

## Ý NGHĨA ẨN DƯỚI NHỮNG HÁP DẪN ĐỒNG TÍNH

Tiến sĩ Joseph Nicolosi

Suốt 20 năm làm công tác tâm lý lâm sàng với những người có khuynh hướng đồng tính có “cái tôi - căng phồng”, tôi nhận thấy cơ chế của cảm xúc đồng tính luyến ái ở những người này như một dạng “chỉnh đốn bù đắp.” Khái niệm xu hướng bù đắp đã được nói tới nhiều trong tài liệu phân tâm học từ xưa tới nay; trong cách tiếp cận của chúng tôi, người có khuynh hướng này cố gắng “chỉnh đốn” những nhu cầu tình cảm không được đáp ứng (sự quan tâm, yêu thương và chấp nhận) cũng như bản sắc giới tính bị thiếu hụt (xem Nicolosi 1991, 1993) bằng hành vi tình dục đồng giới.

Cơ chế của cảm xúc đồng tính tạm thời giúp giải tỏa tình trạng căng thẳng hay lộn xộn nơi những thân chủ có cảm xúc đồng tính: đặc biệt đó là **cảm giác xấu hổ, sự quyết đoán đầy mâu thuẫn, trầm cảm mà tôi gọi là “Vùng xám” và cái nhìn xã hội của Cái Tôi Sai Lầm.**

Đối với thân chủ của tôi, đồng tính luyến ái không chọn lựa có chủ ý của họ, không thể hiện ý muốn hay bản sắc cá nhân của họ và đó là sự xâm phạm khát vọng và mục đích sống mà họ đã có. Lối sống đồng tính không làm họ thỏa mãn nên họ tìm đến trị liệu với hy vọng làm giảm bớt những ham muốn không mong muốn đó và phát huy những cảm xúc dị tính tiềm năng.

Hành vi đồng tính đối với những người này là một cố gắng để giữ trạng thái cân bằng tâm lý để duy trì sự thống nhất của cấu trúc bản ngã. Qua trạng thái cảm xúc đồng tính, một cách vô thức, họ tìm cách đạt tới trạng thái khẳng định, tự chủ, để có cảm giác mình là chính mình và kết nối với giới tính của mình nhưng họ không nhận ra rằng hành vi đồng tính cuối cùng chẳng mang lại cho họ những thứ mà họ mong muốn ấy mà chỉ là cảm giác giả tạo kéo dài và càng lúc càng đáng chán.

### Một lối sống lẩn tránh

Nhiều người mang cảm xúc đồng tính thường sống trong tình trạng cảnh giác với những khả năng có thể gây ra cảm giác xấu hổ. Điều này hình thành nên một lối sống lẩn tránh, che giấu, rút lui và tiêu cực.

Trong những trường hợp lâm sàng, chúng tôi nhận thấy sự xấu hổ này trở nên quá đà, gần như hoang tưởng với niềm tin lo sợ cho rằng người khác có khả năng tác động mọi người chống lại anh ta. Những mối dây liên hệ trong quá khứ với nỗi lo sợ thường xuất hiện từ những năm tháng dậy thì khi có kẻ bắt nạt anh ta kêu gọi những đứa bạn khác chống lại anh ấy. Có thể sự xấu hổ còn xuất hiện sớm hơn, khi mẹ anh ta với uy quyền của mình đã làm mọi thành viên khác trong gia đình chống lại anh ấy (trong cái nhìn của trẻ thơ).

Trọng tâm của cách trị liệu theo hướng “bù đắp, chỉnh đốn” đó là giúp thân chủ chuyển biến từ trạng thái xấu hổ, vốn gây ra những hạn chế trong Cái Tôi Sai Lầm, sang trạng thái quyết đoán dẫn tới Cái Tôi Đích Thực.

Đây là một vài chỉ dẫn:

<b>Cái Tôi Đích Thực</b>	<b>Cái Tôi Sai Lầm</b>
Cảm nhận được nam tính trong mình	Không cảm thấy mình nam tính
Cảm thấy thích hợp, bình thường	Cảm thấy thấp kém, không tương xứng
Cảm thấy an toàn, tự tin, thoải mái, có khả năng	Bất an, thiếu tự tin, không có khả năng
Trải nghiệm cảm xúc đích thực	Chai lì cảm xúc hoặc bị thay đổi, thái quá

Đầy năng lượng	Cạn kiệt năng lượng
Làm chủ cơ thể mình	Khách trọ trong cơ thể mình
Tự tin với cơ thể	Lo lắng vì sự xấu xí của cơ thể
Cảm thấy có sức mạnh, tự chủ	Cảm giác bị điều khiển bởi người khác
Chấp nhận sự không hoàn hảo	Mọi sự phải hoàn hảo
Năng động, quyết đoán	Thụ động
Tin tưởng	Phòng thủ
Gắn bó	Tách biệt
Hướng về phía trước	Rút lui
Tự nhiên	Gò bó, ngăn trở, “đóng băng”
Dễ tha thứ, chấp nhận	Lý sự, phẫn nộ
Thành thật, xác thực	Đổi vai, hay đóng kịch
Tìm đến với người khác	Tránh né
Khiêm tốn	Bi thảm hóa vấn đề
Biết đến người khác	Chỉ biết mỗi mình
Quyết đoán, dễ bày tỏ	Do dự, ức chế
Chín chắn trong các mối quan hệ	Không chín chắn
Tôn trọng quyền lực người khác	Không tôn trọng
Cảm thấy có sức mạnh	Cảm thấy mình là nạn nhân
Thông nhất, cởi mở	Hai mặt, bí ẩn
Hòa hợp với người khác giới	Hay hiểu lầm người khác giới
Nhìn người đàn ông khác cũng như mình	Bị cuốn hút bởi sự bí ẩn của người khác

#### NGƯỜI KHÔNG ĐỒNG TÍNH:

“Cuốn hút đồng tính hiếm khi xảy đến với tôi. Tôi có thể cố tình nhìn nó nhưng nó chẳng mây may tác động tôi.”

#### NGƯỜI ĐỒNG TÍNH:

“Tôi luôn nghĩ về đồng tính... Những cuốn hút tình dục với người nam chiếm lĩnh và thống trị suy nghĩ của tôi.”

#### **Tham khảo**

Nicolosi, J. (1991) *Reparative Therapy of Male Homosexuality*. Northvale, NJ: Aronson.

Nicolosi, J. (1993) *Healing Homosexuality: Case Stories of Reparative Therapy*. Northvale, NJ: Aronson.

Central to reparative therapy is assisting the client's transition from the shamed state that creates the restrictions of the False Self, into the assertive state that fosters the True Self.

Here are some guidelines:

## **TRUE SELF**

### **FALSE SELF**

Feels masculine

Feels unmasculine

Adequate, on par

Feels inferior, inadequate

Secure, confident, capable

Insecure, lacking confidence, incapable

Experiencing authentic emotions

Emotionally dead or alternatively, hyperactive

Energized

Depleted

At home in body

Body is object, not self

Physical confidence

Anxious clumsiness

Feeling empowered, autonomous

Feeling controlled by others

Accepting of imperfections

Perfectionistic

Active, decisive

Passive

Trusting

Defensive posture

With Others

Attached

Detached

Outgoing

Withdrawn

Spontaneous

Over-controlled, inhibited, "frozen"

Forgiving, accepting

Retaliatory, resentful

Genuine, authentic

Role playing, Theatrical

Seeks out others

Avoidant

Humility

Self-dramatization

Aware of others

Immature in relationship

Respectful of others' power

Resentful of others in power

Empowered

A victim

Integrated; open

Double life; secretive

Rapport with opposite gender

Misunderstanding of opposite gender

Sees other men as like self

Pulled by mystique of other men

NO HOMOSEXUALITY:

"Homosexuality rarely comes up for me. I can visualize it - but it doesn't have that compelling quality."

HOMOSEXUALITY:

"I'm in that whole gay mindset... Sexual attract guys preoccupies and dominates my entire ou

## **References**

Nicolosi, J. (1991) *Reparative Therapy of Homosexuality*. Northvale, NJ: Aronson.

Nicolosi, J. (1993) *Healing Homosexuality: Stories of Reparative Therapy*. Northvale Aronson.