

## Cinsiyet Çeşitliliği ve Cinsel Çeşitlilik Terapisi (CCÇT)

**Olivier Cormier-Otaño ve Dominic Davies**

**Çeviri: Gökçe Elif Sarıdoğan**

### Cinsiyet Çeşitliliği ve Cinsel Çeşitlilik

Bu bölümde cinsiyet çeşitliliği ve cinsel çeşitlilikle (CÇCC) çalışma konusu ele alınacaktır. Bu tabir, daha geleneksel bir kullanım olan LGBT (IS) (lezbiyen, gey, biseksüel, transseksüel, interseks, sorgulayan) yerine kullanılan daha kapsamlı bir tabirdir. Daha geniş bir cinsiyet çeşitliliği ve cinsel çeşitlilik yelpazesini içerir. Cinsel yönelimden bağımsız olarak Kink (sıra dışı) /KDSM (kölelik, hakimiyet, disiplin, itaat etme, sadizm ve mazoşizm) gibi hayat tarzlarına sahip kişileri kapsadığı gibi (Langdridge ve Barker 2007), interseks ve transseksüellerin yansira kendisini cinsiyet spektrumunun herhangi bir noktasında tanımlayan kişileri de içerisinde barındırmaktadır.

Cinsiyet çeşitliliği ve cinsel çeşitlilik (CÇCC) aynı zamanda aseksüalite (Rothblum and Brehony 1993) , selibasi (cinsel perhiz) , poliamori (çok aşkıllık) , swinger (eş değiştirme) ya da karşılıklı mutabakata dayalı diğer monogami dışı ilişkileri de tartışmaya açmaktadır (Barker and Langdridge 2010).

Cinsel yönelim üzerine son dönemde geliştirilen teoriler (Diamond 2008) cinsel yönelimin değişken doğası üzerine odaklanmaktadır. Cinsel tercih en iyi biçimde, devamlılık arz eden bir bütün olarak düşünülebilir; sosyal bağlam ve zaman içerisinde değişiklikler sergileyebilir. Eşcinsel çekim bir kişinin hayatında farklı düzeylerde ve farklı zaman dilimlerinde ortaya çıkabileceği gibi libido veya cinsel isteğin de dereceleri değişebilir. Diamond'ın çalışmaları kadınlarda cinsel yönelimin daha değişken olduğunu vurgularken bu durumun bir cinsel nesneden öte, bir bireye ilgi duyma eğiliminden kaynaklandığını belirtmektedir. Eşcinsel erkekler ise partner tipi seçimlerinde daha katı olma eğilimindedirler. (Diamond 2008) (ayrıca bkz Davies 2012). Bireyler çoğunlukla farklı yaşam dönemlerinde cinsiyet ve cinselliklerini farklı tanımlarlar; örneğin cinsiyet çeşitliliği erişkin yaşamın geç dönemlerinde baş gösterebilmektedir (Lev 2004).

Danışanlar romantik ve/veya cinsel ilişkilerin farklı görünüşleriyle başvurabilirler. Genellikle konular intrapsişik etkenlerden ziyade kişilerarasıdır. Aseksüel popülasyon (romantik ilişki içerisinde olsun ya da olmasın) açılma ve kabul edilme mücadelesi içerisindedir. Cinsel ilişki kurmayan kişiler genellikle patolojize edilerek ayrımcılığa uğrarlar. Aseksüalitetlerini açıkladıklarında sosyal aşağılanmaya, partner edinme ve cinsel ilişki kurma konusunda baskılara maruz kalmaktadırlar (Cormier-Otaño yayında). Spektrumun öteki ucunda ise kişilerin eş zamanlı birden fazla romantik ve cinsel ilişki yaşadığı poliamorik ilişkiler bulunmaktadır. Poliamori-aseksüalite gibi- heteroseksüel, eşcinsel veya biseksüel bireylerde görülebilmektedir.

Cinsel tercihler, cinsel yönelim, cinsiyet kimliği, cinsiyet tercihleri ve ilişki tercihlerinin olası kombinasyonları çeşitlilik göstermektedir ve her biri kişisel bir anlatı oluşturur. Bu anlatıların bir bölümü çeşitli derecelerde zorluklar yaratır ancak elbette birçok CÇCC birey hiç bir zaman terapiye başvurmaz ve mutlu, tamamlanmış bir hayat yaşarlar. Danışanlara cinselliklerini tanımlama ve adlandırma konusunda yardımcı olmak, toplumun cinsiyet ve cinsel yönelim tanımlarıyla baş etmeye çalışan cinsiyet çeşitliliği danışanlarının karşı karşıya kaldıkları karmaşayı da ortaya sermektedir: Lezbiyen bir çiftten bir tanesi erkek olmak üzere cinsiyet değişimi geçirirse bu çift halen eşcinsel bir ilişki içerisinde midir? (Lev 2004)

### Cinsiyet Çeşitliliği ve Cinsel Çeşitlilik Terapisi

Cinsiyet Çeşitliliği ve Cinsel Çeşitlilik Terapisi (CÇCCT) cinsiyet ve cinsel çeşitlilik etrafındaki tüm konuları bütün yönleriyle kapsamak ve desteklemek amacıyla son zamanlarda Eşcinsel Olumlayıcı Terapi'den (EOT) ayrılan bir harekettir. Tüm teorik modellerin

(psikodinamik, hümanistik, davranışçı) temel ilke ve prensipleri etrafında yürütülebilen teoriler arası bir yaklaşımdır (Davies and Neal 2000).

Eşcinsel Olumlayıcı Terapi ismi pek çok açıdan sorun yaratmaktadır. Politik bir düzlemde (diğerlerinin arasında) lezbiyen, biseksüel ya da cinsiyet çeşitliliklerini dışlıyormuş gibi görünmektedir. Bu başlık, aynı zamanda heteroseksüel çekimlerin de olduğu alt kültür ve grupları (kink, fetişizm, swinger vs.) da gözardı ediyor olabilir. Sonuç olarak “eşcinsel olumlayıcı” kavramı danışanların kendilerini-gerçekleştirmeleri üzerine bir gündemi ifade etmektedir.

### **Hipervijilans (İhtiyatlılık) – kilit bir kavram**

CÇÇÇ bireyler uzunca bir süre “deli, kötü ve tanınması tehlikeli” olarak yaftalanmışlardır. Bu durum, patolojize edilmekte, olumsuz yargılara karşı sürekli aşırı ihtiyatlı olmakla sonuçlanmaktadır ve CÇÇÇ’ler çevrelerini düşmanlık ve güvenlik açısından taramaya başlayacaklardır: (Yanlış) anlaşılacak mıyım acaba? Kabul edilecek ve onaylanacak mıyım? Kendimi açık etmem güvenli mi? (Carroll 2010) Bu çok hassas durum aynı zamanda terapi odasına bir kaygı ve sıkıntı kaynağı olarak getirilecektir. CÇÇÇ danışanları bilinçdışı bir şekilde veya doğrudan terapistlerinin cinsiyet farklılıkları ve cinsel farklılıklarla ilgili anlayışlarını sorgularlar. Sonuç olarak bazı danışanlar, cinsiyet çeşitliliğine ya da cinsel çeşitliliğe sahip bir terapistle çalışmayı talep edebilir ve bu kişilerden fayda görebilirken bir kısmı ise bu topluluğun dışından bir terapistten fayda görebilir, bu tarz terapistleri tercih edebilir. Danışanın terapist tercihi anlamlarla yüküldür ve azınlıktan bir terapisti tercih etme veya aksine etmemenin altında yatan varsayımlar araştırılmaya değerdir. Bununla birlikte danışanların isteklerine mümkün olduğunca saygı duyulması ve bu isteklerin karşılanması gerekmektedir. Bu konu aynı zamanda CÇÇÇ terapistlerinin cinsel yönelimlerini açıklamak konusunda kendilerini rahat hissedip hissetmedikleri ve gönüllü olup olmadıkları sorularını da gündeme getirir.

### **İyi Uygulamalar:**

Pek çok danışman ve psikoterapist CÇÇÇ’lerle çalışmak üzerine özelleşmiş bir eğitim sürecinden geçmemişlerdir. (Davies 2007). Görünürde bütün gelişim modelleri ve danışma teorileri heteroseksüelliği sosyal norm ve psikolojik sağlık belirtisi olarak yüceltmektedir. Son zamanlarda İngiltere’de yapılan bir çalışma, danışmanların %17’sinin bir danışanın eşcinsel isteklerini baskılamasına yardımcı olmaya sıcak baktıklarını göstermektedir (Bartlett et al 2008). “Dönüştürücü” veya onarıcı tedaviler olarak isimlendirilen bu yaklaşımlar sadece eşcinsel arzuların patolojiye eşdeğer olduğuna dair sosyal ve içsel önyargıları desteklediği için değil aynı zamanda bunlara katılan bireylere zarar verdiği için de etik dışıdır (Daniel 2009).

CÇÇÇ terapilerinde iyi uygulamalar az miktarda merakı, danışanın yaşamına ilgi duymayı ve hipervijilansla hassas bir biçimde çalışmayı gerektirir. Terapisti kendi tecrübelerinin sosyal bağlamı doğrultusunda eğitmek danışanların görevi değildir. Ancak danışanların bu sosyal bağlama bakış açıları, elbette tamamen anlamlı ve uygundur. Bu durum terapistlerin cinsel çeşitlilik ve cinsiyet çeşitliliği olan kişilerin yaşamlarını sürdürdükleri bağlamı ve farklı kişilik rollerinin nasıl örtüştüğü veya çatıştığını etraflıca anlamalarını gerektirir. İnternette cinsel ve cinsiyet çeşitliliği olan danışanlarla ilgili çok sayıda kitap ve bilgi bulunmaktadır. Mevcut literatürün büyük çoğunluğu Amerikan literatürüne ait olsa dahi şu sıralar bu alana İngiltere’nin iyi bir katkısı olmaktadır.

Buna ek olarak terapistlerin cinsellik, cinsiyet rolleri ve ilişkilerde neyin “sağlıklı” neyin “normal” olduğuna yönelik kendi önyargıları, inançları ve varsayımlarına dair farkındalık kazanmaları çok önemlidir. Hepimiz heteronormatif inançların yerleşmiş ve devamlı olduğu ana akım kültür içerisinde sosyalleştığımızdan dolayı, hiçbirimiz -tıpkı ırkçılık ya da cinsiyetçi tavırlardan tamamen arınmış olmadığımız gibi - heteroseksizm ve homofobiden de tamamen arınmış değilizdir.

İngiliz terapi eğitimleri cinsiyet çeşitliliği ve cinsel çeşitlilik konuları hakkında nadiren yeterli bir eğitim sunmaktadır. Çoğunlukla bu konular çeşitlilik hakkında tek bir dersle sınırlı kalır ve bu eğitim nadiren üç saati geçmektedir. Yaygın bir eğitim tecrübesi, CCCC konularının sadece LGBT öğrencilerinin talepleri üzerine anlatılmasıdır ve bu öğrencilerin arkadaşlarının öğrenmelerini kolaylaştırmalarının beklenmesidir. Bu durum, bu kişilerin kendi toplulukları içinde etkin çalışmaya yönelik eğitim ihtiyaçlarının giderilmemesi ve daha sonrasında bu kişilerin başka yerlerde uzmanlık sonrası eğitimler aramalarıyla sonuçlanır (Davies 2007)

İyi uygulamaları öğrenmeye ve geliştirmeye yönelik üçüncü bir yol, cinsiyet çeşitliliği ve cinsel çeşitlilik psikolojisini ve damgalanmanın benliğinin gelişimi üzerindeki etkisini daha iyi anlamaktır. Terapistlerin çeşitlilik kimliği ile heteroseksüel ana akım veya çoğunluk arasındaki bariz farklılıkları inkâr etme tuzağına düşmemeleri gerekir. Lezbiyen ilişkiler eşcinsel erkek ilişkilerinden oldukça farklıdır ki bu ilişki türü de yine heteroseksüel ilişkiden farklıdır. CCCC kimliklerinin her biri arasında birçok fark olabildiği gibi ortak özellikler de bulunabilir. Yazarların görüşü CCCC tecrübesinin intrapsişik ve toplumsal olarak inşa edilmiş unsurlarını daha iyi anlayabilmek için eğitimin çok önemli olduğu yönündedir.

Kişisel tecrübe ve klinik uygulama bilgi edinmede yardımcı yöntemlerdir. CCCC derneklerinde gönüllü olarak danışmanlık yapmak, öğrenmek için eşsiz bir yöntemdir ancak bu kuruluşlar danışmanlarının CCCC bireyi olması şartını koyabilirler. İyi uygulamalara devam etmenin diğer bir yolu, diğer terapistlerle bir araya gelip bilgi, kitap ve süpervizyon tecrübelerini paylaşmak ve birbirini desteklemektir. Eşcinsel bir arkadaşına sahip olmak tek başına yeterli değildir. Aynı şekilde CCCC kimliğine sahip olmak da yeterli değildir. Bu alanda çalışma hevesi taşıyan herkes için eğitim elzemdir.

Süpervizyon, terapistin işinin diğer yönlerinde olduğu gibi şüphesiz iyi uygulamada da kilit bir rol üstlenmektedir. Uzun süredir süpervizyon vermekte olan biri hakkında bilgi almak, bilgisini veya farkındalığını sorgulamak zor olabilir. Ancak buna rağmen, süpervizörlerin CCCC alanında hususi eğitim almış olması durumunda, CCCC danışanları olan terapistlere en iyi şekilde destek verilmiş olur. CCCC danışanlarını etkileyen meselelere karşı önyargılarını yansıtan bir terapistin kendi önyargıları üzerinde çalışmış olan bir süpervizöre ihtiyacı vardır. Aksi durumda, erotik aktarım/ karşı aktarım veya terapi odasında öfke hissi gibi meseleler anlaşılabilir (Pope, Sonne ve Holroyd 2000). Bunun için şu örneği verebiliriz: Kink konusu hakkında bilgisi olan bir terapist, cinsel eylemleri genelde hakimiyet içeren bir danışan üzerinde çalışırken, KDSM konusunu çocukluk dönemindeki istismar veya patolojiden kaynaklanan kendine zarar verme eğiliminin dışı vurumu olarak gören bir süpervizör ile karşı karşıya gelebilir.

### **Toplumsal şartları ve belirli meseleleri anlayabilmek:**

CCCC danışanları, diğer danışanların ifade ettiği sorunlardan çok da farklı olmayan sorunlar ile terapiye gelebilir ancak sosyal bağlam, bu danışanların öykülerine farklı katmanlar ve boyutlar ekleyebilir.

İçinde evrildiğimiz heteronormatif, ataerkil ve Avrupa merkezli toplumun gücünü hesaba katmak önemlidir. Cinsel yönelim, cinsiyet ve etnik kökeni çevreleyen dış baskı ve olumsuz mesajlar, içselleştirilmiş baskıya yol açar. Kendi cinsiyetinin kalıplaşmış davranışlarını (örneğin mavi kıyafetler giymek ve saçını kısa kestirmek) sergileme yönünde baskı gören bir erkek çocuğu, bir erkeğin pembe giyinmesi veya uzun saçta sahip olmasının yanlış olduğu inancını içselleştirebilir. Bu tür inançlar, karşı çıkılmazsa, bu yetişkin erkeğin kadınsı yönlerinin yanlış olduğu veya toplumca kabul görmeyeceği fikrini kabul etmesine sebep olabilir. Benzer şekilde, cinselliğin ve cinselliğin ifadesinin rızaya dayalı tecrübeden uzak, heteroseksüel ve üreme amaçlı fiiller ile sınırlı olması gerektiği yönündeki mesajlar suçluluk ve utanç hislerine yol açabilir. Bu tür içselleştirilmiş baskı kendinden nefret etme, düşük öz beğeni, tecrit, reddedilme korkusu ve diğer psikolojik zorluklarla neticelenebilir.

Cinsiyet çeşitliliği ve cinsel çeşitlilik kategorisindeki bireyler, heteroseksüellere göre daha yüksek seviyede ruh sağlığı bozuklukları, depresyon, kendine zarar verme ve madde kullanımına maruz kalırlar (King vd. 2008).

Kentsel çevrelerde, cinsiyet çeşitliliği ve cinsel çeşitlilik gruplarına mensup bireyler arasındaki sosyalleşmenin çoğu kulüp ve barlarda gerçekleşir. Birçok yeni uyuşturucu madde, kulüplerde genel kullanıma girmeden önce gey kulüplerinde kullanılmaya başlanmış ve böylece gecelerde yaygın kullanılan bir madde haline gelmiştir.

Uyuşturucu madde ve alkolün cinsiyet çeşitliliği ve cinsel çeşitlilik grupları arasında bu şekilde kullanımı, kısmen üzerlerindeki baskıya verilen bir cevap olarak anlaşılabilir. Dış baskılardan kaçma, ket vurmaya azaltma ve denklemleri ile bir topluluk ruhu içinde olma dürtüsü vardır. Madde ve alkol kullanımı, korunmasız cinsel ilişki veya riskli durumlara da yol açabilir.

Tecrit, saklanma ve utanç ÇCCC danışanları arasında yaygındır ve doğru bilgiye ulaşmayı engelleyebilir. Bu da terapistin ilişki yeteneği, cinsellik eğitimi ve diğer konularda yardımcı olmak için psiko-egitimsel yöntemler ve biblioterapi, ödev vb. yöntemleri kullanma ihtiyacı duyabileceği anlamına gelir. Terapistin cinsel yönelimi danışanınıki ile uyuşur ve bu durum açığa vurulursa, terapist istese de istemese de bazen bir rol modeli olarak görülebilir. Bu durum elbette ki süpervizyonda tartışılacak dinamiklerden biridir.

### **Kimlik ve aidiyet:**

Bu kadar kuvvetli bir biçimde içselleştirilmiş ve bastırılmış düşüncelere sahip bireyler, kendi kimliklerini ve aidiyet hislerini sorgulayabilirler. Danışan ancak kendi öyküsünü keşfederek veya kendisiyle benzer durumda olan kişileri bularak bu farklı kısımların bütünleştiğini hissedebilir. ÇCCC konusunda bilgi sahibi olan terapist, kendi cinselliklerini ve cinselliklerinin ifadesini tanımlamak ve anlamak için doğru kelimeleri bulma yönünde danışanlarına yardımcı olabilir. Cinsel kimlikleri hakkında bilinçlenen danışanlar, bir topluluğa ait olma ihtiyacının daha önemli olduğu bir noktaya gelirler. Ancak, ÇCCC topluluklarının kültürel normlarını kabul etme yönündeki baskı çok kuvvetli ve ezici (moda, hayat tarzı, arkadaş baskısı) olduğunda zorluklar ortaya çıkabilir ve danışanın yine koşullu olarak kabul göreceğini hissedeceği yanlış bir benlik duygusuna yol açabilir.

Çok sayıda ÇCCC birey evlenmek (medeni beraberlik) ve evlat edinmek ister; böylece daha çok heteroseksüel ana akıma uydurulmuş bir hayat tarzını yeniden yaratmış olur. Bazı insanlar için bu durum, baskın çoğunluk tarafından tasvip görmeye yöneliktir. Diğerleri ise “azınlık” kimliklerini hayatlarındaki önemsiz bir parça olarak görebilirler.

ÇCCC danışanları birçok topluluğa (ruhsal, kültürel, mesleki, siyasi, aileler, cinsiyet vs.) mensuptur ve çatışan inanç ve ideolojilerin etkisini tecrübe edebilirler. Çoğu din veya inanç aynı cinsler arasındaki ilişkiye tahammül göstermez. Benzer şekilde, çeşitli ÇCCC toplulukları içinde her ferdiyet, etnik köken, cinsel fiil veya cinsel kimlik kabul edilmez. Engellilere karşı ayrımcılık, yaş ayrımcılığı ve ırkçılık ÇCCC kültüründe karşılaşılan ayrımcılık türlerinden sadece birkaçıdır.

### **Akan zaman ve eski günler:**

Tarihsel olarak, ÇCCC bireyler toplumda bir yer sahibi olabilmek için heteroseksüel görünümü vermek veya açılmak (coming out) zorunda kalmışlardır; yani ya gerçekte olmadıkları biri gibi görünmek ya da kendine ve diğer kişilere cinsel tercihlerini veya kimliklerini açıklayarak kendilerini büyük riske atmak zorunda kalmışlardır. Bu, heteroseksüel bireylerin yaşamak zorunda kalmadıkları bir kendini kabullenme ve ifşa etme sürecidir.

Açılma, tek bir vakadan ibaret değildir, bir süreçtir. Karmaşık ve tekrarlanan bir süreçtir ve haklı olarak bir reddedilme, mağdur olma, istismara uğrama (trans ve homofobik nefret suçları artmaktadır) korkusu taşımaktadır. Her yeni toplumsal veya mesleki durumda (iş, arkadaşlar, aile, komşular, yetkililer, kurumlar vs.) açılma veya açılmama kararı çok stres vericidir ve bazı bireylerde, özellikle de içselleştirilen ve dışa vurulan baskının seviyesinin yüksek olması durumunda anksiyeteye yol açar (Carroll 2010).

Evrensel 'açılma' diğer sosyal ve etnik gruplardan gelen insanlara daha yabancı olan batılı bir kavramdır. Açılma, azınlık cinsel kimliklerinin görmezden gelinmesi gibi yollara daha sık başvuru olan siyah ve diğer azınlık gruplarda aile ve toplumdan dışlanmaya neden olabilir. (das Nair and Thomas 2012, Beckett 2010). Das Nair, bazen eşcinsel kimliklerin gizlice sürdürüldüğü ve kültürel beklentiler doğrultusunda evlenip çocuk sahibi olduğu bir açılma ve gizlenme sürecini tanımlar. Beckett, Müslüman bir genç adamla çalışmasında, dışarıya açılmak yerine, danışanın seçtiği kişileri hayatı ve cinselliği hakkında daha fazla bilgiye sahip olmaya davet ettiği, bir "içeriye davet etme" sürecini açıkça ortaya koymaktadır.

Neyse ki, "açılma" tecrübesinin (veya trans insanlar için 'görünme' olarak bilinen sürecin, Lev 2004) ve CCCC'lerinin sevilen kişiler ve toplum (çok daha fazla insan) tarafından kabulü, son yıllarda iyiye doğru bir gidişat izlemektedir. Yeni nesiller gey veya lezbiyen kimliği yerine "queer"<sup>1</sup> kimliği ile tanımlanmayı daha kolay karşılayabiliyor ve ya "öteki" kimliğine sahip olmak konusunda daha rahat başa çıkıyor olabilir. Katı bir cinsel veya cinsiyet kimliğinin beyanı fikri cinselliklerini ifşa etmenin anlamsız olduğunu düşünen birçok genç insan arasında yok olmaya yüz tutmaktadır. Bu nesil kimliklerini daha esnekçe deneyimleyebilen 'gökkuşuğu nesil' olarak adlandırılır.

Diğer taraftan, daha yaşlı CCCC nüfusu halen geçmiş deneyimlerinin içselleştirilmiş baskısı ve zulmü ile mücadele ediyor olabilir (elektro-konvulsif terapi uygulamaları, eşcinsel fiillerin cezalandırılması, ifşa edilme ve utandırılma gibi...)

Aktif dinleme ve empati kendi kimlikleri üzerinde sosyal bağlamın etkilerini fark etmeleri amacıyla danışanların kendi anlatılarını oluşturmalarına zemin hazırlayan anahtar becerilerdir. CCCC kimliğine sahip kişiler tarafından deneyimlenen zorlukların genellikle ortak nedenleri bulunmaktadır ancak en nihayetinde her zaman olduğu gibi her bir danışanın kendine has durumunu yansıtan, farkında, saygılı ve yargılayıcı olmayan klinik yaklaşımlarla iyilik hali ve ruh sağlığı desteklenebilir. (Davies 1996).

Donanımlı ve etik CCCC uygulaması danışanın cinselliğini kabullenme derecesinden bağımsız olarak bütün danışanlarla çalışırken yeterli esnekliği sergileyebilmelidir. Cinsel kimlik ya da cinsiyet kimliği etrafında teröpatik çalışma, danışanın farklılıkla ilgili zorluklarıyla çalışmasına yardımcı olabilir ancak bu kişinin yaşamış deneyimlerinin içsel parçalarını değiştirmek üzere bir gündem oluşturmaz.

Son olarak CCCC terapisti "iyileşme" ya da eşcinsel arzularının azaltılması talebiyle başvuran ve "onarıcı" terapilerle zarar görmüş ya da istismar edilmiş danışanlarla çalışmaya da hazırlıklı olmalıdır.

### **Cinsel Pratikler:**

Zevk, üreme ve oyun seksin üç amacıdır ve cinsel uygulamalar söz konusu olduğunda hayal gücü üretken olabilir. Cinsel çeşitlilik ve cinsiyet çeşitliliği danışanlarıyla çalışırken açık fikirliliğe ve tercih etmeleri gereken farklı cinsel pratiklere dair anlayışa sahip olmak terapistin görevidir.

Danışanlar ve terapist arasındaki iletişim benzer seviyede bir dile sahip olmalı ya da terapistin dili danışanı yansıtmalı, tanıdık olmayan kelimeler terapist tarafından üzerinde mutabakat sağlanana dek araştırılmalıdır. Danışanın gayri resmi, gündelik dili ve sokak tabirlerine karşın terapistin tıbbi veya anatomik ifadeler kullanması danışana rahatsızlık hissi ve terapist tarafından onaylanmadığı mesajını verebilir. Ayrıca terapistin cinsel sağlık, HIV farkındalığı,

---

<sup>1</sup> Tuhaf, acayip anlamına gelen bu sözcük eşcinselleri tanımlamak amacıyla kullanılır.20. yüzyılda eşcinselleri aşağılamak amacıyla kullanılan bu sözcük günümüzde eşcinseller tarafından benimsenerek, negatif anlamından sıyrılmıştır. Mevcut haliyle herhangi bir hakaret anlamı taşımamaktadır.



tedaviler ve cinsel ilişki hakkında oldukça güncel bir bilgi birikimine sahip olması faydalı olacaktır.

### Sonuç

Cinsiyet Çeşitliliği ve Cinsel Çeşitlilik Terapisi, cinsiyet çeşitliliği ve cinsel çeşitlilik danışanlarının yaşadıkları sosyal bağlamdan ve her bireyin kişisel kaygılarından haberdardır. İhtiyatlı davranmak zorunda kalmanın, heteronormativite ve cinsiyetin ikili kavramlaştırmasının peşin hükümleri altında kalmış bir toplumda yaşamının sonuçları ile çalışır. Danışanların, kendi tecrübelerini, dış baskıları, bu baskıları nasıl içselleştirdikleri ve bu topluluğa özgü çeşitli konuları anlamalarına yardımcı olur. Danışanların kendilerini tanıma ve anlamlı kişisel ve ahlaki prensipler geliştirme ihtiyacının önemini vurgular.

CCC' te iyi uygulamalar terapistin cinsellik ve cinsiyet hakkındaki ön yargılarıyla kusursuzca çalışmasını, bu kişilerin yaşamları hakkında en azından minimal bir bilgi birikimine sahip olmasını, batılı, heteronormatif ve erkek egemen toplum koşullarıyla değil aynı zamanda dünya genelindeki farklı koşullarla çalışmasını gerektirir.

Sürekli olarak, dünyanın en büyük ve kutsal iki tabusu olan cinsellik ve cinsiyetle yüzleşen konularla başvuran danışanlar tarafından terapistlere meydan okunulacak, terapistler kışkırtılacak ve eğitileceklerdir.

### Kaynaklar:

- Barker, M. and Langdrige, D. (eds) (2010) *Understanding Non-Monogamies*. Hove: Routledge.
- Bartlett, A., Smith, G. and King, M. (2009) The response of mental health professionals to clients seeking help to change or redirect sexual orientation. *BMC Psychiatry* 9 (11) available online: <http://www.biomedcentral.com/1471-244X/9/11>
- Beckett, S. (2010) Azima ila Hayati: An Invitation into My Life: Narrative Conversations about Sexual Identity. In Lyndsey Moon (ed) *Counselling Ideologies: Queer Challenges to Heteronormativity*. Farnham: Ashgate.
- Carroll, L. (2010) *Counselling Sexual and Gender Minorities*. Columbus: Merrill.
- Daniel, J. (2009) The Gay Cure? *Therapy Today*. October: 10-14
- das Nair, R. & Thomas, S. (2012). Race and Ethnicity. In R. das Nair & C. Butler (eds.) *Intersectionality, Sexuality, & Psychological Therapies: exploring lesbian, gay, and bisexual diversity*. London: Wiley Blackwell/BPS-Blackwell imprint. Pp59-88.
- Davies, D (1996) Towards a Model of Gay Affirmative Therapy in D. Davies and C Neal (eds) *Pink Therapy: a Guide for Counsellors and Therapists Working with Lesbian, Gay and Bisexual Clients*. Buckingham: Open University Press.
- Davies, D. and Neal, C. (eds) (1996) *Pink Therapy: a Guide for Counsellors and Therapists Working with Lesbian, Gay and Bisexual Clients*. Buckingham: Open University Press
- Davies, D. and Neal, C. (eds) (2000) *Therapeutic Perspectives on Working with Lesbian, Gay and Bisexual Clients*. Buckingham: Open University Press
- Davies, D. (2007) Not in front of the Students. *Therapy Today*. February 2007
- Davies, D (2012) Sexual Orientation in C. Feltham & I. Horton (eds) *The Sage Handbook of Counselling and Psychotherapy* 3rd edition. London: Sage Publications
- Diamond, L. (2008) *Sexual Fluidity: Understanding Women's Love and Desire*. Massachusetts: Harvard University Press.
- Langdrige, D. and Barker, M. (eds) (2007) *Safe, Sane and Consensual*. Basingstoke: Palgrave.
- King, M., Semlyen, J., Tai, S.S., Killaspy, H., Osborn, D., Popely, D. and Nazareth, I. (2008) A systematic review of mental disorder, suicide, and deliberate self-harm in lesbian, gay and bisexual people. *BMC Psychiatry* 8 (70) <http://www.biomedcentral.com/1471-244X/8/70>
- Lev, A. I. (2004) *Transgender Emergence: Therapeutic Guidelines for working with Gender-Variant People and Their Families*. New York: Haworth.

- Pope, K.S., Sonne, J. L. and Holroyd, J (2000) *Sexual Feelings In Psychotherapy*. Washington: American Psychological Association.
- Rothblum, E.D. and Brehony K. A. (1993) *Boston Marriages: Romantic but Asexual Relationships among Contemporary Lesbians*. Amherst: University of Massachusetts Press

### **Okuma tavsiyeleri:**

- Finnegan, D.G. and McNally, E. B. (2002) *Counseling Lesbian, Gay, Bisexual, and Transgender Substance Abusers: Dual Identities*. New York: Haworth
- Moon, L. (2008) *Feeling Queer or Queer Feelings: Radical Approaches to Counselling Sex, Sexualities and Genders*. Hove: Routledge
- Pattatucci Aragón. A. (2006) *Challenging Lesbian Norms: Intersex, Transgender, Intersectional and Queer Perspectives*. New York: Haworth
- Sue, D. W. (2010) *Microaggressions in Everyday Life: Race, Gender and Sexual Orientation*. New Jersey: Wiley.

### **Yazarlar:**

**Olivier Cormier-Otaño** MBACP (Akredite edilmiş), entegratif danışman, ilişki danışmanı ve özel pratikte psikoseksüel danışmandır. Uzun yıllar Londra'da çeşitli LGBT örgütlenmelerinde gönüllü terapilerden sonra çoğunlukla cinsiyet çeşitliliği ve cinsel çeşitlilik danışanlarıyla çalışmaktadır. Aynı zamanda Fransızca ve İspanyolca görüşmelerde uzmanlaşmıştır. Pink Therapy'de ileri düzeyde akredite cinsiyet çeşitliliği terapistidir. Aseksüalite hakkında konferanslarda ve üniversitelerde sunumlar yapmaktadır.

[olivier.counselling@hotmail.com](mailto:olivier.counselling@hotmail.com)  
[www.oliviercounselling.co.uk](http://www.oliviercounselling.co.uk)

**Dominic Davies** 30 yılı aşkın zamandır cinsel çeşitlilik ve cinsiyet çeşitliliği ile çalışan İngiliz Danışma ve Psikoterapi Derneği'nin üyesi ve kayıtlı kıdemli uygulamacısıdır. Cinsel çeşitlilik ve cinsiyet çeşitliliği danışanlarıyla çalışan İngiltere'nin en büyük bağımsız terapi örgütü olan Pink Terapi'nin yöneticisidir. Pink terapi ders kitapları üçlemesinin (Charles Neal'le birlikte) yardımcı editörü olup ayrıca İngiltere'de ve uluslararası alanda cinsel terapiler konusunda yazmış ve düşünmüştür. Pink Therapy'de İleri Seviye Akredite Cinsel Çeşitlilik Terapistidir.

[dominic.davies@pinktherapy.com](mailto:dominic.davies@pinktherapy.com)

### **Çeviri:**

**Gökçe Elif Sarıdoğan** tıp doktoru olup İstanbul'da , Haydarpaşa Numune Eğitim ve Araştırma Hastanesi'nde psikiyatri asistanıdır. Türkiye Psikiyatri Derneği ve Kognitif ve Davranış Terapileri Derneği üyesidir.

[drgekcesaridogan@gmail.com](mailto:drgekcesaridogan@gmail.com)

**Pink Therapy**, İngiltere'nin cinsiyet çeşitliliği ve cinsel çeşitlilik üzerinde uzmanlaşmış en büyük bağımsız terapi ve eğitim kuruluşudur. 1999 yılında Dominic Davies tarafından kurulmuş olan örgütümüz, İngiltere'deki tüm terapi kuruluşları tarafından bu alanda lider olarak görülmekte. Avrupa'da üniversitelerce kabul edilen tek Cinsiyet Çeşitliliği ve Cinsel Çeşitlilik Terapisi İhtisas Diploması programını yürütmekteyiz ve programımız İngiltere, Hollanda, Singapur ve Avustralya'daki terapistlerden ilgi görmekte. Ayrıca altı günlük yoğun bir Uluslararası Yaz Okulu programımız var ve bu faaliyet çerçevesinde dünyanın dört bir yanından terapistler bizimle çalışmakta. Pink Therapy, diğer ülkelerdeki terapistlere şahsen veya Skype yoluyla eğitim, klinik konsültasyon, süpervizyon ve danışmanlık hizmeti sağlamakta.

Geçen sene online Pink Terapistleri Dizini'ni başlattık ve artık dünyanın dört bir yanından terapistleri de bu dizine dahil ediyoruz. İnternet sitemizde yardımcı kaynaklar ve tavsiye edilen okuma parçaları, videolar ve podcastları içeren değerli bir Bilgi kısmı mevcut. [www.pinktherapy.com](http://www.pinktherapy.com) Sosyal medyada da faal haldeyiz; bizi (Pink Therapy), Twitter (PinkTherapyUK), Tumblr ([PinkTherapyUK.tumblr.com](http://PinkTherapyUK.tumblr.com)) ve LinkedIN (Pink Therapy International) üzerinden takip edin.