

برون آپی یا آشکار سازی



گرد آورنده: میلاد شارعی

برون آیی یا آشکارسازی

گرد آورنده:

میلاد شاری



انتشارات گیلگمیشان
تورنتو، کانادا، 2015

همه ی حقوق این اثر محفوظ و مخصوص ناشر است. این اثر مطابق قوانین بین المللی به ثبت رسیده است و هرگونه تکثیر و چاپ آن به استثنای نقل قول و به منظور نقد و بررسی، بدون اجازه کتبی ناشر ممنوع است.

نام کتاب: برون آیی یا آشکارسازی

تعداد ۲۷ ص. نثر

طرح جلد : سبا

کتابخانه ملی کانادا، شماره ثبت: 978-1-927948-10-1

برون آیی یا آشکارسازی

نویسنده:

میلااد شارعی

چاپ اول: پاییز ۱۳۹۴ - کانادا، نشر گیلگمیشان

ISBN: 978-1-927948-10-1

Gilgahmishaan Publishing
2015-Gilgamishaaan



انتشارات گیلگیشان



OUTRIGHT
ACTION INTERNATIONAL

برون آبی یا آشکارسازی

گردآورنده «میلاد شاری»

نمونه خوان ها: هوداد طلوعی، روانشناس و
کارشناس حوزه دگرپاش جنسی و
یاس آسمون، نویسنده

مقدمه..... ۶

۱- برون آبی چیست..... ۷

۲- برون آبی و چگونگی آن..... ۷

۲,۱ قبل از برون آبی

۲,۱,۱ حصول اطمینان و شناخت خود

۲,۱,۲ مشاوره با روانپزشک

۲,۱,۳ ارزیابی خطرات احتمالی برون آبی

۲,۲ برون آبی

۲,۲,۱ شناخت اطرافیان

۲,۲,۲ عدم توجه به جنس مخالف به صورت آشکارا

۲,۲,۳ برون آبی برای دوستان نزدیک

۲,۲,۴ شناخت راه درست برای برون آبی

۲,۳ پس از برون آبی

۲,۳,۱ دادن زمان

۲,۳,۲ عدم هراس از قضاوت شدن

۲,۳,۳ تلاش برای آگاه سازی

۳- مزایا و خطرات برون آبی..... ۱۹

۳,۱ خطرات

۳,۲ مزایا

۴- سخنی با خانواده..... ۲۱

«مقدمه»

برون آیی به معنای آشکار کردن هویت و گرایش جنسی یک شخص برای دیگران، بخشی از زندگی دگرباشان جنسی است. برون آیی در برگردان کلمه "Coming Out" استفاده می شود و به معنای خروج از یک محیط بسته است، که در واقع شخص هویت و گرایش جنسی خود را آشکارا بیان می کند. برون آیی در جامعه سنتی ایران که علاوه بر آن تحت سایه دولتی دیکتاتور و مذهب گرا است، خطراتی دارد و همچنین مزایایی نیز برای برون آیی وجود دارد که در صورت فراهم بودن آن بهتر است شخص برون آیی کند.

در این جزوه به بررسی چگونگی و مراحل برون آیی و همچنین خطرات و مزایای آن می پردازیم. سعی شده است مطالب به صورت کلی بیان شود تا خواننده، با دیدی باز و صرف زمان کمتر به آنچه که باید درباره ی برون آیی بداند دست یابد. همچنین در پایان جزوه با خانواده و دوستان دگرباشان جنسی سخنی گفته شده است که نه تنها برای آنان مفید می باشد که خواندن آن به تمامی والدین توصیه می شود.

این جزوه قابل استفاده برای اقلیت های جنسی، خانواده ها و افراد علاقه مند به مباحث اقلیت های جنسی می باشد. لازم به ذکر است این کتابچه خلاصه ای از انبوه مطالب در دسترس حوزه ی برون آیی می باشد و افراد علاقه مند می توانند با مراجعه به مراجع، به صورت الکترونیک و غیر الکترونیک اطلاعات بیشتری را کسب کنند.

امید است با خواندن این جزوه بتوانیم گامی مثبت، جهت آشنا کردن افراد موثر و دیگر افراد جامعه با جامعه دگرباشان جنسی که از سوی دولت و بخش عظیمی از مردم مورد تمسخر و یا نادیده شدن قرار می گیرند، برداریم.

این کتابچه دومین کتابچه از سری سه گانه کتابچه های آموزش دگرباشان جنسی^۱ است. لازم به ذکر است این جزوه با حمایت همه جانبه سازمان بین المللی "اقدام آشکار جهانی" (اوت رایت^۲) تهیه شده است.

(^۱) کتابچه اول، سلامت روان اقلیت های جنسی در ایران؛ نوشته هوداد طلوعی

کتابچه دوم، برون آیی یا آشکار سازی؛ گردآورنده: میلاد شارعی

کتابچه سوم، ترمینولوژی جنس و جنسیت؛ گردآورنده: یاس آسمون

(^۲) "اقدام آشکار جهانی" OutRight Action International

1- برون آبی چیست؟

برون آبی یا آشکار سازی (به انگلیسی **Coming out**) در لغت به معنای بیرون آمدن از یک جای بسته مانند کمد گفته می‌شود. اما در واقع، به عمل بیان هویت جنسی یک شخص برای شخص یا اشخاص دیگر است. این عمل برای افراد جامعه دگرباشان جنسی (طیفی از جامعه که هویت جنسی آن‌ها با تعاریف قدیمی زن و مرد متفاوت است یا به صورت خلاصه **LGBTIQIA**) معمولاً بخشی از زندگی اجتماعی-جنسی آن‌هاست. اصطلاح برون آبی بیشتر از آشکار سازی استفاده می‌شود از این رو در این جزوه نیز از کلمه برون آبی استفاده خواهد شد.

معمولاً برون آبی برای بسیاری به معنای بیان مستقیم هویت جنسیشان به شخصی دیگر است حال آنکه این عمل سطوح و شدت‌های مختلف دارد و بهتر است که برای هر شخص تا مقطعی از این سطوح را بیان کرد و باید خاطر نشان کرد که در بعضی موارد عدم بیان موضوع بهتر از بیان آن می‌باشد.

2- برون آبی و چگونگی آن

همانگونه که بیان کردیم برون آبی سطوح گوناگونی دارد و برای برون آبی باید مراحل مختلفی را قبل و بعد از آن طی کرد و هنگام برون آبی برای هر شخص باید تا آنجا پیشرفت که خطری را برای خود ایجاد نکند.^۱

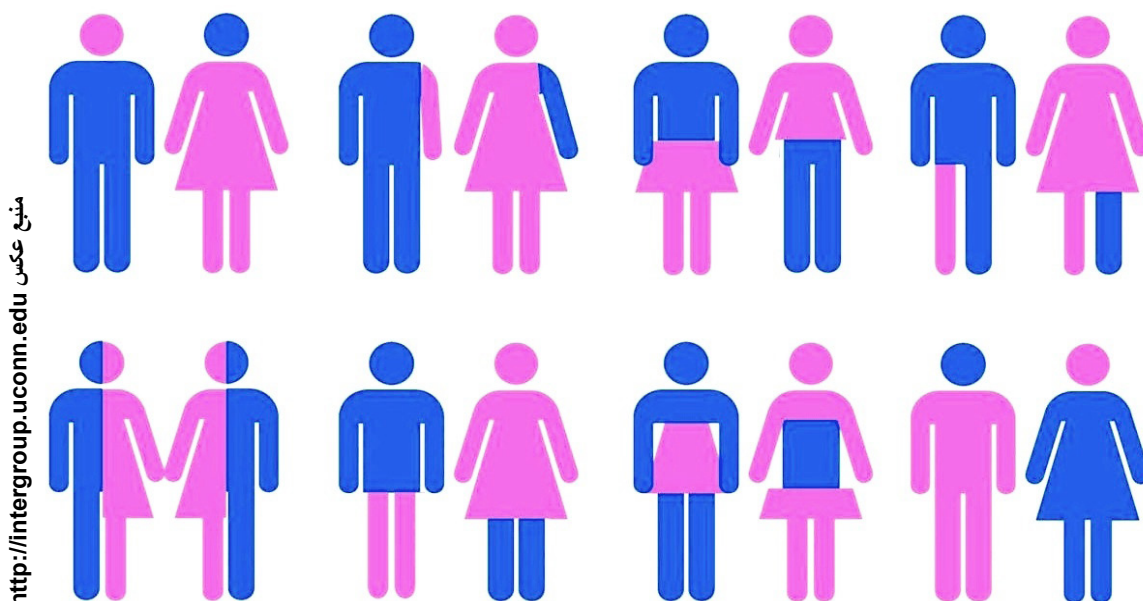
برای بیان بهتر پروسه، برون آبی را به سه بخش تقسیم کرده‌ایم که گام به گام پیش خواهیم رفت:

۲،۱- قبل از برون آبی

۲،۱،۱: حصول اطمینان و شناخت خود

هویت جنسیتی (**Gender identity**) یک انسان، به تعریف شخصی وی از جنسیت خویش برمی‌گردد.

برای مثال در این تصویر متغییر بودن هویت جنسیتی (**Gender identity**) نسبت به بدن هنگام



(۱) در ایران همچنان حکم شلاق و حتی اعدام برای دگرباشان جنسی وجود دارد.

تولد به نمایش در آمده است. هر شخص فارق از بدنی که با آن زاده شده است هویت جنسی تعریف شده خود را دارد.

پس از تعریف هویت جنسیتی (Gender identity) نوبت تعریف گرایش جنسی (Sexual identity) است؛ گرایش جنسی به معنای تعریف یک شخص از خود در مورد جذب و کشش به شخصی دیگر از نظر عاطفی و نیاز جنسی است. حال به چند تعریف کوچک رجوع می‌کنیم^۱:

جنس (sex) جنس یک انسان شامل اندام های جنسی و تولید مثلی فرد می‌شود که تعیین کننده جنس زیست شناختی فرد است. جنس زیست شناختی افراد و هویت جنسی و رفتار جنسی آن‌ها لزوماً همیشه هم راستا نیست. برای مثال یک فرد می‌تواند اندام های تولید مثل مردانه را دارا باشد و از نظر زیست شناختی، فیزیک مردانه داشته باشد. اما همین شخص از نظر هویت جنسی، خود را زن بداند و رفتار جنسی زنانه از خود بروز دهد.

زن (Female) به جنسی از انسان گفته می‌شود که توانایی بارداری و تخمک گذاری را دارد. و دارای اندام جنسی جهت باروری است. جنس زن دارای کروموزوم های جنسی XX است.

مرد (Male) به جنسی از انسان گفته می‌شود که توانایی تولید اسپرم را دارد و توانایی بارور کردن جنس ماده را برای ادامه نسل دارد. جنس مرد دارای کروموزم های جنسی XY است.

جنسیت (gender) جنسیت شامل رفتارها، نقش‌های اجتماعی و اندیشه‌های اجتماعی است که فرهنگ حاکم بر هر جامعه، بر عهده دو جنس مشخص شده زن و مرد می‌گذارد. در ارتباط با نقش‌های جنسیتی افکار غالبی در مورد هر دو جنس در جامعه مشاهده می‌شود که دامنه انتظارات را از هر دو جنس را طرح ریخته و تعیین می‌کند.

- **مرد همجنسگرا (گی Gay)** به مردی گفته می‌شود که از نظر عاطفی و جنسی به مردان دیگر جذب شود.

- **زن همجنسگرا (لزبین Lesbian)** به زنی گفته می‌شود که از لحاظ عاطفی و جنسی، به زنان دیگر جذب شود.

- **ترنسکشوال (transsexual)** به شخصی اطلاق می‌شود که دارای هویت جنسی متناقض است، برای مثال شخصی با اندام جنسی زنانه متولد می‌شود در حالی که هویت جنسی وی مردانه است یا به عکس، همچنین می‌توان گفت تعریف هویت جنسی این افراد از خود با اندام های جنسی آن‌ها در زمان تولد متفاوت است.

- **دوجنسگرا (Bisexual)** به فردی اطلاق می‌شود که از نظر جنسی و عاطفی به هر دو جنس مرد و زن به یک شدت و یا با شدتی متفاوت جذب می‌شود.

- **مبدل پوشی (cross-dressing)** نیز یکی از انواع افراد جامعه دگرباشان جنسی است و به افرادی گفته می‌شود که لباس جنس مخالف خود را می‌پوشند و باید توجه داشت که این عمل همیشه به معنای تراجنسی بودن افراد نیست.

- و نهایتاً **تراجنسی**، که یک اسم عمومی برای افراد، عقاید و گروه‌هایی است که مایل به تغییر قواعد فرهنگی و اجتماعی و فیزیکی نقش جنسیتی خود می‌باشند. ترنسجندر به معنای دیگر یعنی یک فرد که خود را به صورت زن، مرد، میان جنسی، یا بی‌جنسیت ببیند ولی دیگران فرد را از لحاظ ظاهری یا ژنتیکی به صورت دیگر ببینند. ترنسجندر یک گرایش

(۱) برای تعاریف بیشتر و جامع‌تر می‌توانید به جزوه سوم این سری کتابچه‌ها یعنی "ترمینولوژی جنس و جنسیت" که در آخر همین کتابچه نیز معرفی شده مراجعه کنید.

جنسی نیست؛ یک ترنسجندر به عنوان یک فرد می‌تواند یک دگرجنس‌گرا، همجنس‌گرا، دوجنس‌گرا، چندجنس‌گرا، و یا بی‌جنس‌گرا باشد بعضی ترنسجنس‌ها ممکن است احساس کنند که برچسبهای گرایش جنسی کامل نیست و برای آن‌ها تطبیق نمی‌کند. می‌توان شناخت را به شش مرحله تقسیم کرد:

۱- آگاهی از هویت: زمانی که فرد همجنس‌گرا در دوران کودکی و یا نوجوانی متوجه می‌شود که از نظر افکار و احساسات و رفتار با دیگران تفاوت‌هایی دارد.

۲- مقایسه هویتی: زمانی که فرد با بررسی احساسات و رفتارهای خویش آن‌ها را با باورهای رایج جامعه، والدین و دوستان مقایسه می‌کند.

۳- دوره مقاومت در برابر هویت: به بازه زمانی اطلاق می‌شود که فرد در آن در برابر احساسات خود ایستادگی می‌کند و در بعضی اوقات هموفوبیای پنهان شخص نیز در این مرحله بیش از پیش بروز می‌کند. به دلیل حضور در جامعه‌ای که به آن‌ها آزادی بیان داده نمی‌شود احتمال آزار و اذیت کلامی بسیار بالاست و غالباً فرد از بیان توهین‌هایی که به وی شده نیز به خاطر ترس از جامعه پرهیز می‌کند. قبول فرد از سوی خودش در این مرحله بسیار سخت می‌باشد و به دلیل عدم وجود منابع اطلاعاتی آزاد برای افراد احتمال طولانی شدن این مرحله از شناخت می‌رود. افراد متخصص باید در برطرف کردن اثرات منفی آزارهای کلامی و جسمی روا شده به این دسته از افراد بیشتر تلاش کنند. در جوامع متعصب و دیکتاتور، گرایش جنسی، هویت جنسی و نقشهای ۲ جنس خاص با نقشهای جنسیتی آن‌ها به افراد جامعه از راه‌های مختلفی چون آموزش و پرورش، تبلیغات خیابانی، رسانه‌های جمعی ملی و غیره القاء می‌شود. در چنین جوامعی پس از مدتی، این آموزش‌ها در ذهن ناخودآگاه ثبت شده و حتی بدون نظارت از سوی اجتماع، شخص خود را ملزم به پیروی از این نقوش می‌داند و اینجاست که حتی افراد دگرباش جنسی نیز هموفوبیای پنهان درونی خود را در مقابل خود می‌یابند.

۴- قبول هویت: پس از اینکه فرد گرایش جنسیتی را به عنوان بخشی جدایی‌ناپذیر از خود بداند برای پیدا کردن افرادی همچون خود تلاش می‌کند، یعنی با معاشرت با افراد همفکر خود می‌پردازد. ۵- افتخار به هویت جنسی: در این مرحله فرد بر علیه آنچه که بر ضد گرایش جنسیتی و گناه پنداشتن آنست ایستادگی می‌کند.

۶- یکپارچگی هویت: فرد در این مرحله، همجنسگرایی را با کلیه دیگر کارهایی که انجام می‌دهد به عنوان یک کل قبول دارد (یعنی یک انسان معلم با قد معلوم که کارهای انسان دوستانه می‌کند و به دیگران کمک می‌کند و همجنس‌گرا نیز هست) البته به دلیل مشکلات موجود در ایران معمولاً همجنس‌گراهای کمتری به این مرحله می‌رسند.

پس از اینکه شخص به تفاوت‌های خود با عرف جامعه پی بُرد، در صدد شناخت بهتری از خود برمی‌آید. در دنیای امروز منابع و مرجع‌های متعددی جهت مطالعه این مبحث وجود دارد و شخص می‌تواند با تحقیق بیشتر دامنه اطلاعات خود را وسعت بخشد (متأسفانه به دلایل مذهبی در کشور ایران، از انتشار و آموزش این موضوعات در آموزش و پرورش جلوگیری می‌شود). همچنین فرد در گام بعدی می‌تواند جهت اطمینان و مشاوره بهتر و بیشتر به روانشناس مراجعه نماید.

۲،۱،۲: مشاوره با متخصص

برای مراجعه به متخصص باید چند نکته اساسی را مد نظر قرار داد که اولین مورد در این لیست، تعیین و تشخیص یک متخصص حرفه‌ای است. زیرا روانشناسان، روانپزشکان و متخصصان در ایران معمولاً به دلیل محدودیت‌های فرهنگی و مذهبی کمتر به موضوعات مربوط به همجنسگرایی و

دگرباشان جنسی می‌پردازند و همین مساله گاه‌ها باعث ضربه روحی به مراجعه کننده می‌شود؛ حال با توجه به این موضوع باید در نظر داشت در صورت لزوم، به فرد متخصص اطلاعات کافی را داد و حتی در هنگام برخورد بد متخصص ناامید نشده و جهت پیدا کردن یک روانشناس یا متخصص حاذق دوباره اقدام نمود^۱.

روانشناس می‌تواند در مراحل مختلفی به شخص کمک کند، برای مثال شاید فرد با اینکه یک دگرباش جنسی است، دارای هموفوبیای پنهان باشد و این مسئله فرد را از قبول و شناخت خود به عنوان آنچه که هست دور کرده و گاه‌ها باعث اتخاذ تصمیماتی همچون ازدواج به صورت سنتی جهت خود درمانی می‌شود که خود این ازدواج تبعات روحی سنگین و بعضاً جبران ناپذیری برای طرفین دارد.

همچنین روانشناس یا متخصص می‌تواند به فرد در شناخت وی کمک کند، ممکن است فرد در یکی از مراحل شش گانه‌ی شناخت، نیاز به کمک داشته باشد و متخصص می‌تواند وی را راهنمایی کند.

نکاتی برای متخصصان

در اینجا لازم است نکاتی در مورد روانشناسان مطرح شود، در واقع لازم به ذکر است که انتظار می‌رود یک فرد متخصص چگونه رفتار کند:

برخی از متخصصان از بعضی موضوعات به دلیل تابو بودن ممکن است عبور کنند، خواه و یا ناخواه سکس، هویت و گرایش جنسی بخشی از هر انسان است پس متخصصان امر باید این توانایی را برای مراجعان خود فراهم کنند تا آن‌ها بتوانند به راحتی مشکلات و دغدغه‌های خود را بروز دهند. در جامعه‌ای همچون ایران برای افراد دگرجنسگرا نیز بیان مشکلات جنسی با دکتر بسیار دشوار می‌باشد؛ حال این دشواری برای افراد همجنسگرا و تراجنسیتی دو چندان است. متخصص می‌تواند با ایجاد فضایی امن و مطمئن این جسارت را در مراجع ایجاد کند تا با وی از تمامی مشکلات و دغدغه‌های خود سخن بگوید.

روی دیگر آگاهی فرد متخصص است. فرد متخصص موظف است تا با توجه به جایگاهی که جامعه و علم به وی داده است خود را نسبت به علم روز دنیا آگاه نگاه دارد تا در هر زمینه بتواند بهترین یاری را به مراجعه کننده برساند.

فرد متخصص نباید حدس و گمان خود را فرض بر مرجع بگیرد و با سوالات مربوطه می‌تواند نظر کارشناسانه خود را بیان کند، همچنین متخصص باید قادر به حفظ مرز بین خود و مراجعه کننده باشد و از قبول یا طرح هرگونه درخواست جنسی بپرهیزد زیرا متأسفانه مشاهده شده که به دلیل ضعیف دانستن افراد تراجنسیتی و حتی همجنسگرا از سوی متخصصان به آن‌ها تجاوز شده است. فرد متخصص باید از بیان نظر و عقاید شخصی بپرهیزد و به حساسیت‌های افراد تراجنسیتی و همجنسگرایان در نحوه خطاب کردنشان توجه کند (برای مثال یک زن ترانسکشوال که تصمیم به تغییر جنسیت دارد دوست دارد به عنوان یک زن شناخته شود و مورد خطاب قرار بگیرد) زیرا این ظرافت باعث احساس امنیت هرچه بیشتر مراجعه کننده می‌شود، رفتار متخصص باید با احترام باشد

(۱) البته در ایران روان‌شناسان، متخصصان و روان‌پزشکانی نیز هستند که در حرفه خود وارد بوده و با همجنسگرایان و افراد تراجنسیتی به صورت حرفه‌ای برخورد می‌کنند. این افراد از سر وظیفه شناسی، خود را آموزش داده‌اند زیرا در ایران هیچگونه منبع آموزشی برای متخصصان در زمینه همجنسگرایی و افراد تراجنسیتی به صورت رسمی ارائه نمی‌شود.

و نمایان گر حمایتش از مراجعه کننده باشد.

مهمترین بخش، عدم بروز و بیان مشکلات فرد مراجعه کننده به والدین وی است. فرد متخصص باید پس از شناخت فرد به عنوان دگرباش جنسی به وی کمک نموده و در صورت لزوم به خانواده وی جهت قبول وی کمک کند، اما در صورتی که خانواده وی توان قبول و یا رویارویی با دگرباش بودن فرزندشان را نداشته باشند باید از این آگاهی صرف نظر کرده و در جهت شناخت و کمک بیشتر به فرد دگرباش برآید.^۱

۲،۱،۳: ارزیابی خطرات احتمالی برون آیی

برون آیی در جوامعی که مذهب و باورهای سنتی در آن دارای قدرت حکومتی هستند عواقب نامعلومی به همراه دارد و بعضاً در کشورهایی مانند ایران و عربستان^۲ می‌تواند به مجازات مرگ منتهی شود. برون آیی و خطرات ناشی از آن بسته به شخص بیان کننده، موقعیت و زمان آن متفاوت می‌باشد. اگر فرد از نظر مالی و محل زندگی به خانواده وابسته باشد، احتمال آنکه پس از برون آیی از حمایت آن‌ها محروم شود دور از انتظار نیست؛ قبل از برون آیی بهتر است از نظر مالی مستقل شد تا در صورت مواجهه با عدم حمایت مالی از سوی خانواده بدون پشتوانه مالی نبود.

پس از استقلال مالی نیز گاهی برون آیی برای خانواده (حتی در جوامع آزاد) به جز قطع حمایت مالی، عدم حمایت عاطفی و بعضاً تهدید مرگ را در پی دارد. به عنوان مثال رُن (یک همجنسگرا که در آمریکا زندگی می‌کند) پس از اینکه از نظر مالی مستقل شده و تمام طول دوره تحصیلی گذشته با همکلاسی‌هایش از نظر گرایش جنسیتش صادق بوده تصمیم به برون آیی برای خانواده می‌گیرد که پس از آن از سوی برادر و پدر تهدید به مرگ می‌شود و از سوی مادر نیز هیچگونه حمایت عاطفی دریافت نمی‌کند، و از خانواده طرد می‌شود. عدم حمایت افراد از سوی خانواده گاهی ضربات روحی سنگینی به افراد وارد می‌کند که در صورت عدم برون آیی می‌توانستند همچنان آن حمایت را داشته باشند.^۳

برون آیی همیشه به آن راحتی که به نظر می‌آید نیست، پس از برون آیی احتمال برخورد با نفرت وجود دارد. افراد پس از اینکه درمی‌یابند شما همجنسگرا هستید می‌توانند آن نفرت پنهان^۴ از آنچه که نمی‌توانند درک کنند را به سوی شما روانه کنند و این باعث ایجاد مشکلات ثانویه می‌شود، برای مثال افرادی که بخواهند نفرت خود را نشان دهند می‌توانند گرایش جنسی شما را به افرادی که ممکن است برای شما دردسر ایجاد کنند افشا کنند؛ خانواده‌های سنتی و مذهبی اغلب با این گرایش، میانه‌ی خوبی ندارند همچنین مراجع قضایی در صورت وجود شاهد می‌توانند برای شما مشکل ایجاد نمایند.^۵

یک مطالعه در لس‌آنجلس آمریکا نشان می‌دهد که ۲۰ درصد کودکان تحت برنامه Foster Care^۶ به عنوان دگرباش جنسی شناخته شده‌اند، همچنین ۴۰ درصد نوجوانان بی‌خانمان به عنوان دگرباش جنسی شناخته می‌شوند. تحقیقات نشان داده که احتمال اینکه یک دگرباش جنسی به عنوان کارگر جنسی مشغول به کار شود ۷ برابر بیشتر از یک شخص دگرجنس‌گرا است. این افراد پس از اینکه به

(۱) در ایران خانواده‌های مذهبی اکثراً گرایش‌های جنسی خارج از تعریف‌های قدیمی خانواده را نمی‌پذیرند.

(۲) در اسلام مجازات عمل جنسی همجنسگرایان پس از اثبات اعدام می‌باشد، این اعدام می‌تواند زدن سر با شمشیر، پرتاب از محل مرتفع با دست و پای بسته و یا اعدام با طناب دار باشد.

(۳) رایان منزس، پنج خطر برون آیی (اپریل ۲۰۱۵)، <http://www.cracked.com/> دیده شده در جولای ۲۰۱۵

(۴) در بیان دیگر همجنسگراهراسی یا Homophobia

(۵) همانگونه که بیان شد همجنسگرایی در ایران جرم است و مجازات‌های سنگینی در پی دارد.

(۶) Foster Care به برنامه حمایتی دولت آمریکا، کانادا، هند، اسرائیل، ژاپن، استرالیا و انگلستان برای کودکانی بیان می‌شود که به هر دلیلی از جمله خشونت والدین خونی، آنها را فاقد صلاحیت نگهداری آنان تشخیص داده می‌شوند و دولت، آنها را برای تربیتی بهتر و سالم به خانواده‌های دیگر یا مراکز تحت نظر دولت تحویل می‌دهد

عنوان دگرباش جنسی برون آبی می‌کنند از سوی خانواده طرد می‌شوند و به عنوان تنها منبع درآمد، به کار جنسی پناه می‌برند، حتی بعضا دگرباشان به یک رابطه بد تن می‌دهند تا از سرپناه برخوردار باشند و این خود نوعی کار جنسی محسوب می‌شود.^۱

عدم پوشش مالی برای ادامه تحصیل در دانشگاه و غیره یکی دیگر از احتمال های ممکن پس از برون آبی است که قطعاً می‌تواند تمام زندگی فرد را تحت تاثیر قرار دهد، پس باید جانب احتیاط را در نظر گرفت و آماده مقابله با این مشکل نیز بود.

اگر شما یک شخص از جامعه دگرباشان جنسی باشید ممکن است پس از برون آبی برخی از دوستانتان با شما قطع رابطه کنند و شما دیگر از آن‌ها پاسخی دریافت نکنید.

ممکن است شایعاتی بی اساس و مدرک مثلاً تجاوز به شما یا از سوی شما در میان اطرافیانان برای شما دغدغه ذهنی و متاسفانه قضایی ایجاد کند که باید آماده آن نیز بود.

آزار و اذیت‌های جنسی و کلامی و جسمی نیز پس از برون آبی محتمل هستند. در کشوری همچون ایران که حمایتی از جامعه دگرباشان جنسی نمی‌شود این آزار و اذیت‌ها ممکن است هیچگاه بیان و درمان نشوند و این خود می‌تواند از عوامل اصلی خودکشی باشد.

عدم استخدام مردانی با رفتارها و نوعی خاص از رفتار که به زنان به عنوان جنس ضعیف و خدمتکار داده می‌شود و زنانی که رفتارهایی با تعریف مردانه دارند از سوی کارفرما می‌تواند از دیگر خطرات برون آبی باشد. برای مثال استاد یکی از دانشگاه‌ها در ایران به دلیل داشتن صدای زنانه از استخدام در دانشگاه خواجه نصیر باز ماند. حال اینکه این فرد دکترای ذرات بنیادین دارد و نابغه محسوب می‌شود.^۲ عدم استخدام در محیط های مختلف ممکن می‌باشد و این امر مختص شغل های کم رتبه نیست و مانند نمونه بالا در قشر تحصیل کرده نیز وجود دارد، همانگونه که بیان شد لزوماً یک فرد با رفتارهایی از جنس دیگر حتماً دگرباش جنسی نیست، اما این نیز ممکن است از دیگر خطرات برون آبی باشد. تمسخر رفتار جنسی و سوال های شخصی و خصوصی از شما، حتی از سوی کسانی که شما را پذیرفته اند نیز باعث آسیب های روحی می‌شود و این آسیب‌ها از نظر حقوق بشر برابر با آزار جسمی و کلامی می‌باشند.

نخستین بار که ایدز به صورت یک بیماری همه گیر معرفی شد، اغلب آن را یک بیماری از سوی همجنسگرایان می‌دانستند. برخی اوقات می‌توان شاهد رفتارهایی بود که به دلیل مریض جسمی پنداشتن دگرباشان جنسی با آن‌ها توهین آمیز و بعضاً بازدارانه برخورد می‌شود.

در قرن ۲۱ شما نمی‌توانید با همه قطع رابطه کنید تا گرایش جنسی خود را پنهان کنید. گاهی اوقات شبکه های اجتماعی وضعیت علاقه‌مندی و فعالیت های شما را به نمایش می‌گذارند و این باعث افشای گرایش جنسی شما می‌شود. افشای گرایش جنسی ممکن است به اشکال مختلف زندگی شما را تحت تاثیر قرار دهد که برخی از آن‌ها در بالا ذکر شد.

۲.۲: برون آبی

پس از آنکه خود را شناختید و چالش‌های پیش رو را ارزیابی کردید احتمال اینکه بخواهید برون آبی کنید بسیار زیاد است، اما برای برون آبی نیز مراحلی را باید طی کنید که به صورت کلی بیان می‌شوند.

(۱) ویکتوریا بکیمپس (فوریه ۲۰۱۵)، <http://www.newsweek.com/lgbt-survival-sex-gay-lesbian-transgender>، ۳۰۹۱۲۳

، دیده شده در جولای ۲۰۱۵

(۲) خبر آنلاین، کد خبری ۱۷۳۰۲ (اسفند ۱۳۹۳)، <http://www.khabaronline.ir/detail/society/education/۴۰۲۵۵۸>، دیده شده در جولای ۲۰۱۵

نکته‌ای را که باید در نظر داشت نوع پوشش است؛ در جوامع آزاد شما آزاد هستید که برای خود تصمیم‌گیری کنید، از خورد و خوراک خود تا نوع پوشش و دین و گرایش جنسی‌تان. اما در جوامع متعصب بهتر است نوع پوشش خود را از خطوط قرمز اکثر جامعه بسیار فاصله ندهید (البته کسی نمی‌تواند شما را در حقوق اولیه‌تان محدود کند اما بهتر است برای آماده کردن اطرافیان و آموزش اینکه شما نیز مانند آن‌ها هستید، کمی با آن‌ها مدارا کنید).

۲،۲،۱: شناخت اطرافیان:

در اولین مرحله باید شخص یا اشخاصی را که تصمیم به برون آبی برای آن‌ها داریم از نظر فکری و عقیدتی بشناسیم. بعضی مواقع شاید بهترین و عاقلانه ترین کار عدم برون آبی برای آن شخص یا اشخاص باشد، زیرا با توجه به فواید برون آبی که بیان خواهد شد صدمات وارده بیشتر باشد و این صدمات بعضاً جبران ناپذیر خواهند بود.

برای مثال مقوله برون آبی برای والدین را در نظر می‌گیریم، تحقیقات نشان می‌دهد که یک همجنسگرا که از سوی خانواده به صورت کاملاً آزاد پذیرفته شده است^۱ از نظر روانی سالم‌تر است و احتمال خودکشی، رابطه جنسی پرخطر^۲، عدم بیان آزار و اذیت جنسی و کلامی نیز در آن‌ها کمتر می‌باشد. همچنین افرادی که گرایش جنسی خود را به صورت آزادانه بیان کرده‌اند از اعتماد به نفس بیشتری برخوردار هستند که به روابط اجتماعی آن‌ها کمک شایانی می‌کند.

در سوی دیگر اگر شرایط زیر در خانواده شما حاکم است بهتر است در آن زمان برون آبی نکنید و آن را به زمانی دیگر پس از رفع برخی از موانع، دادن دانش و اطلاعات کافی موکول کنید و یا بعضی اوقات ابتدا آن را بیان نکنید:

- 1- سخنان توهین آمیز نسبت به همجنسگرایان و دگرباشان جنسی با الفاظ مذهبی و یا اجتماعی از سوی والدین و اعضای خانواده (بهتر است از سیاست نپرس و نگو پیروی کنید)
 - 2- تهدید کلامی شما و یا افراد نزدیک شما در صورتی که مشکوک شوند دگرباش هستید
 - 3- داشتن وابستگی مالی کامل به والدین
 - 4- وابستگی کامل احساسی شما به آن‌ها^۳
 - 5- اگر احساس می‌کنید هم‌اکنون زمان بیان آن نیست
- همیشه بهتر است خود را برای بدترین شرایط آماده کنید.

دوستان نیز بخشی مهم از اطرافیان و غالباً بزرگترین گروه آشنایان شما هستند که در صورت برون آبی ممکن است رویه را به صورت منفی تغییر دهند. بنابراین شناخت آن دسته از افرادی که فکر می‌کنید ممکن است بر روی شما تاثیر منفی بگذارند بسیار مهم است. به یاد داشته باشیم همیشه برون آبی به ما کمک نمی‌کند. برای شناخت آن‌ها می‌توان با بحث‌های کوچک پیرامون دگرباشان جنسی و مشکلات آن‌ها از دید یک دگرجنسگرا به صورت اولیه با افکار همجنسگراستیزانه^۴ آن‌ها آشنا شد. گاهی اوقات این افکار آنقدر شدید هستند که به رفتار تبدیل می‌شوند و ممکن است به یکی یا بخشی از افراد جامعه دگرباشان جنسی آسیب وارد کنند و گاهی اوقات هم این افکار در دوستانان وجود ندارد.

(۱) در انگلیسی به شخص همجنسگرایی که برون آبی کرده Openly gay گفته می‌شود.

(۲) رابطه جنسی پرخطر رابطه‌ای است که رفتارهای پرخطر مانند سکس بدون کاندوم، سکس به عنوان منبع درآمد و از روی اجبار، سکس با اشخاص به دلیل تنبیه خود و غیره که برای سلامت جسم و روح بسیار مضر می‌باشند.

(۳) همانگونه که بیان شد گاهی اوقات وابستگی احساسی شما به اشخاص بسیار زیاد است و در صورت قطع رابطه شما با آنها ضربه روحی بزرگی به شما وارد می‌شود. پس اگر احتمال می‌دهید که پس از برون آبی خانواده شما را از نظر عاطفی حمایت نکند و شما از عدم دریافت این حمایت ضربه ببینید بهتر است از برون آبی برای آن‌ها صرف نظر کنید.

(۴) رفتار و افکار همجنسگراهراسانه یا همجنسگراستیزانه در انگلیسی هموفوبیا (Homophobia) نامیده می‌شود.

همسران (در صورتی که ازدواج کرده‌اید)، یکی دیگر از مهم‌ترین افرادی است که باید در نظر بگیرید. همسران از شما انتظار صداقت و یکرویی را دارد. هنگامی که از خود به شناختی کامل رسیدید برای همسران برون آیی کنید.

بهرتر است هنگام بحث آماده ارائه مدارک علمی جهت بیماری نبودن همجنسگرایی (و حتی دوجنسگرایی یا ترانسکشوالیته) باشیم زیرا افراد تحصیل کرده و حتی عامه در صورت مواجهه با اسناد و مدارک علمی، در می‌یابند که دانش کافی جهت قبول افراد دگرباش جنسی را نداشته‌اند. بعضی اوقات مثال زدن افراد موفق همجنسگرا نیز کمکی است به آن‌ها تا مطمئن شوند افراد دگرباش نیز انسانهایی موفق هستند و تفاوت در گرایش جنسی باعث لطمه به جامعه نمی‌شود. کمک به حذف باورهای منفی و اشتباه اجتماع از ذهن ناخودآگاه آن‌ها با بیان واقعیت‌های به روز دنیا گامی بسیار بزرگ برای آماده کردن آن‌ها جهت برون آیی می‌باشد.

درک موقعیت افراد کمک بسیار بزرگی در شناخت آن‌ها و شناخت زمان برون آیی برای آن‌هاست، وقتی شخصی تحت فشار روحی و روانی باشد، امکان درک مسئله‌ای مغایر با باورهای خود و اجتماع چندین برابر سخت‌تر از زمانی است که از نظر روانی تحت فشار نیستند؛ به بیان دیگر اگر شانس درک دگرباش بودن شما در حالت عادی از سوی آن‌ها ۵۰٪ است در حین فشار روانی تقریباً نزدیک به ۳٪ است.^۱

۲،۲،۲: عدم توجه به جنس مخالف^۲

دوستان و آشنایان شما^۳ معمولاً از شما سوال‌هایی در مورد دوست‌دختر یا دوست‌پسران می‌پرسند و نبودن جنس مخالف برایشان تعجب برانگیز است؛ عدم توجه به جنس مخالف می‌تواند اولین گام برای بیان یا برون آیی باشد.

خوب است در خلال زمانی که با آن‌ها صرف می‌کنید، در مورد جذابیت‌ها و ظرافت‌های جنس موافق نیز صحبت‌هایی بکنید. گفتن از جنس موافق و تعریف از آن‌ها این باور را به آن‌ها می‌دهد که شما فقط به آن‌ها به عنوان یک جنس زیبا نگاه می‌کنید و شاید گاهی این شبهه را در آن‌ها ایجاد کند که شما همجنسگرا هستید اما مطمئناً در اولین مرحله به صورت جدی از شما در مورد همجنسگرا بودن‌تان نخواهند پرسید. در صورت پرسش همجنسگرا بودن‌تان به صورت جدی به آن‌ها اطلاعاتی در مورد همجنسگرایی و صحیح بودن این رفتار بگویید و در گام بعدی با طنز بگویید که "حالا که باشم؟ چه می‌شود؟" اما اگر متوجه رفتارهای خطرناک^۴ شدید، جهت امنیت خود، از موضع خود کناره‌گیری کنید. در جامعه سنتی ایران رابطه زناشویی بسیار با اهمیت است و اگر سن افراد از محدوده‌ای خاص عبور کند احتمال اعمال فشار از سوی خانواده و کارفرما^۵ بالا می‌رود، در این مرحله می‌شود در برابر خانواده

(۱) میکال سی. لاسالا (مارچ ۲۰۱۱)، آیا باید برای خانواده خود برون آیی کنید؟، www.psychologytoday.com، دیده شده در آگوست ۲۰۱۵

(۲) عدم توجه به جنس مخالف برای همجنسگرایان بیشترین استفاده را دارد؛ همچنین برای ترنسکشوال‌های M to F که لزبین هستند و ترنسکشوال‌های F to M که گی هستند نیز قابل استفاده است. عدم رعایت کلیشه‌های قدیمی به آنچه صحیح پنداشته می‌شود بهترین کلید رفتاری در این مرحله است. نباید فراموش کنید که این بخش برای شما و همسران در صورت ازدواج بسیار سخت است پس تلاش کنید به وی نشان دهید که زیبا و جذاب است و شما از معاشرت با وی لذت می‌برید.

(۳) معمولاً به دلیل مسائل مذهبی و باورهای اجتماعی در بیشتر طبقات فکری ایران، رابطه دختر با پسر پیش از ازدواج ممنوع است؛ خواه این رابطه جنسی و خواه کلامی باشد. امروزه در برخی از شهرهای بزرگ رابطه دختر و پسر قبل از ازدواج در حد کلامی، برای آشنایی و آماده کردن ازدواج شدن با اطلاع بزرگتر خانواده مجاز است.

(۴) همانگونه که در بخش "خطرات احتمالی برون آیی" بیان شد ممکن است رفتارهایی جهت تهدید شما انجام دهند.

(۵) در ایران جهت اشتغال در برخی از مشاغل خاص ازدواج شرط است و یا برای مثال کارکنان هوانیروز پس از ۲۶ سالگی باید متأهل باشند در غیر اینصورت فشارهایی از سوی کارفرما (دولت) بر آنها وارد می‌شود.

در صورت استقلال مالی و عدم وابستگی شدید احساسی به آن‌ها) ایستاد، اما باید در نظر داشت که این ایستادگی ممکن است به وضعیت زندگی شما ضربه وارد کند^۱. می‌توانید به شوخی با آن‌ها از اینکه با دوستان همجنس خود اوقات شادی خوبی دارید دفاع و از ادامه پیدا کردن موضوع ازدواج جلوگیری کنید.

با توجه به موقعیت، حال زمان نشان دادن عدم علاقه جنسیتان به جنس مخالف است. برای شروع می‌توان هنگام بحث با دوستان و یا خانواده که از شما در مورد زندگی مشترک آینده‌تان پی‌پای سوال می‌کنند به وضوح بگویید که هیچ علاقه‌ای به جنس مخالف نداشته و ندارید؛ سعی کنید آرام و آهسته پیش بروید و با آشکار کردن سرنخ‌هایی جزئی آمادگی فرد را برای برون آیی بسنجید.

ابراز شادمانی از دیدن افراد همجنس، مثلاً خواننده یا شخصیت معروف محبوب‌تان، می‌تواند به آن‌ها نشانه‌ای دیگر بدهد که نسبتاً در راه برون آیی موثر است. تعریف و برشمردن ویژگی‌های افراد همجنس‌گرای معروف و اشاره به عدم علاقه آن‌ها به جنس مخالف از دیگر نشانه‌هایی است که می‌توان به خانواده و اطرافیان داد و آن‌ها را برای برون آیی شما آماده کرد.

بزرگترین راه می‌تواند معرفی یکی از دوستان موفق و همجنس‌گرایتان باشد، اگر افراد حداقل یک برخورد موفق و عالی با یک فرد از یک گروه داشته باشند می‌تواند آن پیش‌داوری منفی نهفته در وجودشان را از بین برده و واقعیت اینکه یک همجنس‌گرا نیز مانند بقیه در جامعه وجود دارد و موفق است را به ایشان نشان دهد. برای مثال می‌توانید پس از مدتی معاشرت با یکی از دوستان همجنس‌گرای موفق‌تان وی را آنگونه که هست معرفی کنید^۲.

۲،۲،۳: شناخت راه درست برای برون آیی

برای برون آیی راه‌های مختلفی وجود دارد که بسته به افراد و محیط و حتی زمان متفاوت می‌باشد^۳. انتخاب راه درست برای هر شخص بسیار مهم است زیرا ممکن است شیوه برون آیی که برای یک شخص خاص در برابر شخصی خاص موثر بوده باشد، برای شما و شخصی که می‌خواهید برون آیی کنید مناسب نباشد. برای برون آیی ۴ شیوه عمده وجود دارد که در ذیل به آن‌ها می‌پردازیم:

۱. نخستین و مرسوم‌ترین روش گفتگوی رو در رو است. گاهی اوقات شما به قدر کافی برای شخص مورد نظرتان اطلاعات جمع‌آوری کرده‌اید و وی نسبت به واقعیت این گرایش از نظر علمی تا حدودی آموزش دیده است و با بحث‌های گوناگون شدت همجنس‌گراهراسی وی را سنجیده‌اید و از عدم بروز رفتارهای خشن از سوی وی اطمینان دارید. می‌توانید وی را با چند دوست خود که علناً اعلام می‌کنند همجنس‌گرا هستند روبرو کنید و پس از دادن تمامی سرنخ‌هایی همچون عدم توجه به جنس مخالف و جذب به جنس موافق به صورتی بسیار آرام و شمرده به وی از حس و تمایلات همجنس‌خواهانه خود بگویید. گفتگوی تلفنی نیز می‌تواند یکی دیگر از شیوه‌های برون رو در رو باشد، در صورتی که هنوز نمی‌توانید از برخورد فیزیکی فرد مطمئن باشید و یا دسترسی به وی بسیار مشکل باشد گزینه بیان تلفنی پیشنهاد می‌شود.

(۱) در صورت فشار زیاد خانواده ترک آن‌ها از تن دادن به یک ازدواج اجباری بهتر است زیرا در ازدواج اجباری یک شخص و یک خانواده دیگر نیز درگیر می‌شوند. بر طبق آمار ازدواج‌های اجباری همجنس‌گرایان در ۹۹٪ مواقع به طلاق منتهی شده است. پس از طلاق فرزندان و هر دو سوی ازدواج - زن و مرد - آسیب روحی بزرگی می‌خورند که در برخی مواقع این آسیب روحی به آسیب‌های جسمی جبران ناپذیری می‌انجامد.

(۲) شایان ذکر است که باید ابتدا از عدم وارد شدن صدمه روحی و جسمی به آن فرد اطمینان حاصل کرد، برای این ابتدا باید نقشه خود را با دوستان هماهنگ کنید تا وی شگفت‌زده نشود.

(۳) برون آیی یک پدیده سخت و غیرقابل پیش‌بینی است، می‌توان با زمان بندی مناسب و برنامه ریزی از غیرقابل پیش‌بینی بودن آن پیش‌گیری کرد اما باید در نظر داشت که برخورد افراد بسته به محل زندگی، پیشینه‌ای که ما نمی‌دانیم و موقعیت فرد متفاوت است.

۲. دومین نوع نامه نگاری است. همان گونه که بیان شد هر شخص به نوعی با شنیدن اخبار غیر منتظره بهتر کنار می آید^۱، گاهی اوقات افراد ترجیح می دهند تا نوشته ای را بخوانند که از سوی شما برای آن هاست. نامه نگاری وقت بیشتری به افراد برای فکر کردن و تصمیم گیری می دهد.
۳. یکی از بهترین راه ها برای برون آیی، برون آیی در حضور یک روانشناس در جلسه ای گروهی است (این گزینه معقول ترین گزینه برای برون آیی در خانواده هایی است که هنوز نمی توانند قبول کنند که همجنسگرایی یک گرایش جنسی غیرقابل گزینش و کاملاً عادی است). افراد می توانند پس از اینکه با روانشناس خود صحبت کرده و از موقعیت خود گفتند در جلسه ای کاملاً رسمی در برابر آن شخص برون آیی کنند. این نوع از برون آیی به فرد شنونده این امکان را می دهد تا اگر از نظر علمی مشاوره و کمکی بخواهد فرد روانشناس می تواند وی را راهنمایی کند^۲. روانشناسان می توانند با توجه به آنچه پیشتر از خانواده فرد دگرباش فهمیده اند بیشترین کمک را به آن ها بکنند، شاید گاهی سخنان یک متخصص از جایگاهی بالاتر برای افراد قابل درک تر از آنچه ما به آن ها می گوئیم باشد.
۴. گاهی اوقات یک دوست مورد اعتماد یا قابل قبول می تواند بهتر از ما برای فرد یا افراد مورد نظر برون آیی کند. بهتر است که خود بیشترین اطلاعات را به مثلاً خانواده یا مخاطب بدهیم اما در صورتی که هنوز ما را به عنوان یک شخص منطقی قبول ندارند یک دوست مورد اطمینان بهترین راه برای برون آیی است. گاهی اوقات یک دوست می تواند بیشترین کمک را به ما بکند.
۵. برون آیی در یک جمع که دوستانتان شما را از نظر اطلاعاتی و عاطفی حمایت می کنند نیز یکی دیگر از راه های برون آیی است. در این شیوه دوستانتان در صورت ضعف اطلاعات مخاطب در مورد دگرباشان جنسی می توانند به وی اطلاعات کافی را بدهند.

۲،۲،۴: برون آیی

بهتر است برای برون آیی ابتدا از دوستان نزدیک و یا آن اشخاصی که اطلاعات علمی کافی را دارند شروع کنیم. دوستانی که شما را بپذیرند، در آینده کمکی بزرگی در برون آیی های بزرگترتان، مثلاً برای والدین، خواهند بود. اگر بتوانیم در اولین برون آیی تجربه ای خوب و مثبت داشته باشیم در برون آیی های بعدی نیز از روحیه ای بهتر برخوردار هستیم اما در صورتی که در اولین تلاش، با عدم پذیرش از سوی مخاطب قرار گرفتیم، به یاد داشته باشیم که او فقط یک شخص بوده است و عدم درک دگرباش جنسی بودن شما، فقط به وی لطمه می زند. در زیر نکاتی را که بهتر است در هنگام برون آیی به خاطر داشته باشید بیان می کنیم:

- باید همیشه خود را برای بدترین برخورد و موقعیت آماده کنید.
- منابع اطلاعاتی کافی قبل از برون آیی به آن ها بدهید. اگر چند روز پیش از برون آیی دوباره سرنخه هایی به آن ها بدهید و منابعی علمی در اختیارشان بگذارید، پیش از بیش از نظر روانی آماده پذیرش این امر از نظر علمی می شوند.
- بهتر است پوشش خود را تا حد امکان با عرف جامعه یکسان نگاه دارید، زیرا در هنگام برخورد با این نوع پوشش احساس اینکه شما نیز عضوی کاملاً طبیعی از جامعه هستید در آن ها پر

(۱) برای خود من نامه نگاری بهترین روش گفتگو با پدرم می باشد.

(۲) بهتر است در مورد مسئله باید و یا نباید برون آیی از سوی متخصص برای مراجعان مطلبی ذکر شود. گاهی فرد متخصص خود یک همجنسگرا است و این مساله مطرح می شود که باید این را بیان کرد یا نه؛ بهتر است فرد روانشناس نسبت به تجربه و دانش خود بسته به مراجع این مساله را بیان کند و یا اگر صلاح را در این دید که می تواند به عنوان یک دگرجنسگرا بیشتر به وی کمک کند از بیان این موضوع به شخص یا اشخاص مراجعه کنند پرهیز نماید.

- رنگ تر می شود.
 - بهترین زمان یا زمان طلایی برای همه افراد (غالباً ۹۹ درصد افراد) پیش نمی آید! پس اگر منتظر زمان مناسب هستید شاید هیچگاه زمان ۱۰۰ درصد مناسب فراهم نشود. در صورتی که زمان مناسب فراهم شد و شما آن را از دست دادید به معنای عقب نشینی نیست فقط بهترین زمان را پس از آن انتخاب کنید.
 - اگر در حضور یک جمع حمایت کننده (مانند دوستان، متخصص و احتمالاً مشاور). برون آیی کنید احتمال آنکه برخوردهای منفی از مخاطب دریافت کنید کمتر است. در حضور دوستان و متخصص که قبلاً با آنها از تصمیم خود گفته اید زمانی مناسب را انتخاب کرده و برون آیی کنید^۱.
 - حتماً با خود به این آمادگی برسید که با هر پیش آمدی توانایی مقابله را دارید.
 - انتخاب مکان مناسب، باید به مخاطب^۲ احساس امنیت بدهید و مراقب باشید تا احساس آسیب دیدگی نکنند. اگر مخاطب شما احساس کند می خواهید به وی آسیب بزنید^۳ در برابر شما ایستادگی می کند و احتمال اینکه دگر باش بودن شما را درک کند بسیار کم است. در هنگام برون آیی می توانید به آنها بگویید که چقدر برای شما عزیز هستند و شما آنها را به قدری مهم دانسته اید که می خواهید در برابرشان آنگونه که هستید باشید. به آنها یادآوری کنید که این آشکار سازی برای آن است که می خواهید با آنها صادق باشید و به دنبال یک رابطه عاطفی بسیار نزدیک بر پایه صداقت و دوست داشتن هستید.
 - به آنها بگویید که سالم هستید و هیچ خطری شما را تهدید نمی کند. آنها را وادار به پذیرش و درک آنی مساله نکنید، به آنها نشان دهید که سالم و خوشحال هستید. حس رضایت و خوشحالی شما به والدین این احساس را می دهد که آنها مقصر نیستند و این امر از حس احتمالی گناهکار بودن آنها کاسته و به درک بیشتر و سریع تر شما کمک می کند^۴.
 - به همسرتان بگویید که هیچ کس خود را به صورت صد در صد نمی شناسد و این که شما فکر می کردید بهترین کار ازدواج است، از وی به دلیل عدم صداقت پوزش بخواهید اما به دلیل گرایش جنسی خود عذر خواهی نکنید.
- اگر آشکار سازی بدون پیامد منفی باشد آن را یک برون آیی موفق می نامند در غیر این صورت، آشکار سازی ناموفق است.
- همیشه قدم به قدم باید پیش رفت، از اینکه به این مرحله از شناخت رسیده اید به خود ببالید و سعی کنید با موفقیت های بیشتر در اجتماع به آنها ثابت کنید تغییر در گرایش و هویت جنسی به معنای پس رفت نیست.

۲،۳: پس از برون آیی

شما به یک پارچگی هویت رسیده اید و با این خواست که گرایش و هویت جنسیتان را در کنار دیگر ویژگی های خود به افراد مهم زندگی تان گفته باشید، برون آیی کرده اید. پس از برون آیی باید چند نکته را در نظر گرفت که در این بخش به آنها اشاره می کنیم.

(۱) با توجه به اینکه باید بدترین حالت را در نظر گرفت، در صورت نیاز می توانید به خانه دوستانتان بروید.

(۲) در اینجا بیشتر مقصود والدین هستند.

(۳) از نظر احساسی، جسمی و یا مالی.

(۴) دکتر مایکل لاسالا (سال ۲۰۱۱)، www.psychologytoday.com، دیده شده در آگوست ۲۰۱۵

۲,۳,۱: دادن زمان

پس از برون آیی باید به فرد یا افراد مخاطب زمان داده شود تا با مساله‌ی جدیدی که برایشان مطرح شده است کنار بیایند. هیچگاه انتظار نداشته باشید که پس از برون آیی آنگونه که می‌خواهید در لحظه درک شوید زیرا گرایش و هویت جنسی در کشوری سنتی و متعصب همچون ایران که نقوش جنس و جنسیتی همیشه در حال دیکته شدن هستند، در لحظه برای افراد قابل تغییر نیست. این تعاریف برای آن‌ها همچون فرمول ساده ریاضی ۲ به علاوه ۲ مساوی ۴ نیست، بلکه تمامی آن معادلاتی که سعی شده از سوی دولت و دین به آن‌ها از کودکی دیکته شود از بین می‌روند.

برای پدر و مادر، دست و پنجه نرم کردن با احساس شرم و گناهی که بر روی دوششان سنگینی خواهد کرد آسان نیست. به یاد بیاورید که برای شما چه مقدار زمان طول کشید تا به یکپارچگی رسیدید و تصمیم به آشکارسازی گرفتید، پس حداقل به آن‌ها یک چهارم آنچه برای شما طول کشید زمان بدهید. برای همسران احترام زیادی قائل باشید و در صورت خواست ایشان تمامی حقایق را از جمله سکستان را بیان کنید. وی به عنوان شریک روحی و جنسی شما حق دارد که از شما حقیقت را بشنود و همچنین برای وی در صورت نیاز حق هرگونه آزمایشی را نیز باید به رسمیت شناخته و با احترام برخورد کنید.

شاید نیاز داشته باشید بارها و بارها به آن‌ها توضیح دهید، با حوصله و صبر به آن‌ها هر اطلاعاتی که می‌خواهند بدهید. اطلاعات مورد نیاز آن‌ها می‌تواند علمی مانند بیولوژیکی، ژنتیکی و یا روانشناسی باشد یا سوالات متفرقه‌ای همچون دید روشنفکران یک مذهب به همجنسگرایی. تمامی اطلاعاتی را که فکر می‌کنید مورد نیازتان خواهد بود را جمع آوری کنید و به خاطر داشته باشید هر شخص به یک سری اطلاعات خاص نیاز دارد. لازم به ذکر است که تحقیق و جمع آوری عقاید مخالف و موافق همگی برایتان سودمند است، زیرا پس از شنیدن و یا مطلع شدن از برخی نظرات ضد همجنسگرایی می‌توانید با یافتن جواب درست و منطقی آن در صورت نیاز استفاده کنید؛ پس هیچ اطلاعاتی بی‌استفاده نیست.

۲,۳,۲: عدم هراس از قضاوت شدن

پس از آشکارسازی نباید منزوی شد، در برخی اوقات فرد از ترس اینکه افراد چه قضاوتی پس از برون آیی نسبت به وی دارند، از حضور در برابر آن‌ها خودداری می‌کند. افرادی که منظور برون آیی شما بوده‌اند نیاز دارند که اطلاعات جمع آوری کنند، عدم حضور شما ممکن است به آن‌ها این احساس را القاء کند که شما از آنچه هستید شرم دارید و این خود مانعی خواهد بود برای قبول و درک شما، و مسلماً فردی که خود از آنچه هست شرم دارد نمی‌تواند انتظار داشته باشد که از سوی دیگران پذیرفته و درک شود.

در بین برون آیی‌های متعددی که افراد نمی‌توانند شما را درک کنند، این کاملاً طبیعی است زیرا سطح تحلیل و مطالعه همه افراد به یکسان نیست. افرادی که شما را نمی‌پذیرند خود باید برای این عدم پذیرش چاره‌ای بیندیشند و عدم حضور شما در برابر آن‌ها احساسی را در ایشان ایجاد می‌کند که من به حق بوده‌ام و این حضور دگرباشان است که مشکل‌زا است، افرادی که همجنسگرایان و دگرباشان جنسی را قبول ندارند باید با این موضوع روبرو شوند که همچون آن‌ها، همجنسگرایان نیز در جامعه حضور دارند و عدم پذیرفته شدنشان از آن‌ها باعث از بین رفتن همجنسگرایی نمی‌شود. همانگونه که می‌گویند: "همجنسگرایی در ۱۵۰۰ گونه شناخته شده جانوری (از جمله انسان) دیده شده است و در

طول تاریخ نیز رایج بوده و بیماری نیست اما همجنسگراهراسی فقط در گونه انسان دیده می‌شود.^۱ پس به آن‌ها باید نشان داده شود همجنسگرایان همچون دگرجنسگرایان بدون هیچ شرمی از آنچه هستند وجود دارند.

حضور در جامعه از مهم‌ترین گام‌ها پس از برون آبی است، آشکارسازی شما برای ساختن (یا تحکیم) رابطه‌ای بر اساس صداقت بوده است پس از قضاوت شدن هراس نداشته باشید. مسلماً افرادی به شما توهین خواهند کرد^۲، اما دلسرد نشوید. قضاوت دیگران نباید باعث لطمه به زندگی شما شود بلکه آنچه شما را نکشد، قوی‌تر می‌کند.

۲،۳،۳: تلاش برای آگاه سازی

آگاه‌سازی افراد یا به عبارت دیگر دادن اطلاعات کافی به افراد پس از برون آبی می‌تواند به آن‌ها کمک کند که در صورت برخورد با یک دگرباش چگونه رفتار کنند. یک فرد می‌تواند با درک این موضوع که همجنسگرایی (و یا دگرباش جنسی بودن) یک بیماری نیست، دست کم یک دگرباش را یاری کند. بسیاری از دوستانتان شاید متوجه رفتار متفاوت برخی افراد در خانواده خود شده باشند. حال با این اطلاعاتی که شما به آن‌ها می‌دهید آن فرد می‌تواند با دیدی باز و البته واژگانی بهتر در صورت برون آبی وی به او و خانواده جهت درک بهترش کمک کند. شما به عنوان یک فرد آگاه می‌توانید آن دسته از اطلاعاتی را که به عمد به دانش‌آموزان و افراد جامعه داده نمی‌شود را به دست آن‌ها رسانده و آن‌ها را در شناخت بهترشان کمک کنید. گاهی افراد تا مرحله مقایسه هویتی پیش می‌روند و به دلیل حجمه سنگین مذهب و تعصب، عدم دسترسی به منابع آزاد اطلاعاتی و ترس از بیان آن با متخصص خود را انکار می‌کنند. شما می‌توانید با آگاه کردن آن‌ها از آنچه که باید بدانند گامی موثر در زندگی آینده‌شان به آن‌ها نشان داده باشید.

بحث‌های دانشجویی^۳، بحث‌های خانوادگی و گفتگوهای روزمره زمانی مناسب برای بیان مسائل و مشکلات هستند، می‌توانید با پرسیدن نظرشان در مورد دگرباشان جنسی، عدم داشتن اطلاعات کافی آن‌ها در مورد دگرباشان جنسی را به ایشان نشان دهید و یا اطلاعات غلطی را که در بیان آن‌هاست را اصلاح نمایید. هرگونه اطلاعات صحیح منجر به برخورد بهتر و آگاهانه‌تر افراد با دگرباشان جنسی است. به یاد داشته باشیم شاید یک نفر با دریافت این اطلاعات بتواند به دیگران کمک کرده و یا آن‌ها را بهتر درک کند.

۳- مزایا و خطرات برون آبی

انسان با آنچه ناشناخته و یا عجیب بینداردش، بسیار موضع گیرانه و سخت برخورد می‌کند. همجنسگرایی با آنکه در تمام طول تاریخ بشریت وجود داشته چون در برهه‌ای به دلیل سختگیری‌های شدید، از دید عموم پنهان شد، امروزه مقوله‌ای جدید پنداشته می‌شود^۴. برون آبی مزایا و خطراتی را در

(۱) نویسنده نامعلوم (اکتبر ۲۰۰۶)، <http://www.news-medical.net/news/animal-species-practice--۱۵۰۰/۲۳/۱۰/۲۰۰۶/>

homosexuality.aspx، دیده شده در جولای ۲۰۱۵

(۲) در کشورهایی مانند کانادا و آلمان توهین و سخنان توهین آمیز نسبت به دگرباشان جنسی جرم است و عواقبی همچون جریمه مالی، اخراج از محل کار و حتی ممانعت از تدریس به همراه دارد.

(۳) در ایران برخی موضوعات تابو و ممنوعه هستند و صحبت کردن در مورد آنها می‌تواند مشکل آفرین باشد. همیشه باید در جمعی صحبت کرد که حتی در صورت بالا گرفتن مشاجره، خطری جان شما و البته موقعیت تحصیلی‌تان را به مخاطره نکشاند.

(۴) در ایران همجنسگرایی از سوی منابع و تریبون‌های دولتی با پسوند -بازی جهت تحقیر استفاده می‌شود و آن را پدیده‌ای غربی از سوی آمریکا برای از بین بردن بنیاد خانواده اسلامی می‌دانند.

جامعه امروزی فارق از جغرافیای فرد همجنسگرا دارد که به آن‌ها می‌پردازیم.
۳،۱: مزایا

- فرد پیش از برون آیی دارای ۲ چهره است. در یک سو فردی دگرجنسگرا است که مدام مجبور به ایفای نقش است و هیچ گاه نمی‌تواند احساسات خود را آنگونه که می‌خواهد بروز بدهد. این فرد همیشه در حال تظاهر به آن چیزی است که دیگران از وی انتظار دارند و این می‌تواند در دراز مدت به سلامت روحی فرد لطمه وارد کند. در سوی دیگر فردی است همجنسگرا که در کنجی فرو رفته است و نمی‌تواند به راحتی با جامعه از آن گروهی که با آن‌ها درارتباط است سخن بگوید. جمع‌های پنهانی، دوستی‌های پنهانی و عشق‌هایی که باید مخفی شوند. فرد در این زندگی پر تنش خسته می‌شود، احساس گناه می‌کند و از لحاظ جسمی و روحی بیمار می‌شود، محتمل‌ترین بیماری افسردگی است و حتی در اثر فشارهای روانی و استرس بیماری‌های مزمن و شایع به این نوع فشار از جمله زخم معده محتمل است. برون آیی، پایانی است بر این زندگی دوگانه و مشکلات آن.
- شاید یکی از مهم‌ترین فواید برون آیی، نفع عمومی آن باشد. یکی از شعارهای اصلی مدافعان حقوق دگرباشان جنسی جمله "آزادی همجنسگرایان، دگرجنسگرایان را نیز آزاد می‌کند" است. فشارهای وارده از سوی جامعه مختص همجنسگرایان نمی‌شود، بلکه دگرجنسگرایان هم حتی در جوامع پیشرفته زیر فشار نقوش جنسیتی هستند. اگر همجنسگرایان بتوانند حقوق پایمال شده خود را احیا کنند، دگرجنسگرایان نیز می‌توانند با شجاعت بیشتر زندگی خود را آنگونه که خود می‌خواهند، با تعاریف خود شکل دهند و با این نگاه، یک فرد برای شناخته شدن دیگر نیازی به تایید از سوی جامعه‌ای که در تعصب و سنت غوطه‌ور است ندارد بلکه افراد با دیدی انسانی‌تر با یکدیگر رفتار می‌کنند. جامعه‌ای که رفتار صادقانه را به دور از رفتارها و بودن‌های^۱ فرد در پیش بگیرد، از نظر روانی موفق‌تر و سالم‌تر از جامعه‌ای است که افراد در برقراری رابطه احتیاط و عدم راستگویی را سرلوحه قرار می‌دهند.
- دیگر مزیت برون آیی از بین بردن این چهره دوگانه فرد برای خودش است که باعث ایجاد اعتماد به نفس بیشتر، احساسی بهتر و خوشایند نسبت به خود، رابطه‌ای صحیح و بدون دروغ است. در برخورد با همجنسگرایان دیگر احساسی بهتر دارد و رابطه‌ای بهتر را می‌تواند برقرار کند. انسان یک موجود اجتماعی است و به همین دلیل آن دسته از ارتباطاتی که برپایه صداقت و عدم پنهان‌کاری باشد بیشترین بازده روانی را برای انسان دارد.
- تحقیقی در بخش سلامت عمومی دانشگاه بوستون^۲ نشان می‌دهد که دو سوم همجنسگرایانی که پس از برون آیی توسط خانواده پذیرفته شده‌اند، به صورت مشهودی از نظر سو مصرف مواد سالم‌تر از کسانی هستند که از سوی اعضای خانواده طرد شده‌اند. عدم خودکشی و درصد پایین صدمه به خود در دگرباشان پذیرفته شده از سوی خانواده، از دیگر نکات مثبت برون آیی است.
- ل‌بین‌ها و زنان دوجنسگرا پس از برون آیی بیشتر از مردان دوجنسگرا و همجنسگرا از موفقیت برخوردار می‌شوند. مردان در جامعه بیشتر از بیان زندگی جنسی خود در برابر خانواده نسبت به زنان معاف می‌شوند، پس زنان پس از بیان فشار کمتری را احساس می‌کنند^۳.

(۱) بودن‌ها عبارت است از آنچه که فرد در انتخاب آنها دخیل نیست، از جمله رنگ پوست، زبان مادری، محل تولد، گرایش جنسی و غیره.

^۲) <http://www.bu.edu/sph>

^۳) <http://www.huffingtonpost.com/coming-out>

۳،۲: خطرات برون آیی

خطرات برون آیی در بخش "۲،۱،۳: ارزیابی خطرات احتمالی برون آیی" به تفصیل بیان شد؛ در اینجا به صورت خلاصه جهت یادآوری به صورت تیتروار بیان می‌شود:

- عدم حمایت مالی از سوی خانواده
- عدم حمایت عاطفی از دوستان و خانواده
- برخوردهای غیرمنطقی و خشونت آمیز از سوی جامعه
- برخوردهای خشن و حتی فیزیکی
- بیرون انداخته شدن از خانه
- آزار، اذیت، تهدید و نفرت پراکنی بر علیه شما
- اجبار به تن فروشی و سواستفاده جنسی
- قطع ارتباط از سوی آشنایان
- شایعه پراکنی بر علیه شما
- عدم استخدام و تبعیض شغلی
- تمسخر و آزار کلامی^۱
- در صورت محرض شدن عمل جنسی همجنسگرایانه برای دستگاه قضایی ایران خطر حکم اعدام وجود دارد.^۲

۴- سخنی با خانواده

خانواده و دوستان افراد دگرباش جنسی، خواسته یا ناخواسته بیشترین آسیب را به یک فرد همجنسگرا و در کلیتی بزرگتر به یک دگرباش جنسی وارد می‌کنند. گستره این آسیب از وارد کردن آسیب‌های روحی مانند وارد کردن استرس با رفتارشان آغاز شده و در برخی مواقع با آسیب‌های جسمی و جانی مانند قتل این افراد می‌باشد. برای بسیاری از افرادی که در جامعه‌ای مذهبی و متعصب، بدون دسترسی به اطلاعات روز پرورش یافته‌اند همجنسگراهراسی امری دور از انتظار نیست اما تبعیت از ندانسته‌ها و تعصب بدون تحقیق از بزرگترین خطاهای بشر است که تا به امروز باعث وارد شدن صدمات جبران ناپذیری به بشریت شده است. حال بیاپید در نظر بگیرید روزی فرزند، دوست و یا یکی از آشنایانتان که شما وی را محترم شمرده و بسیار دوست می‌دارید برای شما برون آیی کند یا به دگرباش جنسی بودن وی پی ببرید، واکنش شما چیست؟

اگر یک نفر برای شما از دگرباشان جنسی سخن بگوید اولین پاسخ شما چیست؟ اولین برخورد شما چیست؟ چگونه وصفشان می‌کنید؟ احتمالاً برای قشر بزرگی از جامعه کلماتی همچون کثافت، ابنه‌ای، مریض جنسی، هرزه، تنوع‌طلب، شهوتران، چنده‌ش و دیگر القاب زشت اولین وصفی است که برای این دسته از افراد جامعه دارند. برای برخی نیز که مطالعات بیشتری داشته یا دید بازتری نسبت

(۱) همانگونه که به تفصیل بیان شد، عدم حمایت از جنبه‌های مختلف مالی و عاطفی از بزرگترین مشکلات برون آیی است. در صورت قطع حمایت مالی، احتمال تأثیر آن بر روند تحصیلات نیز دور از انتظار نیست. آزارها و تهدیدهای کلامی نیز از شایع‌ترین رفتارهای ناصحیح پس از یک برون آیی ناموفق هستند. تبعیض در نوع رفتار و حتی شاید عدم استخدام را نیز باید در نظر گرفت.

(۲) ماده ۲۳۴ قانون مجازات اسلامی: "حد مجازات لواط [لواط عبارت از دخول اندام تناسلی مرد به اندازه ختمگاه در دبر انسان مذکر است.] برای فاعل، در صورت عرف، اکراه یا دارا بودن شرایط احصان [احصان عبارت است از آنکه مرد همسر دائمی و بالغ داشته باشد و در حالی که بالغ و عاقل بوده از طریق قبل با همان همسر در حال بلوغ و جماع کرده باشد و هر وقت بخواهد امکان جماع از همان طریق را با وی داشته باشد.]، اعدام و در غیر این صورت صد ضربه شلاق است. حد لواط برای مفعول در هر صورت (وجود یا عدم احصان) اعدام است."

به جامعه دارند می‌دانند که همجنسگرایان و دگرباشان جنسی با آن تصویری که قشر ناآگاه جامعه دارند بسیار متفاوت هستند. در کل هنگامی که از یک اقلیت (چه مذهبی، چه سیاسی و چه جنسی) سخن به میان می‌آید، دید منفی، سنتی و در مجموع دیدگاهی که بدون تحقیق به اکثر ما ارث رسیده است برداشت غالب می‌شود و متأسفانه اکثراً نیز بدون هیچ منبعی علمی و معتبری در مورد آن مساله با برداشتهایی از دین، جامعه، فرهنگ و ... شروع به ارزیابی و تحلیل مسائل می‌کنند. بزرگترین گام برای سنجش هرنظریه برقراری ارتباط است. تا زمانی که شمای دگرجنسگرا رقبتی برای فهمیدن نشان ندهید، آگاه نخواهید شد. آگاهی شما فقط با خواندن افزایش پیدا نمی‌کند بلکه بخشی از فهم و ادراک با دیدن و شناختن کامل می‌شود. انسان به عنوان یک موجود اجتماعی برای بهتر فهمیدن برای برقراری ارتباطی سالم‌تر با جامعه نیازمند ارتباط گرفتن با جامعه اطراف خویش است، این گروه اطراف شامل خانواده، دوستان، افراد حاضر در محل کار و بعضاً افرادی در سطح خیابان و یا به عبارتی دیگر جامعه شهری است، ارتباطی صحیح و مفید است، که بر پایه صداقت و درستی بنیان نهاده شود. یک دگرباش جنسی مانند دیگر افراد متولد می‌شود و هیچگونه حق انتخاب یا گزینشی در مورد گرایش و هویت جنسی خود ندارد. این افراد همچون شما حق زندگی دارند و اگر برای شما برون آیی می‌کنند، به معنای اینست که می‌خواهند یک رابطه قوی و بدون دروغ را با شما داشته باشند، این برون آیی به معنای درخواست اجازه شما برای یک گزینش یا انتخاب نیست. درک و شناخت دگرباشان جنسی حتی برای خود آن‌ها در یک مرحله و یک لحظه صورت نمی‌گیرد، مسلماً شما به زمان و منابع اطلاعاتی نیاز دارید، می‌توانید از آن‌ها بخواهید که شما را در پیدا کردن جواب پرسشهایتان کمک کنند، حتی می‌توانید به متخصصان معتبر^۱ جهت مشاوره مراجعه کنید.

در این بخش سعی می‌کنیم با دادن اطلاعاتی هرچند مختصر، در درک این افراد، که بخشی از جامعه ما را تشکیل می‌دهند، شما را یاری کنیم.

براساس تحقیقی در موسسه ویلیام^۲، حدود ۴ درصد از جمعیت بزرگسال جامعه آمریکا را دگرباشان جنسی تشکیل می‌دهند. این ارقام کمترین حد را نشان می‌دهند و نوجوانان و جوانان زیر ۲۵ را شامل نمی‌شود؛ همچنین افرادی کاملاً به دگرباش بودن خود اطمینان ندارند یا به عبارت دیگر خود را هنوز نشناخته‌اند. اگر واقع بینانه بنگریم بیش از ۶ درصد این کشور را دگرباشان جنسی تشکیل می‌دهند. این آمار را نمی‌توان تماماً به جمعیت امروزه زمین تعمیم داد، اما تقریباً می‌توان نتیجه گرفت که حدود ۶ الی ۸ درصد جمعیت زمین را دگرباشان جنسی تشکیل می‌دهند.

برای بسیاری از افراد که با مساله همجنسگرایی و یا دگرباش جنسی بودن مساله مواجه می‌شوند این است که این رفتار آیا به تازگی در میان انسان‌ها به وجود آمده یا از پیش وجود داشته است؟ برخورد با همجنسگرایی افراد چگونه بوده است و آیا اصلاً در ایران این مساله وجود داشته است یا خیر؟ قبل از هر چیز رجوع می‌کنیم به بخشی از نوشته برتراند راسل:

"آن تصوراتی از زندگی و جهان که (فلسفی) نامیده می‌شود محصول دو عامل است: یکی تصورات دینی و اخلاقی که ما به ارث برده‌ایم، دیگری آن نوع تحقیقی که می‌توان علمی نامید، به شرط آنکه این کلمه را به وسیعترین معنایش به کار ببریم. در مورد نسبت دخالت این دو عامل در دستگاه‌های فلسفی، نظر فلاسفه بسیار متفاوت است، اما وجود مقداری از این دو عامل است که صفت مشخص

(۱) متأسفانه برخی از متخصصان (از جمله روانشناسان و روانپزشکان) به دلیل حضور در جامعه مستبد و متعصب ایران به دنبال علم روز در مورد دگرباشان جنسی نیستند و بعضاً با تجویزهای اشتباه به روح و جسم این افراد صدمه‌های جبران ناپذیری می‌زنند. بهتر هنگام انتخاب یک روانشناس، بی‌طرف بودن، عدم تعصب و به روز بودن علم وی را در نظر بگیرید.

(۲) گری جی. گیت (اپریل ۲۰۱۱)، چند نفر گی، لزبین، دوجنسگرا و ترنسکشوال هستند؟، <http://williamsinstitute.law.ucla.edu>، دیده شده در ژوئن ۲۰۱۵

فلسفه را تشکیل می‌دهد.^۱

به بیان دیگر اگر می‌خواهیم در مورد یک مساله به جوابی برسیم بهتر است از آنچه که به ما رسیده است فراتر رفته و در مورد هر چیز علمی برخورد کنیم تا به پاسخی صحیح برسیم. برای مثال اگر قصد داشتیم طبق سنت ۱۵۰۰ سال قبل^۲، زمین را مرکز دنیا و مسطح بدانیم پیشرفت‌های امروزی در زمینه هواشناسی، جغرافیا و غیره هیچگاه پدیدار نمی‌شدند.

رفتارهای همجنس‌خواهانه از نخستین زمانی که آدمی قادر به ثبت رخدادها بوده است نگاشته شده و هیچگاه مانند ۳۰۰ سال گذشته تا به این حد تحت فشار نبوده است. نخستین رفتارهای متمدنانه که از رفتارهای همجنس‌خواهانه ثبت شده متعلق به جزیره کرت می‌باشد. در یونان باستان، رم باستان، فرانسه تا قبل از انقلاب صنعتی، ایران و غیره همگی ردپایی از این نوع رابطه پیدا می‌شود.

در ادبیات ایران بزرگانی همچون حافظ و سعدی نوشته‌هایی بسیار در مورد روابط همجنس‌خواهانه زمان خود را به نظم درآورده‌اند و آثاری چون ناظر و منظور نوشته‌ی وحشی بافقی همگی به وجود روابط همجنس‌خواهانه در طول تاریخ اشاره دارند. در دوران صفویه نیز مراکز به نام "مرد خانه" به معنای خانه‌ی مردها دایر بوده است که حتی با پرداخت مالیات زیر نظر دولت شیعی و اسلامی وقت مشغول به فعالیت بوده‌اند.

در دیگر کشورها از جمله ترکیه (یا امپراطوری عثمانی که از یونان امروزی تا حجاز و مصر گسترده بوده) آلمان، هند و غیره نیز این نوع از رابطه وجود داشته است. کلیسا، مساجد و مراکز مذهبی طی چند قرن گذشته با اعمال فشار به دنبال نفوذ بیشتر بر سیاست روز بوده‌اند و از آن نکاتی که بیشتر بر آن اشاره کرده‌اند همجنسگرایی بوده است.

از درمان‌های معمول برای همجنسگرایی در دهه‌های ۵۰ و ۶۰ میلادی شک‌های الکتریکی، بستری شدن در تیمارستان‌ها جهت دوری از محیط، جراحی مغز، داروهای مخلل دستگاه‌های جنسی و روانی بوده است.^۳ نتیجه این نوع از درمان‌ها مرگ، خودکشی‌های زیاد در اثر افسردگی شدید، اختلال روانی در اثر شک‌های شدید برقی و دیگر صدمات جسمی و روحی بود. یکی از معروف‌ترین اشخاص قربانی این شکنجه‌ها "آلن تیورینگ" پدر علم کامپیوتر بوده است.^۴

پس از جنگ جهانی اول و دوم که همجنسگرایان بسیاری تحت تاثیر قرار داد، جنبش‌های حقوق‌بشری و دگرباشان جنسی برای برچیده شدن این قوانین ظالمانه شروع به فعالیت کردند که نهایتاً در اول آپریل سال ۲۰۰۱، هلند^۵ پیشگام به رسمیت شناختن تمامی حقوق این بخش از جامعه با رسمیت شناختن حق ازدواج و فرزندخواندگی آن‌ها شد.

پیش از آن نیز در دسامبر سال ۱۹۷۳^۶، همجنسگرایی، از لیست بیماری‌های اختلال روانی "انجمن روان‌پزشکی آمریکا"^۷ با رای ۱۳ به صفر حذف شد. در سال ۲۰۱۵ نیز حق ازدواج همجنسگرایان با حکم فدرال در سراسر آمریکا به رسمیت شناخته شد.

شخصی که شما را لایق دانستن حقیقت می‌داند، شما را محترم و قابل اعتماد دانسته و طبیعتاً

(۱) برتراند راسل، تاریخ فلسفه غرب، ترجمه: نجف دریابندری، تهران، شرکت سهامی کتابهای جیبی، ۱۳۵۱ چاپ سوم، مقدمه

(۲) باور مراکز مذهبی و متعصبی همچون کلیسا در مورد مرکزیت زمین و یا مسطح بودن زمین در آیات مختلف قرآن (نوح ۲۰، نمل ۶۱، حجر ۱۹ و ...).

(۳) https://en.wikipedia.org/wiki/Conversion_therapy

(۴) https://en.wikipedia.org/wiki/Alan_Turing

(۵) https://en.wikipedia.org/wiki/Same-sex_marriage_in_the_Netherlands

(۶) https://en.wikipedia.org/wiki/1973_in_LGBT_rights

(۷) نویسنده نامعلوم (۲۰۱۱)، گرایش جنسی، <http://www.psychiatry.org/mental-health/people/lgbt-sexual-orientation>، دیده شده در جولای ۲۰۱۵

انتظار رفتاری محترمانه و مشابه را دارد. پذیرفتن یک مساله که به عنوان تابو بیان و آموزش داده شده است راحت نیست، اما به صرف اینکه یک فرهنگ به شما ارث رسیده است نمی‌توانید آن را مرجع قلمداد کرده و با آن هر مساله‌ای را ارزیابی کنید.

همجنسگرایی بر اساس علم روز نه تنها در گونه انسان که در بیش از ۱۵۰۰ گونه از جمله حشرات، پستانداران، پرندگان و غیره، دیده و ثبت شده است. این حقیقت با نظریه اینکه این رفتار فقط از انسان مدرن ظاهر می‌شود در تناقض است. از نظر علم ژنتیک هیچ ژن خاصی جهت همجنسگرا شدن افراد وجود ندارد اما با استناد به تحقیقی که بیش از ۴۰۰ برادر همجنسگرا را از سال ۱۹۹۳ مورد بررسی قرار داده است حضور یک ژن بر روی کروموزم X به نام Xq28 احتمال همجنسگرا شدن یک فرد را بیشتر می‌کند^۱. این تحقیق نشان می‌دهد که احتمال همجنسگرا بودن ۲ برادر از والدینی مشترک، در صورت همجنسگرا بودن یک از آن‌ها بیشتر از زمانی است که ۲ برادر از پدر یا مادر مشترک باشند^۲. و اما شاید این سوال برایتان پیش بیاید که چرا آن‌ها باید برون آبی کنند و در جامعه به صورت علنی ظاهر شوند؟ یکی از شعارهای اصلی فعالان حقوق بشر و حقوق همجنسگرایان شعار "آزادی همجنسگرایان، دگرجنسگرایان را نیز آزاد می‌کند" است که از بین بردن محدودیت‌های جامعه را با کمک کل جامعه یادآور می‌شود؛ این محدودیت‌ها باعث ضربه به آزادی افراد می‌شود.

مهدی همزاد در بخشی از مقاله‌اش اینگونه می‌گوید: "همجنسگراها خودشان باید علنی شوند. اگر خودتان همجنسگرا باشید از شنیدن این حرف احتمالاً پشت‌تان لرزیده، چون مصائب و تنش‌هایی را به یاد آورده‌اید که همجنسگرایان از علنی شدن (کامینگ آوت کردن^۳) برای خانواده و آشنایان دچارشان شده‌اند، اما منظور این نیست که همجنسگرایان باید حتماً برای خویشاوندان یا برای تمامی کسانی که می‌شناسند خود را فاش کنند. هر گی یا لزبینی دست کم یکی، دو دوست دارد که بتواند برای آن‌ها از پستو دربیاید. همین کافی است. یک همجنسگرا بهترین منبع و بهترین چشمه برای آگاهی‌بخشی نسبت به همجنسگرایی است و هرکس دیگری هم که درک درستی از مسئله پیدا کند می‌تواند چشمه‌ای دیگر برای شناخت بخشیدن به دیگران باشد. وقتی همجنسگراهای متعدد آفتابی شوند، جزیره‌های متعددی از آگاهی شکل می‌گیرد و با افزایش تعداد و با گسترش پهنه این جزایر، می‌توان امیدوار بود که رفته رفته در درون جامعه، سرزمین یکپارچه و پهناوری برای آزادانه‌تر زیستن همجنسگرایان پدید آید.

فایده علنی شدن همجنسگرایان فقط این نیست که تصویر جامعه از آن‌ها بهبود یابد. چه بسا کسانی که صرفاً به افراد دور و بر خود و جمعی که با آن ارتباط بیشتری دارند اهمیت دهند و نه به دیگر مردمی که هیچ گاه با آن‌ها برخورد نخواهند داشت. جزیره‌ای که گفته شد، علاوه بر گسترش آگاهی کارکرد بزرگ دیگری هم دارد که ایجاد حلقه‌ای حمایتی برای فرد است؛ حلقه‌ای که فرد بتواند در آن بدون نقاب و تظاهر معاشرت کند؛ بی‌قید و بند حرف بزند و در آن حلقه فشاری برای محدود کردن خویش یا دگرگونه رفتار کردن احساس نکند. حلقه‌ای که فرد همجنسگرا در آن خودش باشد و احساس «سلامت» کند^۴.

(۱) اخبار دانشگاه کمبریج، سال ۴۵ام شماره ۰۷، پخش آنلاین نوامبر ۲۰۱۴، طب روانشناسی، <http://journals.cambridge.org/filed&۹۶۲۵۹۹۷=journals?aid.action/displayAbstract;jsessionid=A8E8۷۶F5۱EF6A۰E۱۱CD۷D۹D۶۰CB۵۸۱۳۵>

۲۰۱۵ = S۰۰۳۲۹۱۷۱۴۰۰۲۴۵۱ ، دیده شده در ژوئن ۲۰۱۵

(۲) برای مطالعه بیشتر و دقیق‌تر در زمینه علمی بحث دگرباشان جنسی می‌توانید به لینک <http://www.livescience.com/being--۵۰۰۵۸/gay-not-a-choice.html> مراجعه نمایید.

(۳) برون آبی کردن

(۴) مهدی همزاد (اردیبهشت ۱۳۹۰)، چرا باید علنی شد؟، <http://www.radiozamaneh.com/Up۲ihcQW۱zU.#۳۳۱۳۴> ، دیده شده در جولای ۲۰۱۵

۱) آن پی. هاس، خودکشی و خطرات خودکشی در جمعیت لژیبن‌ها، گی‌ها، دوجنسگراها و ترنسجنسرها: مرور و توصیه‌ها، ژورنال جنسیت‌شناسی انفسان، سال ۵۸م شماره یک (۲۰۱۰)، <http://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/00918369.2011.534038>، دیده شده در آگوست ۲۰۱۵

(۳) صراط نیوز، کد خبری ۱۹۶۵۰۸ (شهریور ۱۳۹۳)، [http://www.seratnews.ir/fa/news](http://www.seratnews.ir/fa/news-۲۱%D۸%AA%D۸%D۸-B۱%D۸%A۷%D۸%AA%D۸%۸۴%D۹%B۴%AC%D۸%۸۰E۲%۸۷%D۹%۸۵-A۷%D۸%B۱%D۸%-۸۷%D۹%B۳%D۸%B۱AF%D۸%D۸%۸۵%D۹%-B۱AA%D۸%AE%D۸%AF%D۸%D۸%-۸۷%D۹%A۸%D۸%AF%D۸%A۷AF%D۸%D۸%-۸۸%D۹%۸۴%D۹)، دیده شده در جولای ۲۰۱۵.

25

براساس تحقیقی در ژورنال جنسیت شناسی انسان، فقط در ایالت ماساچوست آمریکا که بالغ بر ۶,۵ میلیون جمعیت دارد، ۵۶۵۸ نفر بین ۱۸ تا ۶۴ سال برای دریافت راهنمایی و کمک به "سامانه سراسری نظارتی ایالات" تماس گرفته‌اند. توان صحبت کردن فرزندان در واقع قابلیت است که شما به آن‌ها آموزش می‌دهید و عدم گفتگوی آزادانه آن‌ها با شما باعث در خود فرو رفتنشان می‌شود^۱. لطفاً برای فرزندان از سن ۸-۹ سالگی منابعی در مورد مسائل جنسی فراهم کرده و آن‌ها را آموزش دهید تا مورد سوءاستفاده قرار نگیرند، و در صورت بروز، توانایی توضیح آن را داشته باشند.

از فرزندان دگرباش جنسی خود نهایت حمایت را به عمل آورید.

(۱) ژورنال جنسیت شناسی انسان، سال ۶۲، شماره ۹، ۲۰۱۵، <http://www.tandfonline.com/toc/wjhm20>، [current#.VcLCR_IVikp/http://www.tandfonline.com/toc/wjhm20](http://www.tandfonline.com/toc/wjhm20)، دیده شده در جولای ۲۰۱۵

هم چنین: (نوامبر ۲۰۱۲)، برون آبی برای خانواده در صورت موفقیت‌آمیز بودن برای سلامت مفید است، <http://www.huffingtonpost.com>، <http://www.huffingtonpost.com>، دیده شده در اگوست ۲۰۱۵



دو کتابچه دیگری که در همین راستا با حمایت همه جانبه سازمان بین‌المللی "اقدام آشکار جهانی" (اوت رایت) تهیه شده است نیز برای خوانندگان علاقمند قابل دسترس می باشد.