OD A DO Z O LGBTQIAP

imię i nazwisko/pseudonim:

.....

O osobach LGBTQIAP wiem:

a) ogromnie dużo
b) coś tam wiem
c) a kto to jest?

Od A do Z o LGBTQIAP.

Interaktywna książka przeciw dyskryminacji

Copyright: Fundacja Humanity in Action Poland 2019

Pomysłodawczyni: Małgorzata Kot
Autorki: Małgorzata Kot @gosiakot88, Sylwia Vargas @sylwiavargas
Autorstwo poszczególnych stron:
Sida Olesiak (str. 8, 58)
Agnieszka Stuczyńska (str. 62)
Michalina Maja Wojdowska (str. 48)
Natalia Dylewska (str. 62)
Anton Batsevych (str. 48)
Anton Batsevych, Arek, Patryk Ciałoń, Natalia Dylewska, Marcin Krosnowski, Dominik Kuc, Kasia Malinowska, Mewa, Sida Olesiak, Agnieszka Stuczyńska (s(str. 67-69, 72).

Konsultacja merytoryczna: Krystian Adamczak, Fundacja Akademia Młodych Głuchych , Arek, Anton Batsevych, Patryk Ciałoń, Natalia Dylewska, D. Fajt, Filip Frączek, Aga (Agata) Kostrzewa, Marcin Krosnowski, Bartek Krupa, Dominik Kuc, Tomke Lipiński, Kasia Malinowska, Monika Mazur-Rafał (Humanity in Action Polska), Becca Mui (GLSEN), Sida Olesiak, Stanisław Orszulak (Fundacja Trans-Fuzja), Maja Poćwiardowska, Magda Rakita, Amelia Sikorskie, Joanna Skonieczna (Kampania Przeciw Homofobii), Agnieszka Stuczyńska, Gabrysia Szelągiewicz, Nina Szewczyk, Anna Urbanek

Opracowanie graficzne i ilustracje: Marika Graczyk @marikalua
Redakcja językowa i korekta: Justyna Kot, Aleksandra Żdan
Matronaty:

kampania przeciw homofobii

Numer ISBN: 978-83-941197-4-4
Warszawa 2019

Publikacja powstała i została wydana w ramach projektu „Akceptacja – szeruję, działam i zmieniam!" realizowanego we współpracy z Humanity in Action Polska oraz przy wsparciu Ambasady U.S.A. w Polsce.

Embassy of the United States of America | Ambasada Stanów Zjednoczonych Ameryki

This publication was created as a part of project 'Share Acceptance! Act & Change' realized in cooperation with Humanity in Action Poland and funded by a grant from the United States Department of State. The opinions, findings and conclusions stated herein are those of the authors and do not necessarily reflect those of the United States Department of State.

Kilka niby-zasad:

→ Ta książka służy Tobie – korzystaj z niej, jak chcesz!

→ Rób tylko te ćwiczenia, na które masz ochotę.

→ To OKEJ, jeśli czujesz się zagubiona/y/_ lub zdezorientowana/y/_.

→ Każda strona to okazja do refleksji i zrobienia notatek.

Kilka uwag o języku:

- w książce używamy określenia osoby – jak zobaczysz dalej, istnieją więcej niż dwie płcie. Dlatego używamy terminu, który włącza osoby nieidentyfikujące się z tylko jedną płcią lub żadną z nich. Napotkasz też w książce symbol „_”, oznaczający Twoją formę, która może nie być typową, binarną formą żeńską lub męską;
- zamiennie stosujemy pojęcia: osoby nieheteronormatywne, osoby queer, osoby LGBTQIAP – traktujemy te terminy jako „parasole”, pod którymi znajduje się społeczność osób niewpisujących się w powszechny obraz płci i seksualności;
- gdy używamy określeń kobiety lub mężczyźni, oznacza to osoby, które same określają siebie jako kobiety bądź mężczyźni;
- w książce spotkasz się też z określeniem binarność płciowa, binarna/y – oznacza ono kulturowe założenie, według którego możemy być tylko kobietami albo mężczyznami;
- pamiętaj też, że język jest żywy i wciąż się zmienia! Cytując Słowackiego, zależy nam na tym „aby język giętki powiedział wszystko to, co pomyśli głowa”. Jak się wkrótce przekonasz, jeśli chodzi o seksualność i płeć, głowa myśli bardzo wiele!

ZADBAJ o siebie.

Jeśli pracując z tą książką (lub po prostu żyjąc swoim życiem), poczujesz, że jest Ci trudno, jesteśmy dla Ciebie.

Zadzwoń tutaj:

Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży:
116 111 (codziennie, 12:00–2:00).
Telefon zaufania Lambdy Warszawa:
22 628 52 22 (pon.–pt., 18:00–21:00).
Telefon zaufania Grupy Ponton:
22 635 93 92 (pt. 16:00–20:00).

Cyberbezpieczeństwo dla osób, które nie czują się bezpiecznie w domu/szkole:

- jeśli będziesz cokolwiek googlować, pamiętaj, żeby używać trybu **incognito** – w ten sposób wyszukane strony nie pojawią się w historii Twojej wyszukiwarki (ale wciąż mogą być widoczne w zapisie modemu);
- po zakończonej sesji **usuwaj** ściągnięte pliki z komputera i kosza;
- jeśli używasz systemu Windows, możesz **ukryć** pliki – będą widoczne tylko wtedy, jeśli w opcjach folderu zaznaczysz „pokaż ukryte pliki";
- **nie zapisuj** haseł do kont w internecie;
- **przemyśl** umieszczanie swoich danych osobowych lub wizerunku na stronach związanych ze społecznością LGBTQIAP.

GEJE

LESBIJKI

OSOBY QUEER

OSOBY INTERPŁCIOWE

OSOBY BISEKSUALNE

OSOBY TRANSPŁCIOWE

OSOBY PANSEKSUALNE

Jaki obraz osób LGBTQIAP wyłania się z Twoich skojarzeń?
Co ten obraz mówi o kulturze, w której żyjesz?
O kim słyszysz najwięcej w mediach, a o kim nie słyszysz wcale?

Wpisz „LGBT" w wyszukiwarkę i zapisz 10 pierwszych wyników:

JAKI JEST ICH WYDŹWIĘK?

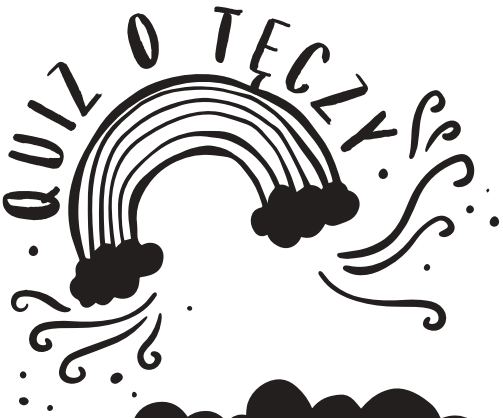
pozytywny neutralny negatywny

ZAPYTAJ 5 SWOICH ZNAJOMYCH O ICH PIERWSZE 3 SKOJARZENIA Z OSOBAMI LGBTQIAP.

Jeśli ich odpowiedź pojawi się na poniższym polu, zamaż ją.

OBNOSZENIE SIĘ	ZBOCZEŃCY	NOWOCZESNE WYMYSŁY	TO TYLKO FAZA	ROZWIĄZŁOŚĆ SEKSUALNA
CHŁOPAK, KTÓRY NOSI SPODNIE RURKI	PO CO TYLE LITEREK?	HOMO-PROPAGANDA	ZNIEWIEŚCIALI FACECI	MAM ZNAJOMEGO GEJA, ALE ON JEST CAŁKIEM NORMALNY
PO CO TE PARADY?	SŁOWO NA P	BINGO	MI NIE PRZESZKADZA, ALE..	PRZEBIERAŃCY
TO NIENATURALNE	PEDOFILIA	TO CHĘĆ ZWRÓCENIA NA SIEBIE UWAGI	SEKSUALIZACJA DZIECI	POPRAWNOŚĆ POLITYCZNA
ŻARTY Z WIĘKSZEJ NIŻ DWIE LICZBY PŁCI	FETYSZE, BDSM	A CO Z DUMĄ Z BYCIA HETERO?	ZAGROŻENIE DLA TRADYCYJNEJ RODZINY	ZOOFILIA

Jeśli masz niezamazanych:
5 i mniej kwadratów – niestety, Twoje otoczenie myśli o osobach LGBTQIAP stereotypowo,
13-15 kwadratów – Twoje otoczenie myśli o osobach LGBTQIAP mniej stereotypowo niż przeciętna osoba mieszkająca w Polsce,
23-24 kwadraty – obracasz się wśród osób, które nie myślą stereotypowo o osobach LGBTQIAP.



SPRAWDŹ, ILE WIESZ O SPOŁECZNOŚCI LGBTQIAP!

Pssst. Odpowiedzi szukaj na końcu książki.

1. Jak myślisz, ile jest osób LGBTQIAP w Polsce?

a) 20 tysięcy
b) 200 tysięcy
c) 2 miliony

2. W którym roku w całych Stanach Zjednoczonych wprowadzono równość małżeńską?

a) 2015
b) 2012
c) 2016

3. W którym wieku żyła najstarsza znana para homoseksualna?

a) XI wiek p.n.e.
b) II wiek n.e.
c) XXV wiek p.n.e.

4. W ilu krajach w Europie istnieje równość małżeńska? (dane ze stycznia 2019 r.)

a) 12
b) 16
c) 7

O CO CHODZI Z TYM CAŁYM LGBTQIAP?

Wszyscy znamy ten obraz płci i orientacji seksualnej, który zakłada, że płcie są tylko dwie, a kobiety mogą być w relacji tylko z mężczyznami i na odwrót.
To heteronormatywność lub tak zwana heteronorma. Jak zobaczysz na kolejnych stronach, jesteśmy jednak o wiele bardziej różnorodne/i/_, niż narzuca nam to heteronorma! Dwie płcie to za mało, by opisać różne tożsamości, a pociąg seksualny, emocjonalny, psychiczny możemy odczuwać do ludzi różnej płci, nie tylko innej niż nasza.

Skrót LGBTQIAP to termin „parasol", pod którym znajduje się społeczność osób niewpisujących sięw powszechny obraz płci i seksualności – są to osoby nieheteronormatywne.

ROZSZYFRUJ SKRÓT LGBTQIAP –

1. LESBIJKI
2. GEJE
3. OSOBY BISEKSUALNE
4. OSOBY TRANSPŁCIOWE
5. QUESTIONING
6. OSOBY INTERPŁCIOWE
7. OSOBY ASEKSUALNE
8. OSOBY PANSEKSUALNE

POŁĄCZ W PARY:

- A. osoby, które urodziły się z nietypowymi cechami płciowymi
- B. kobiety, dla których atrakcyjne są kobiety
- C. osoby, które identyfikują się z inną płcią niż nadaną im przy narodzinach
- D. osoby, które nie odczuwają pociągu seksualnego
- E. osoby, które odczuwają pociąg do osób więcej niż jednej płci
- F. osoby, które odczuwają pociąg do osób niezależnie od ich płci
- G. osoby poszukujące swojej płci i seksualności
- H. mężczyźni, których pociągają inni mężczyźni

[odpowiedzi:
1b, 2h, 3e, 4c, 5g, 6a, 7d, 8f]

FAKTY I MITY

Wokół społeczności LGBTQIAP krąży wiele krzywdzących mitów. Czas na fakty. Pamiętaj – rzetelna wiedza to Twoja obrona przed bzdurami. Googluj na potęgę, ale nie zapominaj, że ważna jest też jakość źródeł, z których czerpiesz wiedzę.

Osoby LGBTQIAP są wszędzie – FAKT

Na całym świecie żyją osoby LGBTQIAP i jest ich dużo! Według szacunkowych badań Instytutu Gallupa z 2018 r. osoby niehetero stanowią 4,5% populacji Stanów Zjednoczonych – to ponad 11 milionów osób. Niemal 6% Europejczyków identyfikuje się jako LGBT według badań Dalia Research z 2016 r. W Polsce jest to 4,9% społeczeństwa, czyli 2 miliony osób LGBT; w Niemczech jest to prawie 6 milionów osób, a w Hiszpanii to ponad 3 miliony.

[źródło: Instytut Gallupa 2018, Dalia Research 2016]

Homoseksualność = pedofilia – MIT

Pedofilia to zaburzenie, które polega na pociągu do dzieci – osób przed okresem dojrzewania, czyli jest związane z wiekiem, a nie z płcią; natomiast orientacja seksualna mówi o pociągu do osób tej samej płci. Polskie Towarzystwo Seksuologiczne podkreśla, że pedofilia nie ma związku z orientacją homoseksualną, a mylenie tych pojęć to nadużycie, które wynika z uprzedzeń i nieświadomości. Skąd biorą się więc informacje o tym, że osoby homoseksualne to pedofile? Są wynikiem pseudobadań m.in. Paula Camerona, który już 36 lat temu został wykreślony z listy naukowców Amerykańskiego Towarzystwa Psychologicznego za szerzenie nieprawdziwych informacji w świecie nauki.

[źródło: PTS 2017]

Osoby LGBTQIAP nadają ton kulturze – FAKT

Osoby nieheteronormatywne od wieków wzbogacają kulturę i naukę. Począwszy od starożytności i poetki Safony, poprzez malarzy i malarki, takich jak Leonardo da Vinci czy Frida Kahlo, aż do pisarzy i pisarek byli – Oscar Wilde czy Tove Jansson też byli osobami LGBTQIAP. Te osoby współtworzą świat muzyki – od kompozytora Karola Szymanowskiego, piosenkarki i aktorki Marlene Dietrich, do Freddiego Mercurego, Janelle Monáe, Hayley Kiyoko czy Sama Smitha. To osoby związane ze światem filmu i teatru, jak reżyser teatralny Krzysztof Warlikowski, reżyserki siostry Wacho-

wskie, aktorka Ellen Page, Laverne Cox czy reżyserka Kasia Adamik. To naukowczynie i naukowcy jak intelektualistka i pisarka Susan Sontag, historyczka i krytyczka literatury Maria Janion czy Alan Turing, matematyki jeden z twórców informatyki. Jak widzisz, świat rozwija się dzięki różnorodności!

Historia LGBTQIAP to historia odwagi – FAKT

Biografie osób niehetero to przykłady odwagi i siły w stawianiu czoła heteronormatywnej przemocy i dążeniu do równości. Przykłady? Karl Heinrich Ulrichs w XIX-wiecznych Niemczech, które kryminalizowały (traktowały jak przestępstwo) męską homoseksualność, publikował wiele prac o homoseksualności i apelował o zniesienie kryminalizujących przepisów. W czerwcu 1969 r. czarna trans kobieta i drag queen, Marsha P. Johnson, wraz z Sylvią Riverą, latynoską drag queen, stanęły na czele protestu wobec agresji policji, która zorganizowała nalot na bar Stonewall Inn, i wspierały bezdomną młodzież queer. W 2005 r., mimo zakazu wydanego przez ówczesnego prezydenta Warszawy, dzięki staraniom Fundacji Równości skupiającej wiele aktywistek i aktywistów Parada Równości przeszła ulicami Warszawy – jako nielegalna manifestacja. Na świecie istnieje mnóstwo organizacji na rzecz praw osób LGBTQIAP – największa sieć ILGA-World skupia ponad 1,5 tysiąca organizacji, które codziennie walczą o prawa osób LGBTQIAP.

HIV to domena gejów – MIT

Wirusem HIV może zakazić się każda osoba, która podejmuje kontakty seksualne bez zabezpieczenia – niezależnie od orientacji. Przekonanie, że HIV zakażają się tylko geje, wynika z tego, iż badają się oni częściej niż osoby heteroseksualne, a statystyki dotyczą właśnie badanych osób. Warto sprawdzić dane Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego – Państwowego Zakładu Higieny o zachorowaniach na AIDS według prawdopodobnej drogi transmisji wirusa HIV. Pokazują one, że w latach 2013-17 kontakty homoseksualne mężczyzn stanowiły 26,6% transmisji, a heteroseksualne – 21%.

[źródło: PZH 2018]

Homoseksualność jest po prostu OKEJ! – FAKT

Orientacja seksualna to część Twojej tożsamości, która mówi o tym, kto Cię pociąga, z kim chcesz uprawiać seks czy być w związku, a homoseksualność jest po prostu jedną z wielu orientacji. Świat naukowy 46 lat temu wykreślił homoseksualność z listy chorób i zaburzeń psychicznych DSM, a w 1991 r. z Międzynarodowej Klasyfikacji Chorób i Problemów Zdrowotnych ICD.
Niestety, niektórzy twierdzą inaczej i próbują „wyleczyć" nieheteroseksualną orientację za pomocą praktyk reparatywnych/konwersyjnych. Taka pseudoterapia, nieakceptowana przez naukę, jest niebezpieczna, bo wymuszanie zmiany jest wyrządzaniem krzywdy. Szkodliwość praktyk konwersyjnych została uznana w kilku stanach USA, na Malcie, w Tajwanie i w kilku regionach Hiszpanii, gdzie zakazano tych procederów. Pamiętaj więc – homoseksualność, tak samo jak heteroseksualność czy biseksualność, jest w porządku!

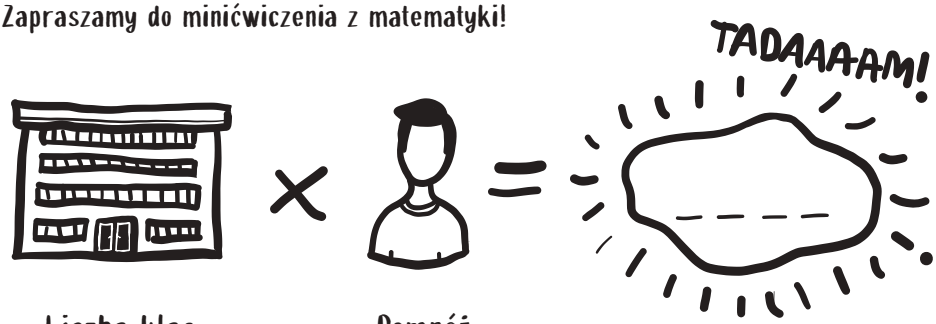
Jeśli ten temat Cię interesuje, polecamy stronę https://popierwszenieszkodzic.pl. A jeżeli jesteś osobą, która została poddana takiej pseudoterapii, na danej stronie znajdziesz informacje o tym, gdzie możesz uzyskać pomoc.

Kiedy zdecydowałaś/eś/_, że jesteś osobą heteroseksualną?

To pytanie nawiązuje do powszechnego stereotypu, że osoby LGBTQIAP takie tożsamości „wybrały". Odwrócone role w tym pytaniu (zastąpienie osoby homoseksualnej osobą heteroseksualną) w ironiczny sposób pokazują heteroosobom, jak absurdalnie może ono brzmieć.

Wrzędnie tęcza!

Czy jesteś ciekawa/y/_, ile jest osób queer w Twojej szkole?
Zapraszamy do minićwiczenia z matematyki!



Liczba klas w Twojej szkole × Pomnóż przez 1,5* = Tyle osób queer prawdopodobnie jest w Twojej szkole

A teraz pomyśl, że w Polsce jest ponad 22 tysiące szkół!
[źródło: GUS Oświata i wychowanie w roku szkolnym 2017/18]

Dodaj do tego także te osoby, które nigdy nie pozwoliły sobie pomyśleć o swojej orientacji czy tożsamości.

*Statystycznie w każdej klasie znajdziesz 1–2 osoby LGBT.
[źródło: Dalia Research 2016, z którego wynika, że osoby LGBT w Polsce to niemal 5% populacji]

TOŻSAMOŚĆ PŁCIOWA WSKAZUJE, JAK RÓŻNE OSOBY ODCZUWAJĄ SWOJĄ PŁEĆ I JAK SIĘ W TYM KONTEKŚCIE IDENTYFIKUJĄ. W DZISIEJSZEJ EUROPIE I AMERYCE PÓŁNOCNEJ KULTUROWO PRZYJĘŁO SIĘ, ŻE MOŻNA IDENTYFIKOWAĆ SIĘ TYLKO JAKO KOBIETA LUB MĘŻCZYZNA I PROWADZI TO DO WIELU ZAGWOZDEK. NA PRZYKŁAD:

• w sporcie przeważają poglądy, że poziom testosteronu, uważanego za hormon męski, ma decydujący wpływ na osiągnięcia danej osoby. Przez to osoby zażywające odżywki dla sportowców, osoby trans lub kobiety o naturalnie wysokim poziomie testosteronu mogą być wykluczane z rywalizacji w określonej kategorii;

• prawo, medycyna i biurokracja nadal nie do końca wiedzą, jak odnieść się do kwestii interpłciowości, o czym przeczytasz później;

• a co z osobami, które po prostu nie czują się ani kobietą, ani mężczyzną?

No dobrze, ale po kolei. Spójrz tutaj:

Na świecie było i jest wiele kultur i społeczności, które akceptowały i akceptują różnorodność w wyrażaniu swojej płci. Niestety, wraz z kolonizacją* i podbojem danych ludów, społeczności i kultur, osoby były zmuszane do przyjmowania zachodniego binarnego rozumienia płci. To, że wiele kultur nadal utrzymuje szersze zrozumienie płci, to tylko wynik ich tradycji, która przetrwała często wieki heteronormatywnej przemocy. Poniżej prezentujemy tylko kilka przykładów na to, jakie rozumienie płci istnieje lub istniało w różnych kulturach – przykładów jest o wiele więcej, googluj śmiało.

Two-Spirit
W niektórych plemionach północnoamerykańskich żyją osoby uznawane za two-spirit, czyli takie, które nie są ani mężczyznami, ani kobietami. U niektórych plemion osoby two-spirit pełnią/pełniły funkcje szamańskie.

Dziewice Kanunu
W Albanii są to kobiety, które przysięgają zachowanie dziewictwa i uzyskują prawa i przywileje przysługujące kulturowo mężczyznom. Wiele z dziewic mówi o przysiędze, jak o momencie zostania mężczyzną. Dzięki statusowi Dziewicy Kanunu również osoby trans unikały przemocy.

Hijra (hidżra)
To osoba, która nie utożsamia się z płcią męską albo utożsamia się z płcią żeńską – mogą to być osoby trans, interpłciowe, niebinarne czy wykastrowani mężczyźni. Choć hidżrowie są obecni w kulturze subkontynentu indyjskiego już od przynajmniej 300 r.n.e., to dopiero w 2014 r. hinduski Sąd Najwyższy uznał ich za przedstawicieli osobnej płci. Niestety, mimo zmiany stanu prawnego, hidżrowie nadal doświadczają ogromnego wykluczenia społecznego i przemocy z powodu dyskryminacji. To pokazuje, że normy kulturowe obowiązujące w danej społeczności mogą zmieniać się znacznie wolniej niż prawo.

Jak widzisz, co kraj, to obyczaj. To, w jaki sposób w danym społeczeństwie jest rozumiana tożsamość płciowa, jest bardziej obyczajem i pewnym konstruktem (czyli czymś wymyślonym) niż faktem. Potrzebna jest więc bardzo duża świadomość społeczeństwa. Bez tego biurokracja i niezmieniające się przez wiele lat prawo mogą powodować, że nadal będziemy doświadczać wykluczenia i przemocy.

Ale jak to jest z płcią u nas? Już tłumaczymy!

Media, państwo i prawo, w którym żyjemy, mówią nam, że mamy być kobietami lub mężczyznami. Tę normę kulturową nazywamy binarnością płciową. Ale są też osoby, które mówią: „jestem osobą, nie czuję, żeby ten podział odnosił się do mnie, nie umiem/nie chcę w płeć" – są to osoby niebinarne lub takie, które kwestionują całą ideę płci (gender-nonconforming).

---

* Kolonizacja odnosi się do najazdu jednego ludu na inny i przemocowego ustanowienia władzy, a co za tym idzie, nowej kultury i norm kulturowych; pomyśl o tym, kiedy uczysz się o Kolumbie. Nie odkrył on Ameryki, bo Ameryka była już dawno odkryta – przez osoby tam mieszkające.
Nie był bohaterem, był masowym mordercą. W wyniku kolonizacji zginęło nawet do 30 milionów rdzennych Amerykanów.

„Urodziłam się jako kobieta i czuję się dziewczyną. Jest super!” – tak powiedzą osoby cis płciowe (w skrócie cis), czyli takie, które czują się dobrze z płcią, jaką nadano im przy urodzeniu. Wiele z tych osób również ubiera się tak, jak według hetero normy powinna wyglądać i przyjmuje związane z nią role społeczne (np. chodzi w sukience i chce być matką).

Co jednak, gdy osoba czuje się kobietą, której nadano przy urodzeniu płeć K, ale woli wykonywać męski zawód lub ubierać się raczej niekobieco?
Odpowiedź jest prosta: nic. Niestety dla wielu osób taki stan rzeczy jest NIE DO POMYŚLENIA. Nie wierzysz? Pomyśl o tym, jak niektórzy reagują na cis kobiety w IT lub na budowie lub cis mężczyzn w balecie czy będących nauczycielami przedszkolnymi. Jak sądzisz, dlaczego niektóre osoby uważają, że zawód tych osób to powód do żartów?
Przy okazji: cross-dressing to styl, w którym ubierasz się w przeciwieństwie do stereotypowego ujęcia Twojej płci. **Ubieraj się, jak chcesz!**
Świat jest o wiele bardziej różnorodny. Są osoby, które nie identyfikują się z płcią, która została im nadana przy urodzeniu i/lub w jakiej były wychowywane. Kim są te osoby?

Szybkie przypomnienie, kim są trans kobiety i mężczyźni:
Osoba, której nadano przy urodzeniu płeć męską, która czuje się kobietą i identyfikuje się jako kobieta, to trans kobieta.
Osoba, której nadano przy urodzeniu płeć żeńską, która czuje się mężczyzną i identyfikuje się jako mężczyzna, to trans mężczyzna.
Pamiętaj! Przedstawiając osoby trans lub mówiąc o nich, używaj poprawnych form gramatycznych – do transkobiety zwracaj się, używając rodzaju żeńskiego, a do transmężczyzny – rodzaju męskiego.
A teraz psikus: wszystko, co jest napisane powyżej, może, ale nie musi być „poprawne”. Kiedy mówimy o płci, jedyną poprawną nazwą tożsamości danej osoby jest ta, którą ta dana osoba sama zdefiniuje.

Mamy już więc dwie główne opcje: osoby cis i osoby transpłciowe.
Czy to wszystko? Ha! Nie.
Istnieje bowiem różnorodność tożsamości płciowych i cech biologicznych. Są na przykład osoby o płynnej tożsamości płciowej (po angielsku *gender fluid*), które czasem utożsamiają się z daną płcią, a kiedy indziej z inną, lub osoby demi fluid, u których niektóre elementy tożsamości są jednej płci, a inne są zmienne. Wśród osób trans są też na przykład osoby transkobiece czy transmęskie, które niekoniecznie muszą dążyć do tego, żeby przejść procedurę uzgodnienia płci, ale raczej identyfikują się z szerszym pojęciem kobiecości, w tym z ubraniami, cechami, sposobem bycia. To tylko kilka przykładów. Ostatecznie to tylko nazwa Twojej tożsamości, która może się rozwijać i zmieniać, a Ty możesz zmieniać słownictwo, kiedy znajdziesz takie, które lepiej Cię określa.

Otwórzmy umysły i serca na to, że każda osoba sama najlepiej wie, kim jest, bez względu na to, czy my – jako jej otoczenie – to rozumiemy.

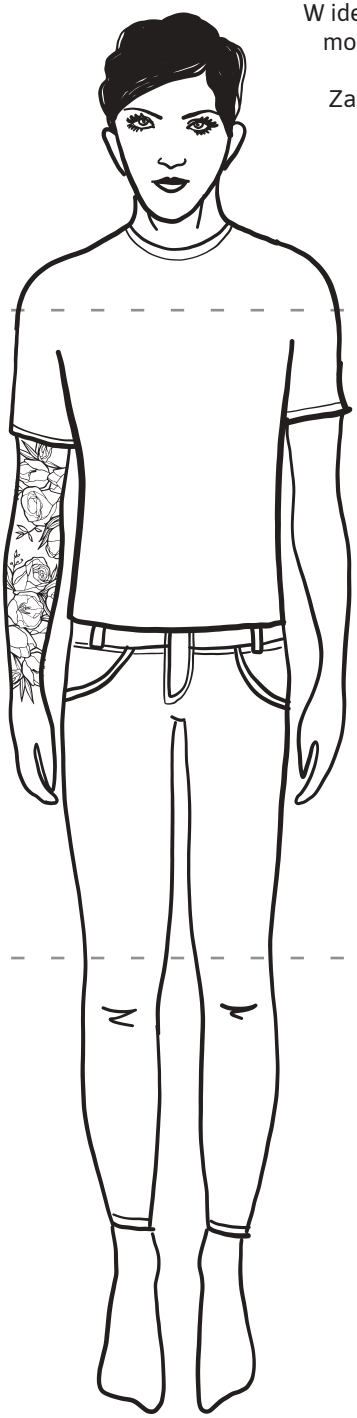
„KTÓRĄ KOBIECĄ CZĘŚĆ SIEBIE MUSIAŁEŚ ZABIĆ, ŻEBY PRZETRWAĆ W TYM ŚWIECIE?"

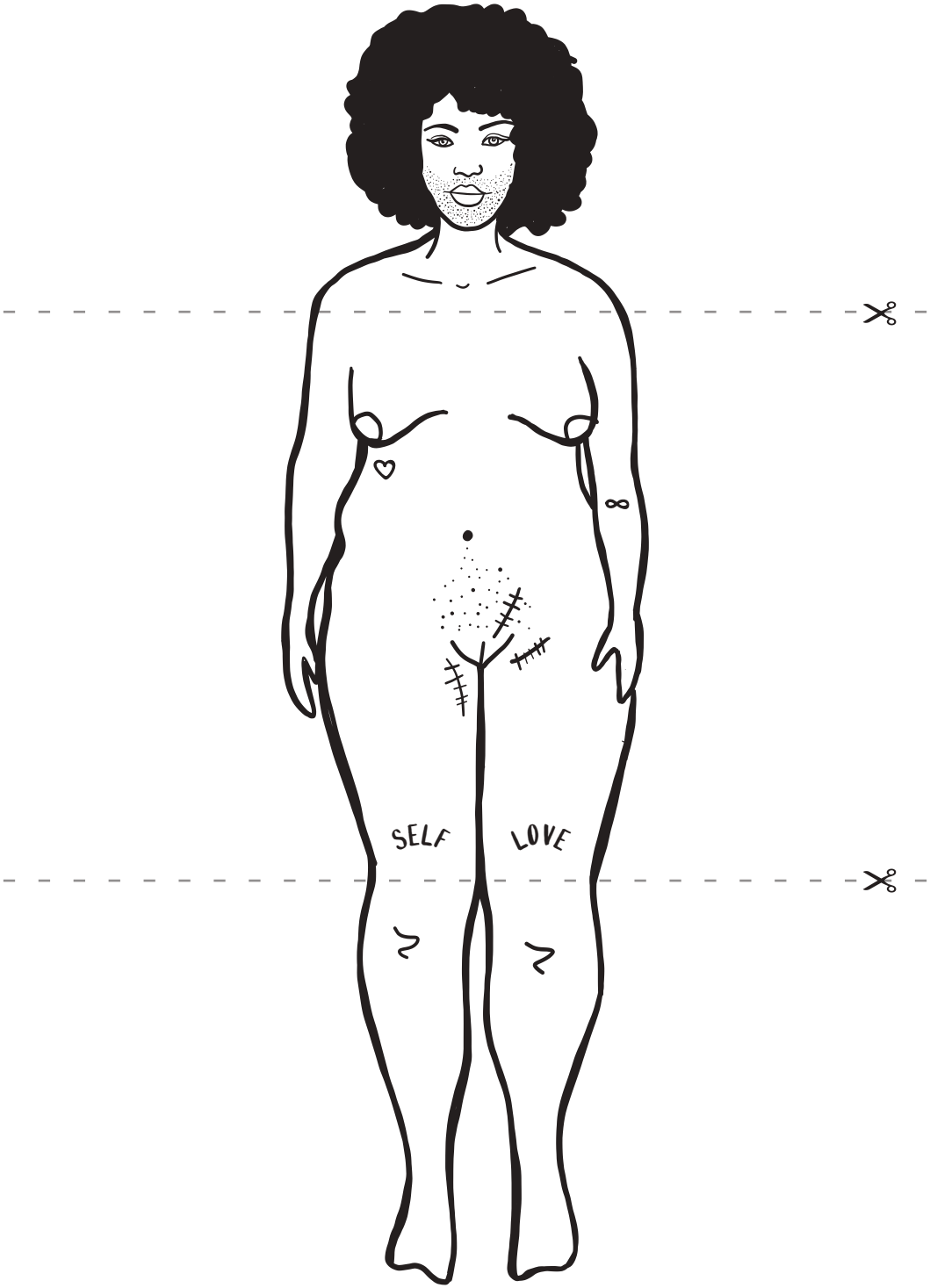
Transkobieca niebinarna osoba Alok Vaid-Menon zwraca w tym pytaniu uwagę na to, że w bardzo skostniałym binarnym świecie cechy kobiece są często uznawane za słabsze, więc żeby „coś osiągnąć", „przetrwać" i „być silnym", otoczenie wymaga od nas zduszenia w sobie cech kobiecych.

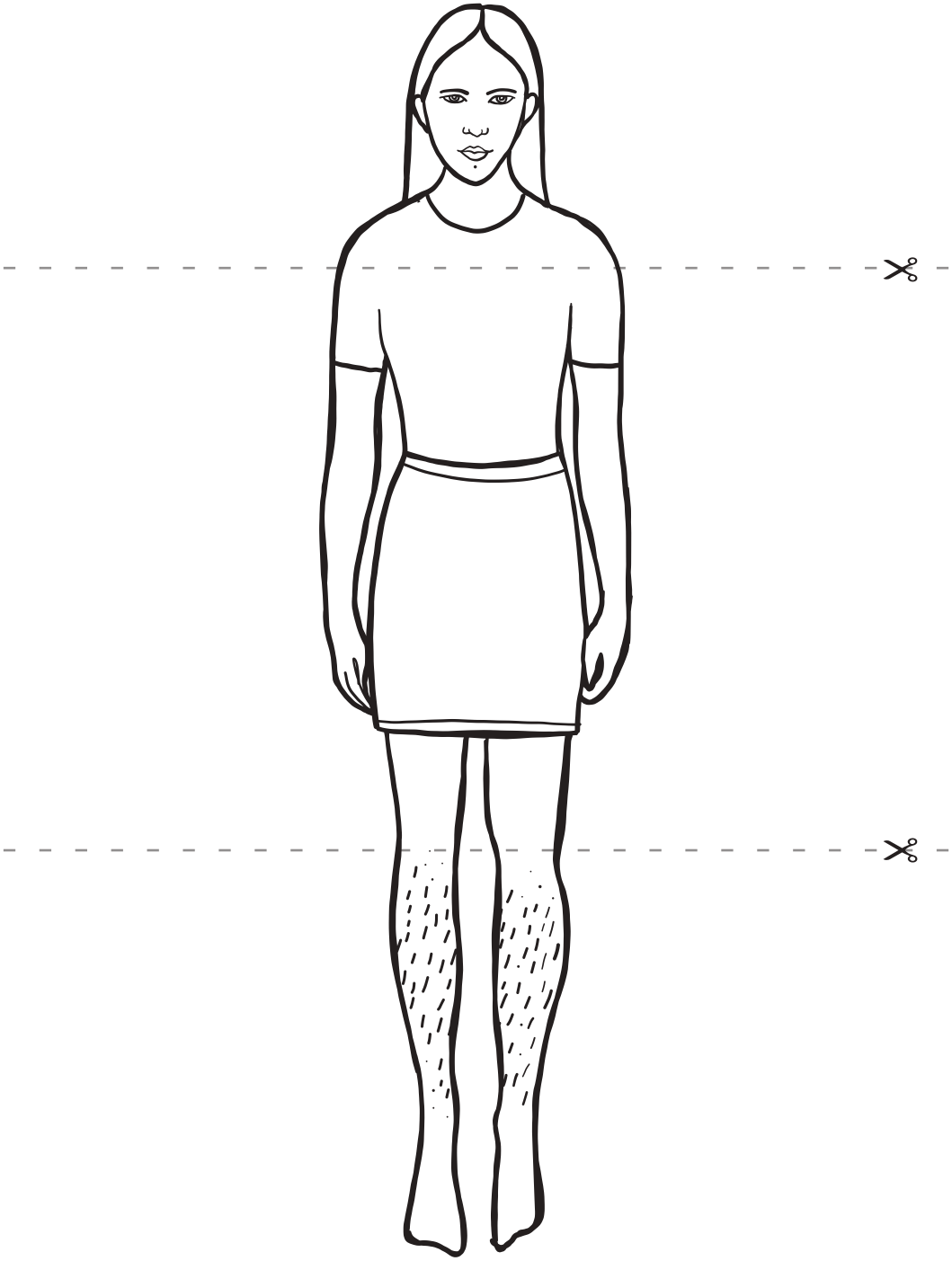
Twoja kobiecość jest ważna i cenna. Nie bój się być, kim jesteś, wyrażania swoich emocji i myśleć to, co myślisz. Nie poddawaj się dominującej kulturze nietolerancji. Jest przecież tyle radości w dzieleniu się ze światem wszystkimi Twoimi cechami i reakcjami bez dodawania im etykietek płci.

WSZYSTKO ZALEŻY OD CIEBIE!

W idealnym świecie każda osoba mogłaby sama wybierać, w jaki sposób wyraża swoją płeć. Zachęcamy Cię do znalezienia swojego rozwiązania. **Pamiętaj:** płeć jest płynna i może się zmienić.




SELF
LOVE



CO TO JEST DYSFORIA?

Osoby trans mogą odczuwać dysforię płciową – napięcie, niepokój, nienawiść, lęk czy wstyd, , która mówi o napięciu, niepokoju, nienawiści, lęku czy wstydzie, jakie osoby trans mogą przeżywać z powodu niezgodności ich tożsamości płciowej z płcią nadaną przy urodzeniu. Podczas dojrzewania dysforia może dotyczyć zmian głosu lub wyglądu ciała. Dlatego dla osób trans ważne jest ubieranie się w zgodzie z tożsamością i ekspresją płciową, przyjmowanie hormonów wywołujących odpowiednie zmiany w ciele oraz oraz zwracanie się do nich odpowiednimi formami. Pamiętaj o tym, gdy chcesz wspierać osobę trans w odczuwaniu płciowej euforii!
Osoby transpłciowe mogą rozpocząć proces tranzycji (ale nie muszą tego robić!), czyli holistycznych działań prowadzących do tego, by osoba trans mogła funkcjonować tak jak siebie odczuwa. Mówiąc o tym procesie, używa się też terminów „uzgodnienie płci" dotyczącego zmian prawnych i „korekta płci", która obejmuje zmiany prawne oraz medyczne.

Pamiętaj jednak, że nie wszystkie osoby trans przechodzą ten proces, niektóre podejmują kilka z kroków – tranzycja nie zawsze wygląda tak samo!

TAK MOŻE WYGLĄDAĆ DROGA OSOBY TRANS, KTÓRA CHCE DOKONAĆ TRANZYCJI – WIĘKSZOŚĆ OSÓB TRANS PODEJMUJE TAKIE KROKI, ALE W POLSCE NIE MA CO DO TEGO DOKŁADNYCH WYTYCZNYCH.

OPRÓCZ TYCH WSZYSTKICH KROKÓW JEST JESZCZE JEDNA BARDZO POTRZEBNA RZECZ: KASA, KASA, KASA – TEN PROCES NIE JEST REFUNDOWANY PRZEZ NFZ!

1.

Musisz znaleźć lekarza/lekarkę seksuologa/seksuolożkę, psychiatrę i psychologa/żkę, aby uzyskać diagnozę, że jesteś osobą transpłciową (level up – wszystkie te osoby powinny mieć rzetelną wiedzę o transpłciowości, niestety jest to rzadkość, a nie reguła).

2.

Jeśli otrzymasz diagnozę, możesz rozpocząć terapię hormonalną – transkobieta przyjmuje estrogeny i ewentualnie blokery testosteronu, transmężczyzna testosteron. Wygląd zaczyna się zmieniać – ale wciąż masz dokumenty z imieniem i płcią nadanymi przy urodzeniu (płcią metrykalną).
Ważne! Lekarze/rki i sędziowie często wymagają podjęcia przez osobę trans pewnych kroków, na przykład terapii hormonalnej czy poddania się operacji, zanim nastąpi uzgodnienie płci.

W tym momencie możesz też przejść operacje elektywne, tzn. operacje zmiany wyglądu.
Transkobiety mogą usunąć sobie jabłko Adama, powiększyć biust, przejść operacje modelujące sylwetkę lub różnego typu operacje twarzy, które mają na celu odwrócenie efektów ich pierwszego dojrzewania. Transmężczyźni mogą mieć operację „jedynkę" – to potoczne określenie mastektomii, czyli operacji usunięcia piersi.

3.

Idziesz do sądu – musisz pozwać swoich rodziców o to, że po urodzeniu błędnie oznaczyli Twoją płeć. Taki wymóg wynika z braku ustawy o uzgodnieniu płci w Polsce. Jeśli rodzice Cię akceptują – super i proces może pójść sprawnie, jeśli nie – proces może trwać nawet kilka lat! Jeśli wygrasz sprawę w sądzie, będziesz posiadać nowe dokumenty – dowód z innym numerem PESEL, zmieniony zostaje też Twój skrócony akt urodzenia. (dodatkowe trudności: jeśli chcesz odbudować swoje CV, musisz udać się do swoich poprzednich pracodawczyń/ów, outować się jako osoba trans i poprosić o dokumenty z nowymi danymi nie tylko w miejscach pracy, ale też na uniwersytecie i we wszystkich miejscach, gdzie robiłaś/eś/_ kursy, szkolenia).

4.

Możesz przejść operacje na narządach płciowych (operacje korekty płci, w angielskim SRS, *sex reassignment surgery*):

„dwójka" – tak potocznie nazywa się **panhisterektomię**, czyli operację usunięcia jajników, jajowodów, macicy i szyjki macicy u trans mężczyzn;
„trójka" – to potoczne określenie **falloplastyki**, czyli wytworzenie transmężczyźnie penisa z tkanki ramienia, boku lub uda;
orchidektomia – to operacja usunięcia jąder u trans kobiety;
klitoroplastyka – wytworzenie łechtaczki u trans kobiety;
Trans kobiety przechodzą też plastykę cewki moczowej oraz operację wytworzenia pochwy.

Pssst! Pamiętaj, by używać określenia korekta płci, uzgodnienie płci lub tranzycja, nie „zmiana płci" – „zmienia się skarpetki, a nie płeć!"
cyt. Julia Kata

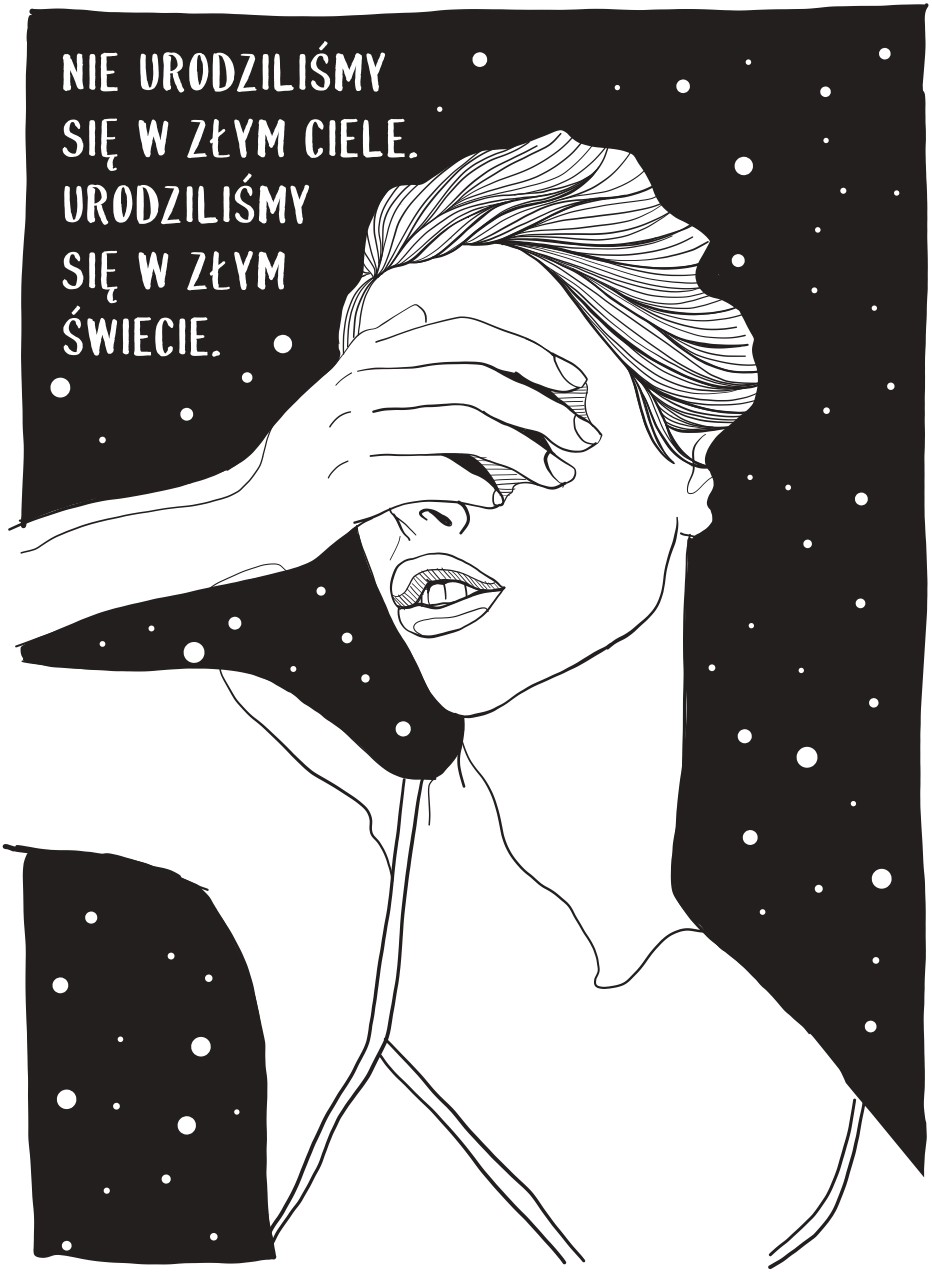
Zastanawiasz się, jak kwestie związane z transpłciowością wpływają na Twoje postrzeganie świata?

→ Czy przeszło Ci kiedyś przez myśl, że akceptacja osób trans ma zwykle miejsce tylko wtedy, jeśli dana osoba wygląda jak stereotypowy obraz danej płci? To super, że są znane osoby trans (na przykład Chaz Bono lub Laverne Cox), które stać na wiele zabiegów, trafiają na okładki magazynów i są „inspiracją" dla wielu cis ludzi. Niestety, spójrzmy prawdzie w oczy: większość osób nie ma takich zasobów
i wsparcia, a część z nich nawet nie chce tak bardzo zmieniać swojego ciała.
Czy jesteś w stanie zaakceptować to, że trans kobieta może mieć brodę? Czy potrafisz patrzeć na kobietę trans i nie myśleć o jej jabłku Adama lub na mężczyznę trans i zastanawiać się, czy nosi stanik? Jeśli to dla Ciebie trudne, masz do czynienia z efektem wychowania się w kulturze, która narzuca nam, że płeć to to, co mamy w majtkach. Warto zdawać sobie z tego sprawę i pracować nad swoim myśleniem.

→ W USA reklama THINX (majtek miesiączkowych) wstrząsnęła Nowym Jorkiem, bo przedstawiała jako osoby menstruujące także mężczyzn. Czemu nie mówimy o tym, że miesiączka dotyczy nie tylko kobiet? Transmężczyźni też mogą mieć okres.

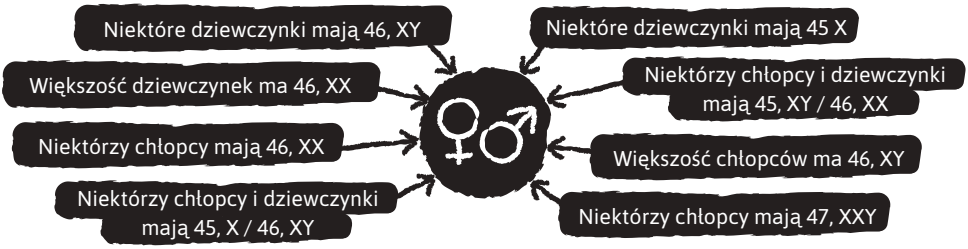
→ Co oznacza dla idei rodzicielstwa fakt, że mężczyzna trans jest w ciąży? Jak się ma do tego popularny konkurs, który obiecuje miliony pierwszemu mężczyźnie w ciąży?

→ Czy wiesz, jak często ludzie próbują przekonać innych do tego, że niewłaściwie użyty zaimek osobowy to tylko pomyłka lub że osoba trans nie powinna aż tak się przejmować tym, że ktoś się pomylił? To jest wielka i poważna sprawa. Jeśli używasz innego rodzaju w mówieniu do osoby trans, niż ona sobie życzy, okazujesz jej brak szacunku. To, co możesz powiedzieć, kiedy pomyliłaś/eś/_ zaimek, zwracając się do osoby trans czy mówiąc o niej, to: ***przepraszam***.



Alok Vaid-Menon wskazuje w tym cytacie, że nie ma „złego ciała", a tożsamość osób queer nie jest pomyłką. Pomyłką jest świat, który wyklucza osoby queer i sprawia im ból.

Interpłciowość (po angielsku *intersex*) to termin, który opisuje szeroką gamę naturalnie zróżnicowanych cech płciowych. Osoby interpłciowe rodzą się z fizycznymi cechami płciowymi, które nie pasują do medycznych norm dotyczących typowo męskiego czy kobiecego ciała. Zróżnicowane cechy płciowe mogą być związane z chromosomami, układem hormonalnym lub wewnętrznymi i zewnętrznymi narządami płciowymi. Często słyszymy, że chłopcy mają chromosomy 46, XY a dziewczynki 46, XX. Jednak w rzeczywistości istnieje wiele innych możliwości. Na przykład dziewczynki, które mają chromosomy 46XY, powszechnie uważane za typowo męskie. Są też osoby, które mogą mieć dodatkowy chromosom, np. 47, XXY lub więcej, np. 47, XXXY lub mozaikę 46, XX i 46, XY:



Nie zawsze od razu po narodzinach wiadomo, że dziecko jest interpłciowe – czasem okazuje się to w dzieciństwie, okresie dojrzewania, a są też osoby, które dowiadują się o tym w dorosłym życiu lub nie dowiadują się wcale.

Powszechną praktyką są operacje na noworodkach – lekarki/rze podejmują decyzję, że trzeba zdefiniować dziecko i wykonują operacje mające na celu zmianę wyglądu narządów płciowych na bardziej typowy. Takie operacje mogą prowadzić do utraty czucia w obrębie genitaliów, konieczności wielu kolejnych operacji, problemów z gospodarką hormonalną i problemów psychologicznych, np. gdy osoby interpłciowe nie identyfikują się z płcią, jaką narzucono im poprzez operacje, z powodu licznych operacji czy „nakazu", by nie mówić o tym nikomu.

Organizacje działające na rzecz osób interpłciowych, takie jak OII Europe, apelują, by nie wykonywać tych operacji i dać prawo do samodecydowania w późniejszym okresie życia.

Pamiętaj! Interpłciowość to nie to samo co transpłciowość! Niektóre osoby interpłciowe mogą mieć jednak również doświadczenia trans.

PSSST! CZY WIESZ, ŻE SZACUJE SIĘ, ŻE CO NAJMNIEJ 1 NA 200 OSÓB JEST INTERPŁCIOWA? NA PEWNO WIĘC ZDARZYŁO CI SIĘ SPOTKAĆ TAKĄ OSOBĘ!

A co z seksualnością?

androseksualność – pociąg seksualny do cech męskich lub męskości

aseksualność – brak pociągu seksualnego

biseksualność – pociąg seksualny do osób więcej niż jednej płci

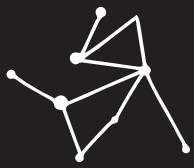
homoseksuaność – pociąg seksualny do osób tej samej płci

demiseksualność – pociąg seksualny tylko do osób, z którymi ma się głęboką relację emocjonalną, czyli najpierw kogoś poznajesz, a dopiero później ta osoba może Ci się podobać

gineseksualność – pociąg seksualny do cech kobiecych lub kobiecości

heteroseksualność – promowana w powszechnej kulturze orientacja, w której pociąg odczuwa się tylko do osób odmiennej płci

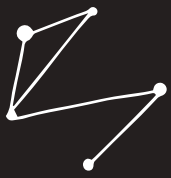
gray asexuality – osoby aseksualne, które czasem odczuwają pociąg seksualny



omniseksualność – pociąg do wszystkich płci (czyli, jak już wiesz, nie tylko do mężczyzn lub kobiet)

questioning – to stan, w którym nie ma się pewności co do swojej orientacji i to jest w pełni OKEJ! Co więcej, w ciągu całego życia może się zdarzyć, że nie będziesz wiedzieć, kto Cię pociąga. Taka sytuacja świadczy o tym, że obecnie istniejące kategorie po prostu nie oddają tego, co czujesz

heteroflexibility (heteroelastyczność) – preferencja seksualna, w której zwykle odczuwa się pociąg do osób innej płci, ale zdarzają się wyjątki od tej reguły



panseksualność – pociąg do osób bez względu na ich płeć

poliseksualność – pociąg do kilku płci, w tym także płci niebinarnych

Seksualność też jest płynna i jest spektrum, które obejmuje wymiar romantyczny, miłosny i erotyczny. Istnieje wiele nazw i sposobów kategoryzowania orientacji lub preferencji seksualnych.
Na stronie obok prezentujemy kilka z nich. Jeśli pomagają Ci one w samookreśleniu, to super. Jeśli uważasz, że są dla Ciebie zbyt ograniczające – sama/sam/_ możesz się definiować i zmieniać te definicje. W tej kwestii nie ma innych zasad niż te, które Ty ustanowisz.

Chwila... czy to znaczy, że osoby aseksualne żyją w celibacie?

NIE. Osoby aseksualne nie odczuwają popędu seksualnego, ale nie żyją w celibacie! Asy (skrót od osób aseksualnych) mogą wchodzić w związki, uprawiać seks czy się masturbować – dla przyjemności czy poczucia bliskości – popęd seksualny nie jest do tego konieczny. Aseksualność to nie zaburzenie ani choroba, to po prostu nieodłączna część tożsamości, jak podkreśla AVEN – sieć na rzecz widoczności i edukacji o aseksualności. By dowiedzieć się więcej, wejdź na stronę AVEN: asexuality.org.

Poza tym są też osoby, które nie odczuwają zainteresowania romantycznego innymi ludźmi, czyli po prostu się nie zakochują. Są to osoby aromantyczne. I nie, to nie znaczy, że „jeszcze nie spotkały odpowiedniej osoby". Z kolei osoby demiromantyczne mogą odczuwać zainteresowanie romantyczne tylko wtedy, gdy stworzą z kimś bardzo głęboką relację. Oczywiście to wszystko może ulec zmianie, bo pociąg seksualny i romantyczny jest – powtórzmy to głośno – PŁYNNY!

Hollywood, Disney i popkultura pokazują tylko jedną wizję świata, który w rzeczywistości jest bardzo zróżnicowany! Nie każdy musi być gotowy na seks, związek czy miłość. Nie każdy musi też realizować schemat, w którym związek wiąże się z seksem. To wcale nie znaczy, że ich życie będzie puste, wbrew temu, co widzisz w TV.

Ale jak tożsamość płciowa łączy się z orientacją seksualną?

Dla osób, które dopiero stawiają pierwsze kroki w takim ujęciu płci i orientacji seksualnej, mamy małą ściągę. To duże uproszczenie, które pozwala znaleźć odpowiedź na powszechne pytania zaczynające się od „ale jak to...?". Dla wielu osób opis w tabelce nie będzie odzwierciedlał tego, jak one się identyfikują – biseksualna osoba niebinarna może na przykład być zainteresowana mężczyznami/kobietami lub osobami niebinarnymi i osobami innej płci. Tylko Ty wiesz, co dokładnie dla Ciebie znaczy dana kombinacja i tylko to się liczy.

Dzięki tej tabelce chcemy tylko powiedzieć: mamy dość pytań typu „Czy heteroseksualna kobieta lub homoseksualny transmężczyzna jest zainteresowana/y kobietami czy mężczyznami?!??!?!?!?!!!". To nie jest trudne – sprawdź!

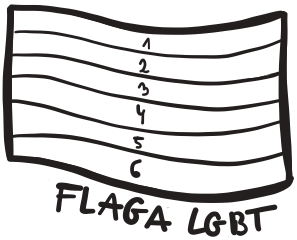
Pssst. Pola zaznaczone jako „TROLOLOL" to pola, które przypominają Ci o tym, że binarność płci jest jedynie konstruktem.

	cis kobieta	**cis mężczyzna**	**trans kobieta**	**trans mężczyzna**	**osoba niebinarna**	**osoba interpłciowa**	**osoba transkobieca**	**osoba transmęska**
osoba heteroseksualna	cis kobieta, która kocha mężczyzn (cis lub nie)	cis mężczyzna, który kocha kobiety (cis lub nie)	trans kobieta, która kocha mężczyzn (cis lub nie)	trans mężczyzna, który kocha kobiety (cis lub nie)	TROLOLOL	TROLOLOL	TROLOLOL	TROLOLOL
osoba homoseksualna	cis kobieta, która kocha kobiety (cis lub nie)	cis mężczyzna, który kocha mężczyzn (cis lub nie)	trans kobieta, która kocha kobiety (cis lub nie)	trans mężczyzna, który kocha mężczyzn (cis lub nie)	TROLOLOL	TROLOLOL	TROLOLOL	TROLOLOL
osoba androseksualna	na przykład osoba, która czuje pociąg seksualny do mężczyzny, osoby trans lub kobiety o cechach męskich							
osoba aseksualna	osoba, która nie odczuwa pociągu seksualnego							

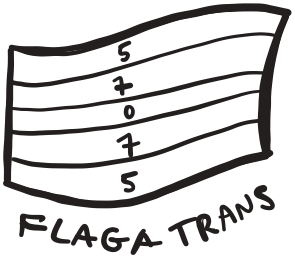
osoba biseksualna	cis kobieta, która czuje pociąg seksualny do osób więcej niż jednej płci	cis mężczyzna, który czuje pociąg seksualny do osób więcej niż jednej płci	trans kobieta, która czuje pociąg seksualny do osób więcej niż jednej płci	trans mężczyzna, który czuje pociąg seksualny do osób więcej niż jednej płci	Osoba niebinarna, która czuje pociąg seksualny do osób więcej niż jednej płci	Osoba interpłciowa, która czuje pociąg seksualny do osób więcej niż jednej płci	Osoba transkobieca, która czuje pociąg seksualny do osób więcej niż jednej płci	Osoba transmęska, która czuje pociąg seksualny do osób więcej niż jednej płci
osoba gineseksualna	na przykład osoba, która czuje pociąg seksualny do kobiet, osób trans lub mężczyzn o cechach kobiecych							
osoba omniseksualna	cis kobieta, która czuje pociąg do kobiet, mężczyzn, trans kobiet, trans mężczyzn, osób niebinarnych, itd.	cis mężczyzna, który czuje pociąg do kobiet, mężczyzn, trans kobiet, trans mężczyzn, osób niebinarnych, itd.	trans kobieta, która czuje pociąg do kobiet, mężczyzn, trans kobiet, trans mężczyzn, osób niebinarnych, itd.	trans mężczyzna, który czuje pociąg do kobiet, mężczyzn, trans kobiet, trans mężczyzn, osób niebinarnych, itd.	osoba niebinarna, która czuje pociąg do kobiet, mężczyzn, trans kobiet, trans mężczyzn, osób niebinarnych, itd.	Osoba interpłciowa, która czuje pociąg do kobiet, mężczyzn, trans kobiet, trans mężczyzn, osób niebinarnych, itd.	Osoba transkobieca, która czuje pociąg do kobiet, mężczyzn, trans kobiet, transmężczyzn, osób niebinarnych, itd.	Osoba transmęska, która czuje pociąg do kobiet, mężczyzn, trans kobiet, trans mężczyzn, osób niebinarnych, itd.
osoba panseksualna	osoba, której pociąg seksualny nie jest uwarunkowany płcią							
osoba poliseksualna	osoba, która czuje pociąg do konkretnych płci, w tym także płci niebinarnych							

50 ODCIENI tęczy

0. BIAŁY
1. CZERWONY
2. POMARAŃCZOWY
3. ŻÓŁTY
4. ZIELONY
5. NIEBIESKI
6. FIOLETOWY
7. JASNY RÓŻOWY
8. RÓŻOWY
9. CZARNY
10. SZARY

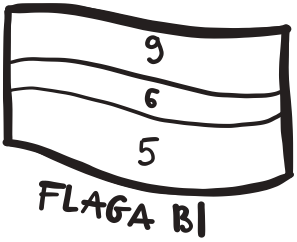


Tęczowa flaga została zaprojektowana w 1978 r. przez Gilberta Bakera, a użyto jej pierwszy raz podczas Parady Dnia Wolności Gejowskiej w San Francisco w tym samym roku. Obecne na niej kolory symbolizują odpowiednio: czerwony – życie, pomarańczowy – gojenie, żółty – światło, zielony – naturę, niebieski – spokój i harmonię, fiolet – duszę.

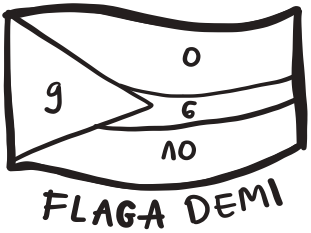


Flaga zaprojektowana przez transkobietę Monicę Helms w 1999 r. Niebieski i różowy symbolizują tradycyjnie przypisane kolory dla chłopców i dziewczynek. Biały to według Moniki Helms kolor osób interpłciowych, w procesie zmiany płci lub o płci neutralnej.

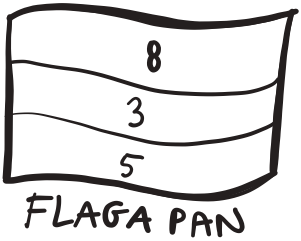
8



Flaga zaprojektowana przez Michaela Page'a w 1998 r. Widoczny na niej różowy symbolizuje pociąg do tej samej płci, niebieski – do płci przeciwnej, a lawendowy – do obu płci.



Kolor czarny symbolizuje aseksualność, fioletowy – społeczność, biały – seksualność, a szary – osoby, które nie są w pełni seksualne lub aseksualne. Autorstwo nieznane.

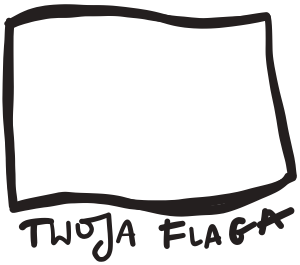


Flaga pojawiła się w internetach już w 2010 r., a jej autorstwo jest nieznane. Uznaje się, że różowy i niebieski odnoszą się do tradycyjnych kolorów płci, a kolor żółty symbolizuje pociąg do osób niebinarnych, androgenicznych, aptciowych, dwuptciowych, niebinarnych i o płynnej płci.

Obecny na niej kolor czarny symbolizuje aseksualność, fioletowy – społeczność, biały – nieromantycznych partnerów/ki i sojuszników/czki, a szary – osoby, które nie są w pełni seksualne lub są aseksualne. Autorstwo nieznane.

Flaga zaprojektowana przez Kyle Rowan, 17-letnią osobę, w 2014 r. Kolor żółty symbolizuje te osoby, które istnieją poza kategorią płci, biały – te, które mają kilka lub wiele płci, fioletowy – osoby, które czują, że ich płeć jest „pomiędzy" lub jest miksem różnych płci, a czarny – osoby, które określają się jako aptciowe.

Stworzona w 2013 r. przez OII Australia. Oto wytłumaczenie: „kolor żółty od dawna uważany był za kolor osób interptciowych, tak samo jak purpura.
Koło jest niezłamane i bez ozdób. Symbolizuje to, że jesteśmy całością oraz nasze możliwości. Wciąż walczymy o autonomię naszego ciała. Koło symbolizuje nasze prawo do bycia, kim chcemy".



A może chcesz, żeby Twoja orientacja seksualna i tożsamość płciowa była jeszcze inaczej reprezentowana? Tu możesz zaprojektować flagę dla siebie!

Szwecja dla wielu uchodzi za wzór państwa, które dba o równość. Jako pierwszy kraj na świecie umożliwiła prawne uzgodnienie płci w 1972 r., a w 2009 r. wprowadziła równość małżeńską neutralną płciowo!

Niedawno Szwecja zszokowała świat tym, że w gazetce popularnego marketu pojawiło się dziecko przebrane za Spidermana i w szpilkach. A gdyby tak nikt nie mówił Ci, w co możesz się ubrać, co założysz?

Dodatkowo Szwecja wprowadziła w 2015 r. nowy zaimek osobowy „hen" i od tamtej pory wymaga się od kadry nauczycielskiej i podręczników, żeby tym neutralnym zaimkiem zwracać się do dzieci i młodzieży. Dzięki temu każde dziecko może samo wybierać swoje zaimki.

Psst. Powstają nowe rozwiązania, aby język był mniej ograniczający, np. zwroty grzecznościowe. W Wielkiej Brytanii oraz USA rozpoznaje się tytuł Mx (obok Mr, Ms – odpowiedników naszego Sz.P.), którym można tytułować listy!

STAR

JAKICH ZAIMKÓW UŻYWASZ?

ZAIMKÓW JEST WIELE, TAK SAMO, JAK WIELE JEST TOŻSAMOŚCI PŁCIOWYCH I ORIENTACJI SEKSUALNYCH. OPRÓCZ OCZYWISTYCH „ONA/JEJ" I „ON/JEGO", KTÓRE SŁUŻĄ OSOBOM IDENTYFIKUJĄCYM SIĘ JAKO KOBIETY I MĘŻCZYŹNI, OSOBY NIEBINARNE UŻYWAJĄ TAKŻE NA PRZYKŁAD:

THEY / THEM

ZE / ZIR

ONO

ONA/ON/JEJ/JEGO ZAMIENNIE

(zaimki do pokolorowania)

A JAK ROZMAWIAĆ Z OBCĄ OSOBĄ?

Każda osoba powinna móc decydować, jakie zaimki ją określają – tak samo, jak każda osoba powinna decydować o swoim imieniu, także nowym, i nic Ci do tego, jakie dana osoba miała nadane imię przy urodzeniu ¯_(ツ)_/¯. Dlatego gdy poznajesz kogoś, nie zakładaj, że dana osoba jest na pewno dziewczyną lub chłopakiem. Zamiast tego zapytaj:

JAKICH ZAIMKÓW UŻYWASZ?

JAK CHCESZ, BY SIĘ DO CIEBIE ZWRACAĆ?

JAK MAM MÓWIĆ O TOBIE PRZY TWOICH RODZICACH, ZNAJOMYCH? (OSOBY MOGĄ NIE BYĆ WYOUTOWANE – NIE OUTUJ ICH!)

Błędne używanie zaimków jest krzywdzące – gdy nie wiesz, jak się do kogoś zwrócić, po prostu zapytaj!

[źródło: 'Chosen Name Use Is Linked to Reduced Depressive Symptoms, Suicidal Ideation, and Suicidal Behavior Among Transgender Youth', badanie Russell, Pollitt, Li, Grossman 2018]

Deadnaming

to zwracanie się do osób trans ich imieniem nadanym przy urodzeniu. Nie rób tego, ponieważ krzywdzisz tym samym osoby transpłciowe. Nie okazujesz im w ten sposób szacunku i pokazujesz, że nie obchodzi Cię ich dobro. Zawsze używaj tego imienia, które jest prawdziwe dla osoby trans.. Jeśli znasz czyjeś stare imię, zachowaj to dla siebie i nie zdradzaj go innym.

COMING OUT, CZYLI WYJŚCIE Z SZAFY

Wytnij dowolną z kartek – możesz ją dać osobie, która powiedziała Ci o swojej orientacji seksualnej czy tożsamości płciowej. Co jeszcze możesz powiedzieć? Wpisz własne pomysły w puste pola.

Dziękuję za zaufanie.

To totalnie OKEJ!

Jeśli chcesz o tym pogadać – jestem tutaj.

NIE BĄDŹ TROLLEM!

Z jakiegoś powodu ludzie mają bardzo ograniczony repertuar pytań wobec osób LGBTQIAP. Ba! Zdarza się nawet, że i osoby ze społeczności mówią bzdury. Dla ułatwienia – mała ściąga z tego, jak nie być trollem.

#1 Rozmowa z osobą bi

ZAMIAST POWIEDZIEĆ „Zdecyduj się" → POWIEDZ → NIC!

#2 Spotykasz osobę trans

ZAMIAST SPYTAĆ „Jesteś już W PEŁNI kobietą?" → POWIEDZ → „Jakiej muzyki słuchasz?"

#3 Spotykasz lesbijkę

ZAMIAST POWIEDZIEĆ „Nie wyglądasz na lesbijkę" → POWIEDZ → „Co sądzisz o filozofii egzystencjalizmu?"

#4 Spotykasz osobę LGTBQIAP

ZAMIAST POWIEDZIEĆ „To tylko faza, przejdzie Ci" → POWIEDZ → „Jestem tu dla Ciebie, jeśli chcesz porozmawiać".

#4 Spotykasz osobę interpłciową

ZAMIAST SŁÓW „obojnak" czy „hermafrodyta" → POWIEDZ → „osoba interpłciowa" lub „osoba ze zróżnicowanym rozwojem płciowym".

INTERSEKCJONALNOŚĆ

to pojęcie do opisania tego, jak nasze różne tożsamości się ze sobą krzyżują lub na siebie nakładają. Sam termin został ukuty w latach 70. przez amerykańską badaczkę Kimberle Crenshaw do opisania, jak doświadczają życia czarnoskóre kobiety w USA. Według Crenshaw w przypadku przecinania się kilku rodzajów dyskryminacji nie możemy mówić o ich sumie, ale o współdziałaniu, np. doświadczenia czarnej kobiety nie można analizować, rozpatrując oddzielnie to, jak żyje jako osoba czarnoskóra i jako kobieta.

Jak myślisz, jak zmieniłoby się Twoje życie, gdybyś oprócz swoich innych tożsamości:

- mieszkała/-/_ na wsi (lub w mieście)?
- była/-/_ osobą heteroseksualną (lub homoseksualną)?
- była/-/_ osobą pełnosprawną (lub z niepełnosprawnością)?
- była/-/_ osobą o innym kolorze skóry niż biały (lub o białym kolorze skóry)?
- wyznawała/-/_ islam (lub katolicyzm)?
- miała/-/_ cotygodniowe kieszonkowe o wysokości 100 zł (lub nie miała/-/_ kieszonkowego)?
- mieszkała/-/_ w obozie dla uchodźców w okolicy Twojej miejscowości (lub mieszkała/-/_ w Warszawie)?
- była/-/_ osobą trans (lub osobą cis)?
- mieszkała/-/_ w rejonie najlepszej szkoły (lub najgorszej)?

Niestety, bardzo często zapominamy, że wszyscy jesteśmy zbiorem różnych tożsamości. Bardzo ważne jest rozwijanie swojej empatii, czyli zrozumienia, że każda osoba jest inna i inaczej doświadcza świata. Nie zabiegaj tylko o równość dla Twoich grup, ale pomyśl, czy możesz coś jeszcze zrobić, by i inne (mniej uprzywilejowane) grupy były traktowane sprawiedliwie i czuły się dobrze w Twoim towarzystwie.

RÓWNOŚĆ DLA TYLKO JEDNEJ GRUPY TO BRAK RÓWNOŚCI!

CO MOŻESZ ZROBIĆ:

1. Edukuj się: czytaj książki lub blogi napisane przez osoby, które należą do innych grup społecznych niż Twoje, oglądaj seriale z innych krajów i niekoniecznie z krajów zachodnich, chyba że ukazują życie nietypowych osób.
2. Sprawdzaj i kwestionuj swoje założenia: nie generalizuj, a zamiast wydawać osąd, poszukaj informacji na temat społecznych, prawnych lub ekonomicznych powodów dla danej sytuacji;
3. Pytaj! Pytaj osoby, które mają inne doświadczenia niż Ty, o ich punkt widzenia.
4. Zwracaj uwagę swoim znajomym na rasizm, dyskryminację osób z niepełnosprawnością, seksizm, ksenofobię, antysemityzm i każdy stereotyp.
5. Zastanów się, jak możesz być lepszą osobą sojuszniczą – na przykład naucz się migać lub upewnij się, że organizowany przez Ciebie marsz równości jest dostępny dla osób poruszających się na wózkach.

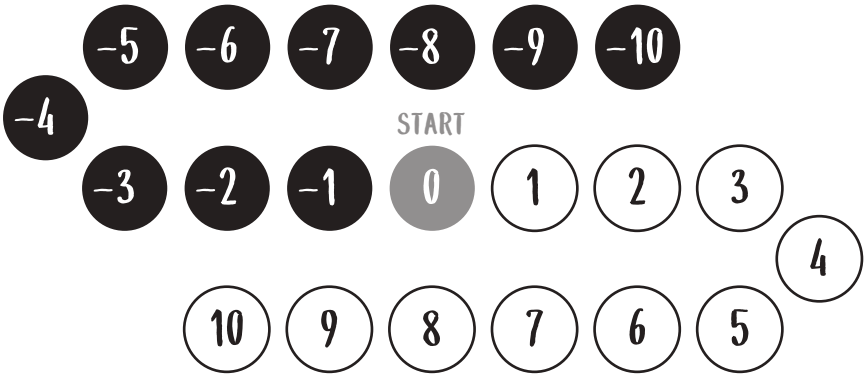
Sprawdź swoje PRZYWILEJE

Przywilej oznacza, że w jakimś aspekcie masz w życiu łatwiej. Na przykład jeśli jesteś katolikiem w kraju katolickim, na pewno jest Ci łatwiej niż osobom o innej wierze. Jeśli jesteś osobą pełnosprawną, masz łatwiej niż osoba, która ma inny poziom sprawności.

Większość osób jest w jakiś sposób uprzywilejowana, a w inny nieuprzywilejowana. Nasze doświadczenia, status materialny, to, do jakiej szkoły chodzimy, nasza przynależność do grup społecznych i wiele innych kwestii ma wpływ na to, jak łatwo idziemy przez życie. Na stronie obok znajduje się lista zadań, które wskazują na różne aspekty przywilejów. Czytając je, możesz (nie musisz) ustawić pionek na na skali na dole strony, żeby zobaczyć, jak niektóre przywileje lub ich brak wpływają na to, jak wygląda Twoje życie. Jeśli jakieś zdanie Ciebie nie dotyczy, pomyśl o tym, jak może się na co dzień czuć osoba, która tej kwestii doświadcza.
Warto pamiętać że, nie wszystkie te kwestie są tak samo ważne dla każdej osoby – niektórych ludzi jedna sytuacja może złamać na całe życie, a inne mogą jej w ogóle nie ruszyć... Najważniejsze to być świadomym, jakie przywileje towarzyszą nam w życiu.

Chcesz zmienić świat? Jeśli jesteś osobą uprzywilejowaną w jakimś aspekcie, próbuj pomóc tym, którzy tym przywilejem się nie cieszą. Nawet jeśli dany przywilej zyskałaś/eś/_ nie od razu, wstawiaj się za osobami nieuprzywilejowanymi.

- Jeśli twoi rodzice pracowali nocami i weekendami, aby wspierać swoją rodzinę, cofnij się o krok. ←
- Jeśli jesteś w stanie poruszać się bez obawy o napaść, zrób krok do przodu. →
- Jeśli możesz publicznie okazywać uczucia swojemu partnerowi lub partnerce bez obawy o śmiech lub przemoc, zrób krok do przodu. →
- Jeśli kiedykolwiek musiałaś/eś/_ ubiegać się o wizę i czekać dłużej niż dwa tygodnie, cofnij się o krok. ←
- Jeśli kiedykolwiek zdiagnozowano u ciebie chorobę fizyczną lub psychiczną/niepełnosprawność, cofnij się o krok. ←
- Jeśli podstawowym językiem używanym w domu, w którym dorastałaś/eś/_, nie był język używany w Twoim kraju, cofnij się o krok. ←
- Jeśli jako dziecko uczyłaś/eś/_ się języka obcego, zrób krok do przodu. →
- Jeśli Twoja rodzina (nawet samodzielny rodzic) wspiera Cię, zrób jeden krok do przodu. →
- Jeśli podczas dorastania zawstydzano Cię Twoim wyglądem czy pochodzeniem, cofnij się o krok. ←
- Jeśli możesz poślubić osobę, którą kochasz, zrób krok do przodu. →
- Jeśli urodziłaś/eś/_ się w kraju, w którym mieszkasz, zrób krok do przodu. →
- Jeśli Twoja orientacja, rasa lub poziom sprawności są jedną z pierwszych rzeczy, o które się Ciebie pyta, cofnij się o krok. ←
- Jeśli wychowałaś/eś/_ się z jednym rodzicem, cofnij się o krok. ←
- Jeśli kiedykolwiek musiałaś/eś/_ czekać na wizytę u lekarza dłużej niż trzy tygodnie, cofnij się o krok. ←
- Jeśli masz pewność, że zostaniesz zatrudniona/y/_ w oparciu o Twoje umiejętności i kwalifikacje, zrób jeden krok do przodu. →
- Jeśli kiedykolwiek podróżowałaś/eś/_ poza swoim krajem, zrób jeden krok do przodu.
- Jeśli kiedykolwiek czułaś/eś/_, że w mediach nie było odpowiedniego przedstawienia Twojej płci, orientacji seksualnej, poziomu sprawności lub rasy, cofnij się o krok. ←
- Jeśli masz pewność, że Twoi rodzice będą w stanie wesprzeć Cię finansowo, gdy napotkasz trudności, zrób krok do przodu. →
- Jeśli Twoi rodzice lub opiekunowie mają wyższe wykształcenie, zrób jeden krok do przodu. →
- Jeśli kiedykolwiek wyjechałaś/eś/_ na rodzinne wakacje, zrób krok do przodu. →
- Jeśli możesz kupić nowe ubrania lub wyjść do kina, kiedy chcesz, zrób krok do przodu. →
- Jeśli któreś z tych zdań Cię zaskoczyło, zrób krok do przodu. →



Mimo że w coraz większej liczbie krajów akceptacja wobec osób LGTBQIAP wzrasta, wciąż istnieją państwa, w których osoby te są prześladowane albo może je spotkać więzienie czy nawet kara śmierci. Przykładem jednego z takich miejsc jest Czeczenia, gdzie gejów często zatrzymywano, zamykano w więzieniach i torturowano. Szacuje się, że w 2017 r. 40 gejów zmarło w wyniku przemocy instytucjonalnej. Od grudnia 2018 r. aresztowano ponad 40 osób biseksualnych, gejów i lesbijek, a co najmniej dwie osoby zmarły w wyniku tortur. Między 2008 a 2010 r. 1110 osób LGBTI złożyło wnioski o azyl w Belgii, a w Szwecji szacowano, że ok. 300 osób rocznie złożyło wniosek o udzielenie azylu w 2002 r.

[źródła: Ucieczka przed homofobią. Wnioski o udzielenie azylu z powodu orientacji seksualnej i tożsamości płciowej w Europie. Jansen, Spirkerboer 2011; Radio Svoboda 2017; OHCHR 2019]

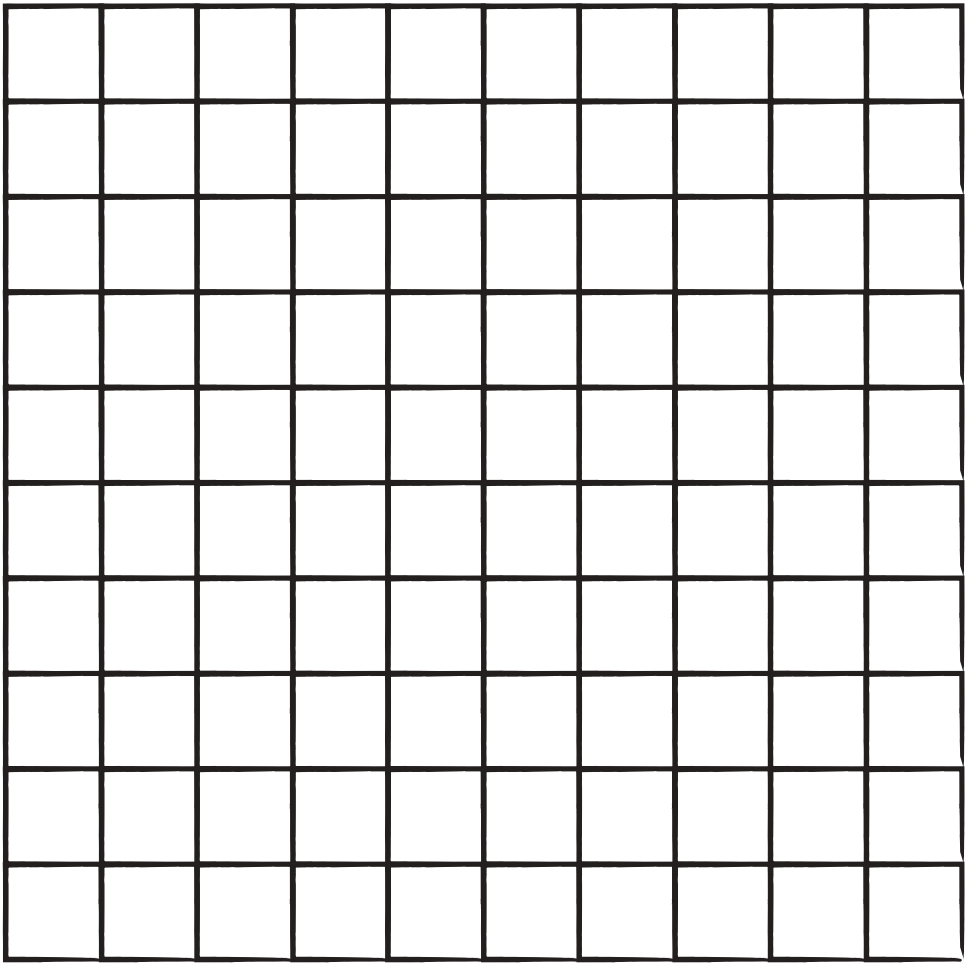
Osoby LGBTQIAP są w każdej grupie społecznej, także wśród osób z niepełnosprawnością. Jeśli jesteś osobą pełnosprawną, zastanów się, jak możesz być lepszą osobą sojuszniczą wobec nich. Mała lista do sprawdzenia, tylko na rozgrzewkę:

> Czy wiesz, kiedy i w jaki sposób zaoferować pomoc osobom z niepełnosprawnością?
> Czy potrafisz wymienić trzech aktorów lub aktorki z niepełnosprawnością? (Dodatkowe punkty: oprócz Petera Dinklage'a)
> Czy oponujesz, kiedy jakieś wydarzenia dzieją się w miejscach niedostępnych dla osób poruszających się na wózku?
> Czy wiesz, czym dokładnie jest autyzm, schizofrenia oraz choroba afektywna dwubiegunowa i jak bardzo ich obraz w mediach bywa zniekształcany?
> Czy opisujesz zdjęcia na Facebooku i Instagramie tak, by osoby niedowidzące i niewidome korzystające z czytników mogły nadal uczestniczyć w kulturze mediów społecznościowych?
> Czy jeśli ktoś śmieje się z osób z niepełnosprawnością, reagujesz na to?
> Czy uważasz jakąkolwiek osobę z niepełnosprawnością za dzielną"lub inspirującą? (jeśli nie wiesz, co może być w tym złego, poszukaj informacji w internecie!)
> Czy mówisz „kaleka" zamiast „osoba z niepełnosprawnością"?
> Czy potrafisz powiedzieć „cześć" w języku migowym?
> Czy zakładasz, że osoba z niepełnosprawnością ma gorsze umiejętności językowe, słabszą pamięć, nie ma poczucia humoru lub nie może grać w gry zespołowe?

Nie musisz wiedzieć tego wszystkiego od razu. Czasem dobrze jest zdać sobie sprawę z tego, czego nie wiesz, i konsekwentnie dowiadywać się nowych rzeczy. Pamiętaj, że to również Ty budujesz lepszy, bardziej akceptujący i inkluzywny świat. Bądź dobrą osobą sojuszniczą.

Pssst. Czy wiesz, że wśród osób ze spektrum autyzmu znajduje się większy odsetek osób trans, aseksualnych, homoseksualnych lub biseksualnych niż wśród osób neurotypowych (czyli bez spektrum autyzmu)? Prawa LGBTQIAP dotyczą również ich!

Narysuj 49 różnych kółek na tej siatce.



Czy jakieś treści, które pojawiły się do tej pory, Cię zaskoczyły?
(Miejsce na Twoje notatki i przemyślenia)

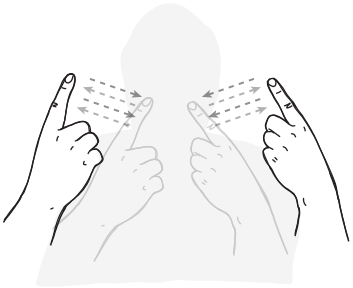
HEJ, POMIGASZ?

Polski Język Migowy w skrócie PJM, to naturalny język głuchych, odrębny od języka polskiego. Posiada własną gramatykę wizualno-przestrzenną. To dzięki układom dłoni, lokacji, ruchowi i sygnałom niemanualnym przekazywanym w przestrzeni możliwa jest komunikacja. Warto pamiętać, że ten język nie jest językiem uniwersalnym, czyli w innych krajach głusi posługują się innymi językami migowymi np. amerykańskim językiem migowym, niemieckim językiem migowym czy hiszpańskim językiem migowym.

Zazwyczaj nie mówi się o tym głośno, ale – UWAGA – wśród głuchych i osób niedosłyszących też są osoby LGBTQIAP.

Pssst! Czy wiesz, że to emoji oznacza w angielskim języku migowym lesbijkę?

Jesteś super

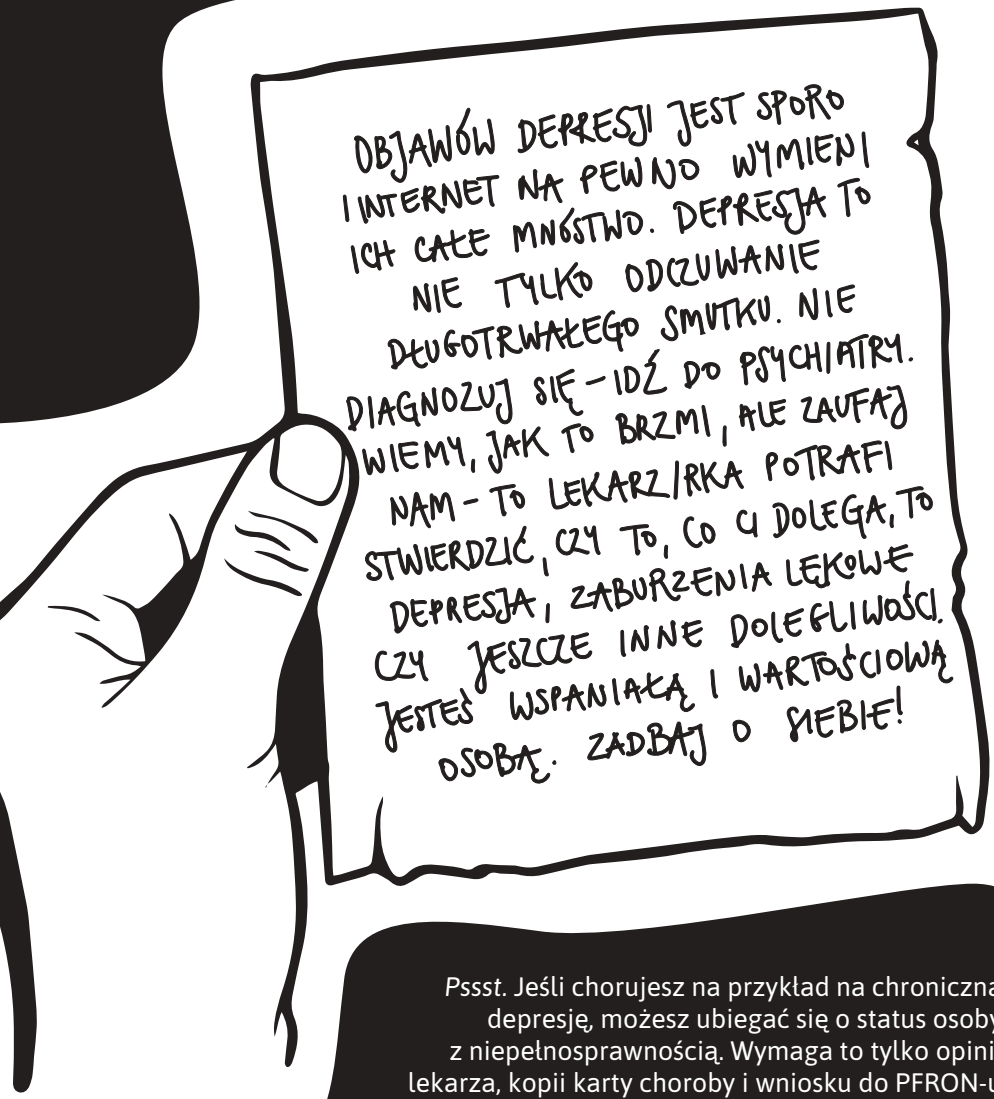


Jestem przy Tobie

Jak równość, to w pełni. Zamigaj!

Więcej możesz się dowiedzieć tutaj:
www.cichatecza.pl lub www.fundamg.pl

Wróć do strony 50. Kółka, które widzisz, odpowiadają procentowi nastolatków LGBTA z depresją*. Jeśli więc znasz jakąś osobę LGBTA, to prawdopodobnie zmaga/ła się ona z depresją. To nie jest łatwa choroba, ale dobra wiadomość jest taka, że można łagodzić jej skutki.



[źródło: Sytuacja społeczna osób LGBTA w Polsce. Raport za lata 2015-16, red.M.Świder i M.Winiewski]

Pssst. Jeśli chorujesz na przykład na chroniczną depresję, możesz ubiegać się o status osoby z niepełnosprawnością. Wymaga to tylko opinii lekarza, kopii karty choroby i wniosku do PFRON-u (Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych). Ten status to nie tylko stypendium i pobyt w sanatorium, ale przede wszystkim zabezpieczenie przed momentami, w których z powodu choroby nie możesz iść do szkoły czy nie jesteś w stanie napisać ważnego egzaminu. Przysługuje Ci ochrona, więc korzystaj z niej.

TĘCZOWA HISTORIA

A jak to było ze sprawami LGBTQIAP w historii?

8000 r. p.n.e.
malowidło ścienne w Zimbabwe ukazuje akt homoseksualny.

2900 r. p.n.e.
w Pradze (Czechy) mężczyzna zostaje pochowany w damskich ubraniach.

630 r. p.n.e.
Safona i wyspa Lesbos, ekhem... ¯_(ツ)_/¯

540–530 r. p.n.e.
etruskie malowidło ścienne przedstawia stosunek niehetero-seksualny.

371 r. p.n.e.
w starożytnej Grecji zostaje utworzona armia Hieròs Lókhos złożona ze 150 homoseksualnych par mężczyzn. Armia przez 33 lata nie poniosła żadnej porażki.

27 r. p.n.e.
w czasach Augustusa małżeństwa homoseksualne są akceptowane i legalne. Podejrzewa się, że 13 z 14 pierwszych cesarzy rzymskich było osobami biseksualnymi albo homoseksualnymi.

1322 r.
żydowski myśliciel Kalonymus ben Kalonymus publikuje traktat *O byciu kobietą*, w którym deklaruje transpłciowość.

1395 r.
Eleanor/Johannes Richor, osoba trans z Londynu, zostaje wezwana do sądu za *cross-dressing*.

1432 r.
Oficjałowie Nocy, pierwsza znana historii organizacja przeciw-działająca homoseksualności, zostaje powołana do życia we Florencji (Włochy); w ciągu 70 lat 10 tysięcy mężczyzn zostało aresztowanych pod zarzutem homoseksualności.

1476 r.
Leonardo da Vinci i trzech innych mężczyzn zostają dwukrotnie skazani za homoseksualność. Wszystkich mężczyzn ułaskawiono.

1502 r.
znany malarz Sandro Botticelli też zostaje aresztowany za homoseksualność.

1623 r.
szkocki król Jakub ma chłopaka!

1791 r.
Francja kończy karanie homoseksualności.

1868 r.
Herculine Barbin, interpłciowa autorka wspaniałej autobiografii, umiera 8 października; tego dnia obchodzimy dzień pamięci o osobach interpłciowych.

1884 r.
rodzi się Eleanor Roosevelt, aktywistka i żona prezydenta USA, która miała wiele kochanek, w tym pilotkę Amelię Earhart.

1890 r.
rodzi się Alan Hart, trans mężczyzna, który wynalazł zastosowanie zdjęć rentgenowskich w leczeniu gruźlicy.

1931 r.
Lili Elbe, duńska transkobieta i malarka, poddaje się operacji korekty płci.

1932 r.
Polska wprowadza prawo definiujące wiek zgody jako 15 lat i dekryminalizuje związki homoseksualne; choć okupanci wprowadzili prawo zakazujące homoseksualności, Polska nigdy jej nie karała.

1937 r.
pierwszy raz użyto symbolu różowego trójkąta (oznaczenia homoseksualnych mężczyzn) w obozach koncentracyjnych.

1945 r.
w Holokauście ginie 3–9 tys. osób homoseksualnych.

1973 r.
homoseksualność zostaje wymazana z międzynarodowej listy chorób psychicznych.

1985 r.
w Polsce zaczyna się Akcja „Hiacynt", w ramach której milicja tworzy listę 11 tys. osób homoseksualnych.

1997 r.
Ellen de Generes jako pierwsza osoba w historii USA wychodzi z szafy w telewizji.

2001 r.
Holandia jest pierwszym krajem, który legalizuje małżeństwa jednopłciowe.

LGBTQIAP obecnie

Mimo, że media pokazują sprawy, które poruszą widza, często ciężkie lub trudne, świat zmierza w tęczową stronę. Zobacz, kiedy i jakie prawa przyznano osobom LGBTQIAP w poszczególnych krajach! Oto przykłady:

2003 r.
Szwecja umożliwia parom jednopłciowym adopcję dzieci.

2004 r.
Polska wprowadza zakaz dyskryminacji ze względu na orientację seksualną w zatrudnieniu. Uznaje się, że tożsamość płciowa jest chroniona na gruncie przesłanki „płci".

2005 r.
Łotwa zakazuje dyskryminacji w miejscu pracy ze względu na orientację seksualną.

2006 r.
Republika Południowej Afryki zezwala na małżeństwa jednopłciowe jako pierwszy kraj w Afryce.

2006 r.
Czechy umożliwiają rejestrację związków partnerskich – ustawa była odrzucana 4 razy (w 2005 r. zabrakło jednego głosu do jej przyjęcia).

2009 r.
Węgry wprowadziły możliwość rejestracji związków partnerskich.

2015 r.
Bośnia i Hercegowina wprowadza zakaz dyskryminacji ze względu na orientację seksualną, tożsamość płciową i cechy płciowe.

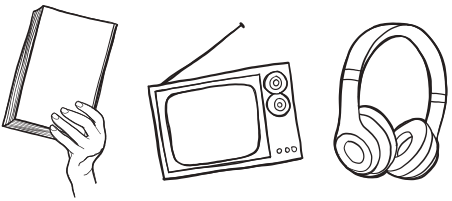
2015 r.
Malta wprowadza zakaz tzw. „operacji normalizujących" na interpłciowych dzieciach.

2015 r.
Sąd Najwyższy USA uznał, że małżeństwo par jednopłciowych jest chronione konstytucyjnie, znosząc zakaz ich zawierania.

2018 r.
Naczelny Sąd Administracyjny (NSA) orzekł, że polskie urzędy nie mogą odmówić transkrypcji aktu urodzenia dziecka lub potwierdzenia jego obywatelstwa tylko dlatego, że rodzicami są pary jednopłciowe. NSA uznał, że w tych przypadkach dobro dziecka jest wartością nadrzędną.

2018 r.
Chile umożliwia osobom trans powyżej 14. roku życia wpisanie imienia i płci do dokumentów.

REPREZENTACJA



to ukazywanie w dziełach kultury realnie istniejących ludzi – osób o określonej rasie, budowie ciała, płci. Pozwala utożsamić się z postaciami i zapoznać z historiami podobnymi do tych, które samemu się przeżywa. Jest szczególnie ważna w przypadku osób należących do mniejszości, czyli reprezentowanych najrzadziej. Może pomóc łamać szkodliwe stereotypy, zwiększać świadomość i widoczność, a także budować poczucie przynależności i bycia akceptowanym.

Dobra reprezentacja to taka, która nie opiera się na utartych schematach i która nie wykorzystuje przynależności postaci (np. orientacji seksualnej) jako jedynej cechy, która tę postać wyróżnia.

FILMY:

Dumni i wściekli
(2014 r., reż. Matthew Warchus),
Moonlight (2016 r., reż. Barry Jenkins),
Artykuł 18 (2016 r., reż. Bartosz Staszewski),
Princess Cyd (2017 r., reż. Stephen Cone),
Twój Simon (2018 r., reż. Greg Berlanti).

SERIALE:

Pose,
Orange is the New Black,
Sense8,
One Day at a Time,
Rewolucjonistka Utena.

DLA DZIECI:

Steven Universe,
She-Ra i księżniczki mocy,
Z Tango jest nas troje,
Kim jest ślimak Sam?,
Pora na przygodę!.

GRY KOMPUTEROWE:

Dragon Age i ***Mass Effect***,
Night in the Woods,
Butterfly Soup,
Dream Daddy.

PIOSENKI:

Hayley Kiyoko – ***Girls Like Girls***,
Janelle Monáe – ***Make Me Feel***,
Wrabel – ***The Village***,
Beatrice Eli – ***Girls***,
Against Me! – ***Transgender Dysphoria Blues***,
Panic! At The Disco – ***Girls/Girls/Boys***,
Lady Gaga – ***Born This Way***.

KOMIKSY:

The Wicked + The Divine,
Lumberjanes,
My Lesbian Experience With Loneliness,
My Brother's Husband.

KSIĄŻKI:

Simon oraz inni homo sapiens
Becky Albertalli,
Fanfik i ***Slash*** Natalia Osińska,
Dziwna i taki jeden Meagan Brothers,
Za ścianą i ***Muskając aksamit*** Sarah Waters,
Człowiek, który pokochał Yngvego
Renberg Tore.

DRAG:

RuPaul's Drag Race,
Boris Tudeth,
Twoja Stara,
Desmond is Amazing.

PARADY I MARSZE RÓWNOŚCI

Historia parad i marszów równości sięga daleko, bo aż 1969 r. Jak się to wszystko zaczęło? W nocy z 27 na 28 czerwca nowojorska policja dokonała nalotu na bar Stonewall Inn. Osoby queer przebywające w barze opierały się policji w akcie protestu przeciw przemocy i dyskryminacji. Protest trwał sześć nocy. „Zamieszki w Stonewall" są uznane za przełomowy moment dla ruchu na rzecz osób LGBTQIAP. W 1970 r., w rocznicę upamiętnienia tych wydarzeń, odbył się pierwszy marsz Christopher Street Parade w Nowym Jorku – od tamtej pory rokrocznie na całym świecie mają miejsce parady i marsze na rzecz praw osób queer.

W Polsce pierwsza Parada Równości odbyła się w 2001 r. w Warszawie. Była to wówczas niewielka manifestacja. W 2004 r. prezydent Warszawy zakazał Parady Równości i zamiast tego odbył się Wiec Równości, a w 2005 r. Parada odbyła się nielegalnie. Od tego czasu wiele się zmieniło – w 2018 r. w Polsce zostało zorganizowanych aż 15 marszów równości, a w Paradzie Równości w Warszawie wzięło udział ok. 45 tysięcy osób. Choć podczas Parady dobrze się bawimy, bierzemy w niej udział przede wszystkim po to, by zwrócić uwagę na dyskryminację i przemoc wobec osób LGBTQIAP.

PÓŁ-ŻARTEM, PÓŁ-SERIO:
„MOJA SPOŁECZNOŚĆ. ALEŻ ONI ŻYWIOŁOWI.
EWIDENTNIE LUBIĄ TAŃCZYĆ I IMREZOWAĆ.
OGLĄDAŁAM TO WSZYSTKO I MYŚLAŁAM:
A GDZIE GEJE INTROWERTYCY?
GDZIE JEST ICH MIEJSCE?"
(HANNAH GADSBY, STAND-UP „NANETTE")

Hannah Gadsby, komiczka, zwraca w tym pytaniu uwagę na ważną kwestię: nie każda osoba czuje się dobrze, idąc w głośnym tłumie. Dobra informacja: prawa osób queer możesz wspierać na wiele różnych sposobów – sprawdź na stronie 66.

Wypisz

Wypisz wszystko, co uda Ci się znaleźć w swoich obecnych szkolnych podręcznikach na temat osób LGBTQIAP.

Jeśli nie znajdziesz żadnych takich informacji, jak myślisz, dlaczego?

A co na ten temat słyszysz w szkole od nauczycielek/nauczycieli i/lub znajomych?

Jaki jest wydźwięk tych informacji?

A JEDNAK – CHOĆ TRUDNO TO ZAUWAŻYĆ, W PODRĘCZNIKACH JEST DUŻO QUEERU.

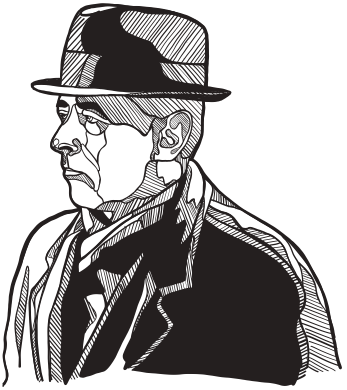
Te osoby były tęczowe!

Leonardo da Vinci

renesansowy malarz, wynalazca, gej

Safona

poetka ze starożytnej Grecji, lesbijka



Witold Gombrowicz

powieściopisarz i dramaturg, gej

Maria Konopnicka

nowelistka i poetka, lesbijka

PSSST! BIOGRAFIE TYCH OSÓB MOŻESZ ZNALEŹĆ W ENCYKLOPEDIACH LUB NA WIKIPEDII.

Sztuka DRAGU

Drag to performens polegający na graniu, bawieniu się płcią i jej cechami za pomocą stroju, makijażu oraz kreowaniu postaci scenicznej. Wśród tych osób są **drag queen** (mężczyzna tworzący postać kobiety), **drag king** (kobieta tworząca postać mężczyzny, czy **drag queer** (osoby, które nie identyfikują się binarnie), ale popularne są również i inne nazwy. Nazwy te są związkami frazeologicznymi i nie tłumaczymy ich na inne języki. Obecnie skrót DRAG nie odnosi się już jedynie do mężczyzn przebranych za kobietę, jego znaczenie jest dużo szersze.

Sasha Velour

„Sądzę, że w tak opresyjnych czasach, w jakich żyjemy, w których twierdzi się że pewne tożsamości są mniej warte, drag stawia na swoim i mówi: to my decydujemy, co ma wartość i co jest piękne. Jesteśmy pięknymi i wspaniałymi osobami".

Natalia

„Drag pozwolił mi odkryć siebie, uwolnić emocje i odnaleźć spełnienie dzięki oddziaływaniu na oglądające mnie osoby. Nareszcie czuję, że żyję".

(Unicorn Angel)

Trochę historii

Termin **DRAG** jest skrótem od **„ubrany jak dziewczyna"**, czyli z angielskiego ***Dressed Resembling A Girl.*** Stosowano go w czasach Szekspirowskiego Teatru (wczesny XVII w.) wobec mężczyzn odgrywających na scenie role kobiet. Mimo wszystko początków sztuki drag queen można doszukać się jednak już w Antycznej Grecji (400 p.n.e), kiedy aktorami mogli być wyłącznie mężczyźni. Pierwszym w historii filmem, w którym pojawia się drag queen, jest polski film *Piętro wyżej* z 1937 r.. Eugeniusz Bodo wykonuje w nim piosenkę *Sex Appeal*, odgrywając amerykańską aktorkę Mae West.

Termin drag king w druku pojawia się dopiero w 1972 r. Odnosi się on do kobiet tworzących męskie kreacje sceniczne. Mimo to na scenie pojawiają się one już we wczesnym XVIII w. w tradycji *breeches role*, odnoszącej się do „noszenia spodni", gdzie kluczową rolę odgrywają męskie ubrania

Zadanie:

korzystając z kolorowych czasopism, stwórz kolaż przedstawiający drag queen/king/queer.

:-)

Narysuj siebie teraz – kim jesteś? Co lubisz? Do jakiej szkoły chodzisz? Co przynosi Ci radość? Co stanowi dla Ciebie największą przeszkodę?

Jaką szkołę ukończysz? Z czego będziesz zdawać maturę? 26% incydentów przemocowych doświadczonych przez młodzież LGBTA miało miejsce w szkole, a w 19,1% przypadków sprawcami byli koleżanki i koledzy ze szkoły. Jak możesz zadbać o swoje zdrowie psychiczne i fizyczne? Narysuj swoją strategię.

Gdzie będziesz pracować? 78,8% osób transpłciowych ukrywa swoją tożsamość w miejscu pracy z obawy przed reakcją otoczenia. 11,07% aktów agresji doświadczonych przez osoby LGBTA miało miejsce w pracy. Jaki zawód będziesz wykonywać? Z kim będziesz pracować? Narysuj swoją pracę.

Jak chciała/-/_, żeby wyglądały Twoje kontakty z rodziną? Czy założysz swoją rodzinę? [wg prawa pary jednopłciowe nie mogą adoptować dziecka, ale szacuje się, że 50 000 dzieci wychowuje się w rodzinach tęczowych]. Czy sądzisz, że to na Ciebie wpłynie? Narysuj swoją rodzinę.

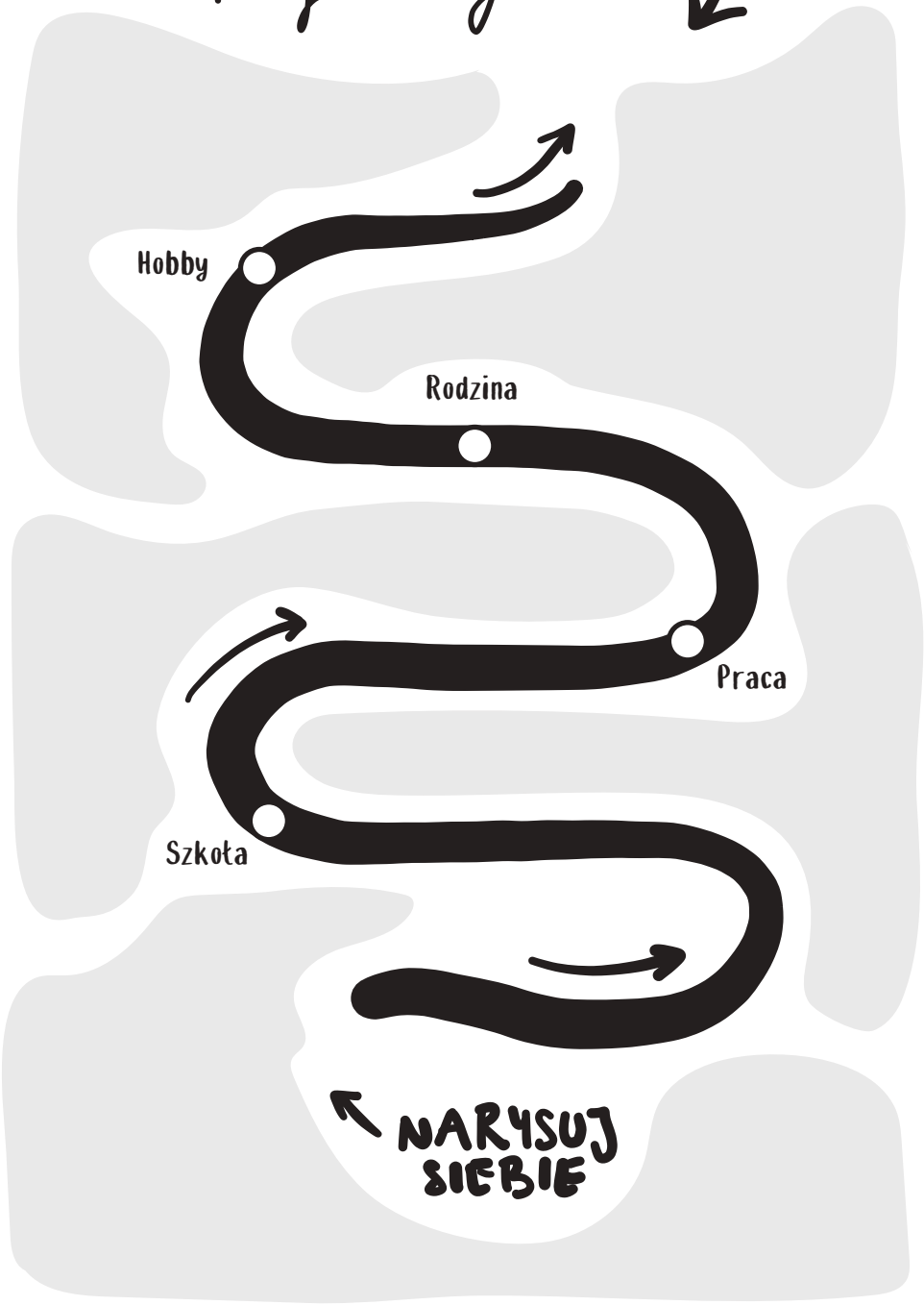
Przyjaciele, czyli rodzina z wyboru: jakich cech będziesz szukać u przyjaciół? 95% osób LGBTA deklaruje, że może liczyć na co najmniej jedną osobę, gdy mają poważne problemy osobiste, a niespełna połowa z nich, że ma od 3 do 5 takich osób.

Co będziesz robić w czasie wolnym?
Jak wypełnisz ten czas?
Narysuj siebie i swoje hobby.

[źródła: Tęczowe rodziny w Polsce. Prawo a rodziny lesbijskie i gejowskie, KPH 2009; Sytuacja społeczna osób LGBTA w Polsce. Raport za lata 2015-16, red.M.Świder i M.Winiewski]

Statystyki nie napawają nadzieją, ale nie musisz być statystyką. Zadbaj o swoje zdrowie i bezpieczeństwo. Dotrzesz tam, gdzie chcesz, choć droga może nie być łatwa.

JAK BĘDZIE WYGLĄDAĆ Twoje życie?



CHCESZ DZIAŁAĆ? ŚWIETNIE!

→ Możesz zgłosić swoją szkołę do akcji **Tęczowy Piątek** organizowanej przez Kampanię Przeciw Homofobii. Tęczowy Piątek to akcja, dzięki której możesz pokazać, że Twoja szkoła jest przyjazna i wspiera osoby LGBTQIAP, aby mogły czuć się w niej bezpiecznie!

→ **Możesz dowiedzieć się, jakie szkoły są tolerancyjne i pomóc znajomym wybrać szkołę, w której mogą być sobą** – Dominik Kuc, licealista, stworzył ranking szkół!
-> klik: https://mnw.org.pl/biblioteczka/licea-przyjazne-dla-lgbtq/

→ Zrób zin – własną gazetę! **Zbierz kilka osób i stwórzcie rysunki, teksty, kolaże i komiksy o osobach LGBTQIAP.**

→ **Protestuj, gdy widzisz nienawiść:** zgłaszaj homo-, bi-, trans- i queerfobiczne komentarze na Facebooku, zamazuj napisy na murach, zaklej nienawiść tęczową wlepką

→ **Zorganizuj Żywą Bibliotekę** – jest to projekt, w ramach którego można porozmawiać z „Żywą Książką", czyli osobą doświadczającą stereotypów, dyskryminacji i wykluczenia oraz poznać jej przeżycia i przemyślenia

→ W Twojej miejscowości jest organizowana parada lub marsz? **Zaangażuj się** – możesz poznać świetne osoby i przy okazji zyskać doświadczenie w organizacji wydarzeń.

→ Tłumacz z języków obcych artykuły na Wikipedii poświęcone społeczności LGBTQIAP! **Im więcej informacji o queer znajdzie się w internecie, tym większa będzie nasza wiedza!**

→ **Uzupełniaj artykuły na Wikipedii** o informacje, że dana osoba była LGBTQIAP – niestety, nie zawsze na polskiej Wikipedii możesz je znaleźć.

Warszawa – Kampania Przeciw Homofobii, Miłość Nie Wyklucza, Queer Solidarnie, Lambda Warszawa, Fundacja Trans-Fuzja, Wolontariat Równości;

Poznań – Grupa Stonewall;

Łódź – Fabryka Równości;

Wrocław – Kultura Równości;

Trójmiasto – Tolerado;

Toruń – Stowarzyszenie Pracownia Różnorodności;

Bydgoszcz – Stan Równości;

Lublin – Marsz Równości w Lublinie;

Kraków – Fundacja Równość.org.pl, Queerowy Maj;

Opole – Tęczowe Opole;

Katowice – Tęczówka;

Szczecin – Lambda Szczecin;

Zielona Góra – Instytut Równości;

Białystok – Tęczowy Białystok;

Kielce – Prowincja Równości;

Rzeszów – Marsz Równości w Rzeszowie.

JAK SOBIE RADZIĆ W TRUDNYCH SYTUACJACH?

Zdarza się, że musimy się zderzyć z trudną sytuacją samotnie i nie możemy liczyć na wsparcie bliskich osób. To jedna z najbardziej przytłaczających chwil. Pamiętaj, nawet jeśli nie rozumieją Cię bliscy, jest wiele osób, które czują to samo i możesz liczyć na ich wsparcie. Jeśli masz problem, możesz spróbować rozwiązać go samemu, ale gdy czujesz, że Cię on przytłacza – wpadnij do najbliższego stowarzyszenia!

Dla mnie kluczem okazało się pozwolenie sobie na odczuwanie wszystkich emocji. Bądź dla siebie delikatna/y/_. *Robisz wystarczająco dużo!*

Ważne, by mieć cierpliwość, zarówno do osób nam bliskich jak i do siebie oraz do spraw, na które nie mamy wpływu. Nie bać się poznawać siebie, próbować różnych nowych rzeczy i odkrywać. Cieszyć się z najmniejszych rzeczy, które dają nam poczucie, że jesteśmy w 100% sobą. Wracać do nich myślami, kiedy brakuje nam pewności siebie.

Najważniejsze jest, by być sobą, nie próbować być na siłę kimś innym, jeśli się czegoś boimy – nie bać się okazywać tego strachu, znaleźć fajną ekipę osób, której można zaufać.

Proś o pomoc. Mów o tym, czego potrzebujesz. Masz prawo nie być dzielna/y/_!

Spójrz na siebie, jak na swojego najlepszego przyjaciela. Praw sobie komplementy, doceniaj drobne rzeczy, które robisz, a czasem po prostu sobie odpuszczaj. Nie ma nic złego w tym, że nie masz siły/ochoty czegoś zrobić. No i najważniejsze – liczy się próbowanie! Do „Nie udało mi się," warto dodać: „ale próbowałam/em/_!"

Zaakceptuj siebie, jaką/jakim/_ jesteś! Krokiem milowym jest stanięcie przed lustrem i opisanie siebie trzema pozytywnymi przymiotnikami. Dostrzeżenie dobrych cech i stron samej/samego/_ siebie to podstawa do dalszej pracy nad sobą.

Zaakceptowanie tego, jakim się jest, to pierwszy krok. Ważna jest też świadomość, że proszenie o pomoc nie jest oznaką słabości – w razie problemu warto skontaktować się z rodziną, przyjaciółmi czy internetowymi grupami wsparcia i telefonami zaufania.

Kiedy było mi ciężko, starałem się znaleźć sprawę, którą się interesowałem i zajmowałem się nią przez cały czas. Dobrą samopomocą jest też pozostanie na chwilę samemu, by pomyśleć o sobie i swojej przeszłości... Najlepiej postarać się wyciągnąć wnioski na przyszłość.

POZNAJMY SIĘ – GDZIE POZNAWAĆ INNE OSOBY?

Wielu tęczowych znajomych poznałam dzięki spotkaniom LGBTQ+ w katowickim Stowarzyszeniu Tęczówka. Dzięki zabawom integracyjnym, np. planszówkom czy zwykłym dyskusjom, masz okazję poznać swoją bratnią duszę! Może to zaskakujące – na spotkania przychodzą osoby w bardzo różnym wieku! Nastolatkowie, młodzi dorośli i starsi, którzy mogą stać się autorytetem!

Najwięcej znajomości rodzi się w internecie, szczególnie na Facebooku, gdzie jest mnóstwo grupek zadedykowanych społeczności LGBT.

Warto posprawdzać organizacje i stowarzyszenia działające na rzecz osób LGBT+ w Twojej okolicy. Często tworzą je wspaniałe, otwarte osoby. Inną opcją są grupy na Facebooku, wystarczy dołączyć do lokalnej społeczności i można poznać wiele super osób.

Gorąco polecam fandomy! Jeśli jesteś fanką/fanem/_ czegokolwiek, to na każdym portalu społecznościowym znajdziesz grupę osób takich jak Ty! Najdłuższe i najciekawsze znajomości zawarłem właśnie dzięki Twitterowym, Facebookowym czy wszelkim innym portalom. W końcu to podobne zainteresowania łączą ludzi!

Oczywiście zaangażowanie społeczne lub wolontariat! Jest coraz więcej inicjatyw społecznych na rzecz praw osób LGBT+ lub nawet po prostu skierowanych do społeczności. Warto także samej/samemu/_ dołączyć do takich działań, aby poczuć się faktycznie częścią społeczności.

Grupy na Facebooku pozwalają szybko poznać podobne sobie osoby, niestety często są one oddalone o wiele kilometrów. Lokalnie warto sprawdzić stowarzyszenia działające na rzecz społeczności LGBT+, a jeśli takich brakuje, poszukać organizacji feministycznych lub grup anarchistycznych – w tych środowiskach często również można spotkać osoby queer. Portale randkowe także mogą pomóc w poznawaniu ludzi z okolicy, nie tylko w celu tworzenia związków, ale też zwykłych znajomości.

Ja szukam miejsc, gdzie nawet jeśli jestem sam, to czuje się dobrze. Dla mnie jest to moja ulubiona kawiarnia. Myślę że znalezienie takiego miejsca (może to być oczywiście też dom) i pewność, że mamy gdzie się podziać, nawet kiedy jesteśmy samotni, sprawia, że nie czujemy się bezradni.

SZAFA W DOMU

Natalia (Nat): Mój *coming out* nie był prosty. W domu pojawiały się homofobia, szantaż emocjonalny czy poniżanie. Chcąc uniknąć niebezpieczeństwa, musiałam poczekać z moim coming outem. Dopiero posiadając niezależność, własne pieniądze i nie bojąc się wyrzucenia z domu, czuję, że mogę mówić o mojej orientacji. Pamiętaj, że Twoje bezpieczeństwo i komfort psychiczny są w tej sytuacji najważniejsze!

Marcin: U mnie było zupełnie odwrotnie, rodzice przyjęli to bezstresowo, do dziś pamiętam, jak się bałem, okazało się, że zupełnie niepotrzebnie. Byli na mnie trochę wściekli, że zwlekałem tak długo z powiedzeniem prawdy, ale kiedy było po wszystkim, poczułem ulgę.

Sida: Rodzice przyjęli samą informację nieźle, to znaczy w ogóle jej nie skomentowali. Dzisiaj ignorują temat, kiedy go poruszam, robi się nieco niezręcznie, a kiedy chwalę się, że pojawiłam się w gazecie czy na jakichś zdjęciach z marszu, stresują się, że ktoś ze znajomych mnie zobaczy i rozpozna. Trochę ich do tego przygotowywałam przez lata, rzucając różne subtelne wskazówki, dzięki temu nie było to dla nich dużym zaskoczeniem. Spodziewali się nawet tego, i myśleli kiedyś, że jestem potajemnie w związku z przyjaciółką.

Patryk: Mój *coming out* odbył się... przez telefon, będąc na wakacjach w Austrii. Działałem pod wpływem silnych emocji i nagłego przypływu odwagi. Planowałem ujawnić się tylko przed mamą, a ku mojemu zdziwieniu to tata dowiedział się pierwszy. Ich reakcje były zaskakująco pozytywne i ostatecznie nie mieli z tym większego problemu. Nie do końca rozumieją jeszcze wszystko, ale w miarę możliwości staram się im wszystko tłumaczyć. Ale pamiętaj – coming out przed rodzicami to nie jest Twój obowiązek, nie musisz tego robić!

Dominik: Mój *coming out* odbył się w bardzo słabych okolicznościach. Moja mama zauważyła esemesy, które wymieniałem z koleżanką, w których rozmawialiśmy na temat orientacji seksualnej. Bardzo żałuję braku wpływu na tę sytuację, bo czułem się tak, jakby został odkryty mój największy sekret. Myślę, że zaplanowanie coming outu jest sporą zaletą. Ponieważ moi rodzice dowiedzieli się tego, gdy miałem 15 lat, na początku stwierdzili, że to z pewnością kwestia okresu dorastania. Nie było to w porządku.

Kasia: Mój *coming out*? Cały czas mam wrażenie, że bardziej outowałam się jako aktywistka niż osoba biseksualna. Mam ogromne szczęście. Dominującym przekazem w moim domu była pewność, że czego nie zrobię, jaka nie będę, zawsze mogę wrócić do domu i nie zostanę odrzucona. Wiedziałam, rodzice też wielokrotnie to powtarzali, że mogę być z kim chcę, tak długo, jak dajemy sobie szczęście. Ale jednocześnie myślę, że nie będą traktować sprawy poważnie, dopóki nie przyjadę do domu z dziewczyną.

Anton: Po Twoim coming oucie rodzice będą być może w szoku i mogą powiedzieć Ci dużo złych słów, ale z czasem przyjdzie im do głowy, że kochają Cię takim, jaka/jaki/_ jesteś... bez względu na płeć i orientację. Polecałbym więc trochę wybadać rodziców przed swoim coming outem...

Mewa: Kiedy zaczęłam aktywnie udzielać się w organizacjach na rzecz osób LGBT+, moi rodzice byli załamani. Uważali, że zostałam zmanipulowana, bo przecież w naszej rodzinie nie ma szans na podobne zboczenia, coś takiego w ogóle nie istnieje. Wsparcie znalazłam z kolei u rodzeństwa i wujostwa – niedługo później okazało się zresztą, że w najbliższym kręgu rodziny są przynajmniej trzy nieheteronormatywne osoby, które potrafiły stanąć za mną murem, chociaż rodzice wciąż mają nadzieję, że to „zwykła faza", że robię sobie żarty, że przecież obecnie jestem z chłopakiem (też zresztą nieheteronormatywnym) i raczej na większe zmiany w tym planie się nie zanosi. Każda rozmowa na ten temat kończyła się krzykiem, zarzucaniem mi pouczania starszych od siebie, wpędzania do grobu i różnymi innymi niemiłymi, ale przewidywalnymi tekstami. Po raz pierwszy udało mi się, kiedy postanowiłam napisać do mamy bardzo długiego esemesa, w którym rozkładam na czynniki pierwsze swój tok myślenia tak, że nie mogłyśmy sobie nawzajem przerywać. Dzień później udało nam się nawet porozmawiać o tym przez telefon.

Na mowę nienawiści są paragrafy!

Jeśli ktoś szerzy mowę nienawiści, możesz tę osobę zgłosić na policję!
Według art. 304.§ 1. Kodeksu postępowania karnego
zgłoszenie przestępstwa jest obowiązkiem obywatela.

A co jest przestępstwem?

Art. 190 Kodeksu karnego
§ 1. Kto grozi innej osobie popełnieniem przestępstwa na jej szkodę lub szkodę osoby najbliższej, jeżeli groźba wzbudza w zagrożonym uzasadnioną obawę, że będzie spełniona, podlega grzywnie, karze ograniczenia wolności albo pozbawienia wolności do lat 2.
§ 2. Ściganie następuje na wniosek pokrzywdzonego.

Art. 212 Kodeksu karnego
§ 1. Kto pomawia inną osobę, grupę osób, instytucję, osobę prawną lub jednostkę organizacyjną niemającą osobowości prawnej o takie postępowanie lub właściwości, które mogą poniżyć ją w opinii publicznej lub narazić na utratę zaufania potrzebnego dla danego stanowiska, zawodu lub rodzaju działalności, podlega grzywnie albo karze ograniczenia wolności.
§2.Jeżeli sprawca dopuszcza się czynu określonego w §1 za pomocą środków masowego komunikowania, podlega grzywnie, karze ograniczenia wolności albo pozbawienia wolności do roku.

Art. 216 Kodeksu karnego
§ 1. Kto znieważa inną osobę w jej obecności albo choćby pod jej nieobecność, lecz publicznie lub w zamiarze, aby zniewaga do osoby tej dotarła, podlega grzywnie albo karze ograniczenia wolności.
§ 2. Kto znieważa inną osobę za pomocą środków masowego komunikowania, podlega grzywnie, karze ograniczenia wolności albo pozbawienia wolności do roku.
§ 3. Jeżeli zniewagę wywołało wyzywające zachowanie się pokrzywdzonego albo jeżeli pokrzywdzony odpowiedział naruszeniem nietykalności cielesnej lub zniewagą wzajemną, sąd może odstąpić od wymierzenia kary.

Art. 255 Kodeksu karnego
§ 2. Kto publicznie nawołuje do popełnienia zbrodni, podlega karze pozbawienia wolności do lat 3.
§ 3. Kto publicznie pochwala popełnienie przestępstwa, podlega grzywnie do 180 stawek dziennych, karze ograniczenia wolności albo pozbawienia wolności do roku.

Art. 256 Kodeksu karnego
§ 1. Kto publicznie propaguje faszystowski lub inny totalitarny ustrój państwa lub nawołuje do nienawiści na tle różnic narodowościowych, etnicznych, rasowych, wyznaniowych albo ze względu na bezwyznaniowość, podlega grzywnie, karze ograniczenia wolności albo pozbawienia wolności do lat 2.

Art. 23 Kodeksu cywilnego
Dobra osobiste człowieka, jak w szczególności zdrowie, wolność, cześć, swoboda sumienia, nazwisko lub pseudonim, wizerunek, tajemnica korespondencji, nietykalność mieszkania, twórczość naukowa, artystyczna, wynalazcza i racjonalizatorska, pozostają pod ochroną prawa cywilnego niezależnie od ochrony przewidzianej w innych przepisach.

Art. 24 Kodeksu cywilnego
§ 1. Ten, czyje dobro osobiste zostaje zagrożone cudzym działaniem, może żądać zaniechania tego działania, chyba że nie jest ono bezprawne. W razie dokonanego naruszenia może on także żądać, ażeby osoba, która dopuściła się naruszenia, dopełniła czynności potrzebnych do usunięcia jego skutków, w szczególności ażeby złożyła oświadczenie odpowiedniej treści i w odpowiedniej formie. Na zasadach przewidzianych w kodeksie może on również żądać zadośćuczynienia pieniężnego lub zapłaty odpowiedniej sumy pieniężnej na wskazany cel społeczny.
§ 2. Jeżeli wskutek naruszenia dobra osobistego została wyrządzona szkoda majątkowa, poszkodowany może żądać jej naprawienia na zasadach ogólnych.

Co możesz zrobić?

1. Jeśli hejterstwo dotyczy komentarza, postu lub zdjęcia| – zgłoś to na FB. Dodatkowo, wklej adres obiektu na hejtstop.pl i na http://zglosnienawisc.otwarta.org/

2. Jeśli hejterstwo to wypowiedź/zachowanie, które masz na nagraniu lub na zdjęciu – wejdź na http://zglosnienawisc.otwarta.org/

3. Możesz też wysłać list (polecony) do prokuratury – zawiadomienie o popełnieniu przestępstwa. Zawiadomienie musi zawierać Twoje imię, nazwisko i adres, nazwę danej jednostki prokuratury lub komendy policji, do której składasz pismo. Trzeba w nim własnymi słowami opisać zajście (możliwie z załącznikami – screenshot lub zdjęcie), konieczny jest podpis wraz z datą.
Nie wiadomo, czy prokuratura zajmie się sprawą, ale musi to pismo przyjąć. Im więcej zgłoszeń, tym większa szansa, że policja będzie czujniejsza!

Zgłaszaj każdy nienawistny post na Facebooku! Po prostu kliknij w prawym górnym rogu „Zgłoś post", a następnie wskaż, że nie powinien być na FB ze względu na nieodpowiednie treści. Im więcej zgłoszeń administrator otrzyma, tym szybciej zdejmie post!

Możesz też wejść na stronę www.hejtstop.pl i tam po prostu wkleić napastliwy wpis. Oni już się tym zajmą...

Pssst, możesz też ściągnąć HejtAlert, dodatek do Twojej przeglądarki, który sam zgłasza obraźliwe treści.

PRZEMOC – co zrobić?

Natalia (Nat): Ważne, by mieć osobę sojuszniczą. Może być to ktokolwiek, komu ufasz i z kim czujesz się bezpiecznie. Nie narażaj się, jeśli nie czujesz się pewnie. Uważam, że nie warto ignorować przemocy i dawać przyzwolenia na takie zachowania. Zgłoszenie takiej sprawy może bardzo pomóc.

Marcin: Warto poinformować o tym wydarzeniu bliskich, co do których wiesz, że zawsze staną po Twojej stronie, zgłosić się po darmową pomoc psychologa do jakiejś organizacji pozarządowej działającej na rzecz LGBT+ (np. KPH), nie bać się mówić głośno o tym problemie, zasygnalizować w jakiś sposób, że coś jest nie tak i trzeba to zmienić – nie ukrywać tego problemu i nie wstydzić się go.

Patryk: Nie duś tego w sobie! Im szybciej podzielisz się z tym z zaufaną osobą, tym szybciej znajdziecie wyjście z trudnej sytuacji. Szkoła musi reagować na prześladowanie ze względu na cokolwiek i jeśli tego nie robi, masz prawo szukać pomocy dalej, chociażby u wszelkich organizacji działających na rzecz LGBTQ+. Ale też nie przechodź obojętnie, gdy widzisz, że ktoś jest atakowany. Brak reakcji to też reakcja i dlatego trzeba zrobić wszystko to, co nie zagraża naszemu bezpieczeństwu, a może pomóc drugiej osobie.

Dominik: Reagować. Zgłaszać. Nagłaśniać. Pierwsza opcja na reakcję w przypadku dyskryminacyjnych zachowań to zwrócenie się z problemem do psychologa/pedagoga szkolnego. W przypadku braku zdecydowanej reakcji warto poszukać sojuszników w... radzie rodziców. Wprawdzie nie jest to organ bardzo wpływowy w funkcjonowaniu szkoły, ale rodzice są wyczuleni na argumenty o bezpieczeństwie i otwartej atmosferze w szkole (warto powtarzać słowo bezpieczeństwo wielokrotnie). Co może zrobić rada rodziców? Na zebraniu dyrekcja może znaleźć się pod ostrzałem pytań. Tak było w mojej szkole po zakazie organizacji Tęczowego Piątku (dodam, że jest to szkoła na ogół dość otwarta). Rodzicie mieli w czasie zebrania o wiele większą siłę przebicia niż uczniowie czy zastraszeni nauczyciele w czasie dnia szkolnego.

Co możesz zrobić, by zareagować na homo-, bi-, queer- czy transfobię w szkole?

Dominik: Odwołanie w sprawie dyskryminacji w szkole powinno przebiegać od najniższej instancji do najwyższej. Najpierw mówimy wychowawcy, potem psychologowi/pedagogowi, następnie idziemy do dyrekcji. Dlaczego? Bo dobrze uniknąć sytuacji, w której dyrektor wypytuje nauczycieli, a ci odpowiadają „o niczym nie wiem". Dyrektor jest bezpośrednio odpowiedzialny za utrzymanie bezpieczeństwa w szkole, więc należy oczekiwać, że stanie na wysokości zadania. Można korzystać też z takich instytucji jak Rzecznik Praw Ucznia, Rada Rodziców. Można szukać wsparcia osób rówieśniczych w samorządzie uczniowskim.

W prawie oświatowym mamy zapisy, które stanowią o odpowiedzialności za bezpieczenstwo uczennic i uczniów!

Art. 68
1. Dyrektor szkoły lub placówki w szczególności:
3) sprawuje opiekę nad uczniami oraz stwarza warunki harmonijnego rozwoju psychofizycznego poprzez aktywne działania prozdrowotne;
6) wykonuje zadania związane z zapewnieniem bezpieczeństwa uczniom i nauczycielom w czasie zajęć organizowanych przez szkołę lub placówkę;

Protip: Dyrekcję zatrudnia gmina/dzielnica/miasto. Osoby sojusznicze w postaci osób decyzyjnych w samorządach są bardzo cenne, bo mogą wysłać do szkół pismo z prośbą o umożliwienie przeprowadzenia danych zajęć.

Co zrobić, jeśli widzisz, że ktoś doświadcza przemocy?

Zwykle w szkołach nie uczy się nas tego, jak reagować na hejt i przemoc lub jak wesprzeć ofiarę przemocy słownej czy fizycznej. Brak reakcji ze strony otoczenia nie tylko powoduje, że sprawcy czują się bezkarni i są jeszcze bardziej agresywni. Ofiara odczuwa wówczas skutki przemocy znacznie dłużej, ponieważ wie, że w razie niebezpieczeństwa nikt jej znów nikt jej nie pomoże. Tak naprawdę możesz zmienić bieg wydarzeń. Oto kilka prostych sposobów, które wywodzą się z metody 'Bystander Intervention', czyli „interwencji świadka". Są banalnie proste, więc następnym razem po prostu je zastosuj:

1. Udokumentuj

Nagraj zdarzenie, zrób zdjęcie, sporządź notatkę. To bardzo ważne, ponieważ jeśli dana osoba będzie chciała dochodzić sprawiedliwości, takie materiały bardzo jej się przydadzą. Pamiętaj: nagrywaj z bezpiecznej odległości. Uwzględnij punkty orientacyjne tak, by można było jasno określić, gdzie zdarzenie miało miejsce. Podaj adres, datę i godzinę. Nagrywaj przez przynajmniej 10 sekund. Po nagraniu zapytaj osobę, która doświadczyła przemocy, co chce zrobić z nagraniem – skasuj je, jeśli takie jest jej życzenie. Nie masz prawa publikować takiego nagrania w internecie bez zgody osoby poszkodowanej.

2. Bezpośrednia krytyka

UWAGA! Zastosuj ten sposób tylko wtedy, jeśli wiesz, że jesteś bezpieczny/a, a oprawca nie może wyrządzić Ci krzywdy. Nie stosuj tego sposobu, jeśli możesz w ten sposób postawić się w niebezpiecznej sytuacji. Zwróć się do oprawcy i nazwij rzeczy po imieniu, np. „To, co robisz jest nie w porządku, przestań", „zostaw go", „skończ z rasizmem". Nie wdawaj się w dialog – jeśli oprawca skieruje swoją uwagę na Ciebie, po prostu zacznij rozmowę z osobą szykanowaną i nie zwracaj uwagi na otoczenie. Możesz też krzyknąć taki komentarz z oddali, będąc w bezpiecznej odległości - i odejść, by na przykład zadzwonić po policję, poinformować kierowcę autobusu lub wezwać nauczyciela.

3. Rozproszenie uwagi

Tym razem Twoim celem jest po prostu przeszkodzić oprawcy w kontynuowaniu szykan. Możesz zapytać o drogę, o nazwę kolejnego przystanku, rozlać kawę, zasłonić widok oprawcy, rozmawiając przez telefon. Pamiętaj: Twoje bezpieczeństwo jest tutaj priorytetem.

4. Oddeleguj zadanie

Jeśli martwisz się o swoje bezpieczeństwo, poproś kogoś o reakcję. Ludzie w tłumie albo przechodnie zwykle nie angażują się w nie swoje sprawy, ponieważ nie jesteśmy uczeni reakcji i w takich sytuacjach nie wiemy, co zrobić. Jeśli jednak zwrócisz się do kogoś bezpośrednio, prawdopodobnie osoba ta zdecyduje się Ci pomóc, np. „Proszę pani, ta osoba jest szykanowana, proszę zareagować" albo "Proszę pana, proszę zareagować – nie można tak traktować innej osoby". W autobusie wymagaj reakcji od kierowcy, w szpitalu od recepcjonistki/ty lub lekarza/rki, w szkole od nauczyciela/lki lub woźnego/ej. Oczywiście, możesz też zadzwonić na policję.

5. Poczekaj

Jeśli nie możesz nic zrobić w danej chwili, poczekaj aż oprawca odejdzie. Podejdź do osoby, która doświadczyła przemocy. Zapytaj, czy wszystko w porządku i czy potrzebuje jakiejś pomocy. Spytaj, czy chce, żebyś z nią/nim chwilę poczekał/a. Jeśli nagrałeś/aś zdarzenie, zaoferuj, że możesz mu/jej je wysłać. Choć nie jest to zwykle oczywiste, takie wsparcie i potwierdzenie, że to, co się wydarzyło nie jest okej, ma wielkie znaczenie dla psychiki osób doświadczających przemocy.

(na podstawie ihollaback.org)

ALE GORĄCO!

Jako wstęp do edukacji seksualnej, mamy Ci do zaoferowania cztery złote rady:

1. Testuj się i wymagaj testu od swojego partnera/swojej partnerki.

Zaufanie jest super, ale wiesz co jest jeszcze lepsze? Zdrowie. Testujcie się na HIV i inne infekcje przenoszone drogą płciową. Tu znajdziesz info o darmowych testach: www.projekttest.pl .

2. Zgoda.

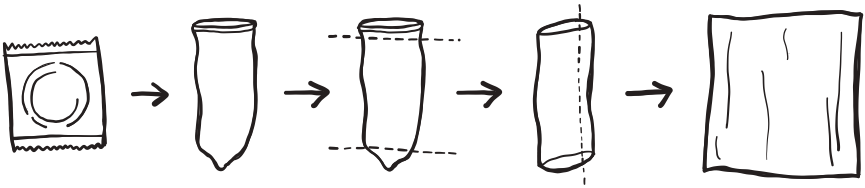
Seks bez entuzjastycznej zgody obu stron to gwałt. Seks z osobą pijaną lub pod wpływem innych substancji to gwałt. Seks z osobą nieprzytomną lub śpiącą to gwałt. Tylko „tak" oznacza zgodę. Pamiętaj, że w każdej chwili możesz poczuć się niekomfortowo i powiedzieć „nie", nawet jeśli wcześniej zgodziłaś/eś/_ się na zbliżenie.

3. Seks oralny i analny bez zabezpieczenia może pozostawić po sobie nie tylko niezłe wspomnienia, ale również wysypkę. Zabezpieczaj się.

I nie bój się lubrykantów, bo bez nich łatwiej o podrażnienia. Jeśli nie masz ochoty na którąś z tych form zbliżenia masz prawo powiedzieć „nie".

4. Prezerwatywy występują w różnych kształtach, rozmiarach i zapachach.

Istnieją też chusteczki lateksowe do seksu oralnego dla osób z waginą – można je kupić lub zrobić samodzielnie:



1. Otwórz prezerwatywę.
2. Obetnij oba końce.
3. Przetnij na wskroś.
4. Używaj jej tylko raz i tylko z jednej strony!

Edukacja seksualna jest niezwykle ważna. Pamiętaj o tym. Skorzystaj z rzetelnych źródeł. Sięgnij po książkę „#sexedpl" Anji Rubik lub poczytaj o seksie na stronach organizacji: 1) Grupa Ponton, 2) SPUNK Fundacja Nowoczesnej Edukacji.

Szybki test!

Wypisz w 5 minut:

Nazwy pięciu krajów, w których osoby LGBTQIAP mogą brać ślub:

.....

.....

Pięć sławnych osób LGBTQIAP:

.....

.....

Pięć seriali, w których występują wątki LGBTQIAP:

.....

.....

Różne orientacje seksualne:

.....

.....

Różne tożsamości płciowe:

.....

.....

Pięć organizacji działających na rzecz praw LGBTQIAP:

.....

.....

Sprawdź swoją tęczową wiedzę!

1. Tożsamość płciowa, w której nie identyfikujemy się z nadaną podczas narodzin płcią.

2. Nieidentyfikowanie się z żadną płcią lub kwestionowanie idei płci w ogóle.

3. Osoba, która poszukuje swojej płci i seksualności i odkrywa je [ang.].

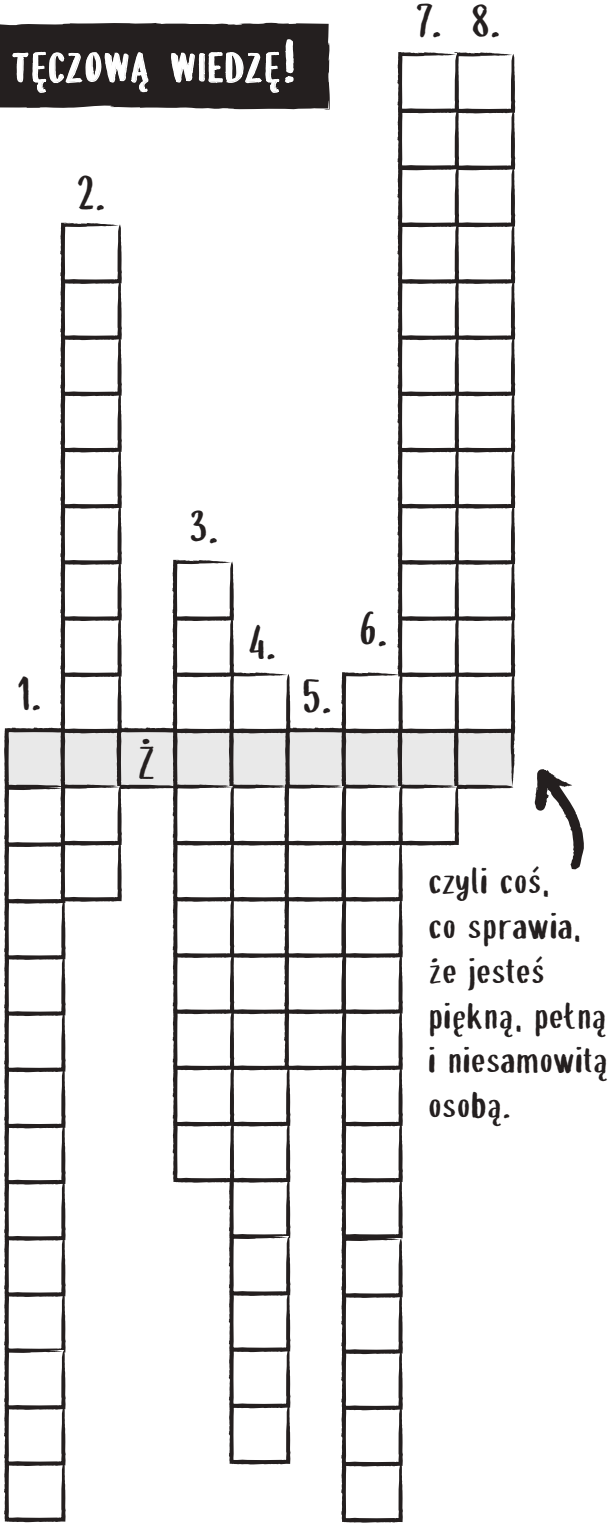
4. Pociąg do osób bez względu na ich płeć.

5. Uczucie i relacje międzyludzkie, w którym osoby są zakochane nawzajem. Jest niezależne od woli. Protip: każda osoba na to zasługuje.

6. Pociąg do osób tej samej płci.

7. Intersex to po polsku ....., czyli zróżnicowany rozwój płciowy.

8.Pociąg do osób więcej niż jednej płci.



czyli coś, co sprawia, że jesteś piękną, pełną i niesamowitą osobą.

Chcesz wiedzieć więcej?

GLSEN	www.glsen.org
Humanity in Action Polska	https://uprzedzuprzedzenia.org
Kampania Przeciw Homofobii	www.kph.org.pl
Trans-Fuzja	http://transfuzja.org
interACT	https://interactadvocates.org/
OII Europe	https://oiieurope.org
My, Rodzice	http://myrodzice.org
Stowarzyszenie Akceptacja	http://akceptacja.org
Fundacja Tęczowe Rodziny	http://teczowerodziny.pl
Fundacja Wiara i Tęcza	http://www.wiaraitecza.pl
AVEN	https://www.asexuality.org
Grupa Ponton	http://ponton.org.pl
SPUNK Fundacja Nowoczesnej Edukacji	https://spunk.pl

Odpowiedzi do quizu ze s. 7:
Poprawne odpowiedzi:
1. c / Źródło: Dalia Research, 2016
2. a / Źródło: Wikipedia, History of same-sex marriage in the United States
3. c / Źródło: Wikipedia, Khnumhotep and Niankhkhnum
4. c / Źródło: Wikipedia, Recognition of same-sex unions in Europe

Odpowiedzi do krzyżówki ze s. 76:
1. Transpłciowość, 2. Niebinarność, 3. Questioning, 4. Panseksualność, 5. Miłość, 6. Homoseksualność, 7. Interpłciowość, 8. Biseksualność

Pamięci Dominika, Kacpra,
Milo i wielu innych młodych
osób, które doświadczyły
i doświadczają dyskryminacji.
Działamy, by stworzyć lepszy
świat dla Was i wszystkim
Wam, tęczowym osobom,
dedykujemy tę książkę.