

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΕΙΣΑΓΩΓΗ: Γιατί υπάρχει αυτό το βιβλίο;	13
---	----

1. ΤΙ ΣΗΜΑΙΝΕΙ «ΕΙΜΑΙ ΓΚΕΪ»;

Γιατί υπάρχουν τα στερεότυπα;	21
Ο τρόμος της ομοφυλοφιλίας	23
Παιδιά χωρίς μέλλον	26
Η γκέι ή άντρας	28
Πώς μας επηρεάζουν τα στερεότυπα	32
Μήπως ισχύουν τα στερεότυπα;	34
Πώς μπορώ να αντιμετωπίσω τα στερεότυπα;	35
Τι είδους γκέι μπορώ να γίνω;	35
Εφαρμογή στην καθημερινότητα	37

2. ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΣ ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΣ: ΤΙ ΕΙΝΑΙ;

Μια έννοια γεννιέται	38
Γκέι: Κάτι που είμαι ή κάτι που κάνω;	43
Πόση ομοφυλοφιλία χρειάζεται για να βγω γκέι;	46
Πόσοι σεξουαλικοί προσανατολισμοί υπάρχουν;	52
Κυρίως στρέιτ	54
Άντρες που κάνουν σεξ με άντρες	56
Νέες ταμπέλες	57
Αμφιφυλοφιλία: Προορισμός ή φάση;	59
Γυναικεία αμφιφυλοφιλία	61

Ασεξουαλικότητα: Είναι σεξουαλικός προσανατολισμός;	63
Γεννιόμαστε ή γινόμαστε;	66
Ψυχολογικές «εξηγήσεις»	69
Βιολογικές «εξηγήσεις»	72
Γιατί το ερώτημα «Έγινα ή γεννήθηκα γκέι;» είναι επικίνδυνο . . .	73
Γιατί έχει τόση σημασία ποιο φύλο με ελκύει;	76
Εφαρμογή στην καθημερινότητα	79

3. ΤΑ ΠΡΩΤΑ ΣΚΙΡΤΗΜΑΤΑ

Γιατί κρυβόμαστε;	83
Γκέι 7 ετών	84
Μπερδεμένα παιδιά ή μπερδευτικοί γονείς;	88
Γκέι σε εφηβική ηλικία	91
Γκέι σε ενήλικη ζωή	92
Μήπως είναι φάση που θα περάσει;	94
Μπορώ να αλλάξω τον σεξουαλικό προσανατολισμό μου;	98
Εφαρμογή στην καθημερινότητα	101

4. ΤΙ ΦΥΛΟ ΕΙΜΑΙ;

Μου αρέσουν τα αγόρια, μήπως κατά βάθος είμαι κορίτσι;	111
Εφαρμογή στην καθημερινότητα	112

5. ΤΟ ΣΥΝΕΙΔΗΤΟΠΟΙΗΣΑ, ΤΩΡΑ ΤΙ ΚΑΝΩ;

Γκέι σημαίνει απώλεια	114
Άλλο παραδοχή, άλλο αποδοχή	118
Γκετοποίηση ή μήπως ομοφοβία;	126
Εφαρμογή στην καθημερινότητα	129

6. ΟΜΟΦΟΒΙΑ

Η πιο επικίνδυνη αρρώστια των γκέι	132
Πού οφείλεται η ομοφοβία; Κοινωνική μόλυνση	135
Μήπως είμαι κι εγώ ο/η ίδιος-α ομοφοβικός-ή;	139
Εφαρμογή στην καθημερινότητα	142

7. ΝΤΡΟΠΗ ΚΑΙ ΠΕΡΗΦΑΝΙΑ

Περήφανος που είμαι γκέι; Υπάρχει λόγος;	151
--	-----

8. ΘΗΛΥΠΡΕΠΕΙΑ ΚΑΙ ΑΡΡΕΝΩΠΟΤΗΤΑ

Αδερφοφοβία	157
Οι συνέπειες της αδερφοφοβίας	159
Κοινωνική απομόνωση	160
Αρρενοποίηση	160
Σχέσεις με τον πατέρα	161
Εξιδανίκευση του άντρα	162
Ευκολότερο κάμινγκ άουτ	162
Αγόρι, όχι άντρας	163
Πού οφείλεται η αδερφοφοβία;	167
Εφαρμογή στην καθημερινότητα	169

9. ΚΑΜΙΝΓΚ ΑΟΥΤ:
ΑΠΟΚΑΛΥΠΤΟΝΤΑΣ ΟΤΙ ΕΙΜΑΣΤΕ ΓΚΕΪ

Γιατί να το πω;	174
Φιλία χωρίς κάμινγκ άουτ δεν είναι φιλία	179
Λόγοι για να κάνουμε κάμινγκ άουτ	181
Γιατί να μην το πω;	184
Το πρώτο μου κάμινγκ άουτ	189
Πώς το λέω;	192
Κάμινγκ άουτ σε υφιστάμενες σχέσεις	194
Κάμινγκ άουτ σε νέες γνωριμίες	197
Πώς το λέω σε ομοφοβικά άτομα;	198
Κάμινγκ άουτ σε γονείς	201
Πότε δεν είναι σκόπιμο να ανοιχτούμε στους γονείς μας	205
Τα οφέλη ενός κάμινγκ άουτ σε γονείς	207
Τι να προσέξω πριν μιλήσω στους γονείς μου	209
Θα τους κάνω κακό αν τους το πω;	212
Τι να περιμένουμε από τους γονείς μας	214
Γιατί κάποιοι γονείς αντιδρούν τόσο άσχημα;	218
Τι στάση πρέπει να υιοθετούμε εμείς;	221
Ο κίνδυνος της αποξένωσης	223

Κάμινγκ άουτ σε μεγαλύτερη ηλικία	224
Κάμινγκ άουτ στο εργασιακό περιβάλλον	227
Επαγγελματική και προσωπική ζωή: Βρίσκοντας τη χρυσή τομή	233
Κάμινγκ άουτ στο διαδίκτυο	234
Τα κάμινγκ άουτ δεν σταματούν ποτέ	237
Τα κάμινγκ άουτ δεν είναι πανάκεια	239
Ξεμπρόστιασμα! Πώς το αντιμετωπίζω;	241
Εφαρμογή στην καθημερινότητα	244

10. ΓΚΕΪ ΣΕΞ

Διαφέρει το γκέι σεξ από το στρέιτ σεξ; Ναι!	252
Γιατί κάνουμε σεξ	257
Πώς κάνουμε σεξ;	260
Πρώτα σεξ ή πρώτα φλερτ;	263
Γνωριμία πριν από το σεξ ή μέσα από το σεξ;	265
Όταν η οικειότητα είναι εμπόδιο	267
Μύθοι για το γκέι σεξ	268
Πόσο σεξ είναι υπερβολικό σεξ;	271
Μήπως έχω εθιστεί στο σεξ;	273
Είμαι γκέι, αλλά δεν κάνω σεξ	275
Πώς μας επηρεάζουν οι ρόλοι στο σεξ;	277
Ποιος «παθαίνει» τι στο σεξ;	283
Απειλή στον ανδρισμό	286
Διείσδυση και εξουσία	289
Σεξουαλικοί ρόλοι σε σταθερές σχέσεις	300
Και οι βερς;	305
Πώς νιώθουμε οι έλληνες γκέι για τους ρόλους μας;	306
Εφαρμογή στην καθημερινότητα	311

11. ΟΜΟΦΥΛΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ

Κάνουμε σχέσεις οι γκέι;	314
Ομόφυλες και ετερόφυλες σχέσεις: Διαφορές και ομοιότητες	315
Πού τα πάμε ίδια;	316
Πού τα πάμε καλύτερα;	317
Πού τα πάμε χειρότερα;	335
Πού διαφέρουν τα αντρικά από τα λεσβιακά ζευγάρια;	339
Παίζει ρόλο στη σχέση το πόσο άουτ είμαστε;	342

Οι πρώην μας: Ένα νέο είδος συγγένειας	344
Μονογαμία: Μπορούμε οι γκέι να είμαστε σεξουαλικά πιστοί;	347
Σεξ μέσα στη σχέση	352
Μονογαμία της καρδιάς	354

12. ΜΠΟΡΟΥΜΕ ΝΑ ΚΑΝΟΥΜΕ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ;

Πού διαφέρουν τα παιδιά των ομόφυλων οικογενειών;	362
---	-----

13. ΑΛΛΗΛΟΚΑΛΥΨΗ

14. ΓΚΕΪ ΣΤΗΝ ΕΠΑΡΧΙΑ

15. ΓΕΡΝΩΝΤΑΣ ΩΣ ΓΚΕΪ

16. ΟΜΟΦΥΛΟΦΙΛΙΑ & ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

Ο θεραπευτής πρέπει να υποστηρίζει ενεργά την ομοφυλοφιλία	383
Τα σφάλματα που μπορεί να κάνει ένας ψυχοθεραπευτής	387
Μήπως καλύτερα να επιλέξω γκέι ψυχοθεραπευτή;	390
Gay Affirmative Therapy	392

17. ΕΞΟΥΔΕΤΕΡΩΝΟΝΤΑΣ ΤΙΣ ΛΕΞΕΙΣ ΠΟΥ ΜΑΣ ΠΛΗΓΩΝΟΥΝ

18. ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΜΟΥ ΕΙΝΑΙ ΓΚΕΪ: ΤΙ ΝΑ ΚΑΝΩ;

19. ΠΩΣ ΝΑ ΕΙΣΑΙ ΣΤΡΕΪΤ ΣΥΜΜΑΧΟΣ

20. ΧΡΗΣΙΜΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ	421
------------------------	-----