

MOŠKI SEKSAJO Z MOŠKIMI

Ja, prav ste prebrale! Šokantno. Moški seksajo z moškimi – in ne, svet se ni podrl. Svet bo podrl kapitalizem, ne pa seks! Ne glede na to, ali gre za dolgoletne partnerje ali pa za povsem priložnostne stike, je spolno življenje med moškimi raznoliko, polno zanimivih zgodb in včasih malo manj znanih dejstev. V prispevku se bomo dotaknile pomembnih tem, kot so spolno zdravje, stigma in družbeni izzivi, s katerimi se srečujemo MSM osebe v naši družbi. V tem prispevku bomo problematike le orisali, za vse, ki vas zanima več, pa priporočam branje dodatnih prispevkov, ki jih ponujajo kvir nevladne organizacije.

MSM (moški, ki imajo spolne odnose z moškimi) je izraz, ki vključuje vse moške, ki imajo spolne stike z drugimi moškimi, ne glede na spolno usmerjenost. V Sloveniji ta skupina ostaja pomemben del širše kvir skupnosti; kljub temu, da jo kvir skupnost dojema kot najbolj privilegirano identiteto v skupnosti, kar je morda res, se tudi MSM še vedno soočamo z izzivi, povezanimi z družbeno stigmo, spolnim zdravjem in dostopom do podpore.

Dotaknimo se družbenih in kulturnih vidikov MSM v Sloveniji

V zadnjih letih je vidnost kvir skupnosti v Sloveniji nedvomno zrasla, vendar to ne pomeni, da so izzivi izginili - v zadnjih dveh letih smo priča porastu nasilja nad kvir skupnostjo - kot dokaz za to se lahko le ozremo na nasilje na paradi ponosa v Ljubljani in tudi v Mariboru, požig mavričnih zastav in celo občasne napade na prostore našega društva s strani mladih fantov.

Tudi MSM še vedno pogosto doživljamo stigmatizacijo, diskriminacijo in predsodke, zlasti v manjših mestih in ruralnih območjih, kjer so tradicionalne vrednote bolj prisotne. V teh okoljih je tema spolne usmerjenosti še vedno obravnavana kot tabu, kar prispeva k občutku družbene marginalizacije MSM oseb, katere posledično živijo v anonimnosti in skrivajo svoje spolne aktivnosti. Podobno kot pri uporabi drog; prohibicija in stigmatizacija ne deluje - prinaša le manj varne spolne aktivnosti npr. seks pod vplivom drog, seks brez kondomov itd.

Ta "nevidnost" lahko povzroči dodatne težave – izoliranost, strah pred razkritjem in posledično oteženo iskanje podpore in skupnosti. Anonimnost, ki jo pogosto spremljajo družbeni pritiski in strah pred zavrnitvijo, vpliva tudi na spolno življenje MSM oseb. Veliko MSM oseb svoje spolne stike ohranja skrite, pogosto se zanašajo na priložnostne spolne odnose preko aplikacij ali na lokacijah, kjer lahko ostanejo anonimni. Stigmatizacija pomembno prispeva k širjenju spolno prenosljivih boleznih in k manjši udeležbi MSM na brezplačnih testiranjih, ki se že mnoga leta izvajajo v večjih mestih s strani Društva Legebitra.

Kulturni vidik te problematike je prav tako pomemben. V Sloveniji še vedno prevladujejo heteronormativni vzorci, ki MSM osebe pogosto potisnejo na rob družbe oz. v popolno anonimnost in skrivanje spolnih praks.

Medtem ko so kvir osebe vidne v javnosti in prevzemajo pomembne družbene pozicije (na primer zasedajo pomembna direktorska mesta, ministrstva, poslanska mesta, profesorske pozicije itd.) – pridobivajo pomemben družbeni kapital. Na drugi strani pa je marsikatera MSM oseba še vedno podvržena subtilni, včasih pa tudi odkrito homofobni stigmati. Ta lahko izvira iz verskih prepričanj, tradicionalnih vrednot in pomanjkanja izobraževanja o spolnih

usmerjenostih. K temu prav gotovo ne prispeva povečano nasilje in radikalno povečan homofobni diskurz med mladimi moškimi; v praksi to pomeni, da osebe, ki prakticirajo spolne odnose z moškimi glede tega ne morajo biti odprte v svoji družbi, saj bi bile deležne socialne izolacije in izključitve iz družbenih/prijateljskih skupin, ki so jih soustvarili skozi leta: nihče si ne želi biti "tisti peder".

MSM osebe se tudi pogosto soočamo s predsodki znotraj same LGBTQIA+ skupnosti. Biseksualni moški, na primer, so lahko dodatno stigmatizirani, saj jih včasih dojemajo kot "neodločene" ali "prehodne" med heteroseksualno in homoseksualno usmerjenostjo. Poleg tega so transspolne osebe znotraj MSM skupnosti pogosto spregledane ali marginalizirane. Ti medsebojni predsodki otežujejo ustvarjanje kohezivne in vključujoče skupnosti, kjer bi se vsakdo počutil varno in sprejeto.

Pozitivno je, da so v Sloveniji že bili vzpostavljeni varni prostori za MSM osebe, kjer lahko izražajo svojo spolno usmerjenost brez strahu pred stigmatizacijo. Neformalne podporne skupine, kvir organizacije in kulturni dogodki nudijo pomemben prostor za opolnomočenje in povezovanje MSM oseb, vendar negativna družbena naravnost do kvir oseb preprečuje, da bi se osebe redno ali sploh udeleževale varnih aktivnosti in iskale družbo in podporo v varnih in sprejemajočih prostorih.

Spolno zdravje in dostop do storitev MSM oseb

Spolno zdravje MSM oseb je ključnega pomena, še posebej ko govorimo o preprečevanju in obvladovanju spolno prenosljivih okužb (SPO), kot so na primer HIV, gonoreja, sifilis in klamidija. Slovenija na tem področju nudi določene brezplačne storitve, predvsem prek testiranja na HIV in druge SPO, ki jih izvajajo zdravstvene ustanove ter nevladne organizacije, kot je Legebitra. Na društvu DIH pa nudimo preventivni material kot so paketki kondomov in lubrikantov ali informativne zloženke, ter varen prostor na naši info točki, preko telefona in elektronske pošte, kjer smo dostopni za pogovor, vse to v sklopu programa "Pamet v roke, kondom na glavo", ki ga financira Ministrstvo za zdravje. Takšni programi predstavljajo pomemben del preventive, saj so MSM osebe v globalnem smislu ena izmed skupin, ki so zaradi različnih dejavnikov, kot so stigmatizacija in marginalizacija, bolj ranljive za SPO. MSM so namreč ena najmanj vidnih družbenih skupin v naši družbi.

Velik izziv je stigma, ki spremlja testiranja in odprto govorjenje o spolnem zdravju. Marsikatera MSM oseba se ali zaradi strahu pred razkritjem svojih spolnih praks ali zaradi družbene stigme izogiba rednim pregledom in rednim testiranjem. Ta strah pred razkritjem, pa naj bo ta pred družino, prijatelji, sodelavci ali celo zdravstvenimi delavci, vodi do nižje stopnje testiranja in posledično večjega tveganja za širjenje spolno prenosljivih okužb. Poleg tega pomanjkanje anonimnih storitev v nekaterih manjših mestih otežuje dostopnost MSM oseb do zdravstvene oskrbe, saj lahko lokalna, tesno prepletena skupnost še dodatno ogrozi njihovo zasebnost. V praksi to pomeni, da moški, ki je seksual z moškim pač ne gre na testiranje.

Programi osveščanja, ki jih izvajajo organizacije, specializirane za kvir zdravje, so v Sloveniji naredili ključne korake pri izobraževanju o varni spolnosti in pomenu zaščite. Slovenija, in prej Jugoslavija, sta se veliko naučile o HIV/AIDS pandemiji in ustvarili učinkovite programe, ki so preprečili radikalno razširitev pandemije v našem okolju.

Razdeljevanje kondomov in lubrikantov, ter razprave o PrEP (pre-exposure prophylaxis), ki je učinkovit način preprečevanja okužbe s HIV, postajajo vse bolj dostopne. Kljub temu pa PrEP ni dostopen vsem MSM osebami - tukaj je spet potrebno poudariti stigma, ki jo predstavljajo in producirajo zdravstvene ustanove, kar pomeni, da je informiranje o tej obliki preventive še vedno omejeno na določen del skupnosti, zlasti v večjih mestih, kjer je dostop do informacij lažji.

Poleg testiranj in preventivnih ukrepov je pomemben delček zdravja MSM oseb tudi dostop do zanesljivih informacij. Spletne platforme in aplikacije za zmenke, ki so priljubljene med MSM osebami, so postale pomembno orodje za širjenje informacij o spolnem zdravju. Kljub temu pa mora država še naprej vlagati v zagotavljanje zanesljivih, dostopnih in varnih storitev, ki MSM osebami omogočajo anonimnost, če jo potrebujejo; ter podporo, brez strahu pred obsojanjem ali stigmatizacijo.

Izboljšanje dostopa do teh storitev in zmanjšanje stigme okoli testiranja in odprtega pogovora o spolnosti sta ključna koraka za boljše zdravje MSM skupnosti. Spolno zdravje ni zgolj fizično vprašanje, ampak tudi družbeno – če MSM osebe nimajo podpore in varnih prostorov za pogovor o spolnih izkušnjah, so izpostavljene večjemu tveganju za zdravstvene in druge izzive, tako na fizični kot psihološki ravni.

MSM in pestrost spolnih praks in partnerskih odnosov

Spolno življenje MSM oseb je zelo raznoliko in pokriva širok spekter odnosov – od dolgoročnih, monogamnih zvez do priložnostnih spolnih srečanj. MSM osebe si, tako kot vsi, želimo različnih vrst odnosov, od globokih čustvenih povezav do seksualnega eksperimentiranja brez dolgoročnih obveznosti. Ta raznolikost ostaja predmet napačnih predstav in stereotipov, ki MSM skupnost neupravičeno stigmatizirajo kot bolj promiskuitetno v primerjavi z drugimi skupnostmi/identitetami. Družba sama ustvarja klimo, ki MSM osebe prisili v anonimnost - anonimno fafajnje v BTC-ju ni samo kink, je tudi izraz stigme in izolacije iz družbe.

Aplikacije za zmenke, kot sta Grindr, PlanetRomeo, Avanture itd. so med MSM osebami zelo priljubljene. Ponujajo namreč možnost spoznavanja partnerjev na lahek, hiter in (po želji) anonimen način, ne glede na to, ali iščejo prijateljstvo, zvezo ali zgolj priložnostno spolno srečanje. Dostop do platform, ki poudarja anonimnost in zasebnost, omogoča večjo svobodo pri raziskovanju spolnih želja npr. fetišev itd., kar tudi MSM osebami omogoča bolj odprto izražanje spolnosti.

Te aplikacije za spolna srečanja so prinašajo mnogo pozitivnega, vendar je treba opozoriti tudi na tveganja, ki jih lahko prinesejo priložnostni spolni stiki. Z večjo svobodo prihaja tudi mnogo večja izbira in mnogo večje tveganje, zlasti ko gre za spolno zdravje.

MSM osebe, ki se vključujejo v priložnostne spolne stike, so bolj izpostavljene spolno prenosljivim okužbam (SPO), če ne upoštevajo osnovnih zaščitnih ukrepov. Kondomi in

lubrikanti ostajajo ključni del varne spolnosti, saj učinkovito zmanjšujejo tveganje za prenos okužb, kot so HIV, gonoreja, sifilis, klamidija itd. Prav paketke kondomov in lubrikantov ponuja društvo DIH v okviru projekta *Pamet v roke, kondom na glavo*.

Redno testiranje je del odgovornega spolnega vedenja. Ne glede na to, ali so MSM osebe v dolgoročnih ali priložnostnih odnosih, je priporočljivo, da se redno testiramo za SPO, saj to pomaga preprečevati širjenje okužb ter ohranja tako naše lastno zdravje kot zdravje naših partnerjev. Zlasti priložnostni odnosi povečujejo tveganje za prenos okužb, zato je ključnega pomena, da se MSM osebe zavedajo pomembnosti testiranja in zaščite. To pa lahko dosežemo le s podpornimi programi in vključujočim javnim diskurzom; nekatere kvir organizacije to uspešno počnejo, vendar so zamejene v mnogih vidikih. Potrebno je povečati število prostorov, tudi izven Ljubljane, ki bodo ponujale pripomočke za varno spolnost in hkrati odpirale varne prostore za MSM in druge identitete, kjer lahko spoznavajo svojo spolnost in o tem debatirajo.

Raznolikost spolnih praks med MSM osebami vključuje tudi različne spolne preference in dinamike odnosov. Od monogamnih do poligamnih razmerji – MSM osebe raziskujejo spolnost, tako kot osebe drugih seksualnih identitet in to nam mora družba omogočiti in razumeti.

Sodobna tehnologija in aplikacije za zmenke so spremenile način, kako MSM osebe komuniciramo in vzpostavljamo odnose, vendar ostaja ključna odgovornost posameznikov, da skrbimo za svoje spolno zdravje in zdravje svojih partnerjev. Zavedanje o tveganjih, uporaba zaščite in odprtost v komunikaciji so bistveni elementi za zdravo spolno življenje, ne glede na vrsto odnosa ali spolno prakso.

Duševno zdravje moških, ki seksajo z moškimi

Duševno zdravje MSM oseb je pogosto spregledano področje. Sprejemanje lastne spolne identitete in seksualnih želja je lahko dolgotrajen proces, ki ga spremljajo notranje stiske in negotovosti, predvsem zaradi strahu pred stigmatizacijo ali zavračanjem s strani družine, prijateljev in širše družbe. Predvsem je za MSM osebe huda ovira moška homosocialnost - moški ne sprejemajo oseb, ki ne ustrezajo oz. si ne želijo slediti idealu hegemonne moškosti, v svoja socialna okolja in posledično producirajo izredno nevaren diskurz, ki je vsaj kvirfoben, mnogokrat pa združuje tudi druge "fobije" in "izme". To se danes še hitreje producira in radikalizira s pomočjo spleta (npr. fenomen incelov) in se v končni fazi pokaže tudi na ulici, npr. metanje jajc v prostore našega društva. Najmanj kar pa toksična homosocialnost povzroči je skrivanje in sram pred lastno identiteto in lastnimi spolnimi in/ali romantičnimi željami, ponotranjena homofobija itd.

Veliko MSM oseb že v mladosti doživlja občutke drugačnosti, kar lahko vodi v osamljenost, tesnobo ali sram, še posebej v okoljih, kjer so homofobni in heteronormativni pogledi prevladujoči, kar je v Sloveniji še vedno velika večina okolji.

Homofobija, ki jo MSM osebe doživljamo, se pojavlja na različnih ravneh – od institucionalne homofobije, ki se kaže skozi diskriminatorne zakone ali politike, do vsakodnevnih oblik homofobije, kot so žaljivke, ustrahovanje ali celo fizično nasilje. Poleg tega se MSM osebe pogosto soočajo z občutkom sramu, krivde in zanikanja - temu lahko rečemo ponotranjena

homofobija. Posledično skrivajo svoje spolne želje in jih prakticirajo v anonimnosti, ta pa pogosto ni varna.

Strah pred zavrnitvijo s strani družine in prijateljev lahko vodi do prikrivanja spolne usmerjenosti, kar še dodatno obremenjuje duševno zdravje. To skrivanje in življenjska "nevidnost" lahko povzročata stalno napetost, tesnobo in občutek izoliranosti, saj MSM osebe ne morejo odkrito živeti svojega življenja. Poleg tega lahko izkušnje homofobije vodijo v samodestruktivna vedenja, kot so zloraba substanc ali/ali tvegano spolno vedenje, kar še dodatno poslabšuje splošno zdravje in dobrobit posameznikov.

Za MSM osebe je izjemno pomembno, da imajo na voljo varne prostore, kjer se lahko počutijo sprejete in kjer lahko odkrito govorijo o svojih izkušnjah, težavah in izzivih brez strahu pred obsojanjem. Kvir organizacije v Sloveniji, kot so Legebitra, DIH, ŠKUC in druge, že ponujajo psihološko podporo, svetovanje, podporne skupine itd. za MSM osebe, kar jim omogoča, da najdejo skupnost in občutek pripadnosti. Varni prostori, kjer lahko MSM osebe izražajo svojo identiteto, so ključnega pomena za naše duševno zdravje in splošno dobro počutje.

Poleg individualne psihološke podpore je pomembno tudi krepitev družbene osveščenosti in izobraževanje širše javnosti o kvir tematikah, da bi zmanjšali stigmatizacijo in homofobine prakse. Vključujoča družba, ki ceni in sprejema raznolikost spolnih usmerjenosti prispeva k izboljšanju duševnega zdravja MSM oseb in posledično prinaša bolj odprte in varne spolne prakse.

Moški je torej lahko z moškim?

Spolno življenje MSM oseb v Sloveniji ni samo ena zgodba – je preplet družbenih, zdravstvenih in psiholoških izzivov, ki jih vsak posameznik doživlja na svoj način. Čeprav smo v zadnjih letih pričali večji vidnosti kvir skupnosti, še vedno obstajajo hude ovire, kot so stigma, predsodki in pomanjkanje dostopa do specializiranih storitev. Da bi MSM osebe lahko uživale življenje v vsej svoji raznolikosti, potrebujemo več osveščanja – in to ne le suhoparnih predavanj in člankov (kot je tale), ampak iskrenih pogovorov o temah, ki so pomembne.

Boljši dostop do zdravstvenih in psiholoških storitev bi lahko preprečil, da bi ljudje zaradi strahu pred razkritjem izpustili testiranja ali podporo, ki jo potrebujejo. In resno, ali ne bi bilo super, če bi lahko vsi živeli svoje življenje brez nepotrebnih skrbi?

Samo z gradnjo varnih prostorov – bodisi na dogodkih, v lokalih ali kar v vsakdanjem življenju, kjer so istospolne seksualne prakse spoštovane in sprejete, bomo MSM osebe v Sloveniji lahko zares živele svobodno, brez strahu in s širokimi nasmehi. Konec koncev, življenje je prekratko, da ne bi provali tiste seks gugalnice, a ne?