

JAK NA TÉMA LGBTQ+ DOMA A VE ŠKOLE

PROČ JE DŮLEŽITÉ VĚNOVAT SE TÉMATU LGBTQ+ ?

Duševní zdraví neheterosexuálních mladistvých je pod velkým tlakem. Často čelí tlaku společnosti, ve které je normou být heterosexuální a cisgender. **Tito lidé jsou často více ohroženi šikanou, zažívají diskriminaci a nepřijetí.** To vše pak souvisí s tzv. menšinovým stresem, který může zvyšovat riziko vzniku duševních obtíží. Zejména se to týká rizika depresivních a úzkostných poruch. U této skupiny jsme také naměřili 5x vyšší míru sebevražednosti. Mladiství, kteří přirozeně zkoumají svou genderovou identitu a sexuální orientaci a potýkají se s menšinovým stresem pak častěji:

- skrývají vyjadřování své genderové identity či sexuální orientace
- mají úzkostný strach z odmítnutí druhými
- mají pocity, že nejsou v pořádku, že jsou na to sami
- potlačují své emoce, straní se druhých

♥ PROČ JE TÉMA LGBTQ+ ♥ AKTUÁLNÍ? NEJEDNÁ SE O ♥ TREND? ♥

Nejedná se o trend. **Zkoumání genderové identity a sexuální orientace je normální a běžný jev.** Bohužel vlivem společenského tlaku na "normalitu", vzniká tzv. heteronormativní a cismnormativní stigmatizace, v jejímž rámci je vnímaná jako normální pouze většina společnosti, která je heterosexuální a cis a kdo to má jinak, je vyčleňován a označován za "nenormálního". V posledních letech je společnost svobodnější a otevřenější než kdy dřív a díky tomu zde vzniká prostor pro svobodnější projev jednotlivců. **Jednoduše řečeno, neobjevují se nově LGBTQ+ lidé, byli tu vždy, jen vzniká větší prostor pro svobodu projevu své genderové identity a sexuální orientace a proto je téma aktuální a více se o něm hovoří.**

Genderová identita se může v průběhu života měnit, ale nemusí. **Sexuální orientace se usazuje mezi 6.-10. rokem života** a měnit se může jen identita osoby, která se například nejdříve může vnímat jako lesba, ale časem zjistí, že jí více sedí identita pansexuálky. Uvědomění si své sexuální orientace může ale přijít i mnohem později. Často vlivem nedostatečné možnosti se dříve svobodně projevit bez rizika odmítnutí okolím či pominutím nějakého vnímaného ohrožení.



JAK MŮŽE ŠKOLA VYTVOŘIT BEZPEČNÝ PROSTOR PRO LGBTQ+ MLADISTVÉ?

- **Hlaste se otevřeně k rozmanitosti svých žáků** a automaticky vytvářejte přijímající prostor pro všechny osoby bez ohledu na jejich odlišnosti.
- **Tematizujte otázky související s LGBTQ+ lidmi** jako součást běžných témat, například v rámci výuky historie, v občanské výchově a v dalších každodenních tématech.
- **Vyvarujte se stigmatizujícímu propojování LGBTQ+ témat** s jinými tématy (například nevhodné uvádění homosexuální orientace výlučně v souvislosti s přenosem sexuálně infekčních chorob).
- **Vytvářejte prostor pro potírání šikany, vnímejte atmosféru** a situace v jednotlivých kolektivech a adekvátně jednejte.
- **Zaměřte se na preventivní programy** formou besed, filmů, projektových dnů a soustředte se na porozumění souvisejících fenoménů (symbol duhové vlajky, růžového trojúhelníku, historie pride průvodů, perzekuce menšin během 2. světové války, 17. května je Mezinárodní den proti homofobii, apod.).



CO DALŠÍHO POMÁHÁ VE VYTVÁŘENÍ BEZPEČNÉHO PROSTORU?



- Zásadní roli hraje postoj rodičů a vyučujících - **bud'te srozumitelní a viditelní ve svém přijímajícím postoji.**
- **Mluvte nahlas o tom, že rozmanitost je v pořádku** a diskriminace či odmítání lidí kvůli jejich rozmanitosti v pořádku není.
- **Naslouchejte dětem a mladistvým** a ukazujte svou podporu jejich jedinečnosti a rozmanitosti.
- **Vytvářejte bezpečný prostor pro sdílení** negativních (ale i pozitivních) emocí, pochybností dětí, přijímejte jejich emoce takové, jaké jsou.

JAKÉ EXISTUJÍ DALŠÍ ZDROJE INFORMACÍ PRO RODIČE A ŠKOLY?

- ucimolgbt.cz - materiály pro výuku na téma genderové identity a vztahové a sexuální orientace
- learn.gamingee.eu - příručky a materiály pro rodiče i školy v tématech jako jsou gender identita, sexuální orientace, komunikace nebo sexuální zdraví
- jsmetransparent.cz nebo sbarvouven.cz jako podpůrné a informativní platformy
- queergeography.cz - mapy a další materiály vhodné pro adaptaci do výuky
- konsent.cz - materiály týkající se sexuální výchovy
- mezipatra.cz - filmy s queer tematikou a workshopy nejen pro učitele