



LMBTQI témákról nemcsak LMBTQI fiataloknak

Szivárvány Szakkör

LMBTQI témákról nemcsak LMBTQI fiataloknak

Tartalom

1	Bevezető és bemutatkozás	4
2	Alapfogalmak	6
3	Az LMBTQI diákok helyzete Magyarországon	13
4	Sokan kérdezték már tőlünk...	16
5	Mit tehetsz LMBTQI iskolatársaidért?	25
6	Hová fordulhatsz? Szervezetek és szolgáltatások	30
7	További hasznos olvasmányok	32



Bevezető és bemutakozás – avagy miért érdemes elolvasnod ezt a füzetet, akár az LMBTQI közösséghez tartozol, akár nem

Sziasztok!

Réka, Andi, Hedvig, Peti, Judit, Miki és Lóci vagyunk. Évfolyamtársak, nemsokára érettségizünk. Ezt a füzetet közös iskolai tapasztalataink és az együtt, egymástól szerzett tudásunk alapján állítottuk össze. Segíteni szeretnénk nektek összefogni, és elfogadóbb, biztonságosabb iskolát teremteni. Mi heten bizonyos szempontból különbözünk a többségtől, sőt, sok ponton egymástól is: más a szexuális irányultságunk vagy a nemi identitásunk. Mégis sok mindenben egyetértünk, és barátok is vagyunk!

Miért is emeltük ki, hogy különbözőek vagyunk? Biztosan tudod, hogy az emberek sokféleképpen élhetnek meg szexuális vonzalmat és szerelmet: a legtöbben a tőlük eltérő nemű emberekhez vonzódnak (**heteroszexuálisok**), de vannak, akik a velük azonos neműekhez vonzódnak (**leszbikusok, melegek**), és olyanok is, akik mind a velük azonos, mind a tőlük eltérő nemű személyekhez (**biszexuálisok**). Hasonlóan sokféleképpen viszonyulhatunk a nemünkhöz: a legtöbb ember számára nem jelent nehézséget azonosulni azzal a nemmel, amelyet születésekor kijelöltek számára, de vannak olyanok is, akiknek nemi identitása eltér a születéskor kijelölt nemétől (**transzneműek**), és vannak olyanok is, akik testi jegyeik alapján nem sorolhatóak be egyértelműen a férfi-női kategóriákba (**interszex emberek**).

Azzal viszont kevesen vannak tisztában, hogy **a többségtől eltérő szexuális irányultság egyáltalán nem olyan ritka: a kutatók 4% és 10% közé teszik a meleg és lezbikusok arányát a társadalomban**. Gondolj bele: ha mondjuk a településen, ahol élsz, 5% ez az arány, akkor minden 20 ember között van valaki, aki meleg, lezbikus vagy biszexuális!

Hogy erről miért nem lehet ugyanúgy tudni, mint arról, ha valaki férfiként a nőkhöz vagy nőként a férfiakhoz vonzódik? Azért, mert **a legtöbben titkolják a szexuális irányultságukat**. Ennek az az oka, hogy sok élethelyzetben, például az iskolában, vagy akár a családjukban is **gyakran előítéleteknek, hátrányos megkülönböztetésnek, szóbeli vagy fizikai zaklatásnak vannak kitéve**. A szexuális irányultsággal és nemi identitással kapcsolatos kérdések még mindig tabunak számítanak, vagyis olyasminek, amiről nem illik beszélni. Ezért sok ember olyan negatív képzeteket társít a lezbikus, meleg, biszexuális, transznemű, queer és

interszex emberekhez, amiknek nincs valós alapja (például azt, hogy betegek, vagy hogy káros befolyással lehetnek más emberekre). **Az előítéletek oka nagyrészt a tájékoztatatlanság.**

S hogy ebben a füzetben mi mindent szeretnénk átadni nektek? Először is **segítünk a tájékozódásban**: tisztázzuk a legalapvetőbb fogalmak jelentését, és a válaszokat a leggyakoribb kérdésekre LMBTQI témákban. Így felkészültebbek lehettek a közkézen forgó előítéletek ellen. Ezen kívül **összeszedtünk hasznos ötleteket és tippeket**: *Hová lehet fordulni jogi tanácsadásért vagy lelkisegélyért? Mit tehetnek, ha valakiről a közeletekben kiderül, hogy LMBTQI? Hogyan lehetnek jó szövetségesei LMBTQI barátaitoknak heteróként? Hová forduljatok, ha jobban érdekel a téma?*

Reméljük, hasznosnak találjátok ezt a kiadványt, és ha van olyan családtagotok vagy barátotok, akit szintén érdekelne, ajánljátok neki is! A füzet elektronikus verzióban is olvasható és letölthető a szivarvanyszakkor.hu oldalon.

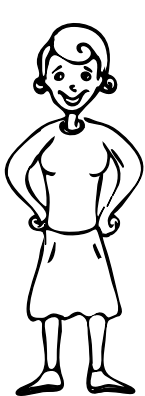
Réka, Miki, Lóci, Andi, Hedvig, Peti, Judit

Mi vagyunk azok*:

Judit, ciszheteró lány · Peti, interszex fiatal, fiúként él · Andi, transz lány ·

Hedvig, queer fiatal · Miki, meleg fiú · Réka, leszbikus lány · Lóci, biszexuális

**ha az önmeghatározásunkat nem teljesen érted, lapozz egyet a következő részhez! :)*



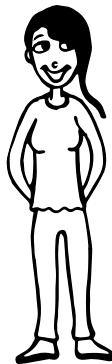
Judit



Peti



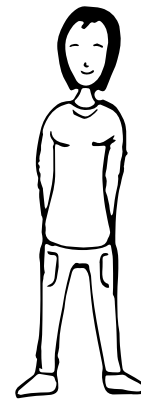
Andi



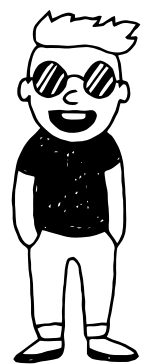
Hedvig



Miki



Réka



Lóci

2

Alapfogalmak



*Melyik betű mit jelent az LGBTQI-ból?
Milyen kifejezésekkel érdemes tisztában lenni?
Amikor elkezdünk a sulit, ezeknek a kifejezéseknek
a többségét nem ismertük, vagy téves
információink voltak róluk. De érdemes ismerni
a pontos jelentésüket, akár LGBTQI
személy vagy, akár nem! Ha egyes magyarázatokat
nem találsz elegendőnek, lapozz az 7. részhez,
ahol további olvasmányokat, weboldalakat
ajánlunk a témában!*

SOKAN KEVERIK A SZEXUÁLIS IRÁNYULTSÁG ÉS A NEMI IDENTITÁS FOGALMÁT, PEDIG A KÖZTÜK LÉVŐ KÜLÖNBBSÉG TUDATOSÍTÁSA AZ ÖSSZES TÖBBI, LGBTQI-VONATKOZÁSÚ FOGALOM MEGÉRTÉSÉHEZ FONTOS. EZÉRT EZEKKEL KEZDJÜK:

A szexuális irányultság / orientáció az a tulajdonság, amely meghatározza, hogy valaki milyen nemű személyekhez vonzódik (vagy nem vonzódik) szexuálisan.

A szexuális irányultság nem merev kategória, az életút során változhat.

A nemi identitás pedig az az érzés, hogy valaki férfinak vagy nőnek érzi magát, esetleg egyiknek sem. Ez nem feltétlenül esik egybe az adott személy születésekor megjelölt nemével.

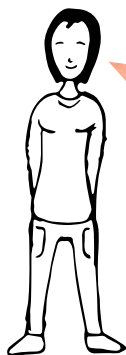
Az előbbi két fogalom által megjelölt érzés és tulajdonság *nem függ össze egymással*, tehát valakinek a nemi

identitásából nem következtethetünk a szexuális irányultságára, s a szexuális irányultságából sem következtethetünk a nemi identitására.

Az LGBTQI mozaikszó (*leszbikus, meleg, biszexuális, transznemű, interszexuális*) egy sokszínű csoportot jelöl, amelyet gyakran együtt kezelnek, ám érdemes tisztázni, hogy az egyes betűk és az általuk rövidített szavak mit is jelentenek.

**AZ ELSŐ HÁROM BETŰ (LMB) ÁLTAL
JELÖLT FOGALOM EGYÉRTELMŰEN
A SZEXUÁLIS IRÁNYULTSÁG
TÉMAKÖRÉHEZ TARTOZIK:**

Leszbikus: Olyan nő, aki
nők iránt vonzódik érzelmileg és /
vagy szexuálisan.



*Én egy éve
találkoztam
a barátnőmmel egy
fesztiválon. Korábban
is sejtettem, hogy
a lányokhoz vonzódok,
de amikor Zizit
megismertem, ez
egyértelmű lett.*

Meleg: Olyan férfi, aki férfiak
iránt vonzódik érzelmileg és/vagy
szexuálisan. Sok nőkhöz vonzódó nő
is használja magára a meleg szót.

Biszexuális: Olyan ember, aki
mind férfiakkal, mind nőkhöz
vonzódik vagy vonzódhat. Ez nem
feltétlenül jelenti azt, hogy férfiakkal
és nőkkel is létesít szexuális vagy
érzelmi kapcsolatot, vagy hogy ezt
párhuzamosan tenné.



*Én voltam már
szerelmes lányba
és fiúba is, persze
nem egyszerre. Ezért
biszexuálisként
határozom meg
a szexuális
irányultságomat.*

Azokat a személyeket, akik szexuálisan és/vagy érzelmileg velük azonos nemű személyekhez vonzódnak, szokták **homoszexuálisnak** is nevezni, ám ez a kifejezés ma már elavultnak számít „orvosias” jellege miatt. Helyette a lezbikus vagy meleg szavakat használjuk. Ezzel szemben a **heteroszexuális** kifejezést gyakran hallhatjuk: azokat jelöli, aki szexuálisan és/vagy érzelmileg tőlük eltérő nemű személyekhez vonzódnak. Mivel több ember heteroszexuális, mint lezbikus, meleg vagy biszexuális, ráadásul az utóbbiakkal kapcsolatban gyakoriak az előítéletek, kialakult a **heteronormativitás** jelensége: a heteroszexualitást sokan normának, alapnak, „természetesnek”, egyetlen elfogadható szexualitásnak tekintik,

a heteroszexualitástól eltérő szexualitásokat pedig természetellenesnek, vagy akár betegségnek. Ez a társadalom minden szintjén megjelenik, az egyes emberek közötti interakciókban, és az intézmények szintjén is.

*A heteronormativitás
következménye, hogy
a filmekben szinte csak
a férfi-nő kapcsolatok jelennek
meg, és az idősebb rokonok
is folyton azt kérdezzetik,
hogy van-e barátnőm.
Nem merül fel bennük,
hogy nekem esetleg nem
a lányok tetszenek...
Mintha nem is létezne az,
amit én érzek
a barátom iránt.*



**DE TÉRJÜNK ÁT A NEMI IDENTITÁS
TÉMÁJÁRA! AZ LMBTQI-MOZAIKSZÓ
BETŰIBŐL FOLYTASSUK AZ EHHÉZ
KAPCSOLÓDÓ T-VEL ÉS I-VEL:**

Transz, transznemű: Gyűjtőfogalom azokra, akiknek a nemi identitása és/vagy nemi önkifejezése eltér a születésükkor számukra kijelölt nemtől. A transznemű emberek szexuális irányultsága is lehet sokféle, hasonlóan a nem transz emberekéhez.

*Én már kicsi koromban
éreztem, hogy nem tudok
azonosulni a fiúsnak,
férfiasnak tartott tulajdonságokkal, szerepekkel
– persze ezt akkor még nem így
fogalmaztam meg magamnak.
Mára elég sok tépelődés
és önmarcangolás után rájöttem,
hogy valójában lány vagyok,
lányként tudok csak önmagam
lenni. Nagyon sokat segítettek
önmagam elfogadásában
az olyan ismertebb transz
emberek interjúi, nyilatkozatai,
mint például Horváth Noé
vagy Vay Blanka.*

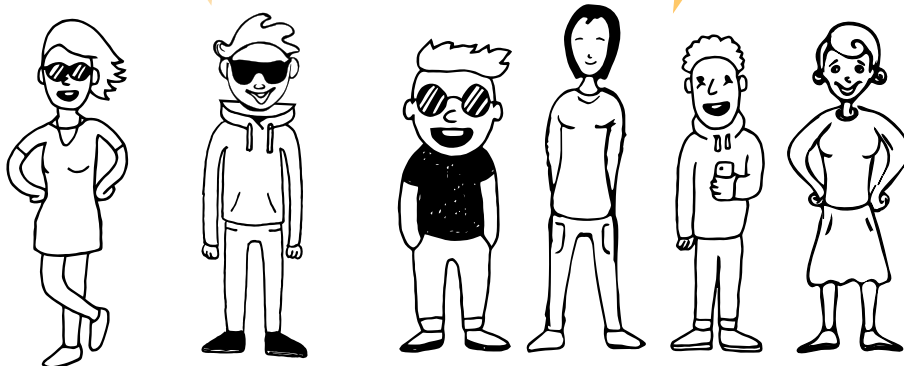
Interszex: Az interszex emberekről testi tulajdonságaik alapján nem lehet egyértelműen megállapítani, hogy férfiak vagy nők-e. Vagyis tudományosan fogalmazva: olyan nemi jellegekkel (például olyan kromoszómákkal, nemi szervekkel és/vagy hormonokkal) rendelkeznek, amelyek miatt nem sorolhatók be egyértelműen a női és férfi kategóriákba, vagy éppen mindkettőbe egyaránt besorolhatók. Az állapot leggyakrabban már születéskor nyilvánvaló, de előfordul az is, hogy a szexuális fejlődés későbbi fázisában jelenik meg. Az interszex emberek többsége férfi vagy női nemi identitással rendelkezik.

*Talán az én
állapotomról tudnak
az emberek a legkevesebbet.
Annak, aki többet olvasna
a témáról, a Háttér Társaság
tájékoztatóját ajánlom. **

**AZ TEHÁT, AMIT BIOLÓGIAI NEMNEK IS
SZOKTAK HÍVNI, NEM MINDIG EGYÉRT-
ELMŰ KATEGÓRIA, ILLETVE SOK ESET-
BEN ÖSSZHANGBAN VAN EGY SZEMÉLY
NEMI IDENTITÁSÁVAL, BIZONYOS
ESETekben VISZONT ELTÉR ATTÓL.**

A **biológiai nem** ugyanis nem más, mint az emberek besorolása „nő” és „férfi” kategóriákba nemi szerveik és egyéb testi jellemzőik alapján. Azokat, akik nem transzneműek, vagyis akiknek a születésükkor meghatározott, biológiai nemükkel megegyezik a nemi identitásuk és nemi önkifejezésük, **ciszneműnek** hívjuk.

*Mi ciszneműnek
tartjuk magunkat.*



*(Egyszerűbben fogalmazva: **cisznemű** az, aki nőnek született és nőnek is tartja magát, vagy férfinak született és annak is tartja magát.)*

A **transzszexuális** emberek életük egy szakaszában általában a **tranzíció** folyamatán mennek végig, amit azért vállalnak, hogy nemi identitásuknak megfelelően élhessenek. A folyamat része, hogy az illető változtat a megjelenésén, hogy mások is tisztában legyenek a nemi identitásával, illetve kezdeményezi nemének jogi elismerését, és ha szükségesnek látja, egyes nemi megerősítő beavatkozásokat.

A **nemi megerősítő beavatkozások** azok az egészségügyi beavatkozások, amelyeket transz emberek annak érdekében vesznek igénybe, hogy testüket nem identitásuknak megfelelően átalakítsák. Ide tartozik a tanácsadás, a pszichoterápia, a hormonkezelés, illetve *(a külső és belső nemi szerveket átalakító)* műtétek. Nem minden transz ember veti alá magát ilyen beavatkozásoknak.

A **nem jogi elismerése** az a folyamat, amelynek során a személy nevét és a nemével kapcsolatos adatokat a hivatalos okmányokban és az összes

hivatali nyilvántartásban megváltoztatják annak érdekében, hogy nemi identitását hivatalosan is elismerjék.

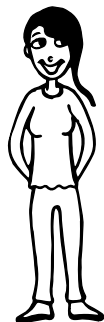
JÓL LÁTTÁTOK, AZ LMBTQI MOZAIKSZÓ EDDIGI RÉSZLETEZÉSÉBŐL KIMARADT A Q BETŰ, ILLETVE A QUEER KIFEJEZÉS! NEM VÉLETLENÜL, UGYANIS EZ A NEMI IDENTITÁS ÉS A SZEXUÁLIS IRÁNYULTSÁG TÉMÁJÁHOZ IS KAPCSOLÓDIK, ILLETVE KAPCSOLÓDHAAT.

A **queer** kifejezés olyan embereket jelöl, akik számára a szexuális irányultság és a nemi identitás képlekeny, nem csupán kétpólusúként képzelhető el *(heteroszexuális vagy meleg / lesbikus; férfi vagy nő)*. Másik jelentése szerint gyűjtőszó olyan emberekre, akik nem heteroszexuálisok és/vagy ciszneműek.

Szintén kapcsolódik mindkét alapfogalomhoz a **ciszheteró** szó is, ami olyan személyeket jelöl, akik heteroszexuálisak és ciszneműek, tehát nemi identitásuk megegyezik a biológiai nemükkel *(egyszerűbben fogalmazva: nőnek születtek, nőnek tartják magukat és férfiakhoz vonzódnak, vagy férfinak születtek, annak is tartják magukat és nőkhez vonzódnak)*.



Például én.



Valahogy sosem bírtam a kategorizálást, az éles határokat. Én más emberekkel, a párommal és saját magammal kapcsolatban sem tartom lényegesnek, hogy milyen biológiai nemmel születtem, mert ez számomra nem határoz meg semmit.

MOST PEDIG TÉRJÜNK RÁ OLYAN FOGALMAKRA, AMIK MINDEN LMBTQI EMBERT ÉRINTENEK, ÉS AZOKAT A JELENSÉGEKET VAGY NEHÉZSÉGEKET NEVEZIK MEG, AMIKKEL TALÁLKOZHATNAK VAGY TALÁLKOZHATNAK ÉLETÜK SORÁN!

Előbújáson / coming out-on mindenki átesik, aki vállalja, hogy szeretne önmagát felvállalva élni. Ez az a folyamat, amely során egy LMBTQI ember felismeri, elfogadja, majd másokkal is megosztja, hogy a többségtől eltérő a szexuális irányultsága és/vagy a nemi identitása.

*Nálam ez a folyamat
3 éve kezdődött, és bár
a szüleim és barátaim elfogadnak,
még mindig tart, hiszen
újra és újra kerülök olyan
helyzetekbe, új közösségekbe,
ahol muszáj szint vallanom.
Ez lelkiileg elég megerőltető
és stresszes tud lenni, mivel
sosem tudom, milyen
fogadtatásra számíthatok.*



S HOGY MIÉRT OLYAN NEHÉZ AZ ELŐBÚJÁS? AZ LMBTQI EMBEREK SZTEREOTÍPIÁK ÉS ELŐÍTÉLETEK GARMADÁJÁVAL, ÉS ESETENKÉNT SOK HÁTRÁNYOS MEGKÜLÖNBÖZTETÉSEL TALÁLJÁK SZEMBE MAGUKAT ÉLETÜK SORÁN, AMIK ELLEN KÜZDENIÜK KELL.

Sztereotípiák: Általában felszínes, negatív, pozitív vagy semleges elképzelések, tulajdonságok együttese egy adott társadalmi csoportról. Ezeket az emberek a csoport minden tagjára érvényesnek gondolják, akár anélkül, hogy bárkit ismernének, aki a csoportba tartozik.

Előítélet: Egy adott társadalmi csoport tagjaira vonatkozó értékítélet, erős negatív érzelmi viszonyulás, amely nem támaszkodik valós tapasztalatra vagy racionális érvre. Mivel érzelmek társulnak hozzá, nagyon nehezen változik, és a csoporton belüli egyéni különbségektől függetlenül mindenkire érvényesnek gondolják. Az előítéletes viszonyulás következménye az adott csoport elleni diszkrimináció, kirekesztés, erőszak.

Hátrányos megkülönböztetés: Igazságtalan és kedvezőtlen eltérő bánásmód. Akkor valósul meg, ha egy személy vagy csoport valamely védett tulajdonsága (például szexuális

irányultsága, nemi identitása, származása, stb.) miatt másokhoz képest kedvezőtlenebb elbánásban részesül.

HA PEDIG A KIFEJEZETTEN LMBTQI EMBEREKRE IRÁNYULÓ ELŐÍTÉLETEKET VAGY HÁTRÁNYOS MEGKÜLÖNBÖZTETÉST TEKINTJÜK, A HOMOFÓBIA ÉS A TRANSZFÓBIA FOGALMÁVAL TALÁLKOZHATUNK:

Homofóbia: Ha egyéni szinten nézzük, irracionális félelem vagy irtózás az azonos neműekhez fűződő vonzalomtól, illetve azoknak az embereknek a merev elutasítása, akik azonos neműekhez vonzódnak. Közösségi vagy társadalmi szinten a meleg, leszbikus és biszexuális emberek hátrányos megkülönböztetése, kirekesztése.

Transzfóbia: Ha egyének szintjén nézzük, a transznemű emberek merev elutasítása vagy irracionális félelem, irtózás tőlük. Közösségi vagy társadalmi szinten a transznemű emberek hátrányos megkülönböztetése, kirekesztése.

DE TERMÉSZETESEN NEM CSUPA ELUTASÍTÁSSAL TALÁLHATJA SZEMBE MAGÁT AZ, AKI VÁLLALJA LMBTQI IDENTITÁSÁT: NEMCSAK AZ ÉRINTETT EMBEREK ÉLETÉBEN, DE AZ ELFOGADÓ ÉS NYITOTT TÁRSADALOM MEGTEREMTÉSÉBEN NAGYON FONTOS SZEREPE VAN A TÁMOGATÓKNAK, ROKONOKNAK ÉS BARÁTOKNAK, SZÖVETSÉGESEKNEK.

Szövetséges: Az az egyén, aki nem LMBTQI-ként határozza meg magát, de támogatja az LMBTQI egyéneket, illetve közösségeket. Én is szövetséges vagyok. Nagyon fontosnak tartom, hogy mindenki belássa, közös érdekünk, hogy senkit se érjen megkülönböztetés nemi identitása vagy szexuális irányultsága miatt.

Az LMBTQI emberek *(nemi identitásukat és/vagy szexuális orientációjukat lezmámítva)* nem különböznek sokban a ciszheteró emberektől: ugyanolyan sokféle életcéllal és életmóddal rendelkezhetnek – például ugyanolyan arányban szeretnének családot alapítani illetve gyermeket vállalni. Ahol a különemű és az azonos nemű párok (jog)egyenlősége megvalósul, ott a szivárványcsaládok nem tekinthetők kurióznak.

A **szivárványcsalád** olyan család, amelyben azonos nemű párok nevel-

nek gyerekeket. A gyerekeket vagy együtt vállalták *(mesterséges megtermékenyítéssel vagy örökbefogadással)*, vagy valamelyik partner előző házasságából vagy párkapcsolatából származnak.

VÉGEZETÜL OLYAN FOGALMAKAT IS SZERETNÉNK NEKTEK BEMUTATNI, AMELYEKNEK NEMCSAK LMBTQI VONATKOZÁSA VAN. EZEK MEGÉRTÉSE ELŐFELTÉTELE LEHET ANNAK, HOGY BIZONYOS – LMBTQI EMBEREKET IS ÉRINTŐ – TÁRSADALMI KÉRDÉSEKRŐL BESZÉLGESSÜNK.

A társadalmi nem, a nemi szerep, a nemi szocializáció és a nemi önkifejezés fogalmai fontosak, ha nemekről, „fiús” és „lányos” szerepekről, párkapcsolatokról és azok elfogadottságáról szeretnénk gondolkodni és beszélgetni. Bárki, bármilyen nemi identitású vagy szexuális irányultságú ember válhat támadás célpontjává a környezetükben uralkodó nemi-szerep-elvárások áthágása miatt.

Társadalmi nem, gender (ejtsd.: dzsender): Azon tulajdonságok, viselkedések, szerepek, önkifejezési módok összessége, amelyeket egy adott társadalom egy adott korban a nőként és férfiként meghatározott embereknek tulajdonít, és tőlük elvár.

Azt, hogy valaki nő vagy férfi, az adott személy társadalmi neme és nemi identitása együttesen határozza meg.

Gender-nonkonform (ejtsd: dzsendernonkonform): Ez a kifejezés azokat személyeket írja le, akiknek a nemi megjelenése vagy viselkedése, vagy az, ahogyan ezeket mások érzékelik, nem illeszkedik a hagyományos társadalmi elvárásokhoz. *(Ne feledjük: ezek az elvárások az idők során nagyon sokat változtak. Illetve nemcsak LMBTQI emberek lehetnek gender-nonkonformok.)*

Nemi szerepek: Egy adott társadalomban, egy adott korszakban kulturálisan meghatározott normák, (íratlan) szabályok, amelyek előírják, hogy a férfiaknak és nőknek hogyan kell viselkedniük, kinézniük, milyen tevékenységeket kell folytatniuk az élet különböző területein, hogyan kell viszonyulniuk a másik nemhez és a saját nemükhöz. A férfi és női nemi szerepeket többnyire ellentétpárokként határozzák meg. Ezek sok esetben korlátozzák nemcsak az LMBTQI emberek, de a ciszheteró nők és férfiak szabad önkifejezését is, illetve társadalmi szinten behatárolt pozíciókat jelölnek ki számukra, amikkel nem mindenki tud és szeretne azonosulni.

Nemi szocializáció: Az a születés-kor elkezdődő folyamat, amelynek során a gyerekek megtanulják a nemi szerepeket. A folyamat során elsajátítják, hogy mik az adott kultúrában a többség által elfogadott normái a férfiaktól és nőktől elvárt viselkedésnek és megjelenésnek. Vannak, akik felnőttkorukban is tudnak azonosulni a nemi szocializáció során elsajátított normákkal, ám rengeteg LMBTQI és nem-LMBTQI ember szembesül nehézségekkel e folyamat egy-egy pontján.

Nemi önkifejezés: Az a mód, ahogyan egy ember a külső megjelenésével és/vagy viselkedési, öltözködési, hajviseleti, hangbeli és egyéb külső testi jellemzőivel kifejezi, hogy melyik nemhez tartozik. Nemi önkifejezése miatt egy cisznemű, heteroszexuális ember is eltávolodhat a normáktól, ha mondjuk lányként fiúsan szeret öltözni, vagy fiúként femininnek tekintett módon öltözködik, viselkedik.



A fogalomtár a Magyar LMBT Szövetség útmutatójának (http://ittvagyunk.lmbtszovetseg.hu/sites/default/files/kerdojelek_helyett_WEB.pdf, a Háttér Társaság „Bármilyen lehet belőle?” című kiadványának (<http://hatter.hu/kiadvanyaink/barmilyenlehet>) és a Melegség és Megismerés program képzési anyagának (<http://melegsegesmegismeres.hu/wp-content/uploads/2018/06/lmbt-erzekenyito-kepzes-oktatas.pdf>) felhasználásával készült.

3

Az LMBTQI diákok helyzete Magyarországon egy 2017-es felmérés alapján

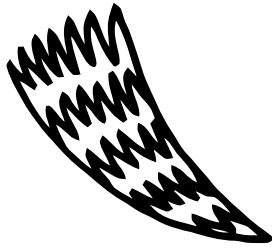
*Biztosan felmerült benned,
hogyan vajon hogyan élhetik meg
a magyar LMBTQI fiatalok
az iskolai mindennapokat, miközben
sokan negatívan viszonyulnak
hozzájuk. Nemrég készült egy kutatás,
ami rámutat, hogy a nagy
részüknek nem volt olyan szerencséjük
az iskolai közösségükkel,
mint nekünk.*



A HÁTTÉR TÁRSASÁG ÉS A GLSEN (GAY, LESBIAN & STRAIGHT EDUCATION NETWORK) NEVŰ NEMZETKÖZI SZERVEZET KÉSZÍTETT EGY FELMÉRÉST ARRÓL, HOGY AZ ÖNMAGUKAT LESZBIKUSKÉNT, MELEGKÉNT, BISZEXUÁLISÉNT, TRANZSNEMŰKÉNT, QUEERKÉNT VAGY INTERSZEXKÉNT MEGHATÁROZÓ MAGYAR DIÁKOK MIT TAPASZTALTAK A 2016-2017-ES TANÉVBEN DISZKRIMINÁCIÓ ÉS ISKOLAI ZAKLATÁS TERÉN.

Az igen hosszú és részletes kérdőívet több mint kilencszáz 13 és 21 év közötti fiatal töltötte ki. Válaszadók az ország minden megyéjéből voltak, állami, egyházi és alapítványi fenntartású iskolákból egyaránt.

Az eredmények azt mutatják, hogy a kitöltést megelőző tanévben az LMBTQI diákok több mint fele (53%) nem érezte magát biztonságban az iskolában, kifejezetten a szexuális irányultsága miatt. De fenyegetve érezték magukat azok is, akiket a többiek nem éreztek elég „férfiasnak” vagy „nőiesnek”, illetve nemi identitásuk eltér a biológiai nemüktől.



Ez a fenyegetettség-érzés nem véletlen: az LMBTQI diákok nagy része tapasztalt negatív megnyilatkozásokat diáktársai, sőt, a tanárai részéről is. **A résztvevő diákok több mint fele (54%) számolt be arról, hogy LMBTQI embereket becsmérlő megjegyzések gyakran vagy nagyon gyakran hangzanak el az iskolában.** A fiatalok negyede (25%) jelezte, hogy a legtöbb társuk tesz ilyen megnyilatkozásokat. Ráadásul több mint kétharmaduk (70%) tapasztalt már ilyen tanárok vagy más iskolai dolgozók részéről is.

Szóbeli zaklatást *(pl. fenyegetést, becsmérést, megalázást)...*

- ...szexuális orientációja miatt a válaszadók közel kétharmada (64%); és
- ...nemi önkifejezése miatt a diákok több, mint fele (56%) tapasztalt.

Fizikai zaklatásnak *(pl. lökdösésnek, köpködésnek)...*

- ...szexuális irányultsága miatt az LMBTQI tanulók 22%-a; és
- ...nemi önkifejezése miatt 19%-uk volt kitéve.

Fizikai bántalmazást *(pl. ütést, rúgást, tárgyvaló megsebesítést)...*

- ...szexuális irányultsága miatt a diákok 13%-a; és
- ...nemi önkifejezése miatt a diákok 10%-a élt át.

Ezek a tapasztalatok összefüggésben voltak az LMBTQI diákok jóllétével, iskolához való viszonyával, sőt, a továbbtanulással kapcsolatos tevékenységekkel is:

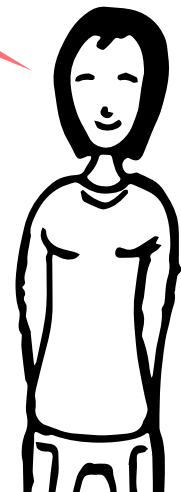
Azok, akiket több inzultus ért az iskolában,

- inkább csak a közép- illetve szakiskola elvégzését tervezték, és kevésbé volt jellemző rájuk, hogy egyetemre vagy főiskolára szeretnének menni;
- alacsonyabb osztályzatokat kaptak, mint azok, akik nem vagy kevésbé váltak áldozattá;
- kevésbé érezték az iskolai közösség részének magukat, mint azok, akik nem szenvedtek el komoly inzultust;
- több depressziós tünetről számoltak be, mint azok, akiket kevesebb elutasítás ért az iskolában.

Kiderült az is, hogy ahol az osztály- vagy iskolatársak között akadtak támogató, elfogadó fiatalok, illetve ahol volt legalább egy olyan iskolai dolgozó (*tanár, iskola-pszichológus, stb.*), aki támogatóan viszonyult a diákokhoz, és akivel lehetett LBMTQI témákról beszélgetni, ott az előbb említett negatív tapasztalatok nem, vagy sokkal enyhébben voltak jelen.

Fontos tanulság az is, hogy **a magyar iskolák többségében az LBMTQI emberek és problémáik „láthatatlanok”**: az iskolai életben nem jelennek meg velük kapcsolatos információk. Például: az eredmények szerint nincs zaklatás-ellenes szabályzat az intézményekben, vagy ha igen, az túl általános, és nem tér ki a szexuális irányultságra, nemi identitásra, illetve az ezekkel kapcsolatos előítéletekre. Az órákon sem kerültek elő pozitív tartalmú információk az LBMTQI közösséggel kapcsolatosan, illetve igen kevés válaszadó számolt be arról, hogy részt vehetett olyan érzékenyítő és ismeretterjesztő foglalkozáson, mint a Melegség és Megismerés (*a foglalkozásról bővebben olvashatsz a 6. részben*). Pedig ezek hozzájárulnának ahhoz, hogy az LBMTQI diákok biztonságos és elfogadó környezetben tanuljanak, hiszen láthatóvá teszik az LBMTQI embereket, illetve valós információkat adnak át róluk.

Bőven van még mit javítanunk az iskolai légkörön. Ez természetesen nemcsak rajtunk, diákokon múlik, de nélkülünk nem is sikerülhet. Rajtunk kívül az iskolai dolgozók, pedagógusok, más diákok, sőt, a szülők is szükségesek a változtatáshoz.



Sokan kérdezték már tőlünk...

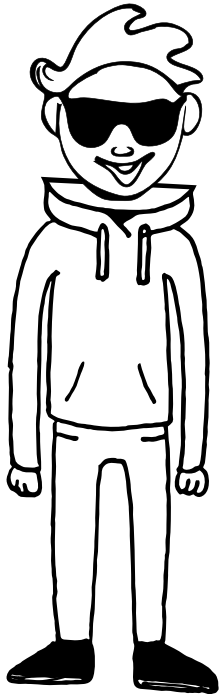
MIVEL A NEMI IDENTITÁSSAL ÉS SZEXUÁLIS IRÁNYULTSÁGGAL KAPCSOLATOS TÉMÁKAT SOK KÖZÖSSÉGBEN, SŐT, A NÉPSZERŰ MÉDIÁBAN IS TABUKÉNT KEZELIK, NAGYON SOK TÉVHIT KERING RÓLUK. EZ MINDENKINEK ROSSZ: AZ LMBTQI KÖZÖSSÉGNEK ÉS A NEM-LMBTQI EMBEREKNEK IS.

Most megpróbáljuk összegezni a leggyakoribb kérdéseket a témában, és tiszta vizet önteni a pohárba. Lehetséges, hogy ezek után sok újat fogsz tudni mondani a haveroknak, a tanároknak és a szüleidnek is. Változtassunk együtt a megosztottságon!

Kezdjük a legelején: miért kell ezzel foglalkoznunk egyáltalán?

Az LMBTQI vagy annak tartott személyek csúfolása, megbélyegzése, diszkriminációja és zaklatása rendkívül gyakori. Az előző részben már szó volt arról, hogy az ilyen sértések ellenséges, kirekesztő légkört teremtenek, és súlyos következményekkel járhatnak. (Például csökkentik a tanulási motivációt, szorongást, önbizalomhiányt, depressziót okoznak.)

Nemcsak az érintettek, hanem az egész közösség érdeke, hogy egyetlen diáknak se kelljen félnie, rejtőzködni és elszigetelődni a többiektől az iskolában. Az előítéletesség az iskola egész légkörére kihat. Az iskolai légkör pedig szexuális irányultságtól és nemi identitástól függetlenül minden diákot befolyásol. A megbélyegzés ellen tehát muszáj fellépni ahhoz, hogy a sulis biztonságos és befogadó hely legyen, ahol a tanulásra, társai megismerésére, önmaga fejlesztésére koncentrálhat mindenki, és megtanulhatja az együttműködést sokszínű társadalmunk minden tagjával. Ez pedig csak úgy lehetséges, ha minden diák és tanár reális, torzításoktól mentes képet kap egyes kisebbségekről, köztük a meleg, leszbikus, biszexuális, transznemű, queer és interszex emberekről is, és tudatosan figyel az elfogadó nyelvhasználatra és viselkedésre. (A homofób és transzfób megjegyzések hatásával kapcsolatban lásd még az 5. részben található tanácsokat.)





Az iskolánkban tuti, hogy nincsenek LMBTQI emberek. Ez nagyon ritka, ugye?

Gyakoribb, mint gondolnád! A rejtőzködés, titkolózás miatt nehéz pontos százalékot meghatározni, de ahogy azt a bevezetőben is jeleztük, a kutatók 4% és 10% közé teszik a melegek és leszbikusok arányát a társadalomban. Ha hirtelen minden LMBTQI emberről megtudnánk, hogy ő LMBTQI, rádöbbennénk, hogy milyen gyakran kerülünk kapcsolatba LMBTQI személyekkel a hétköznapi életben, csak éppen most nem tudunk róla.

A homoszexualitás és a transzneműség betegsége?

A melegeket, leszbikusokat, biszexuálisokat a történelem során sokszor és sok helyen tartották betegnek, de ez a felfogás fokozatosan háttérbe szorult, amióta egyre nyitottabbak és sokszínűbbek a társadalmak, és csak egyes csoportokban és előítéletes emberek gondolkodásában él tovább. A melegeket régen gyakran kegyetlen módszerekkel (pl. áramütésekkel) próbálták „átnevelni”. Ez sosem sikerült; azt azonban elérték, hogy az így „kezelt” embereknek nemhogy a szextől, de az élettől is elmenjen a kedve, mivel elfojtani és szégyellni kényszerültek irányultságukat, identitásukat.

Az Amerikai Pszichiátriai Társaság 1973, az ENSZ Egészségügyi Világszervezete pedig 1992 óta nem tartja pszichés betegségnek a homoszexualitást. A melegséget azóta az emberi szexualitás egy normális, pozitív változatának tekintik, nem pedig „gyógyítandó” betegségnek.

A transzneműek által átélt nemi diszfóriával (*testi jellemzőik és nemi identitásuk össze nem illésének érzésével*) kapcsolatban zajlanak viták jelenleg a transz emberek körében is: egyesek szerint, mivel a transzneműség nem betegség, ezt a diagnózist is törölni kéne, hiszen patologizáló, mások szerint a diagnózis megléte azért fontos, hogy könnyen biztosíthatóak legyenek a megfelelő nemi helyreállító kezelések a transznemű emberek számára. Mindenesetre **az Egészségügyi Világszervezet kézikönyvének 2018 júniusában közzétett verziójából már minden transzneműséggel kapcsolatos kategóriát töröltek a mentális és viselkedési zavarok közül.**

Az LMBTQI emberek lelkiileg sérültek?

Számos pszichológiai vizsgálat jutott arra a következtetésre, hogy a melegség vagy a transzneműség önmagában **nem okoz pszichés problémákat**. Az, hogy az LMBTQI emberek között mégis gyakoribb a depresszió és az öngyilkossági kísérlet, nem a szexuális irányultságukból vagy a nemi identitásukból következik, hanem az ehhez kapcsolódó gyakori társadalmi elutasításból *(pl. szülők, iskolatársak, munkatársak részéről)*, és abból, hogy sok akadály hárul eléjük a szabad önkifejezésben, identitásuk megélésében.

A melegség nem szolgálja a fajfenntartást, ezért természetellenes, ugye?

Ezen érvelést követve: a fajfenntartást az olyan heteroszexuális kapcsolatok sem szolgálják, amelyekben nem születik gyermek. **Az azonos neműek iránt érzett vonzalom jelensége egyidős az emberiséggel, és jó okunk van feltételezni, hogy a különböző korokban meglepően stabil volt a meleg aránya a társadalomban** *(más kérdés, hogy mikor mennyire volt nyilvánosan vállalható)*. Az újabb kutatások az állatvilágban is kimutatták a valódi homoszexualitást *(amikor az állatok nem csupán azért létesítenek szexuális kapcsolatot velük azonos nemű társaikkal, mert nem áll rendelkezésre más nemű fajtársuk)*. Mindez arra utal, hogy a homoszexualitásnak megvan a maga jelentősége az élővilágban, és nem nevezhető „természetellenesnek”.

Azonos nemű kapcsolatokban az egyik fél férfi, a másik női szerepben van?

Ilyen felosztás előfordulhat, de meglehetősen ritka. A legtöbb meleg és leszbikus kapcsolatban a partnerek egyéni érdeklődésüknek és képességeiknek megfelelően keverve végzik a „férfiasnak” vagy „nőiesnek” tartott tevékenységeket, és ez igaz a szexualitásra is.





A melegek gyermekei maguk is melegek lesznek?

Számos kutatás bizonyítja Nyugat-Európában és az USA-ban, hogy az azonos neműek által felnevelt gyerekek nem lesznek nagyobb valószínűséggel melegek vagy leszbikusok, mint az ellenkező nemű párok gyerekei. Az LGBTQI emberek túlnyomó többsége pedig heteroszexuális szülők gyermeke.

Az emberek azért lesznek leszbikusok vagy melegek, mert még nem volt kielégítő szexuális élményük ellenkező neművel, vagy nem találnak maguknak ellenkező nemű párt?

Mivel például a leszbikusok nem férfiakhoz, hanem nőkhez vonzódnak, természetes, hogy nem elégtí ki őket a férfiakkal folytatott kapcsolat és szex. A leszbikusok és melegek egy része azután ismeri fel határozottan valódi vágyait, miután megtapasztalta, hogy sehogyan sem tudja élvezni a párkapcsolatot és a szexet ellenkező neműekkel.

Igaz, hogy a legtöbb molesztáló meleg?

Gyakori tévhit, hogy a meleg férfiak szexuálisan molesztálják a kislányokat. A statisztikák azt mutatják, hogy a molesztálók többsége heteroszexuális férfi, mégpedig olyan, aki jól ismeri a gyereket, családtagja vagy ismerőse. Valójában a fiatal lányokat és a nőket molesztálják, zaklatják és erőszakolják meg legtöbbször heteroszexuális férfiak – csak erről sokkal kevesebbszer kapunk hírt, mint ahányszor megtörténik.

De miért kérkednek a melegek az irányultságukkal?

Egy heteroszexuális embernél nem tartják kérdésnek, ha társaságban a partneréről és közös programjaikról beszél, vagy kiteszi a hivatali íróasztalára a kedvese fényképét. A valódi kérdés az: miért érzik sokan kérdésnek, ha egy meleg ember ugyanezt teszi. Ha egy azonos nemű pár ugyanúgy kifejezi egymás iránti érzelmeit, mint egy heteroszexuális pár, az nem kérdés, és senki számára nem káros.



Ha sokat beszélünk erről a témáról, több lesz az LMBTQI ember? A végén divat lesz LMBTQI-nak lenni?

Ez abból a szempontból igaz, hogy aminek a létezéséről nem tudnak az emberek, azzal nehezen tudják azonosítani magukat. Viszont amennyiben az ismeretterjesztés, tájékoztatás azt eredményezi, hogy többen bújnak elő, az nem azt jelenti, hogy heteroszexuális illetve cisznemű emberek változnak meg, hanem olyan emberek ismernek rá saját helyzetükre, akiket korábban szorongással és boldogtalansággal töltött el, hogy irányultságuk vagy identitásuk nem illeszkedik a külvilágból érkező elvárásokhoz.

A melegség vagy a transzneműség jelenleg még annyira elutasított társadalmunkban, hogy azt divatnak nevezni nagy tévedés. Ha divat lenne, akkor a meleg és transzneműek többsége nem kényszerülne arra, hogy titkolja irányultságát, identitását. Több szó esik LMBTQI témákról, mint korábban, mert többen előbújnak, és a világ egyes részein szerencsére nő a nyitottság és az elfogadás, de ettől még semmiképp sem lesz divat LMBTQI embernek lenni.

Ha valaki akarja, megváltoztathatja a szexuális irányultságát vagy a nemi identitását?

A meleg, leszbikus és biszexuálisok nem maguk választották szexuális irányultságukat, és a transzneműek sem választották nemi identitásukat, hanem az „történik velük”, függetlenül attól, hogy mit szeretnének, vagy mások mit várnak el tőlük. Akarattal nem lehet új irányt adni a vágyaknak és a mélyen megélt identitásnak, legfeljebb megtartóztatni magunkat az azonos nemű partnertől, vagy a szabad önkifejezéstől. Ez azonban sok belső feszültséghez vezet, és nagyban csökkenti az élet színvonalát.

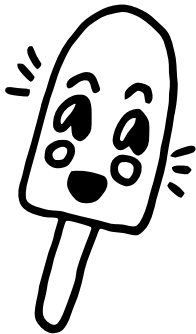
**Az LGBTQI emberek másokat is meg tudnak változtatni?
Befolyásolhatja-e egy LGBTQI ember egy másik személy szexuális
irányultságát vagy nemi identitását?**

Ahogy akarattal sem lehet meleggé vagy transzneművé válni, úgy más befolyására sem. Csakúgy, ahogy a melegeket, leszbikusokat, biszexuálisokat, queereket, transzneműeket és interszexuálisokat sem lehet átnevelni heteroszexuálissá vagy ciszneművé. Ne feledjük, a legtöbb LGBTQI embert ciszheteró szülők nevelték fel, mégis eltérő lett a szexuális irányultságuk vagy a nemi identitásuk.

**Mitől lesz valaki LGBTQ? Mi az „oka” az átlagostól eltérő szexuális
irányultságnak és / vagy nemi identitásnak?**

Számos elmélet létezik az azonos neműek iránt érzett vonzalom és a születéskor kijelölt nemtől eltérő nemi identitás eredetéről. Ezek különböző okokat sorolnak fel a cisznemű heteroszexuális irányultságtól való eltérésre, a génektől vagy veleszületett hormonális tényezőktől a korai gyermekkori hatásokig. Sok tudós egyetért azonban abban, hogy a legtöbb ember szexuális irányultsága és nemi identitása kisgyermekkorban alakul ki, biológiai, pszichológiai és társadalmi tényezők bonyolult összhatásának következtében. Fontos hangsúlyozni, hogy emberi jogi szempontból teljesen mindegy, mi okozza, hogy valaki LGBTQ: a lényeg az, hogy szexuális irányultságától és nemi identitásától függetlenül minden embert azonos jogok és egyenlő bánásmód illetnek meg.

**De az hogy lehetséges, hogy valaki nem tud azonosulni
a születésekor kijelölt nemével? Azt hittem, a nem nem
döntés kérdése.**



Vannak olyanok, akik úgy érzik, hogy amilyen neműnek őket kívülről látják, és ahogy magukat belül érzik, az nem egyezik meg, nem illik össze. Ehhez hozzáadódik, hogy elvárják tőlük, hogyan viselkedjenek, és ez teljesen különbözik attól, ahogy viselkedni akarnak. Ez kényelmetlen, kellemetlen, boldogtalan közérzetet eredményez, amit nemi diszfóriának neveznek. Bár a nemi diszfóriát megtapasztaló emberek gyakran évekig próbálkoznak abban a nemi szerepben élni, amit a társadalom elvár tőlük, szorongás és a boldogtalanság gyötri őket.

A transzneműség azt jelenti, amikor egy férfiból nő lesz, a nőből pedig férfi?

Ez a megfogalmazás azt feltételezi, hogy egy ember nemi identitását a fizikai adottságai határozzák meg. Ám egy transz nő identitása szerint mindig is nő volt, legfeljebb a születésekor meghatározott neme tért el ettől.

Ehhez a kérdéskörhöz hozzátartozik az is, hogy azok az emberek is, akik nem tudnak azonosulni (*vagy nem teljesen tudnak azonosulni*) a születésükkor kijelölt nemmel, többféle módon élhetik meg nemi identitásukat. Valóban sokan vannak a transz emberek között, akiknek határozottan férfi vagy női identitásuk van, és fontos számukra, hogy minden szempontból nemüknek megfelelően élhessenek, így a tranzíciót választják. Ám vannak olyanok is, akik bár folyamatosan abban a nemi szerepben élnek, ami számukra megfelelő és kellemes, mégsem esnek át tranzíción. Esetenként a transz emberek nem azonosulnak sem a férfi sem a női identitással teljes mértékben, illetve úgy érzik, megvan bennük mindkettő, vagy kifejezetten elutasítják a nemek kétosztatú rendszerét, és nem kategorizálható nemi identitással rendelkeznek. Olyan férfiak is vannak, akik rendszeresen, vagy néha-néha az ellenkező nem ruháit viselik, annak ellenére, hogy azonosulnak születésükkor kijelölt nemükkel – őket transztvesztitának (*angolul cross-dressernek*) hívjuk.



A transzneműségből automatikusan következik a homoszexualitás, nem?

Nem. Ahogy korábban írtuk, a nemi identitásból nem lehet következtetni a szexuális irányultságra, egy transz ember ugyanolyan sokféle szexuális irányultsággal bírhat, mint egy cisznenű.

Meg lehet valakiről mondani a külseje alapján, hogy milyen a szexuális irányultsága vagy a nemi identitása?

A meleg, leszbikus és biszexuális emberek semmivel sem könnyebben azonosíthatók be a külsejük alapján, mint a heteroszexuális emberek. A megszokottól eltérő szexuális irányultság (és nemi identitás) nem egy embertípusra korlátozó-

dik, minden korcsoportban, kultúrában, etnikumban, vallásban és nemzetiségben megtalálható. Mindemellett előfordul, hogy bizonyos szexuális (és egyéb) közösségekbe tartozó emberek öltözködésükben, megjelenésükben bizonyos stílusjegyeket, eszközöket használnak, elsősorban azért, hogy egymást könnyebben felismerjék. Ez olyan, mint például a különböző zenei stílusokat kedvelő fiatalok speciális öltözködése.

Azok a transznemű emberek, akik szeretnék minden szempontból nemi identitásuknak megfelelően élni, általában a külsejüket is szeretnék a nemi identitásuknak megfelelően alakítani, akkor is, ha a tranzíció részét képező műtéteken nem mentek keresztül, illetve ha még előtte állnak. Ám emiatt általánosságban egy környezete által férfiasnak ítélt nőről vagy nőiesnek ítélt férfiról nem indokolt feltételezéseket gyártani, hiszen nem egyféleképpen lehet nőnek vagy férfinak lenni, nőként vagy férfiként öltözködni és viselkedni.

De mit akarnak az LGBTQI emberek?

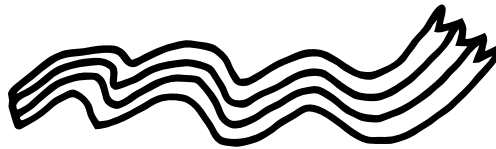
Azt, amit mindenki más: hogy elfogadják őket, úgy, ahogy vannak, és ugyanazokkal a jogokkal, lehetőségekkel élhessenek, mint bárki más. Barátokat, munkát, párkapcsolatot, családot, önmegvalósítást szeretnék. Viszont a társadalomban jelenlévő diszkrimináció és előítéletesség miatt sok mindent nehezebb elérni számukra. Ezért az olyan nyilvános események, kezdeményezések, mint a Pride, nem a társadalom provokálására vagy a melegség, transzneműség „terjesztésére” irányulnak, hanem az LGBTQI emberek helyzetének, életének, identitásának észrevételére és elfogadtatására.

...Szóval akkor mi is az a Pride?

A Pride-on sokan – LGBTQI és ciszheteró emberek egyaránt – sokféle okból vesznek részt. Van például, aki számára tiltakozás az előítéletek és a diszkrimináció ellen, van, aki számára önmagunk és embertársaink elfogadásának, a sokszínűségnek az ünnepe, és van, aki számára megemlékezés. *(A Pride történelmi előzménye: 1969-ben New York-ban egy melegbár transz és meleg vendégei megelégtették az évek óta folyó rendőri razziákat és zaklatást, ezért fellázkodtak.)* Újdonság, hogy mindez nemcsak felvonulás: a Budapest Pride 2018-tól egy egy hónapon át tartó fesztivál kulturális programokkal, a végén felvonulással és

záróbulival. A sajtó a kulturális eseményeknél szívesebben ad hírt az esemény-sorozatot lezáró felvonulásról, és a hétköznapi ruhában megjelenő többség helyett ott is szívesebben mutatja a kirívó megjelenésű vagy provokatív viselkedésű kisebbséget. A felvonulás megítélése meleg körökben is sokféle: vannak, akik túlságosan harsánynak tartják, míg mások a melegjogi mozgalom fő eseményét látják benne. A felvonulással szembeni ellenérzések alapvetően mégsem ebből, hanem a meleg elutasításából táplálkoznak – ezt mutatja az is, hogy a menetet Magyarországon csak a szélsőséges nézetek megerősödését követően, az utóbbi években érték támadások.

További információkért látogassatok el a Budapest Pride honlapjára
(<https://budapestpride.hu/>)



FORRÁSOK:

Labrisz Leszbikus Egyesület és Szimpozion Egyesület: Melegség és Megismerés képzési anyag, 2014 → <http://melegsegesmegismeres.hu/wp-content/uploads/2018/06/mmkepzesi-anyag.pdf>

Labrisz Leszbikus Egyesület és Szimpozion Egyesület: Tények és tévhitek a melegségről
→ http://melegsegesmegismeres.hu/wp-content/uploads/2018/08/Tevhitek-szoroanyag_HU_net.pdf

Karsay Dorottya, Dombos Tamás: Kérdőjelek helyett – LMBTQI kisokos a médiának, a Háttér Társaság kiadványa

→ http://ittvagyunk.lmbtszovetseg.hu/sites/default/files/kerdojelek_helyett_WEB.pdf

Transzneműségről mindenkinek – A Transvanilla honlapja

→ <http://transvanilla.hu/altalanos/a-transznemusegrol-mindenkinek>

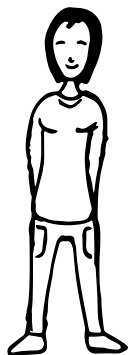
Transgender People, Gender Identity and Gender Expression – Az American Psychological Association honlapja → <https://www.apa.org/topics/lgbt/transgender.aspx>

World Health Organisation moves to end classifying trans identities as mental illness –

Transgender Europe → <https://tgeu.org/world-health-organisation-moves-to-end-classifying-trans-identities-as-mental-illness/>

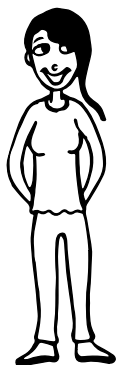
5

Mit tehetsz LMBTQI iskolatársaidért?



BÁR MINDENKIT ÉRHEK ZAKLATÁS VAGY GÚNYOLÓDÁS AZ ISKOLÁBAN, AZ LMBTQI DIÁKOK FOKOZOTTAN VESZÉLYEZTETETTEK EBBŐL A SZEMPONTBÓL. A LEGTÖBB LMBTQI FIATALNAK SZORONGÁST OKOZ AZ ISKOLÁBAN, HOGY NEM TUDJA, ELFOGADNÁK-E A TANÁRAI, OSZTÁLYTÁRSAI, HA KIDERÜLNE SZEXUÁLIS IRÁNYULTSÁGA, NEMI IDENTITÁSA.

Én például sokáig a suliban, az osztálytársaim között is kínosan ügyeltem rá, hogy soha ne derülhessen ki. Ez nem csoda, sajnos elég sok sértő, kirekesztő, homofób beszólogatás hangzott el a mindennapi társalgások során. Ezek azt üzenték számomra, hogy ha valaki nem ciszheteró, az nem elfogadható. A titkolózás, a szorongás nagyon sok energiámat felemésztette akkoriban. Azóta megtudtam, hogy a titkolózásra kényszerülő LMBTQI fiatalok körében a kortársaikhoz képest háromszor gyakoribb az öngyilkosság, és kétszer olyan gyakori az önbántalmazás. Aztán szerencsére összebarátkoztam olyanokkal, akikkel őszintén tudtam beszélni magamról, és akik kiálltak mellettem.



Lehet, hogy van olyan osztálytársad, akiről nem is gondolnád, hogy hasonló cipőben jár. Lehet, hogy van olyan, akiről sokan sejtik, mi a helyzet. Lehet, hogy van olyan is, aki nyíltan felvállalja. Mindhárom esetben nagyon nehéz helyzetekkel találja szemben magát a suliban az ember. A Te támogató hozzáállásod rengeteget jelenthet neki, és az egész iskolára jó hatással lehet. Adunk pár tanácsot, hogy mivel tudsz hozzájárulni ahhoz, hogy az LMBTQI diáktársaid nagyobb biztonságban érezzék magukat az iskolában – egy olyan helyen, ahol támogatásra, szövetségesre találhatnak.

MÉG MIELŐTT BÁRMIT TENNÉL, GONDOLKODJ EL:

Tudatosítsd az előítéleteidet és tájékozódj!

Mindenkiben élnek sztereotípiák, előítéletek. De míg sokan sajnos semmit nem tesznek azért, hogy kiderítsék, van-e valóság alapja annak, amit hisznek, neked megvan az esélyed arra, hogy átgondold, amit hallasz vagy olvasol, és tájékozódj LBMTQI témákban. Ami ebbe a füzetbe nem fért bele, az megtalálható máshol: gyűjtöttünk pár hasznos olvasnivalót az utolsó részben.

Ne feledd: ha egy haverodról, barátnődről, évfolyam- vagy iskolatársadról kiderül, hogy nem olyan a szexuális irányultsága vagy a nemi identitása, mint a többségé, attól még **ugyanaz az ember marad, csak többet tudsz róla**. Sőt, lehet, hogy nem árulunk el újdonságot, de ez a tény a te identitásodat és irányultságodat sem fogja befolyásolni. Az viszont, ha a barátod úgy érzi, előtted önmaga lehet, és nem kell titkolóznia, őszintébbé és mélyebbé teheti a kapcsolatokat.

Tartsd észben, hogy **a többségtől eltérő szexuális irányultság és nemi identitás nem probléma, nem betegség, nem pszichés zavar** (ld. a 2. részben), ami miatt sajnálatra szorul az ember. Ha viszont valakit emiatt nem fogadnak el a szülei vagy az ismerősei, az probléma. Annál inkább szüksége van olyanokra, akik pozitívan, természetesen viszonyulnak hozzá, és elfogadják úgy, ahogy van.

Ha vallásos vagy...

A legtöbb keresztény felekezetben és sok más bevett vallásban él a nézet, hogy szerelemről és szexualitásról csak házasságban, illetve különböző neműek között lehet szó. De fontos tudni, hogy egyre több olyan közösség illetve felekezet van, ahol nyitottak és elfogadóak az LBMTQI emberekkel szemben, ami biztató folyamat, hiszen minden vallás hívei között vannak LBMTQI személyek is. Mindemellett mindenkinek jogában áll abban a vallásban hinni, amelyikben akar. Mi arra szeretnénk biztatni titeket, hogy tiszteljétek a sokféleséget. Nem azt várja el senki, hogy szeressetek mindenkit, aki más, de fogadjátok el, hogy azoknak is ugyanolyan jogai vannak, akik valamilyen szempontból mások, mint ti. Ez egyetlen vallási doktrínával sem ütközik.



HA KÉSZEN ÁLLSZ KIÁLLNI TÁRSAIDÉRT ÉS TÁMOGATNI ŐKET:

Szólalj fel!

A szavaknak nagy hatalmuk van. Tudatosítsd, ha körülötted homofób és transzfób kifejezésekkel dobálóznak. Még ha épp nincs is konkrét célpontja ezeknek a kifejezéseknek, az érintett diákoknak ugyanúgy fáj, ugyanúgy azt gondolhatják, LGBTQI embernek lenni ciki, béna, nem normális, nem elfogadott.

Azon a káron felül, amit az LGBTQI diákoknak okoznak az előítéletes megnyilatkozások, az egész iskolai közösségre hatnak ezek a beszólások: ellenséges, kellemetlen légkört teremtenek mindenki számára. A homofób, transzfób megnyilvánulások stigmatizálhatják és célba vehetik a nem LGBTQI diákokat is, akiket valamiért ki akarnak gúnyolni. Ha bizonyos tevékenységek vagy viselkedésformák „buzisnak” vannak címkézve, a diákok nem fejezhetik ki magukat szabadon, és tartózkodhatnak általuk kedvelt dolgoktól a megbélyegzéstől, kirekesztéstől való félelmük miatt. Például egy fiú félhet jelentkezni a színjátszó csoportba vagy táncszakkörbe, vagy egy lány nem mer beállni a foci- vagy a boxcsapatba.

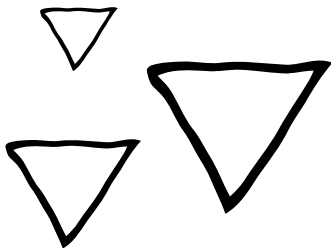
Hallgasd meg!

Biztos te is sokszor tapasztaltad, hogy ha valami miatt szorongsz, már az sokat segít, ha tudsz valakivel őszintén beszélni, aki nem ítélkezik, és megért. Ugyanígy van ezzel az a barátod is, aki LGBTQI identitása és a folyamatos titkolózás miatt szorong. Általában az ember hosszú vívódás után határozza el magát, hogy beszéljen az irányultságáról, identitásáról másoknak. A siettetés, faggatózás stresszt okozhat – ám felbecsülhetetlen érték, ha a másik tudja, hogy van mellette valaki, aki kész meghallgatni. Tudjuk, hogy nem könnyűek az ilyen „nagy beszélgetések”, de nagyon sokat adhatnak a másiknak, és megerősíthetik a barátságokat is.

Ha kíváncsi vagy, mi mindenre érdemes odafigyelni, ha valaki előbújik neked, olvasd el a Hogyan segítsek, ha valaki előbújik nekem? című írást a Budapest Pride oldalán.

(<https://budapestpride.hu/hirek/hogyan-segitsek-ha-valaki-elobujik-nekem>)





Légy diszkrét!

Ha te elfogadod a barátod, teljesen jogosan úgy érzed, semmi baj nincs ezzel, és az egész világnak el kell őt fogadnia, ám lehet, hogy ő még tart mások elutasításától. Bízd ezt rá, legyen az ő döntése, hogy fel akarja-e vállalni az identitását szélesebb körben is. Tartsd meg a titkát, amíg ő szeretné!

Tégy a tudatlanság ellen!

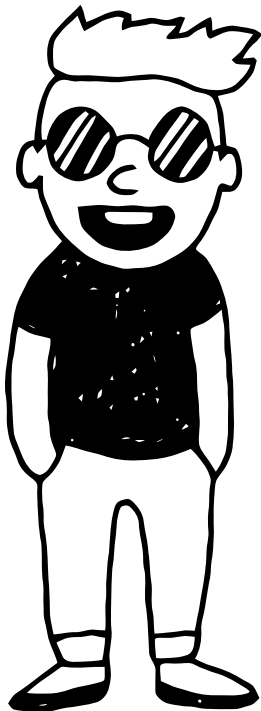
Ahogy azt korábban is jeleztük, **az előítéletek oka nagyrészt a tudáshiány, illetve a téma tabusítása.** Ezek ellen te is felléphetsz! Ha alkalom adódik rá, magyarázd el osztálytársaidnak, családtagjaidnak, min mennek keresztül az LBMTQI emberek a társadalomban élő előítéletek miatt, illetve oszlasd el esetleges tévhiteket – ne maradj csendben, ha a társaságodban téves és másokat leértékelő információk hangzanak el! Tarthatsz kiselőadást, vagy írhatasz házi dolgozatot LBMTQI témákról is.

Hasonlóan gondolkodó társaiddal szorgalmazhatjátok, hogy induljon az iskolákban emberi jogokkal foglalkozó csoport, szervezhetek filmklubot ebben a témában, kereshettek egy erre nyitott, támogató pedagógust, és meghívhattok előadókat, vagy például a *Melegség és Megismerés* vagy az *Amnesty International* egyik foglalkozását.

Lépj közbe, ha zaklatás tanúja vagy!

A szóbeli, fizikai zaklatásnak, bántalmazásnak elfogadhatatlannak kellene lennie minden közösségben, mégis megtörténik a legtöbb iskolában. Tudjuk, hogy nehéz közbelépni, hiszen minden jelenlévő számára ijesztő, ha valakit bántanak, mindenki fél, hogy ő lehet a következő áldozat. De az a tapasztalat, hogy ilyen helyzetekben a legtöbbször a jelen lévő diáktársak reakcióján múlik, hogy **abba marad-e a zaklatás, és előfordul-e újra.** Éppen ezért rendkívül fontos, hogy zaklatás, bántalmazás esetén minél többen azonnal közbelépjenek, illetve gyorsan kérjék felnőttek (*iskolai dolgozók, tanárok, szülők*) segítségét, ha szükséges – ezzel súlyos következményektől óvhatják meg azt, akit bántanak, kifejezhetik támogatásukat az áldozat felé, a zaklatás elfogadhatatlanságát pedig a zaklató felé.

Elsősorban **erőszakmentes, szóbeli segítségnyújtásról van itt szó** – ami annál hatásosabb, minél többen állnak ki az áldozat mellett. Ha a szemtanúk kellő eréllyel rászólnak a zaklatóra, hogy hagyja abba, amit csinál, ha elutasítják a viselkedését, és mindazt, amit azzal képvisel, az megingatja a zaklató határozottságát. A nem agresszív fizikai közbelépés *(például a bántalmazó elválasztása az áldozattól és az áldozat fizikai kimenekítése a helyzetből)* egyes súlyos esetekben sajnos veszélyes lehet, más esetekben viszont lehetséges és szükséges is. Mérlegelni kell a helyzetet: ha úgy látod, a te testi épséged is veszélyben van, ezt ne kockáztasd, rögtön jelezd az atrocitást a felnőtteknek. Ki kell emelnünk, hogy az erőszakra az erőszak nem jó válasz, mert azt a probléma- és konfliktusmegoldási modellt erősíti meg, amelyben a fizikai erő dönt, s amelyben bosszút lehet állni. Ez az esetlegesen alulmaradó zaklatónak sem azt üzeni, hogy viselkedése nem helyes, legfeljebb azt, hogy nem elég erős.



Jó, ha tudod: **nemcsak az bátoríthatja a zaklatót, ha a szemlélődő osztály- vagy iskolatársak valamilyen módon támogatják a zaklatást** *(pl. nevetnek, poénkodnak, báméskodnak)*, hanem az is, ha közönyösek maradnak, és úgy csinálnak, mintha mi sem történt volna *(pl. nem néznek oda, elfordulnak, elmennek)* – ez azt üzeni, hogy a zaklató vagy bántalmazó bármit megtehet.

Fontos, hogy tudatosítsd, **a bántalmazás és zaklatás jelentése nem „árulkodás”**, és aki ezt teszi, az nem „spicli”. A másik ember testi-lelki épsége elsődleges kell hogy legyen egy ilyen helyzetben. Az áldozat érdemel szolidaritást, nem pedig a bántalmazó. Az iskolában dolgozó felnőttek pedig felelősséggel tartoznak minden odajáró gyerekért – kötelességük megvédeni őket.

Még egy dolog: **általában a zaklató fél is valamilyen szempontból áldozat, aki segítségre szorul**. Sok agresszív fiatalra igaz, hogy nem tanulta meg a saját és mások érzéseit értelmezni, a feszültségek okát felismerni, és a konfliktusokat kezelni. Lehetséges, hogy valamely közösségben – pl. a családjában – felé fordulnak agresszíven vagy elutasítóan, és ez mintává válik számára. Ha kap segítséget *(pl. pszichológustól, tanároktól)*, és energiát fektet viselkedésének megváltoztatásába, megérdemel egy új esélyt iskolatársaitól is.



LMBTQI szervezetek és szolgáltatások

Ha az LMBTQI közösséghez tartozol, vagy van érintett barátod, ismerősöd, családtagod, jó, ha tudsz az alábbi szervezetekről és szolgáltatásairól. Ajánlunk olyan szervezeteket is, amelyekhez minden fiatal fordulhat segítségért, LMBTQI emberek és ciszheterók egyaránt.



HA SEGÍTSÉGRE VAGY VÁLASZOKRA VAN SZÜKSÉG:

Háttér Társaság – www.hatter.hu

→ *Információs és Lelkisegély Szolgálat* – <http://hatter.hu/lelkisegely>

A Háttér tapasztalt és képzett önkénteseit anonim módon, ingyenes telefonon (137 37), emailben (lelkisegely@hatter.hu), chat-en (<http://chat.hatter.hu>) és Skype-on („segelyvonal” néven) keresheted meg bármilyen LMBTQI témájú kérdéssel, problémával. A Skype és a telefon minden nap 18-23 óráig él, a chat viszont csak hétfőn és szerdán.

→ *Személyes Segítő Szolgálat* – <http://hatter.hu/szemelyes>

Ha személyes beszélgetésekre, támogatásra van szükséged, jelentkezhetsz ingyenes beszélgetéssorozatra mentálhigiénés és LMBTQI-specifikus tapasztalattal rendelkező segítőkkel.

→ *Jogsegély* – <http://hatter.hu/jogsegely>

Ha szexuális irányultságod vagy nemi identitásod miatt hátrányos megkülönböztetés, zaklatás vagy bántalmazás ér, ide fordulhatsz ingyenes jogi segítségért. A Háttér Társaság Facebook oldalán (<https://www.facebook.com/HatterTarsasag/>) vagy a Háttér hírleveléből (<http://hatter.hu/hirlevel>) sok újdonságról, hírről értesülhetsz.

Yelon – www.yelon.hu

Olvasnivaló, chat-szolgáltatás és mobilalkalmazás minden fiatalnak

A Hintalovon Gyermekjogi Alapítvány online szexedukációs programja azért jött létre, hogy testről, lélekről és szexualitásról őszintén, tabuk nélkül tájékozódhass. A honlap és a mobilalkalmazás sokféle, rendszeresen frissülő tartalommal vár, a chat-szolgáltatásban pedig felteheted a kérdéseidet.

Kék Vonal – www.kek-vonal.hu

Segélyvonal minden fiatalnak

Ha beszélgetni szeretnél valakivel, vagy olyan kérdésed van, amit nem tudsz másnak feltenni, ingyenesen és névtelenül hívhatod a 116 111-es számot. A Kék Vonalnak email- és chat-szolgáltatása is van. (<https://www.kek-vonal.hu/index.php/hu/interaktiv-kapcsolatok>)

HA A KÖRNYEZETEDBEN, ISKOLÁDBAN ISMERETTERJESZTÉSRE ÉS ÉRZÉKENYÍTÉSRE VAN SZÜKSÉG:

Melegség és Megismerés – <http://melegsegesmegismeres.hu/>

A Melegség és Megismerés program a Labrisz Leszbikus Egyesület és a Szimpozion Egyesület közreműködésével működik. Évente több tucat iskolában tartanak LMBTQ témájú érzékenyítő foglalkozást, beszélgetést. A 45-90 perces beszélgetéseket speciálisan képzett önkéntesek vezetik, sokuk pedagógus vagy pszichológus végzettségű.

HA CSATLAKOZNÁL VALAMILYEN KÖZÖSSÉGHEZ, VAGY ÉRDEKELNEK LMBTQI TÉMÁJÚ HÍREK ÉS PROGRAMOK:

Atlasz Sportegyesület – <http://atlaszsport.hu/>

Budapest Pride – <http://budapestpride.hu/>

Cifra LMBTQI Közösség Kecskemét –

<https://www.facebook.com/lmbtq.kecskemett/>

Debrecen Pride – <https://www.facebook.com/debrecenpride/>

Debreceni LMBT+ Közösség – <https://www.facebook.com/debreceniLMBTQIA/>

Háttér Társaság – <http://hatter.hu>

Keresztények a Melegekért – <https://kermel.hu/>

Labrisz Leszbikus Egyesület – <https://labrisz.hu/>

LMBTQI személyek szüleinek, hozzátartozóinak csoportja –

<https://www.facebook.com/groups/1848900808673472/>

Miskolci Mások (MiMás) Egyesület – <http://www.mimasegyesulet.hu/>

Mozaik Közösség – <http://www.mozaikkozosseg.org/>

Pemel – Pécsi LMBTQ Közösség – <https://www.facebook.com/pemel/>

Prizma Transznemű Közösség – <http://prizma.lgbt/>

Qlit Online Leszbikus Magazin – <http://qlit.hu/hu/>

Szegedi LMBT Közösségért – <http://www.szegedilmbt.hu/>

Szimpozion Egyesület – <http://www.melegvagyok.hu/>

Szívárványcsaládokért Alapítvány – <https://www.szivarvanycsaladokert.hu/>

Transvanilla Transznemű Egyesület – <http://transvanilla.hu/>

7

További hasznos olvasmányok

Cikkek, képzési anyagok, tanulmányok

- *A leszbikus, meleg, biszexuális és transznemű emberek iskolai tapasztalatai Magyarországon. Az LMBT-kutatás 2010 eredményei alapján. Háttér Társaság, Budapest, 2015.* <http://hatter.hu/kiadvanyaink/lmbt-kutatas-2010-oktatas>
- *Ez vagyok én – Útmutató az előbújáshoz*, <https://elobujas.hu/utmutato>
- *Hetero, meleg, bi – és még ennél is több* – *Yelon.hu*, <https://yelon.hu/cikkek/787/hetero-meleg-bi-es-meg-ennel-is-tobb>
- *Hogyan bújjak elő? 5 kérdés és 5 válasz a coming outról* - *444.hu* <https://lathatatlangyerekek.444.hu/2015/07/12/5-kerdes-a-coming-outrol>
- *Hogyan segítek, ha valaki előbújik nekem?* - *Budapest Pride* <https://budapestpride.hu/hirek/hogyan-segitsek-ha-valaki-elobujik-nekem>
- *Ismerd meg jogaid!* – *A Háttér Társaság kiadványa:* <http://www.hatter.hu/kiadvanyaink/ismerd-meg-a-jogaid-2016>
- *Lehet, hogy meleg vagyok?* - *Yelon.hu* <https://yelon.hu/cikkek/825/lehet-hogy-meleg-vagyok>
- *Melegség és Megismerés ismeretterjesztő és képzési anyagok:* <http://melegsegesmegismeres.hu/dokumentumok/>
- *Nemi identitás*, *Yelon.hu*, <https://yelon.hu/cikkek/713/nemi-identitas-gender>
- *Nemek között: Ahogy neked jó*, *Yelon.hu*, <https://yelon.hu/cikkek/729/nemek-kozott-ahogy-neked-jo>
- *Még mindig tabu? LMBT személyek az iskolában* https://labrisz.hu/content/_common/attachments/file6.pdf

→ Takács Judit: *Előítélet és megkülönböztetés az iskolában: Leszbikus, meleg, biszexuális és transznemű (LMBT) fiatalok iskolai tapasztalatai Európában. Educatio, 2007/1. 67–83.*

http://www.policy.hu/takacs/pdf-lib/Takacs_J_0701-1.pdf

LMBTQI fiatalok szüleinek ajánljuk:

→ *Szülők a szívárvány alatt*

A Háttér Társaság kiadványa, 2018.

<http://hatter.hu/sites/default/files/dokumentum/kiadvany/szulok-a-szivarvany-alatt-a5-online.pdf>

→ *Most, hogy tudod – Útmutató meleg és lesbikus fiatalok szüleinek*

Betty Fairchild és Nancy Hayward, Göncöl Kiadó, 2002

→ *Meleg a gyerekem?!*

Fischer Eszter, Saxum Kiadó, 2010

→ *És ha a Te gyermeked lenne homoszexuális?*

Szenteh Natália, Masculus Kiadó, 2005



Szerkesztette: Tihanyi Katalin

Kiadja a Magyar LMBT Szövetség, 2019. január

További példányok megrendelhetők a Magyar LMBT Szövetségnél.

Telefon: (1) 6 333 302

Fax: (1) 6 333 303

E-mail: info@lmbtszovetseg.hu



Ez a kiadvány az „Itt vagyunk! Az LMBTQI emberek magyarországi társadalmi elfogadásának növelése közösségi megerősítés és szemléletformálás útján” c. projekt része, amely az Európai Unió Jogok, egyenlőség és polgárság programja (2014–2020) támogatásával valósul meg. A kiadványban foglalt tartalomért kizárólag annak szerzői tartoznak felelősséggel, és nem feltétlenül tükrözi az Európai Bizottság álláspontját.



Mivel az LMBTQI emberek érdekeinek érvényesítéséért, együttműködésük elősegítéséért és társadalmi elfogadásukért végzett munkánkat részben az Európai Unió és más külföldi szervezetek támogatják, a 2017. évi LXXVI. törvény alapján egyesületünk külföldről támogatott szervezetnek minősül.

ISBN 978–615–80676–1–4



www.szivarvanyszakkor.hu