

**PŘÍBĚHY LGBT+ STUDUJÍCÍCH:**

# **V ROZMANITOSTI JE SÍLA**





Projekt je financovaný Evropskou unií.

Publikace vznikla v rámci projektu Time is now (č. 101084708). Za obsah publikace odpovídá výlučně autor. Publikace nereprezentuje názor Evropské unie a Evropská unie neodpovídá za použití informací, jež jsou jejím obsahem.

#### **PODĚKOVÁNÍ:**

V publikaci jsou využity příběhy, které byly inspirovány konkrétními osobami. Všechny údaje, které by umožnily jejich identifikaci, byly upraveny. Součástí publikace jsou rozhovory. V některých případech nebylo možné zveřejnit jméno dané osoby, abychom chránily soukromí dětí a dalších rodinných příslušníků, o nichž se v rozhovoru mluví. Všem děkujeme za čas a otevřenost.

Jeden z příběhů připravil Mgr. Dominik Polách, za jehož spolupráci děkujeme.

Jmenovitě děkujeme za poskytnutí rozhovoru a komentáře k celé publikaci následujícím odborníkům a odbornicím:

RNDr. Michal Pitoňák, Ph.D.

Mgr. Tomáš Kufa

Bc. Haru

Mgr. Viktória Beličáková

Mgr. Miroslav Šubrt

JUDr. Maroš Matiaško, LL.M.

doc. PhDr. Markéta Švamberg Šauerová, Ph.D.

Dále děkujeme za cenné připomínky Mgr. Adamu Šindelářovi.

Odborné posouzení: Mgr. Dagmar Krišová, Mgr. Jana Soukupová

Jazyková korektura: Mgr. Alena Kinclová, Ph.D.

Grafická úprava: Petr Menhart

# OBSAH

<b>1</b>	Úvod: Proč vznikla tato publikace .....	5
<b>2</b>	LGBT+ témata a studující: pojmy a přístupy k porozumění .....	6
<b>2.1</b>	Otázky, které přichází.....	6
<b>2.2</b>	LGBT+ jako móda? .....	6
<b>2.3</b>	Vyjasnění pojmů – pohlaví, gender, sexualita .....	8
	Pohlaví .....	8
	Genderová identita .....	9
	Sexualita .....	10
<b>2.4</b>	LGBT+ rozmanitost.....	11
<b>2.5</b>	Coming out .....	13
<b>2.6</b>	Rozmanité genderové identity: podrobnější pohled .....	14
<b>2.7</b>	Genderová rozmanitost jako obohacení.....	15
<b>2.8</b>	Transgender osoby.....	16
<b>2.9</b>	Co by školy mohly a měly dělat (a co ne) .....	17
<b>3</b>	Příběhy .....	19
<b>3.1</b>	Lukášovi dělají spolužáci ve škole peklo.....	20
<b>3.2</b>	Leo, nebo Lea .....	23
<b>3.3</b>	Chodím s holkou a zamiloval jsem se do kluka .....	27
<b>3.4</b>	Říkejte mi Sylvo .....	30
<b>3.5</b>	Aneta si píše deník .....	34
<b>3.6</b>	Juli nechce být dívkou .....	37
<b>3.7</b>	Andy je asexuální .....	41
<b>3.8</b>	Učitel Jakub .....	44
<b>4</b>	Rozhovory .....	47
<b>4.1</b>	Psychoterapeut Miroslav Šubrt (on): Identita lidí je mnohovrstevnatá, měli bychom se víc ptát a méně předpokládat.....	48
<b>4.2</b>	Klinický psycholog Tomáš Kufa (on): transgender a genderová dysforie není totéž .....	50
<b>4.3</b>	Matka trans dítěte (ona): měli jsme štěstí na učitelku, ale stejně bych ocenila větší podporu školy .....	57
<b>4.4</b>	Školní psycholog a akademička Markéta Švamberská Šauerová (ona): je důležité být tu pro ně .....	63
<b>4.5</b>	Sociální geograf Michal Pitoňák (on): genderová identita trans dětí je stejně silná jako u jejich cis vrstevníků.....	69
<b>4.6</b>	Nebinární lektorující Haru (oni): pro LGBTQ+ mládež je nejdůležitější společenské přijetí .....	71
<b>4.7</b>	Lektorka Viktória Beličáková (ona): prožívání genderové identity zajímá všechny mladé lidi, nejen ty, kteří se identifikují jako LGBTQ+.....	73
<b>4.8</b>	Právník Maroš Matiaško (on): respekt k identitě dítěte je přímo ve školském zákoně.....	78
<b>5</b>	LGBT+ ve škole .....	80
<b>5.1</b>	Je nutné začít u sebe .....	80
<b>5.2</b>	Cílem je respekt, nejen tolerance.....	81
<b>5.3</b>	Kurikulum: identita, gender, sexualita a vztahy.....	83
<b>5.4</b>	Lukášovi dělají spolužáci peklo – metodický list .....	86
<b>5.5</b>	Tipy pro třídní učitele a učitelky: třídnické hodiny a víc.....	87
<b>5.6</b>	Školní poradenské pracoviště: další záchraná síť.....	89
<b>6</b>	Závěr .....	92
	Zdroje.....	93
	Seznam vybraných organizací nabízejících aktivity pro školy.....	96

# ÚVOD

## Proč vznikla tato publikace

Počet dětí a dospívajících, kteří se otevřeně hlásí k LGBT+ identitě, se v posledních letech „rapidně zvyšuje“. Takový hlas se ozývá ze škol, ale i ze široké veřejnosti, která soudí podle vyšší přítomnosti LGBT+ témat v médiích i běžných konverzích. Potvrzují to ale i zkušenosti odborníků a odbornic z oblasti psychologie a sexuologie. Různé výzkumy dotazující se mladých lidí na to, jak se identifikují, také naznačují, že kategorie „jiné“ je vedle kategorie „dívka“ a „chlapeček“ volena více než dříve. Radikální zvýšení podílu mladých lidí, kteří řeší sexuální orientaci a genderovou identitu, se sice neukazuje, ale je evidentní, že tato témata zaměstnávají mladou generaci více než generace minulé<sup>1</sup>.

Ve školách nelze skutečnost, že pro velkou část mladých lidí je toto téma individuálně důležité, ignorovat. Na školní prospívání dětí a dospívajících má nutně vliv, obzvláště prochází-li mladí lidé obdobím hledání a vyjasňování své identity a orientace, stejně tak jako když následně provedou otevřenou sebeidentifikaci jako LGBT+ osoby. Stejně tak to má vliv i na ostatní spolužáky a spolužačky a také na vyučující, kteří musí na přítomnost tématu ve třídách a výuce reagovat.

Většina vyučujících hledá cesty, jak se k tématu postavit a jak své studenty a studentky podporovat. Někteří ale cítí nejistotu a možná až pochybnosti. Tato publikace jim chce nabídnout oporu. Není však kuchařkou a nedává recepty, jak přesně pedagogicky postupovat. LGBT+

studující jsou širokou, vnitřně pestrou skupinou. Publikace prostřednictvím osmi reálných příběhů ukazuje, jaké těžkosti ve škole, rodině a vrstevnických vztazích mladí LGBT+ lidé řeší, a co jim pomáhá je překonat. Cílem příběhů je zprostředkovat vyučujícím zkušenosti dospívajících, kteří řeší témata sexuální orientace a genderové identity, a zároveň zvyšovat jejich citlivost k tomu, co je v každém životním příběhu jedinečné.

Kromě příběhů publikace nabízí také sérii rozhovorů s osobami, které přichází s LGBT+ mladými lidmi a jejich školami do kontaktu. Jedná se o matku trans dítěte, školní psycholožku, klinického psychologa, právníka se zaměřením na školství, výzkumníka z oblasti sociálních věd, psychoterapeuta a dvě LGBT+ osoby věnující se lektorování na školách. Odborné a další relevantní perspektivy mohou pomoci vyučujícím ještě dále zvýšit svoji citlivost a zároveň opřít svůj pedagogický názor o širší odborné pilíře. Aby příběhy a rozhovory byly co nejvíce srozumitelné, předchází jim úvodní kapitola, která obsahuje představení klíčových pojmů. Na závěr publikace je pak zařazena kapitola, která ukazuje, jak lze témata sexuální orientace a genderové identity do školy integrovat. A specificky také, jak lze uvedené příběhy a rozhovory dále použít přímo ve výuce, při práci s rodiči a s učitelským sborem.

Věříme, že pro vás bude tato publikace přínosná.

<sup>1</sup> Ogilvie et al. (2021)

# LGBT+ TÉMATA A STUDUJÍCÍ: POJMY A PŘÍSTUPY K POROZUMĚNÍ

## 2.1 Otázky, které přichází

Skutečnost, že se mladí lidé hlásí k neheterosexuálním orientacím a rozmanitým genderovým identitám, u části společnosti způsobuje pohoršení až zděšení. Co se to děje? Nemají nic rozumnějšího k řešení? Jsou křehcí a potřebují být ve všem výjimeční? Co s nimi bude dál? Jak by mohla společnost přežít, kdyby se takové anomálie podporovaly? Podobné otázky můžeme v souvislosti s tímto tématem slýchat. Mohou se zdát logické a oprávněné, ale přitom jsou spíše slepou uličkou. Co je na podobných otázkách nebezpečné?

OTÁZKY PŘEDPOKLÁDAJÍ, ŽE U VŠECH MLADÝCH LIDÍ HLÁSÍCÍCH SE K LGBT+ IDENTITĚ EXISTUJÍ STEJNÉ DŮVODY A OKOLNOSTI. JINÝMI SLOVY, ŽE SI JSOU HODNĚ PODOBNÍ. PŘITOM VŠAK PLATÍ OPAK. LIDÉ S ROZMANITOU GENDEROVOU IDENTITOU A SEXUÁLNÍ ORIENTACÍ JSOU VELMI PESTŘÍ. KAŽDÝ Z NICH MÁ SVÉ SPECIFICKÉ PROŽÍVÁNÍ, POTŘEBY I POZADÍ PŘÍBĚHU. KAŽDÝ ŽIVOTNÍ PŘÍBĚH JE JEDINEČNÝ. A POKUD CHCEME BÝT PRO MLADÉ LIDI PODPOROU, JE DŮLEŽITÉ SNAŽIT SE VIDĚT JEJICH INDIVIDUÁLNÍ PŘÍBĚH, NIKOLIV JEN ŠKATULKU, DO KTERÉ JSME JE ZAŘADILI.

V POZADÍ OTÁZEK LZE TUŠIT NEDŮVĚRU A SHAZOVÁNÍ ZKUŠENOSTÍ MLADÝCH LIDÍ, KTERÍ SE VYMYKAJÍ BĚŽNÝM OČEKÁVÁNÍM VŮČI ŽENÁM A MUŽŮM. ČASTO JSOU JEJICH POCITY BAGATELIZOVÁNY - OKOLÍ JE NEBERE VÁŽNĚ. JEJICH POSTOJ JE VNÍMÁN JAKO NĚJAKÁ FÁZE, ČI DOKONCE PÓZA. TO JE VŠAK PRO MLADÉ LIDI VELICE ZRAŇUJÍCÍ A MŮŽE TO VĚST K TOMU, ŽE SE VYHÝBAJÍ KONTAKTU S LIDMI, KTERÍ SE BAGATELIZACE DOPOUŠTÍ.

OTÁZKY SE ČASTO TÝKAJÍ TOHO, V ČEM JE MLADÁ GENERACE ODLIŠNÁ OD PŘEDCHOZÍCH. MĚNĚ ČASTO SE LIDÉ PTAJÍ NA TO, CO SE ZMĚNILO VE SPOLEČNOSTI A V ŽIVOTNÍCH PODMÍNKÁCH, KTERÉ MLADOU GENERACI URČUJÍ. PŘITOM SE VŠAK V UPLYNULÝCH 30 LETECH POSTUPNĚ POSILOVAL DŮRAZ NA INDIVIDUALITU. TO SE PŘIROZENĚ PROMÍTLO DO ZMĚN V RODINNÉ VÝCHOVĚ (JE DEMOKRATIČTĚJŠÍ A PARTNERŠTĚJŠÍ) I VE ŠKOLNÍM VZDĚLÁVÁNÍ (JE VÍCE ZAMĚŘENO NA ROZVOJ POTENCIÁLU KAŽDÉHO ŽÁKA A ŽÁKYNĚ). ZNÁT SVOJI OSOBNOST, UVĚDOMOVAT SI SVÉ POTŘEBY A CÍTIT SE SVOBODNĚ JE V PROMĚŇUJÍCÍM SE SVĚTĚ POVAŽOVÁNO ZA ŽÁDOUCÍ. NEMĚLO BY NÁS PAK PŘEKVAPIT, KDYŽ SE TO DOTKNE I GENDEROVÉ IDENTITY A SEXUÁLNÍ ORIENTACE. V SOUČASNÉ SPOLEČNOSTI SE MLADÍ LIDÉ NEMOHOU VYHNOUT HLEDÁNÍ SVÉ IDENTITY. JSOU BOMBARDOVÁNI OTÁZKAMI „KDO JSEM?“. A SOUČASNĚ JE NAŠE SPOLEČNOST SVOBODNĚJŠÍ, TAKŽE VÍCE LIDÍ DOKÁŽE PŘEKONAT SVÉ OBAVY Z PŘIHLÁŠENÍ SE KE SVÉ MENŠINOVÉ ORIENTACI A IDENTITĚ.

## 2.2 LGBT+ jako móda?

Na základních a středních školách se dnes vyučující setkávají s tím, že děti a dospívající svoji orientaci a identitu řeší nebo se již přímo identifikují s rozmanitými identitami a orientacemi. V učitelském dotazníku v rámci výzkumu OUT<sup>2</sup>, který realizovala Pedagogická fakulta Univerzity Karlovy v roce 2020 a 2021, uvedly ¾ z téměř 600 vyučujících, že ve svých třídách mají LGBT+ studující. Buď se jedná o ty, kteří se k tomuto faktu přímo otevřeně hlásí, nebo si vyučující všimají projevů, na základě kterých se domnívají, že tomu tak je. To znamená, že ve většině tříd vyučující potřebují tématu sexuální orientace a genderové identity rozumět a reagovat na ně ve vztazích k individuálním žákům/žákyním i celé třídě.

Stejný výzkum bohužel také ukázal, že podle 80 % dotazovaných vyučujících je ve školách považováno za módu hlásit se k LGBT+ komunitě. Pokud něco považujeme za módu, nevěříme, že pohnutky jsou skutečné, ale jen povrchní, přejaté zvenku a neupřímné. Pokud něco považujeme za módu, nebereme to vážně a nedáváme druhým podporu. Takový přístup je pro budování důvěry v pedagogickém vztahu velmi rizikový. Mladí lidé touží po tom být dospělými respektováni. Znevažování pravdivosti a oprávněnosti pocitů, které mladí lidé prožívají, může vést k tomu, že se přestanou s dospělými cítit bezpečně a přestanou s nimi komunikovat o svých pocitech<sup>3</sup>.

Tím ztratí možnost být dospělými podporováni a chráněni. To přitom zvláště potřebují, pokud prochází nelehkým obdobím, kdy se musí vyrovnávat s tím, že jejich identita a orientace není většinová. Ale také tím ztratí možnost díky rozhovorům s dospělými lépe poznávat sami sebe a uvědomovat si, co přesně jejich aktuální pocity ohledně sexuality a genderu mohou znamenat. To, že se cítí tématem genderové a sexuální rozmanitosti osloveni, znamená, že je to téma pro ně osobně důležité. A potřebují respektující přístup dospělých k tomu, aby si uvědomili, v jaké podobě se jich týká. Označování jejich postoje za módu nevyjadřuje respekt k jejich aktuálním pocitům.

Jako paralelu si představme následující situaci. Marek řekl svému učiteli: **Myslím, že mě hodně začala zajímat vesmírná fyzika. Asi se stanu astronomem. Jaká by mohla být reakce učitele? Uvažujme tři scénáře:**

**UČITEL SPOKOJENÝM TÓNEM ODPOVÍ:** To mě těší, myslím, že pro takové povolání jsi skvělý typ člověka. Stát se astronomem je ale náročné. Budu tě v tom podporovat.

**UČITEL PŘEKVAPENĚ ODPOVÍ:** To je pro mě novinka, neřekl bych to do tebe. Ale myslím, že je skvělé, že o své budoucí dráze přemýšlíš a že jsi našel něco, co tě nyní zajímá. To se může ještě změnit. Rád s tebou proberu, co přesně znamená být astronomem a jestli je to skutečně to, co k tobě sedí.

**UČITEL POSMĚŠNÝM TÓNEM ODPOVÍ:** Ale prosím tě, to přejde, to je jen taková fáze, zase jsi něco četl na sociálních sítích. Nikdy jsem si nevšiml, že bys k fyzice tíhl. Nemyslím, že to je obor pro tebe.

První reakce odpovídá ideální situaci, kdy učitel sdělení studenta vítá a plně s ním souhlasí. V realitě se však často vyskytují situace, kdy pohled studujících a vyučujících není v plné shodě. V takovém případě lze reagovat vstřícně (reakce 2) nebo nevstřícně (reakce 3). Většina z nás by snad považovala druhou reakci za optimální. Učitel Marka neshazuje, vyjadřuje respekt k jeho současným pocitům a přesvědčení, ale zároveň vybízí k dalšímu promýšlení.

Představenou situaci můžeme chápat jako paralelu k hledání sexuální orientace a genderové identity. Zesměšňující reakce ničí důvěru a brání rozvojovým rozhovorům. Tvoří bariéru a posiluje vzdor, v kterém mladí lidé své aktuální pocity brání proti okolí, aniž by měli prostor je sami v sobě prozkoumávat a měnit. Zatvrdí se v pozici, kterou bychom mohli shrnout jako: „A na just ti ukážu, že mám pravdu.“ Mizí tím prostor pro dialog, otevřené poznávání svých emocí i změnu vlastního přesvědčení. Naopak respektující přístup, který nesnižuje sebeúctu mladého člověka, dá šanci na svobodné promýšlení, hledání a probírání svých pocitů s okolím.

<sup>2</sup> Podrobněji v publikaci I. Smetáčková a M. Machovcové (2022).

<sup>3</sup> Hillier et al. (2010)

# Vyjasnění pojmů – pohlaví, gender, sexualita<sup>4</sup>

Mladí lidé často používají označení queer nebo různé variace zkratky LGBT+. Obě označení odkazují k lidské rozmanitosti v oblasti sexuální orientace a genderové identity. Jsou to však zastřešující pojmy, které zahrnují mnoho různých typů identit a orientací. Pro lepší porozumění je zejména důležité odlišit sexuální orientaci od genderové identity. Překračovat běžná očekávání vyplývající z genderového řádu, tedy z představ o „správných ženách“ a „správných mužích“, kteří jsou heterosexuální, vždy znamená prožívat pochybnosti, obavy, konflikty. Ty se však specificky liší, je-li hlavním tématem sexuální orientace, nebo genderová identita. Pro lepší orientaci v tématu tedy považujeme za nutné rozlišit základní pojmy – pohlaví, genderová identita a sexualita. Jejich stručné vymezení nabízí následující text.

## Pohlaví

Pohlaví představuje biologické určení, zda (či v jaké míře) je osoba tělesně ženou, či mužem. Ačkoliv máme obvykle tendenci chápat pohlaví jako jednoznačnou a univerzální charakteristiku, je to ve skutečnosti složitější. Pohlaví je zastřešující informace. Jde o komplex tvořený několika rovinami – chromozomální, hormonální, gonádní a genitální. Mezi nimi nemusí být vždy soulad.

Pohlaví je někdy označováno jako pohlaví zapsané (po narození do rodného listu). Zpravidla je pohlaví spojováno s vzhledem vnějších genitálií (penis a vulva). Historicky byly dostupné pouze tyto údaje a právě podle nich se do matriky zapisovalo, zda je narozené dítě ženou, či mužem. Odvozovat pohlaví výhradně od vzhledu genitálií je však často zavádějící. Další, skrytou rovinou, jsou pohlavní chromozomy, které vzniknou kombinací části vstupních buněk při početí. Nejčastěji mají podobu XX (ženy) či XY (muži). Existují ale i další chromozomální variace, např. XO

či XYY. Lidé s atypickou chromozomální výbavou mají některé dílčí biologické odchylky, ale obvykle se bez komplikací začleňují do genderového řádu. Jejich genderové identity odpovídají většinovým a ani jejich projevy nutně nevybočují. Další složkou tvořící pohlaví jsou hormony – za typicky mužský je považován testosteron a za typicky ženské estrogen a progesteron. Všechny tyto hormony najdeme v mužských i ženských tělech, ale liší se jejich poměry a období, kdy je jejich produkce silnější. Pohlavní hormony ovlivňují fyziologický vývoj nejprve v prenatálním období, kdy dochází k formování pohlavních orgánů z původně indiferentních gonád. Je proto logické, že mužské a ženské pohlavní orgány si jsou v mnohém podobné. Například klitoris a penis jsou tvořeny stejnou erektilní tkání, která obsahuje četná nervová zakončení a zajišťuje tak velkou citlivost těchto partií. Produkce hormonů během dospívání pak ovlivňuje sekundární po-

hlavní znaky, jako je distribuce tuku v těle, množství a síla ochlupení, hloubka hlasu a další.

Nejčastěji se setkáváme s tím, že se lidé rodí s pohlavními charakteristikami, které jsou chápány jako typicky ženské (XX chromozomy, převaha estrogenu a progesteronu, přítomnost vulvy, vagíny, dělohy, vaječníků) nebo typicky mužské (XY, převaha testosteronu, penis, varlata). Tito lidé jsou z biologického hlediska jednoznačně ženami či muži. I přesto však mezi nimi existují značné interindividuální rozdíly, a to jak v množství produkovaných hormonů, tak

v celkové fyziologii těla. Vedle toho se však někteří lidé narodí s atypickou kombinací chromozomální, hormonální, gonádní a genitální roviny pohlaví. Jejich pohlavní charakteristiky nejsou jednoznačně ženské nebo mužské. Tito lidé se označují jako intersex (viz níže). Většina lidí s jednoznačnými pohlavními charakteristikami (tedy s ženským či mužským biologickým pohlavím) sama sebe vnímá a prožívá jako ženy nebo muže. Totéž platí také o lidech, kteří jsou intersex. To je silným důkazem pro to, že pohlaví a gender jsou do značné míry nezávislé.

## Intersex osoby

Jak již bylo zmíněno výše, intersex lidé se rodí s kombinací pohlavních charakteristik (chromozomální, hormonální, gonádní a genitální), které nejsou pouze typicky ženské či typicky mužské. U některých intersex osob jde o různorodý vzhled pohlavních orgánů, jiní mají odlišné variace hladiny hormonů či atypické chromozomy. Odhaduje se, že intersex lidí jsou v populaci necelá 2 %<sup>5</sup>. Genderová identita intersex lidí může být různá – nehlédě na svou biologickou výbavu se buď binárně prožívají jako žena, muž, nebo se vnímají nad rámec těchto kategorií.

To, že je člověk intersex, se může dozvědět až v dospělosti, jelikož jsou stále prováděny kosmetické operace v dětství, které mají za cíl tělo „uzpůsobit“, aby zapadlo buď do kategorie muž, nebo kategorie žena. Tyto operace jsou problematické, jelikož při nich může dojít k zásadnímu narušení citlivosti pohlavních orgánů do budoucna a také jde o nevratný zákrok, který je v rozporu s právy dítěte a nebere ohled na genderovou identitu daného dítěte.<sup>6</sup> Jak bylo výše zdůrazněno,

genderová identita a biologické pohlavní charakteristiky jsou sice provázané, ale oddělené kategorie, a je důležité jejich odlišný charakter zohledňovat při snaze porozumět lidské existenci.<sup>7</sup> Jistá nezávislost genderu a pohlaví se v minulosti zkoumala zejména na intersex dětech či malých chlapcích, kteří kvůli nehodě, například při obřízce, přišli o penis. Většinou se kvůli jednodušší proveditelnosti jednalo o tzv. feminizační operace s cílem uzpůsobit pohlavní orgán dětí vulvě a vagíně. Tyto děti pak byly vychovávány jako ženy s cílem zajistit jim „zapadnutí“ do společnosti. Ve studiích týkajících se těchto dětí se však ukázaly komplikovanější vazby.<sup>8</sup> Někteří v dospělosti spokojeně žili v „nové“ genderové identitě, někteří se však identifikovali s genderovou identitou ve shodě s původním pohlavím, a to ačkoliv o zákrocích v dětství nevěděli a byly jim podávány ženské hormony. To nezřídka způsobovalo závažné psychosociální problémy způsobené prožitky nesouladu mezi pocíťovanou identitou, vzhledem těla a také přístupem okolí.

<sup>4</sup> Tato kapitola vychází z článku I. Smetáčkové a M. Macháčkové (2023).

<sup>5</sup> Blackless et al. (2000)

<sup>6</sup> European Union Agency for Fundamental Rights (2015)

<sup>7</sup> Krieger (2003)

<sup>8</sup> Diamond & Sigmundson (1997)

# Genderová identita

Vedle pohlaví coby biologické charakteristiky je důležitý gender (čteme „džendr“), který bývá označován za sociální pohlaví. Gender představuje soubor socio-kulturně utvářených představ o tom, jací mají být muži a ženy v určité společnosti. Jaké jsou či mají být jejich schopnosti, projevy a zájmy. Pod vlivem těchto představ se skrze socializaci formuje genderová identita každého z nás – tedy vědomí sebe sama jako ženy či muže, případně určitého typu ženy a muže.<sup>9</sup> U většiny osob je genderová identita v souladu s pohlavím, které jim bylo po narození určeno (např. po narození bylo určeno ženské pohlaví a daný člověk má ženskou genderovou identitu). Takové lidi označujeme jako cisgender. Lidé, jejichž genderová identita je odlišná od pohlaví zapsaného po narození, jsou transgender neboli trans.

Genderová identita představuje to, zda se daný člověk vnitřně cítí být mužem, ženou nebo například nebinární<sup>10</sup> osobou. Jedná se o vnímání, prožívání a projevování vlastního genderu. Lidé mohou svůj gender vyjadřovat různými způsoby – úpravou svého vzhledu, chováním, jazykem, aktivitami atd. Někdy ale volba určitého projevu nemusí znamenat, že se

člověk cítí být ve shodě s daným genderem, ale může jít o vyjádření nesouhlasu s ustáleným genderovým dělením, které má výhradně kulturní pozadí. Například oblékání šatů považujeme v naší společnosti za projev ženství. Přitom v řadě společností i muži nosí šaty (např. muslimské země). Muž, který si v naší kultuře oblékne šaty, se nemusí cítit jako žena, ale může demonstrovat odmítnutí kategorizace oblečení na mužské a ženské.

Vyjádření genderové identity člověka může být v souladu s očekáváními a stereotypy spojenými s daným genderem (např. žena o sebe ráda pečuje, má ráda děti, mluví o svých emocích), ale také nemusí (např. žena nerada vaří, preferuje pracovní kariéru před péčí o rodinu, baví ji hrát fotbal). Genderové role se proměňovaly napříč historií (např. oblékání šlechticů do punčoch a nošení podpatků) a kulturami (např. v některých kmenech se zdobí šperky více muži než ženy). I dnes vidíme rozdíly mezi vnímáním typicky „ženského“ a „mužského“ mezi jednotlivými společnostmi. Převládající genderové normy pak ovlivňují, jak jednotliví lidé svůj gender chápou a vztahují se k němu.

# Sexualita

Sexualita je pojem, který odkazuje k sexuální potřebám a s nimi souvisejícím pocitům i chování. Jedná se o komplexní označení pro nejméně tři oddělené roviny. První se týká preference osob a aktivit, které v člověku vyvolávají erotické a romantické tužby. Druhá rovina se týká samotného sexuálního chování, kterým jsou uspokojovány sexuální potřeby. Třetí

rovinu tvoří identita – tedy to, jak člověk sám sebe vnímá, přijímá a pojmenovává coby sexuální bytost.<sup>11</sup> Jednotlivé roviny nyní popíšeme podrobněji.

Za základ sexuality je považována sexuální přitažlivost a orientace.<sup>12</sup> Jedná se o souhrn romantických a sexuálních pocitů, které daný člověk prožívá k druhým osobám. Romantická přitažlivost

označuje pocitování psychické blízkosti a zamilovávání se do druhých. Sexuální přitažlivost pak vyjadřuje sexuální fantazie, tělesnou blízkost a pocíťovanou fyzickou atraktivitu. Přitažlivost vytváří připravenost k navázání vztahu, ovšem pro samotný vznik vztahu jsou důležité i další faktory, které mohou přitažlivost ovlivnit. Většina lidí se cítí být přitahována určitým typem mužů či žen, tedy nejde zdaleka jen o dělení na základě pohlaví a genderu.

Romantická a sexuální přitažlivost tedy základně určuje, zda daná osoba cítí přitažlivost vůči mužům, ženám, trans či nebinárním lidem nebo vícero skupinám lidí. Romantická i sexuální přitažlivost mohou být prožívány v různé intenzitě. Někteří lidé mají intenzivní potřebu psychické blízkosti a zamilování, jiní ji mají menší nebo zcela žádnou (např. aromantičtí lidé). U některých osob je romantická a sexuální přitažlivost namířena identicky vůči lidem jednoho genderu (například vůči mužům), u jiných se může lišit (např. citová přitažlivost vůči ženám, fyzická přitažlivost vůči mužům).

Sexualita je projevována skrz sexuální chování, které zahrnuje všechny sexuální a romantické aktivity ve vztahu k sobě a/nebo druhým lidem. Sexuální chování nemusí vždy přesně odrážet sexuální přitažlivost daného člověka. Lidé mohou pocíťovat sexuální přitažlivost vůči různým typům osob či být přitahováni různými druhy sexuálních aktivit, nicméně realizovat mohou jen zlomek z nich, ať už vlivem vlastního rozhodnutí, okolností (např. v současné době jsou ve vztahu) nebo vlivem restriktivních kulturních a legislativních norem společnosti. Určité sexuální chování je akceptováno, zatímco jiné odmítáno, stigmatizováno, či dokonce trestáno. Hranice mezi přijatelným a nepřijatelným sexuálním chováním

se napříč různými společnostmi liší. Např. homosexualita byla v našem prostředí dříve trestným činem, poté byla považována za nemoc, dnes je přijímána jako jeden z možných typů sexuální orientace. Přesto, že posun ve vnímání gay či lesbické orientace je veliký, i dodnes čelí neheterosexuální vztahy stigmatizaci, která má často za následek negativní zdravotně-duševní dopady.<sup>13</sup> Sexuální identita či sebeidentifikace souvisí s tím, jak o sobě člověk uvažuje ve vztahu ke své sexuální orientaci, vyjadřuje vlastní pojetí sebe sama jako sexuální bytosti. Sebeidentifikace je ovlivněna vlastní vnímavostí ke svým pocitům a chování a je také formována společenskými faktory. Nejčastěji se můžeme setkat s následujícími sexuálními identitami: heterosexuální člověk, gay, lesba, bisexuál/ka či pansexuální, asexuální či demisexuální člověk. Identita člověka je však podstatně širší a sexuální identita je jen jejím výsekem. Sexualita osobnost jedince zdaleka nevyčerpává. Ačkoliv součástí zdravé silné identity je i to, že člověk přijímá sám sebe jako bytost s určitými sexuálními potřebami, důležité jsou i další oblasti života. Např. osoba, která se intenzivně věnuje sportu, si bude na otázku „kdo jsem?“ odpovídat „jsem hlavně sportovec/kyně“ i poté, co si uvědomí svoji neheterosexuální orientaci.

<sup>9</sup> Jarkovská (2007)

<sup>10</sup> Nebinární osoby se zpravidla chápou nad rámec binárního genderového systému, který předpokládá existenci pouze dvou genderových kategorií: muž a žena.

<sup>11</sup> Laumann et al. (1994)

<sup>12</sup> Sell (1997)

<sup>13</sup> Altman et al. (2012)



## 2.4 LGBT+ rozmanitost<sup>14</sup>

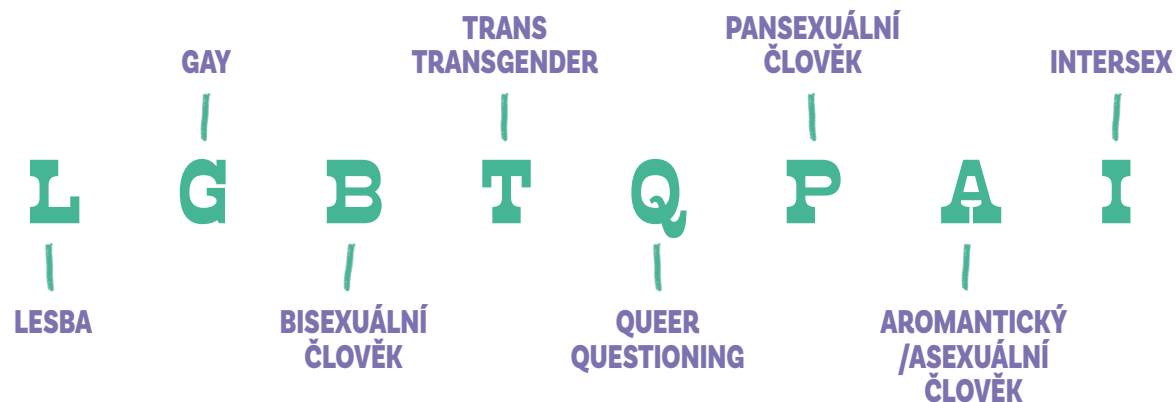
Pojmy pohlaví, gender a sexualita mají určité styčné plochy, ale přesto jsou značně nezávislé a mohou se různě kombinovat. Několik konkrétních příkladů uvádíme níže:

**ŽENA MARTA:** tělesným pohlavím žena (má chromozomální výbavu XX a vulvu, vagínu, vaječníky, dělohu, převahu hormonů estrogen a progesteron), genderovou identitou žena (prožívá sebe sama jako ženu), bisexuální (přitažlivost vůči mužům i ženám)

**NEBINÁRNÍ LEO:** tělesným pohlavím muž (má chromozomální výbavu XY a penis a varlata, převahu androgenů, zejména testosteronu), genderovou identitou nebinární (neprožívá se jednoznačně ani jako muž, ani jako žena), androsexuální (pociťuje přitažlivost vůči mužům)

**MUŽ SAM:** tělesným pohlavím intersex (má chromozomální výbavu XX, vaječníky, dělohu, penis), genderovou identitou muž (prožívá sám sebe jako muže), asexuální, heteroromantický (sexuální přitažlivost nepociťuje, ale zamilovává se romanticky do žen)

**TRANS ŽENA VIKI:** tělesným pohlavím muž (má chromozomální výbavu XY a penis a varlata, nyní užívá estrogen), genderovou identitou žena (prožívá sama sebe jako ženu), heterosexuální (sexuální přitažlivost cítí k mužům)



**+** VYJADŘUJE INKLUZIVITU, UVĚDOMĚNÍ, ŽE EXISTUJÍ DALŠÍ ROZMANITÉ SEXUÁLNÍ A GENDEROVÉ IDENTITY, KTERÉ NEJSOU EXPLICITNĚ ZMÍNĚNY

### LESBA

dívka/žena, která se zamilovává do dívek/žen

### GAY

chlapec/muž, který se zamilovává do chlapců/mužů

### BISEXUÁLNÍ ČLOVĚK

osoba, která se zamilovává jak do mužů, tak do žen, nemusí však jít o rovnoměrný poměr

### PANSEXUÁLNÍ ČLOVĚK

člověk, který se zamilovává do lidí různých genderových identit (např. do žen, nebinárních, trans, gender fluidních lidí, atp.)

### ASEXUÁLNÍ ČLOVĚK

člověk, který má menší nebo žádnou touhu po sexuálním kontaktu s druhými lidmi, může však cítit romantickou přitažlivost k druhým, asexuální lidé se mohou pojmenovat jako heterosexuální, gay, atp., nebo lze používat termíny heteroromantik, biromantik, atp.

### AROMANTICKÝ ČLOVĚK

člověk, který cítí malou nebo necítí žádnou romantickou přitažlivost k druhým osobám, co se týká sexuální přitažlivosti, mohou ji také mít menší

### DEMISEXUÁLNÍ ČLOVĚK

člověk, který cítí sexuální přitažlivost až po intenzivním emočním sblížení

### QUEER

široce využívaný pojem, zejména se jím označují lidé, kteří se identifikují jinak než cisgender a heterosexuální. Někdy bývá využíván jako zastřešující pojem pro sexuální a vztahovou rozmanitost

### QUESTIONING

člověk, který je v procesu zkoumání a hledání pojmenování vlastní genderové a/či sexuální identity

<sup>14</sup> Tato kapitola vychází z článku I. Smetáčkové a M. Macháčkové (2023) a publikace K. Pavlici et al. (2021).

**Pojmy označující různé typy LGBT+ identit se mohou zdát matoucí. Navíc stále nové vznikají a mladí lidé jsou o nich dobře informováni ze sociálních sítí. Starší generace se v označeních nemusí tak dobře orientovat. Skutečnost, že jsou pro ně pojmy nesrozumitelné, se pak snadno přemysleje do podrážděné a odmítavé reakce ve stylu: „Co si to zase vymýšlejí?“ Na potřebu mladých lidí identifikovat se s určitým označením se ale můžeme podívat i jinak – jako na přirozenou vývojovou potřebu poznat sám/sama sebe a najít své místo. Spíše než o „nálepku“ jde o snahu mladých lidí porozumět svým pocitům. Ovšem nálepky se mohou stát pastí, která naopak cestu k prozkoumávání svých rozmanitých pocitů uzavře. Aby tomu tak nebylo, záleží právě na tom, jak dospělí na mladé lidi reagují.**

## 2.5 Coming out

Sexuální potřeby začínají lidé řešit v období dospívání. Cítí v sobě určité touhy, o kterých přemýšlejí a které se snaží realizovat. Okolí jim naznačuje, co je přijatelné a co už nikoliv. A dospívající tyto explicitní i implicitní zprávy využívají při formování své genderové a sexuální identity.

Proces uvědomování si vlastní LGBT+ identity a její případné sdělení dalším osobám nazýváme coming out. Obvykle má několik fází – od počátečních otazníků nad svými pocity, přes vnitřní uvědomění si své odlišnosti, po vnější sdělení dalším lidem. V současné době je společnost mnohem více otevřená a disponuje řadou informací, díky kterým již lidé s menšinou sexuální orientací a genderovou identitou nezbuzují tolik odmítavých postojů. Mladí lidé tak nyní svou LGBT+ identitu mohou začít objevovat již během dospívání.

Ačkoliv je v České republice Ústavou zajištěno rovné zacházení a výzkumy veřejného mínění ukazují poměrně vysokou míru tolerance k LGBT+ osobám, neznamená to, že by dospívání bylo pro tyto lidi vždy snadné. Tolerance zdaleka neznamená respektování. Výzkumy ukazují, že se LGBT+ lidé setkávají s odmítáním a zesměšňováním. Např. Výzkum veřejné ochránkyně práv z roku 2019 ukázal, že

53 % LGBT+ osob cítilo, že musí ve škole tajit svoji identitu. Výzkum Být LGBTQ+ v Česku<sup>15</sup> ukázal, že 36 % LGBT+ osob se během své školní docházky setkala s posměšky, urážkami či výhrůzkami ze strany spolužáků, nejvíce se s těmito negativními projevy setkávali gayové a trans a nebinární lidé. Šokujícím zjištěním je, že 20 % trans mužů se s takovým jednáním setkala i ze strany svých vyučujících. To se může negativně podepisovat na jejich angažovanosti ve škole a i na školních výsledcích. Výzkum Evropské agentury pro lidská práva z roku 2019 ukázal, že v Česku si nejčastěji (43 % dotázaných) svou sexuální orientaci lidé uvědomili mezi 10. a 14. rokem věku.

Podle uvedených výzkumů má skupina mladistvých pod 19 let také zkušenosti s nenávistným chováním mimo školu. Až 20 % z nich má zkušenosti s fyzickým či sexuálním násilím, což je častěji než starší skupiny. S nenávistným online obsahem vůči jim samotným nebo dalším LGBT+ lidem se setkala naprostá většina z nich (90 %). Oporu a porozumění nemusí mladí lidé často najít ani doma. Z obav před obtěžováním, napadením a vyhrožováním svou identitu doma skrývá 47 % lidí ve věku 12–15 let, v kategorii 16–18 jde o 43 %.

Je proto důležité, aby škola byla bezpečným místem pro všechny studující – tedy i pro LGBT+ žáky a žákyně. Mnohdy se jim nedostává přijetí doma, ani se necítí bezpečně venku, a škola tak může být jediným místem, kde se mohou cítit uvolněni a akceptováni, kde mají prostor se otevřeně projevovat a kde také mají příleži-

stost poradit se nebo požádat o podporu. Většina vyučujících s tímto souhlasí, ale někdy je překážkou nedostatečné povědomí a nevyjasněný postoj celé školy. Prvním nezbytným krokem je, abychom o tématu měli dostatek informací a komunikovali o něm.



## 2.6 Rozmanité genderové identity: podrobnější pohled<sup>16</sup>

Na rozdíl od pohlaví, které je biologickou charakteristikou, gender a genderová identita odráží vnitřní prožívání a vnímání toho, zda a do jaké míry se člověk cítí být mužem nebo ženou. Navzdory převládajícímu laickému přesvědčení, že biologické pohlaví jasně předurčuje genderovou identitu, vědecké poznatky říkají, že se jedná o dvě provázané, ale samostatné charakteristiky. Variant menšinových genderových identit je celá řada. Z pohledu okolí se mohou lidé s těmito rozmanitými identitami jevit stejně, avšak jejich prožívání vykazují velké rozdíly.

### TRANSGENDER OSOBY

Osoby, jejichž pohlaví neodpovídá jejich genderové identitě. Některé trans osoby si přejí změnit své tělo tak, aby buď zcela, nebo aspoň částečně odpovídalo jejich identitě, a aby byly s novým genderem akceptovány okolím i úřady. Jiné trans osoby však tuto změnu biologického pohlaví podstoupit nechtějí či nepotřebují, další se mohou jejího provedení obávat. Pro většinu transgender osob je důležitá možnost žít a být akceptováni v pro ně autentické sociální roli, která se může pojit s oblékáním, volbou jména a používáním rodu v řeči.

### AGENDER OSOBY

Podobně jako nebinární a fluidní lidé také agender osoby nemají svoji genderovou identitu spojenou s jedním konkrétním genderem. Navíc ale jejich dominantní prožívání sebe sama není vůbec na genderové kategorie navázáno. Tito lidé se přirozeně prožívají výhradně jako lidské bytosti bez toho, že by mužství či ženství přinášelo něco specifického.

### NEBINÁRNÍ A GENDEROVĚ FLUIDNÍ OSOBY

Nebinární osoby svůj gender prožívají mimo škatulky muž a žena. Mohou se cítit někde mezi těmito gendery, mimo ně nebo se jejich prožívání genderu proměňuje. Stejně jako trans lidé mohou spolu se změnou vnějšího vzhledu začít používat nové jméno a gramatický rod v řeči. Na rozdíl od transgender lidí však zpravidla pocítují menší touhu měnit své tělo, avšak i toto je individuální.

### GENDEROVĚ NEKONFORMNÍ OSOBY

Tito lidé nesouhlasí s vymezením genderových rolí a není jim příjemné projevovat se pouze tak, jak se očekává v případě, že je člověk mužem či ženou. Představa, že například líčení a barvení nehtů je projev, který v naší kultuře odpovídá pouze ženské roli, je pro ně nepřijatelná. Ve svých projevech se proto nenechávají svazovat genderovými škatulkami. Jejich genderová identita je však často ve shodě s jejich pohlavím – např. se jedná biologicky o ženu, která se prožívá jako žena, ale její vzhled či projevy neodpovídají tradičnímu pojetí ženské role.

Věk uvědomění si vlastní trans identity<sup>17</sup> může být velmi individuální, v závislosti na kontextu, v kterém dítě vyrůstá, nebo podle jeho osobnosti. Široké věkové rozpětí uvědomění si vlastní trans identity potvrzují také výzkumy: v šetření Evropské agentury pro lidská práva (2019) uvedlo 27 % českých respondentů první uvědomění, že jsou trans, mezi 10. a 14. rokem života, 20 % toto uvědomění uvádí již před 5. rokem života a 4 % až po 35. roce. Výzkum Být LGBTQ+ v Česku<sup>18</sup> z roku 2022 pak ukázal, že uvědomění trans či nebinární identity a první svěření se druhé osobě od sebe dělí několik let, u trans dívek šlo průměrně dokonce o 7 let.

## 2.7 Genderová rozmanitost jako obohacení

Genderově rozmanití lidé v minulosti svou identitu spíše skrývali – obávali se nepřijetí nebo i trestů. Čím genderově rigidnější daná společnost je, tím vyšší v ní je počet lidí, kteří sice mohou mít určité pochybnosti o své genderové identitě, ale nedovolí si ji prozkoumat a přijmout. Ve všech společnostech ale takoví lidé jsou a mohou být pro ně i velkým obohacením. Existuje mnoho příkladů kultur, v kterých lidé překračující genderové hranice získali specifické místo a úlohu. Např. mezi severoamerickými indiány se mluví o „two-spirit people“, v Indii o třetím pohlaví a „Hidžrách“. Jejich postavení může být komplikované – mnohdy stojí na okraji společnosti, ale zároveň jsou ctěni kvůli mimořádným zkušenostem.

Mezi genderově rozmanitými lidmi je řada osob s výjimečně vysokým nadáním, kreativitou i dalšími schopnostmi. Můžeme zmínit například Zdeňka Koubka, závodního běžce, ragbistu a trans muže, nebo uměleckou osobnost Toyen, u které lze dohledat nestereotypní způsob oblékání a referování o vlastní osobě v mužském rodě, nicméně Toyen sám/a svou identitu specificky nepojmenoval/a.

Podíl osob s genderově rozmanitými identitami není velký. Nicméně dnes pozorujeme jeho zvyšování, a to zejména díky tomu, že jejich hlas dostává prostor, klesá jejich stigma a mladá generace je odvážnější ve vyjadřování svých potřeb. U části dospívajících jsou pochybnosti o jejich genderu určitou fází ve vývoji jejich identity. U dalších se jedná o tzv. genderový nesoulad, dříve označovaný jako porucha vývoje pohlavní identity či transsexualita. A další v období intenzivního formování genderové identity hledají, jakým typem ženy či muže chtějí být, aniž by se museli příliš svazovat tradičními představami o tom, jak se projevuje „správný muž“ a „správná žena“.

Všichni z nich potřebují prostor k poznávání sebe sama a k probírání svých pocitů i potřeb s druhými, včetně vyučujících, výchovných poradkyň či školních psychologů. V případě transgender studujících jsou důležité i odborné služby – klinický psycholog/žka a sexuolog/žka. Období hledání sebe sama není snadné ani pro dospívající, ani pro jejich okolí. Pokud jim ale projdou s tím, že se naučí reflektovat své vnitřní stavy, své chování a jeho důsledky na vztahy s ostatními, může být

<sup>16</sup> Tato kapitola vychází z publikovaného článku I. Smetáčkové a M. Macháčkové (2023).

<sup>17</sup> Zde uvádíme trans identitu jako zastřešující pojem pro všechny osoby, jejichž identita není v souladu s pohlavím zapsaným při narození.

<sup>18</sup> Pitoňák & Macháčková (2023)

taková etapa plná genderových otazníků nakonec velkým obohacením.

Stejně tak může být přítomnost transgender studujících obohacením také pro zbytek třídy, vyučující a celou školu. Jejich zkušenosti nahodávají binární způsob uvažování jednotlivců a fungování institucí, který se nám předtím jevil tak samozřejmý, že jsme o něm ani nepřemýšleli. Poté nás však začnou napadat otázky: Proč to tak je? Co přináší a bere současný způsob? Může to být jinak? Díky tomu můžeme začít našemu

prostředí i životu lépe rozumět a mít ho více pod vlastním vlivem.

Podmínkou pro tyto kladné scénáře je, že se mladým lidem ve škole dostane dostatek přijetí a respektu od okolí. To se projevuje tím, že se mladých lidí ptáme na jejich pocity, bez snižování aktuálních pocitů probíráme jejich různé aspekty a alternativy, ukazujeme celkově pozitivní postoj k přirozené lidské diverzitě a používáme inkluzivní jazyk zahrnující ženy i muže<sup>19</sup>.

## 2.8 Transgender osoby

Z hlediska školy je podstatnější a častější trans či transgender identita. Základní definicí trans člověka je, že genderová identita neodpovídá pohlaví, které mu/jí bylo určeno při narození. Například trans dívky jsou dívky, které byly ostatními vnímány od narození jako chlapci, ale jako chlapci se necítily.

Pojem trans lze používat i v širším slova smyslu jako zastřešující pro lidi, kteří jsou nebinární (neidentifikují se ani jako muži, ani jako ženy) nebo například agender (osoby bez genderové identity). Již se upouští od nepřesného a pro mnohé hanlivého označení transsexuál<sup>20</sup>, které mylně evokuje dojem, že se jedná o sexualitu daného člověka. Genderová identita a sexuální identita na sobě nejsou závislé. V novém 11. vydání Mezinárodní klasifi-

kace nemocí je již diagnóza F64 transsexualita vyřazena a je nahrazena kategorií „genderový nesoulad“, která nově nepatří mezi poruchy osobnosti, nýbrž do kategorie sexuálního zdraví<sup>21</sup>.

Nová kategorie správně zdůrazňuje, že trans osoby prožívají stav vnitřního nesouladu. Cílem přitom je dosáhnout kongruence. Soulad a rovnováhu bychom mohli dokonce považovat za klíčové znaky duševního zdraví a pohody. Stav dlouhodobého nesouladu a nerovnováhy vede nutně k negativním následkům. Výzkumy bohužel potvrzují, že mezi trans osobami je výrazně vyšší míra depresivních symptomů a sebevražedných myšlenek, a to zejména v těch společnostech, které trans osoby nepřijímají a nenabízí jim podporu<sup>22</sup>.

**Proces, kdy trans lidé přijímají sociální roli a nabývají fyzické charakteristiky, které jsou v souladu s jejich autentickou genderovou identitou, se nazývá tranzice. Ta má několik aspektů<sup>23</sup>:**

**SOCIÁLNÍ:** vystupování v dané genderové roli, úprava zevnějšku, používání nového jména a gramatického rodu

**MEDICÍNSKÁ/FYZICKÁ:** užívání hormonů, zákroky ke změně těla

**ÚŘEDNÍ:** změna dokladů

V Česku má tranzice určité věkové limity. Do 16 let lze předepsat pouze blokátory puberty. Úřední změna pohlaví je možná až od 18 let. Dosud je také podmínkou úřední změny povinná kastrace<sup>24</sup>, což je kritizováno nejen ze strany trans a nebinárních osob (její odstranění si ve výzkumu Být LGBTQ+ v Česku 2022 přálo 90 % trans a nebinárních osob), ale také ze strany lidskoprávní veřejnosti. Z výzkumů se ukazuje, že sociální aspekty tranzice jsou pro trans osoby velmi důležité a mohou zásadně snížit jejich distres, úzkosti či sebevražedné myšlenky<sup>25</sup>. Vystupování v autentické genderové roli také dává prostor pro další zkoumání vlastní identity a je bezpečným krokem, který je v případě potřeby snadno reverzibilní.

Škol se týká sociální tranzice. Medicínská a úřední tranzice jsou v pravomoci jiných institucí. Právě sociální tranzice je ale pro psychickou pohodu mladých lidí zcela zásadní, a to i v případě, že slouží v rámci etapy experimentování s vlastní identitou k tomu, aby si mladý člověk uvědomil, zda skutečně chce či nechce projít i dalšími úrovněmi tranzice. Umožnit

sociální tranzici mladým lidem, kteří jsou trans (nebo o tom uvažují), je poměrně jednoduché. Největší překážkou obvykle bývá nepohodlí a znejistění, které narušení genderových zvyklostí, přináší. Např. škola může vytvořit genderově neutrální toalety nebo oslovovat studující jejich zvoleným jménem, ale musí se pro to rozhodnout. Obavy z toho, jaká Pandořina skříňka se tím otevírá, je ale od toho často zrazují. Úskalím také někdy bývá, že školy zvládnou podpořit prvního trans žáka či žákyni a zafixují si tím představu toho, co znamená být trans. Všechny následující trans studující, kteří tuto představu nespĺňují, pak mohou zpochybňovat. Je však důležité přijmout, že neexistuje jeden správný způsob, jak „být trans“. Stejně jako ženy či muži, tak i trans a nebinární lidé vyjadřují svůj gender různorodými způsoby a mohou mít odlišné potřeby a přání. Někteří trans chlapci/muži se projevují velmi maskulinně, jiní se prezentují tzv. androgynně – tedy kombinují ve svém vystupování a oblékání prvky mužské i ženské. Stejně tak to platí i o trans dívkách/ženách.

19 Namísto generického maskulina (např. oslovení žáci) je vhodné používat označení neutrální (např. studující či studentstvo) či oba jazykové rody (např. žáci a žákyně, žáci/kyně). Lomitka pro použití obou rodů se dnes nahrazují hvězdičkami, které reprezentují i jiné genderové identity).

20 Pojem pochází původně z angličtiny, kde sex znamená též pohlaví.

21 Více informací lze nalézt v materiálu Praktický průvodce pro odbornice a odborníky v péči o transgender a genderově rozmanité osoby (NUDZ).

22 Myers et al. (2020); Luccasen et al. (2017)

23 Doležalová et al. (2021)

24 Ústavní soud zrušil v květnu 2024 kastraci jako povinnou podmínku úřední změny pohlaví, očekává se však, že tato úprava vejde v platnost až v roce 2025.

25 Russell et al. (2018)

## Co by školy mohly a měly dělat (a co ne)

Realitou současných základních a středních škol je přirozeně vysoká rozmanitost studujících ve třídách. Z hlediska sexuální orientace a genderové identity většina tříd zahrnuje studující, kteří se identifikují jako LGBT+, dále studující, jejichž blízcí se takto identifikují, ale také studující, které téma nezajímá, nebo jej dokonce vnímají negativně. Aby škola fungovala, nejde o to dát prostor jedné skupině studujících, ale podpořit bezpečí a vzájemnost ve vnitřně rozmanité třídě a pracovat na tom, aby rozdíl byly obohacující, a ne zraňující.

Výše zmiňovaný výzkum OUT<sup>26</sup> ukázal, že většina z téměř 600 dotazovaných vyučujících má snahu být svým studentům a studentkám oporou. Ne vždy je to ale možné, pokud jim chybí znalosti a dovednosti. Téměř polovina vyučujících v daném výzkumu uvedla, že by potřebovali v tématu získat lepší přehled a kompetence. To je zvláště důležité proto, že témata sexuální orientace a genderové orientace nejsou ve vzdělávání pevně ukotvená a vyjasněná. Kurikulární dokumenty a metodické materiály nedávají vyučujícím dostatečnou oporu v rozhodování, co a jak učit a jak k LGBT+ studujícím přistupovat. Navíc se většina z nich obává negativních reakcí rodičů, některých žáků/yn i části pedagogického sboru. I ve výzkumu OUT, kde se naprostá většina vyučujících hlásila k tomu, že školy by měly být bezpečným a přijímajícím prostředím pro všechny studující, včetně těch s menšinovou sexuální orientací a genderovou identitou, se objevila malá část učitelů a učitelek, kteří se vyjadřovali o LGBT+ žácích a žákyních odmítavě. Krajním případem byl výrok učitele: Jsem homofob a jsem na to hrdý.

Tématy genderové identity, sexuality a vztahů bychom se ve škole měli zabývat. Na určité úrovni je to povinnost daná kurikulárními dokumenty. Objevují se však názory, že toto téma je příliš citlivé, a mělo by proto zůstat jen na rozhodnutí rodičů, kdy a jak téma dětem představit. S tím však nelze souhlasit. Rozumět své identitě, vlastním vztahovým a sexuálním potřebám i principům respektující komunikace v této oblasti je důležité pro spokojený život jedince, jelikož sexuální zdraví je součástí celkového zdraví člověka<sup>27</sup>. Pokud to ponecháme pouze na rozhodnutí rodičů, zvýší se počet mladých lidí, kteří budou pro oblast vztahů málo vybaveni, jelikož jejich rodiče v této oblasti nemuseli být vzděláváni a mají vlastní překážky v otvírání těchto témat.

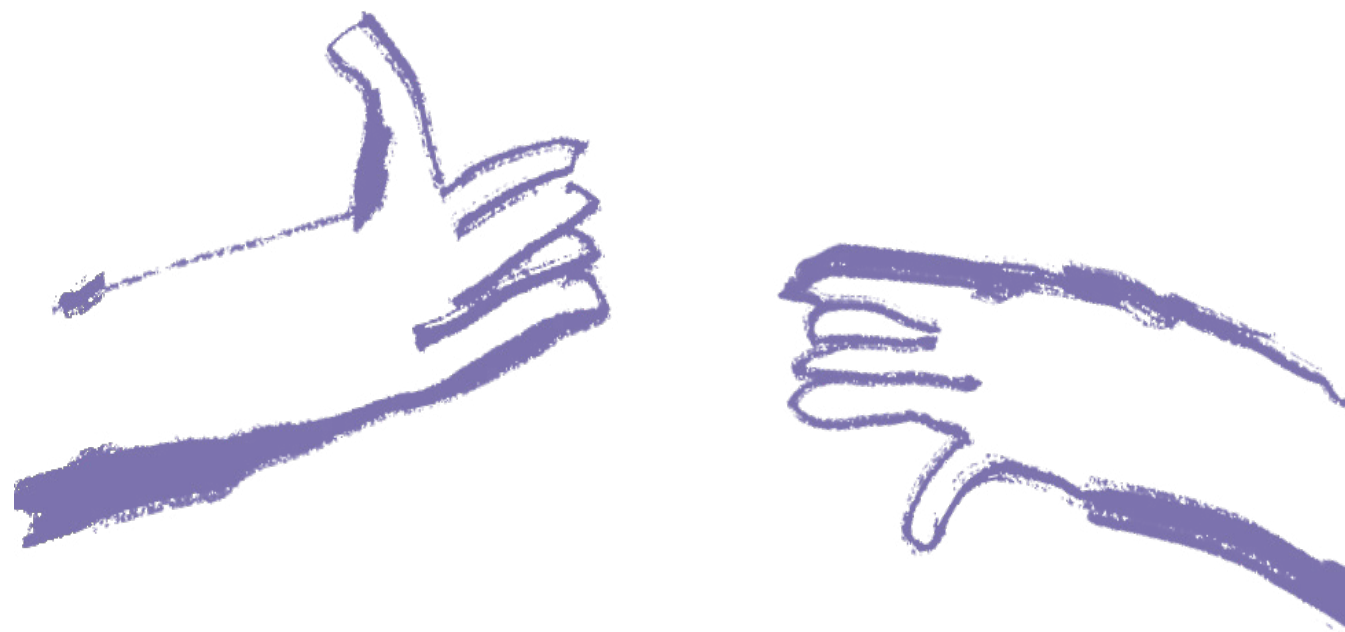
Jde-li nám o podporu rozvoje osobnosti mladých lidí, nemůžeme ignorovat témata, která jsou pro ně v dospívání zcela zásadní. Zaobírají se jimi, lákají je i se jich bojí, mají v rámci nich o sobě pochybnosti, trápí se jimi, probírají je ve vrstevnické skupině, hledají informace, zkouší si je... Jen část z nich chce a může témata řešit se svými rodiči. Mnohem častěji je řeší s vrstevníky a pátrají na internetu, který však může být nebezpečným zdrojem informací. Je důležité, aby škola pomohla jejich novým pocitům a potřebám rozumět a aby jim předala klíčové poznatky, které jim umožní hledat jejich vlastní uspokojivé cesty<sup>28</sup>.

Pro vyučující to nebývá snadné téma. I proto je podstatné, aby o tom, zda a jak téma otevírat, byla v učitelském sboru aspoň základní shoda. Pokud se vyučující obávají, že téma vzbudí nelibost u rodičů a vedení školy se jich nezastane, jejich ochota věnovat

se tématům genderu a sexuality klesá. A děti jsou pak víc odkázány na zákoutí internetu a vychloubání spolužáků.

Mezinárodní i české výzkumy bohužel ukazují, že LGBT+ lidé mají vyšší výskyt různých psychických potíží, které souvisí s tím, že se setkávají s předsudky a obávají se odmítání okolí, včetně psychických a fyzických útoků<sup>29</sup>. Mezi mladými lidmi pak takové zkušenosti mohou vést k tomu, že se nezdravě uzavírají, izolují se od okolí, vyhýbají se školní docházce, snižují svoji vlastní hodnotu, mají sebevražedné myšlenky, ale také jsou vůči svému okolí konfliktní a chovají se rizikově. To vše neprospívá jejich psychickému zdraví a psychické pohodě, která je nezbytná pro dobré školní výkony.

Věříme, že většina vyučujících si přeje, aby školy byly bezpečným a podporujícím prostředím. A mají k tomu pádné argumenty. V takovém prostředí se studující cítí klidnější, lépe sobě i druhým rozumí, vnímají, že do školy patří a že tam jsou přijímáni... To vše pomáhá tomu, aby se mohli soustředěněji věnovat učení a aby byli sami nápomocní a spolupracující, a to jak s ostatními žáky/němi, tak i s vyučujícími. Jaké konkrétní cesty k tomu mohou vést a co jsou naopak slepé uličky, ukazují následující příběhy a rozhovory. V závěru publikace je pak shrnujeme a doplňujeme další konkrétní tipy.



<sup>26</sup> Smetáčková & Machovcová (2022)

<sup>27</sup> Vycházíme z pojetí sexuální výchovy, která je široce pojatá a zabývá se nejen tématy sexu, antikoncepce a reprodukčního zdraví, ale také tématy vztahů, vlastních emocí, potřeb a hranic a bere v potaz genderové role ve společnosti a klade též důraz na lidská práva.

<sup>28</sup> Barnes & Carlile (2018)

<sup>29</sup> Meyer (2003)

# PŘÍBĚHY

**V této části publikace najdete osm příběhů, jejichž hlavními postavami jsou mladí lidé s rozmanitou sexuální orientací a genderovou identitou. Příběhy vychází z reality<sup>30</sup> – jsou buď spojením několika reálných osob, nebo jsou odrazem jedné konkrétní osoby. Vždy ale byly upraveny tak, aby nebylo možné konkrétní osudy rozpoznat. Podobnost jmen a okolností je tedy spíše náhodná.**

**Příběhy se liší v tom, jak mladí lidé svoji identitu a orientaci prožívají.**

**Někteří si ji už plně uvědomují a komunikují ji směrem ke svému okolí. V rodině a ve škole se setkávají s podporou, ale také s odmítáním a ponižováním. Některé příběhy zachycují mladé lidi ve fázi hledání, kdy si nejsou svojí identitou a orientací jisti, ale přesto si uvědomují, že je v jejich pocitech něco jinak oproti ostatním. Období hledání může být posilující a může vést k tomu, že mladý člověk dospěje k poznání své osobnosti. Ale pokud je hledání spojeno s odsuzováním, zlehčováním a nátlakem, může být výsledek přesně opačný – mladý člověk se uzavře prozkoumávání svých pocitů a pouze přejímá obraz sebe sama (jako trans osoby nebo jako cis osoby), který mu nabízí okolí.**

**Příběhy se liší také v tom, jak přímočarou životní cestu ukazují. Některé působí jasně, v jiných je mnoho zákrut a zamlžení. Prostřednictvím příběhů bude patrné, jak pestrá skupinou LGBT+ mladí lidé jsou, jak rozdílné mohou být jejich potřeby a zkušenosti. Školy si této pestrosti mnohdy vědomy nejsou, protože nemají dostatek zkušeností. Nahlíží na neheterosexuální nebo trans studující jako na homogenní skupiny, což může být zavádějící. V důsledku takového pohledu může být i snaha o podporu neefektivní, protože může vycházet z neporozumění toho, co je v životě konkrétního člověka tím podstatným zdrojem překážek i síly.**

**Každý příběh je vždy zakončen několika poznámkami z odborné perspektivy, které nabízejí hlubší vhled do popisovaných fenoménů. Jednotlivé osobnosti, které své pohledy k příběhům doplnily, podrobněji představujeme v kapitole Rozhovory. Doufáme, že příběhy pomohou, abychom se učili přemýšlet o každém člověku jako o jedinečné bytosti ve specifickém životním kontextu, nikoliv jako o prototypu gaye, lesby či trans osoby.**

<sup>30</sup> Inspirací pro příběhy se stala bohatá praxe autorek, která zahrnuje mnohaleté působení v poradně Sbarvouven.cz, vedení podpůrných skupin pro rodiče LGBT+ dětí, přímou práci ve školách a realizaci výzkumných studií na toto téma.



# 3.1 Lukášovi dělají spolužáci ve škole peklo

Na začátek tohoto školního roku se Lukáš netěšil. Ten minulý byl pro něj krušný a nepředpokládal, že by se to mělo změnit. Chodí na učební obor seřizovač zemědělských strojů, právě vstoupil do druhého ročníku. V jeho třídě je 19 kluků, v celé škole víc než pět set. Obor, který si vybral, ho docela baví. Práce v dílně je skvělá a taky mistr i dospělí technici jsou prima. Občas si z někoho dělají legraci, ale nevyznívá to zle. Navíc vždycky ocení, když někomu jde práce od ruky a když vidí zájem. A Lukáše to opravdu zajímá – využije každou příležitost zeptat se, jak věci fungují a jak se v nich zlepšit. Jenže na praxi chodí jen jednou za dva týdny a mezitím se učí teorii ve škole.

Tam je to pro něj hrozné, ve třídě je mu nepříjemně. Nemá v ní žádného kamaráda, s většinou spolužáků si nerozumí, a dokonce od nich čelí různým útokům o přestávkách nebo na sociálních sítích. Ty začaly vloni na jaře poté, co ho jeden ze spolužáků náhodou potkal v Praze, kde byl Lukáš na výletě s partou kamarádů. Šlo o mladé lidi, s kterými se seznámil na sociálních sítích. Když si totiž Lukáš začal na konci základní školy uvědomovat, že se mu líbí kluci, hledal si právě na sociálních sítích různé informace. Nejdřív pro něj nebylo snadné svou identitu přijmout. Neznal nikoho, kdo by to měl

podobně, nikoho, kdo je gay. Ve svém okolí slýchal spíš různé vtipy, někdy i ostřejší odsudky na adresu leseb a gayů. Dnes k tomu říká: Když jsem zjistil, kolik gayů je mezi slavnými lidmi, udivilo mě to. A vlastně nadchlo. Říkal jsem si – ok, tak to není konec života. Četl jsem i o normálních chlapech, nejen o zpěvácích a hercích, ale třeba o doktorech, učitelích, řidičích autobusu. Prostě jsem si uvědomil, že důležitější je, jaký budu a co budu umět, než to, s kým chodím. To mi dost pomohlo.

Cesta od vnitřního přijetí k veřejnému coming outu ale může být dlouhá. Lukáš nevěřil, že rodiče jeho pocity pochopí, a proto se jim nesvěřil ani v době, kdy ještě bojoval se svými nejistotami, ani poté, co si svoji sexuální orientaci uvědomil. Obával se, že by to nepřijali a že by je zklamal. Jejich vztahy nikdy nebyly příliš hluboké a vřelé. Věděl, že ho mají rodiče rádi, ale u nich doma se o pocitech moc nemluvalo, spíš spolu probírali praktické věci. Navíc mu bylo jasné, že u nich na malé vesnici by jako gay vyvolal pozornost. Sousedé by o něm mluvili, rozebírali by, „čím to je, že je takový divný“. A to by se rodičům určitě nelíbilo.

Nechal si tedy věc pro sebe. Čím dál víc ale cítil, že ho to tajemství užírá. Nebylo příjemné takovou věc záměrně tajit, připadal si nesvobodně, pořád se kontroloval. Po nějaké době si připadal jako lhář – jako by pořád něco hrál, což v něm vyvolávalo napětí. Na internetu si občas hledal informace o tom, jaké to je být gay, a narazil přitom na mentoringovou poradnu Sbarvouven.cz. Napsal do ní a po několika týdnech vedl online komunikaci s gayem, který byl o 10 let starší než on. Ten ho trpělivě vyslechl – nedivil se jeho pocitům, necháchal ho, ale i tak mu dodal odvalu. Řekl mu, jak to měl s coming outem on, i jaké další příběhy zná. Lukáš cítil úlevu, když mohl před někým otevřeně mluvit o svých pocitech. Díky rozhovorům usoudil, že pro něj bude lepší to rodičům říct. Našel docela dobrý okamžik, když se rodina chystala, že je přijede navštívit teta s bratrancem. Právě s rodiči seděli u stolu a plánovali program návštěvy. Máma chtěla celý víkend chodit po výletech, ale táta ji brzdil: Marta říkala, že si chce taky s námi v klidu promluvit. Mají teď nějaké trápení s Kubou. Kdo ví, co zase řeší... Lukáš vytušil příležitost. Zhluboka se nadechl a řekl: Já jsem s vámi vlastně taky chtěl mluvit o tom, co řeším. Už před nějakou dobou jsem zjistil, že jsem gay. Nejdřív jsem vám to nechtěl říkat, abyste z toho nebyli smutní. Ale myslím si, že pro mě i pro vás je lepší, abyste to věděli. Rodiče vypadali zaraženě, koukali po sobě, chvíli mlčeli, ale nakonec maminka promluvila: To jsi nás překvapil. Netušila jsem to. Ale určitě souhlasím, že je lepší, že takovou věc víme. Jsem ráda, že jsi nám to řekl. A táta souhlasil.

Lukášovi se během následujícího půl roku v životě hodně změnilo – začal být upřímný k sobě i k rodičům a mezi LGBT+ lidmi si našel kamarády, s kterými si dost psal, hrál online hry a občas se i potkával. Jen ve škole to bylo komplikované, hlavně po tom nešťastném setkání v Praze. Dva spolužáci využívají každou příležitost, aby ho ponížili – posmívají se mu za to, jak vypadá, jak chodí oblékaný, jak moc se snaží ve škole a taky za to, že je „buzerant“. Nikdo se ho nezastane, naopak se ostatní přidávají – možná z obavy, aby nebyli centrem posměchu oni. Dokonce i učitelé už byli svědky takových poznámek, ale nikdy nezasáhli – raději dělali, že je neslyší a že se jich to netýká.

Lukáš by nejraději do školy vůbec nechodil. Často přemýšlí, jestli by nešlo přestoupit jinam, nebo začít pracovat i bez výučního listu. Zatím se drží, ale neví, jak dlouho toho bude schopný. Ráno mu bývá na zvracení a v hodinách má občas úplné výpadky...

## PROČ JE DŮLEŽITÉ NEPŘEHlíŽET HOMOFObNÍ URÁŽKY?

**Michal Pitoňák:** Na střední škole jsou mladí již dostatečně uvědoměni na to, aby věděli, že jejich jednání může druhým lidem ubližovat. Pro Lukáše je pak situace pochopitelně velmi složitá. Studuje obor, který ho baví, a zřejmě i vnímá potřebu získat v dnešní společnosti vzdělání, proto do školy chodí. Prostředí a jeho sociální vztahy ho ale zraňují zejména v situaci, kdy kolem sebe nevnímá zřejmě žádné zastání ani nemá dostupné zdroje podpory, které by ho podpořily (např. spřízněný\*á vyučující nebo spolustudující) – ve škole tak čelí útokům, které vyčerpávají jeho zdroje. Prvním předpokladem pro překonání situace je překonání sebe-stigmatizace a vnitřní pochopení, že druzí ho viktimizují a šikanují zcela neoprávněně a že on jakkoliv vypadá nebo kým je, nikoho neopravňuje k tomu, aby tak mohli jednat. Když pak toto zraňující jednání druhých nebude přehlížet a nebude ho vnímat jako oprávněné, bude moci dříve nebo později rovněž nacházet zdroje, kterými se jim bude moci efektivně bránit – jistě si o situaci může povídat s jeho kamarády, ti mu napomůžou získat odolnost vůči tomuto jednání a získat tak i odvalu hledat podporu mezi vyučujícími či přímo u vedení školy. Dříve či později, v závislosti na jeho dostupných zdrojích, může dospět k rozhodnutí, že ostatním ve třídě o své identitě řekne a vezme tak nepřijímajícím spolustudujícím „vítr z plachet“.

## JE NĚJAKÝ ROZDíl MEZI ŘEŠENÍM HOMOFObNÍ A JINAK MOTIVOVANÉ ŠIKANY?

**Maroš Matiaško:** V principu rozdíl mezi homofobní a jinak motivovanou šikanou není, nicméně homofobní šikana může mít velmi negativní důsledky pro oběť v delším časovém horizontu a svou závažností představuje jednu z nejnebezpečnějších forem šikany. Z toho důvodu by měly školy obzvlášť pečlivě dbát o to, aby jakékoliv případy homofobně motivované šikany byly velmi brzo a zejména účinně potírány.



## CO MOHOU VYUČUJÍCÍ UDĚLAT V SITUACI, KDY STUDENT ČI STUDENTKA UDĚLÁ COMING OUT?

**Viktória Beličáková:** V první řadě je důležité dané osoby vyslechnout, dát jim prostor pro vyjádření toho, co prožívají a nad čím uvažují. Je také dobré vyjádřit podporu a komunikovat jim, že mohou za vámi přijít, když budou potřebovat, a že jejich svěřením si váží a považují ho za důvěrné, nebudou jej tedy dále šířit, aniž by se tak dopředu dohodli se studentem či studentkou. Je možné se také zeptat, zda už prošli coming outem mezi svým kamarádstvím, spolužáctvím, rodiči a podobně. Podle toho se také mohou vyučující se studujícími dohodnout na tom, jak bude coming out komunikován dále v rámci školního prostředí, například vůči dalším vyučujícím či jejich spolužáctví. Studujícími, kteří procházejí coming outem, je třeba dát prostor a čas, aby si promysleli to, jak a za jakých okolností chtějí v coming outu pokračovat, nemohou je tlačit do toho, aby jej udělali do nějakého data nebo určitým způsobem, pokud se na to ještě necítí nebo si nejsou jisti. V každém případě je vždy dobré odkázat studentství na důvěryhodné zdroje, kde mohou nalézt další informace, podporu či poznat se s lidmi, kteří s nimi sdílejí podobné zkušenosti. Je také dobré mít takové informace a zdroje dostupné na nástěnce nebo na jiném dobře viditelném místě v rámci školy.

## JAKÝ VLIV NA PSYCHIKU MŮŽE MÍT NEDOBROVOLNÝ COMING OUT?

**Miroslav Šubrt:** Nedobrovolný coming-out bývá velmi náročný. Často to znamená, že něco soukromého a citlivého, za co daný člověk může cítit stud a rozpaky, bylo odhaleno druhým, a to ještě ve chvíli, kdy nemusí mít dost psychické síly a zdrojů vyrovnat se s negativními reakcemi. Být připraven ke coming-outu znamená dostatečně věřit, že situace je zvladatelná a neohrožující. Pokud vše náhodou dobře dopadne, může se dostavit úleva, ale často se stává, že taková situace zvýší pocity ohrožení a zranitelnosti, obzvláště, když reakce okolí je negativní nebo se to stalo v kontextu šikany či domácího násilí. Daný dospívající přitom ještě nemusí mít ujasněno, kým je: například vyhledávání homosexuálního obsahu na internetu nemusí znamenat, že daný člověk už má jasno, že je gay, bisexuál apod. To ztěžuje jeho schopnost se bránit (nemusí být jasné, co bránit a zda to má smysl). Taková situace může prodloužit proces sebepřijetí. Dospívající může vše zapřít, téma v sobě „uzamknout“ nebo se cítit zranitelnějším, protože se mu potvrdí, že „není přijatelný a je jen atrakcí pro druhé“. Dostavit se mohou také úzkosti v souvislosti se sociálním kontaktem nebo depresivní nálady, někdy bohužel taková situace může dospívajícího vést i k suicidálnímu jednání nebo sebepoškození.



## 3.2 Leo, nebo Lea

Leo chodí do 9. třídy ZŠ ve velkém městě. Používá mužský gramatický rod a ve škole mu všichni říkají Leo, i když ve školní dokumentaci má uvedeno jiné jméno – Anna. Leo právě vyplnil žádost o změnu jména – místo Anny Novákové se chce jmenovat Lea Novák. Do budoucna ale doufá, že bude moci mít oficiálně jméno Leo. Maminka se změnou křestního jména i s odstraněním přípony -ová v příjmení souhlasí. Podpis zákonného zástupce na úředním dokumentu ale připojila až poté, co s Leem navštívila psychologa, který se specializuje na práci s transgender lidmi.

Leo byl vcelku běžné dítě. Od malička byl dost živý, zvědavý, ve škole se mu dařilo. Vynikal bohatou slovní zásobou a tím, jak dobře si rozuměl s dospělými. Obojí zřejmě souviselo s tím, že byl jedináček a vyrůstal jen s maminkou a babičkou. S otcem se však stýkal poměrně pravidelně a měli dobrý vztah.

S dětmi Leo vycházel bez problémů. Chodil do několika kroužků, kde si získal kamarády. Také ve třídě měl několik dětí, se kterými si dobře rozuměl. V průběhu prvního stupně, kdy většina dětí ve třídě preferovala společnost buď jen chlapců, nebo dívek, se Leo vymykal tím, že proplouval mezi různými skupinkami a věnoval se různým činnostem – těm, které v jejich třídě dělali hlavně kluci (stavění z lega), tak i těm považovaným za holčičí (hraní na hudební nástroje). Maminka Zuzka vzpomíná: Tehdy jsem ještě žila v domnění, že mám dceru. Jako malý se Leo vždycky vztekal, když si měl vzít šatičky. Byl spíš takový raubíř. Tehdy jsem tomu nepřikládala význam, ale zpětně jsem si to uvědomila. Bylo toho víc – jak vypadaly hry s panenkami, za co chtěl chodit na maškarní, jaké měl sny... Jedno s druhým tvoří takovou mozaiku. A v ní mi dává smysl, kým Leo je. Ale pořád je to stejné dítě.

Leo měl s mámou Zuzkou vždy blízký vztah. Od malička se spolu bavili o mnoha věcech a rozebírali, jak je vnímají a prožívají. Proto byla Zuzka velmi nervózní, když začala na konci páté třídy pozorovat, že se její dítě uzavírá. Do té doby spontánní a optimistické dítě, kterého bylo všude plno, se začalo častěji zavírat ve svém pokojíčku, méně mluvilo o jiných dětech, ani s nimi už moc nechodilo ven, přestalo dokonce navštěvovat některé kroužky. Zuzka zkoušela zjistit, co se děje, ale dítě o svých pocitech mluvit nechtělo. Zuzka se uklidňovala: Je to nejspíš puberta, prostě to musíme přežít.

V novém školním roce se Zuzka ptala i ve škole, jak se jim její dítě jeví. Změna vyučujících po přechodu na 2. stupeň ale nedovolovala, aby se vyjadřovali ke změně chování. Všichni jen říkali: Je tišší, ani s ostatními dětmi moc nedrží, ale na školních úkolech spolupracuje. I když matku učitelský pohled trochu uklidnil, nešlo si nevšimnout, že její dítě je vnímáno velmi odlišně od toho, na jaké chování u něj byla ona sama zvyklá.

Navíc přišla změna v oblékání – volná trička a kalhoty, nejčastěji černé, v létě nezámek o koupání, věčné omluvy z tělocviku...

Zuzka se tehdy marně pokoušela doma iniciovat hovor o tom, v čem je problém. Po půl roce se rozhodla pro návštěvu školní psycholožky. Ta ji vyslechla a slíbila, že se na Lea (který v té době ještě vystupoval pod starým jménem Anna) ve školním kolektivu zaměří. Navštívila třídu a pozorovala, jak se Leo ve třídě chová, mluvila s minulou i současnou třídní učitelkou, nakonec nabídla možnost rozhovoru i samotnému dítěti. Přes počáteční rozpaky, co si s psycholožkou povídat, nakonec nabídku přijalo s povděkem. Po třech setkáních, kdy se psycholožka ptala, jak se cítí ve třídě, jak to má s učením, jaké je to doma a jakou budoucnost si představuje, se hovor dostal k tomu hlavnímu. Od nejistého dítěte, které před ní sedělo v křesle, se psycholožka dozvěděla, že si čím dál častěji připadá, jako by se na sebe jen dívalo z dálky, namísto toho, aby v prožívaných událostech bylo ponořené. Chtělo by se chovat jinak, ale bojí se, že to nejde, že to není správné, že je divné. Občas si představuje, že je někým jiným, a v tu chvíli se cítí jinak, lépe, úplněji. A kým jiným? Klukem. Svě tělo považuje za cizí a poté, co mu začala růst prsa, se mu tělo úplně hnusí: Někdy mě napadá, že by bylo lepší nebýt vůbec, než být tohle (ukazuje na svůj hrudník).

Školní psycholožka Lea požádala, ať své pocity zkusí víc prozkoumat, a navrhla, že se budou potkávat dál i po letních prázdninách, v 7. třídě. Doporučila, ať si zkusí psát deník, podívá se na pár filmů a přečte si dva romány. Všechny se týkaly toho, jaké pocity zmatku může přinést dospívání, a některé i toho, jak se život a svět jeví transgender dospívajícím. Po prázdninách pak Leo přišel s ostříhanými vlasy a ještě sportovněji oblečený. Na setkáních školní psycholožku zajímalo, v čem se jeho pocity shodují nebo neshodují s tím, co popisovaly postavy v knihách a filmech, které dostal za úkol sledovat. V deníku byly zachyceny některé situace z perspektivy chlapce – popisovány v mužském rodě a s představou, že to ostatní reflektují. Z popisů vyplývalo, že tak to bylo dobře, bez předstírání: To jsem já, jsem kluk.

Po domluvě s Leem pozvala školní psycholožka na setkání i maminku. Ta už pár týdnů pozorovala, že se něco mění, že je její dítě uvolněnější, ale pořád o sobě nechce mluvit. Přítomnost školní psycholožky však zapůsobila podpůrně a Zuzka od svého dítěte poprvé uslyšela, že se cítí být klukem: Už to cítím dlouho, víc než rok, ale nejdřív jsem nevěděl, co s tím. Promiň, že jsem ti to neřekl dřív. Báť jsem se a ani jsem nevěděl jak. Chtěl bych, abys mi říkala mužským jménem. Líbí se mi Leo, připadá mi, že ke mně jde. Co myslíš?

Zuzka byla sice překvapená, ale zase ne tak moc, protože když to Leo vyslovil, dávalo jí to smysl. Ulevilo se jí, že to tajemství, které poslední rok tušila a nemohla se k němu dostat, je odhaleno. Její dítě mělo důvěru jí to říct a ještě se i omluvit za to, že to neudělalo dřív. Cítila vděčnost, že jejich vztah je zachráněný. Objala Lea a řekla mu, jak moc ho má ráda, jak moc se o něj bála a že se bude snažit mu říkat, jak si přeje, i když to asi nebude snadné.

Pak samozřejmě přišla vlna otázek a pochybností, které Zuzka potřebovala řešit se školní psycholožkou: Čím to je? Udělala jsem nějakou chybu? Co máme dělat teď? Domluvily se, že Leo bude na sezení chodit dál, ale že je zároveň důležité vyhledat i odborné konzultace. Zuzka získala několik kontaktů, kam se může s Leem objednat. A současně dostala ujištění, že není třeba spěchat a že je důležité se na všech krocích domlouvat s Leem, nebo by dokonce od něj měly vyjít. Rodiče mohou podporovat a asistovat, ale rozhodnutí a iniciativa by měla přicházet od dětí.

Důležitým krokem bylo, zda a případně jak to Leo oznámí ve třídě a vyučujícím. Se školní psycholožkou i maminkou probral během několika týdnů různé varianty a nakonec se rozhodl, že to řekne nejdřív třídní učitelce. Požádal ji o setkání s tím, že by jí chtěl něco důležitého sdělit. Učitelka ho pozvala po vyučování do kabinetu, aby měli klid a dostatek času. Když se jí Leo svěřil, ptala se: Jak dlouho to o sobě víš? Ptám se proto, jestli to víš už opravdu s jistotou. V pubertě je běžné, že se lidem pocity můžou měnit. Tohle je hodně vážná věc, tak není dobře to uspěchat. Pomůže, když na to člověk není sám, když o tom mluví třeba i s nějakými odborníky. Když jí Leo řekl, že chodí ke školní psycholožce a jak dlouho v sobě téma zpracovává, uklidnila se. Je dobře, že to není úplná novinka a že na to nebude jako učitelka sama.

Dohodli se spolu na tom, že s ostatními vyučujícími Leo promluví sám. Dohodne se s nimi na oslovování v mužském rodě a jak to udělat s předměty a aktivitami dělenými na dívky a chlapce, jako je tělocvik. Pouze pokud by nenašli nějaké oboustranně přijatelné řešení, vstoupí do věci třídní učitelka. Třídě to řekne Leo také sám, a to v rámci třídnické hodiny před jarními prázdninami. Po nich se společně k tématu vrátí, aby děti měly možnost zeptat se na to, co jim bude vrtat hlavou, a třídní učitelka vše pomůže zasadit do kontextu. Připadalo jí důležité, aby si znovu prošli třídní pravidla a ujistili se, že ví, jak je aplikovat i na tuto novou situaci. Dohodli se také, že na duben učitelka objedná program pro třídu od některé z organizací, které se tématy zabývají (Transparent, Mezipatra aj.). Dál se domluvili, že Leo spolu s maminkou napíše krátký vzkaz pro rodiče ostatních dětí, učitelka k němu přidá svůj dodatek a rozešle ho. Na příští třídní schůzce téma zařadí jako samostatný bod a přizve školní psycholožku. Všechny kroky se podařilo uskutečnit bez větších zádrhelů. Třídní učitelka, maminka Zuzka i Leo cítili, že to zvládli.

Na prázdniny mezi 7. a 8. třídou tak Leo odcházel s tím, že o jeho identitě už všichni vědí a že po prázdninách bude všechno snazší. Skutečně bylo. Třída ho podpořila. Byl sice jiný a občas na to padaly nějaké vtípky, což nebylo jednoduché, ale věděl, že to může říct vyučující nebo se ve třídě ozvat. I když chápal, že komentáře nemusí být vždy míněny zle, uměly někdy hodně zabolet. Postupně se situace ale zlepšila. Na sezení u klinického psychologa uvažoval o výhodách a rizicích hormonální terapie. Hrudník si stahoval binderem (běžně používaná a při správné aplikaci bezpečná pomůcka). Byl kluk v těle, s jehož rysy se neztotožňoval – tak to bral a už to neřešil tolik jako dřív, kdy téměř nedokázal myslet na nic jiného. Teď měl pocit, že zase normálně žije, že ho baví věci, kterým se věnuje, že má normální starosti a k nim zkrátka jen tuhle jednu navíc: Ale není to žádná tragédie. Každý máme něco. Mám kámoše, který má cukrovku, taky se s tím naučil žít. Já to teď beru tak, že jsem na cestě. A je to vlastně fajn. Vrátil se trochu ke sportu i dalším koníčkům a ve škole mu to jde. V 9. třídě začal zvažovat, kam se vydá na střední školu. Láká ho sociální práce, protože ví, jak moc mu v tom, aby se cítil dobře, pomohli druzí lidé, kteří byli na svém místě.

## JAK MOHOU VYUČUJÍCÍ ZAREAGOVAT, KDYŽ SI MYSLÍ, ŽE MAJÍ VE TŘÍDĚ TRANS DÍTĚ?

**Haru:** V takové situaci považuji za zásadní netlačit věci směrem, který se nám může zdát jako správný, ale naopak věnovat prostor objevení toho, jak to vnímá dané dítě. Prožívá kvůli tomu, co vnímáme, nějaké obtíže? Chce například něco z toho konzultovat se školním psychologem nebo psycholožkou? Chce o tom raději mluvit přímo se mnou jako s vyučujícím? Nevnímám jako dobré předčasně nálepkovat a zařazovat sílou dítě někam, kde se nám zdá být, že je jeho místo. Ať už se má situace jakkoliv, může ale být naprosto stěžejní dát jasně najevo, že jsme tu, že jsme otevření mluvit o tom, co dítě obecně prožívá, a že když bude potřebovat, budeme moc rádi, když se na nás ohledně svého prožívání obrátí.

Takové situace ale mohou být od sebe navzájem velmi odlišné a individuální. Je potřeba s tím počítat a v případě nejistoty, jak postupovat, se nebát vyhledat podporu a pomoc v tom, co právě řešíme. Nejprve si tedy raději zmapujme situaci sami, konzultujme třeba právě se školními psychology či psycholožkami, komunikujme citlivě s dítětem... Ale pokud možno, vyvarujme se okamžitého oznámení našeho „podezření“ jak dítěti, tak jeho rodičům a vrstevníkům. Ať už totiž trans je, nebo není, uspěchání takového sdělení může situaci velmi komplikovat a dítě ve výsledku poškodit.

## JAK POSTUPOVAT, KDYŽ DÍTĚ VÍ, ŽE JE TRANS? JAK JE VHODNÉ TÉMA KOMUNIKOVAT SE TŘÍDOU, PŘÍPADNĚ S CELOU ŠKOLOU?

**Haru:** Nejprve bych doporučil<sup>31</sup> zmapovat potřeby, prožívání a možnosti daného dítěte. Jak se dítě cítí ve třídě? Jak se dítě cítí ve škole? Je něco, co mu chybí nebo přebývá? Je něco, s čím si neví rady? Prozkoumejme to a dejme najevo, že nám na tom záleží a že chceme naslouchat tomu, co dítě prožívá. Každý může mít prožívání své identity odlišné od ostatních.

A stejně tak každé prostředí může s danou identitou přicházet do kontaktu v jiných oblastech. Některé školy například mají nějaké předměty dělené na dívky a chlapce. Některé školy mají větší možnosti, co se týče variant genderově dělených místností než jiné. Některé školy také mohou mít otevřenější učitelské kolektivy, ale v jiných by mohlo dítěti hrozit vystavení nerovnému nebo jinak diskriminačnímu zacházení, pokud bychom ho bez jeho vědomí vyoutovali před dalšími kolegy a kolegyněmi. Zmapujme si proto situaci v naší škole. Máme pocit, že chybí nějaké možnosti řešení potenciálních situací diskomfortu pro naše dítě? Máme pocit, že by se s tím dalo něco udělat? Co na to dítě? Co na to vedení školy? Jakou máme náladu ve škole obecně i ve třídě specificky? Jsou děti i vyučující přijímající? Máme důvod zvažovat konzultaci ohledně možností intervence nebo workshopu zvenčí?

Na komunikaci trans identity dítěte je zásadní mít jeho souhlas. Za sebe tedy můžu doporučit sednout si s ním a probrat, zda o tom chce v blízké době mluvit se spolužáky a dalšími vyučujícími, a pokud ano, zda chce naši pomoc nebo jestli to chce raději zkusit samo. Jak ostatním dětem, tak vyučujícím, ale ani rodičům není bezrizikové sdělit informace o trans identitě dítěte bez jeho souhlasu. I když třeba máme pocit, že nic nehrozí, může se to závažně podepsat jak na našem vztahu s dítětem, tak na jeho duševním prospívání.

## JAKÉ EXISTUJÍ PODPŮRNÉ ZDROJE PRO RODIČE LGBT+ DĚTÍ - CO POMŮŽE RODINÁM POCHOPIIT/PŘIJMOUT IDENTITU JEJICH DĚTÍ?

**Haru:** Na [www.jsmetransparent.cz](http://www.jsmetransparent.cz) jsou nabízeny online zdroje a podporu v podobě článků na webu a sociálních sítích, stejně jako Facebookové skupiny pro rodiny a blízké transgender osob, příručky pro rodiny s intersex dětmi, podpůrné skupin pro rodiny trans dětí nebo mailové konzultace své situace, dotazů a potřeb.

*Poznámka autorek: Pro pomoc se rodiče LGBT+ dětí mohou obracet také na poradnu S barvou ven. Ta nabízí online individuální konzultace a podpůrné skupiny. Na stránce lze najít také odpovědi na nejčastější dotazy, kontakty na poradenská centra a další zdroje podpory.*

<sup>31</sup> Haru se identifikuje jako nebinární osoba, což vysvětluje v rozhovoru zařazeném v kapitole 4. Pro popis sebe sama používá zájmeno oni a ve slovesech minulého času používá 3. osobu množného čísla.



3.3

# Chodím s holčkou a zamiloval jsem se do kluka

David je čerstvě plnoletý. Chodí na gymnázium ve větším městě a brzy ho čeká maturita. Uvažuje, že bude pokračovat ve studiu elektrotechniky na vysoké škole. Technické obory ho vždy bavily, navíc k nim má blízko díky zaměstnání obou jeho rodičů. Ti se sice rozešli, ale David má s nimi oběma dobrý vztah a oni ho podporují v jeho zájmech. Těch má David dost – vedle techniky je nadšeným hráčem na elektrickou kytaru a oddaným členem školního florbalového týmu. Užívá si technické složitosti hudebního nástroje a vzrušující tempo florbalu. Jako společenský člověk má David široký okruh přátel a rád s nimi tráví čas. Jeho přítelkyně Karolína je stejně společenská a také má početnou skupinu přátel. Seznámili se ve škole a rychle se stali nerozlučným párem. Rozuměli si, bavilo je spolu trávit čas, přitahovali se.

Jednoho dne v posledním ročníku se ale stalo něco, co si David nedokázal vysvětlit. Na jejich školu přestoupil nový student Adam. Seznámili se spolu na tréninku florbalu. Od chvíle, kdy se poprvé setkali, David pocítil spojení, které přesahovalo běžnou náklonnost. Jako by ho k Adamovi přitahovala neviditelná magnetická síla. Když spolu mluvili, Davidovi se rozbušilo srdce. Přistihl se, že na Adama myslí častěji, než by si chtěl připustit. Rád o něm mluvil s ostatními, rád s ním chodil na trénink, rád se s ním potkával

na školních chodbách – nemohl se dočkat, až ho uvidí nebo o něm uslyší, ale když k tomu došlo, byl zaražený. Bylo mu jasné, že to, co k Adamovi cítí, je daleko za hranicemi přátelství.

Srovnával své pocity vůči Adamovi s tím, co cítí ke Karolíně, a přišlo mu to vlastně podobné. Když se dával dohromady s Karolínou, taky prožíval podobnou zamilovanost – chtěl být pořád s ní, cítil se s ní dobře a současně ho vzrušovala. Jenže časem se jejich vztah změnil, zamilovanost ustoupila. Viděl to i u svých kámošů – někteří z nich měli nové vztahy. A teď najednou prožíval znovu zamilovanost i David. Jenže na rozdíl od kamarádů, kteří jednu přítelkyni vyměnili za jinou, on se chce rozejít s holkou, protože se zamiloval do kluka.

Tohle bylo pro Davida nové území. Vždycky se považoval za heterosexuála a s Karolínou měl už přes rok milostný vztah. Nemohl ignorovat nepopíratelnou přitažlivost, kterou k Adamovi cítil, ale zároveň jí nerozuměl. Situaci mu komplikovaly názory, které slýchal od kamarádů a spolužáků. Ti bisexualitu nechápou, často ji odmítají s tím, že ve skutečnosti neexistuje. Třeba spolužák Marek nedávno ve třídě prohlásil: Každý je prostě na holky, nebo na kluky. A kdo tvrdí, že je bi, tak si to jen neumí přiznat.

Nešlo o to, že by lidé v jeho okolí odsuzovali stejnopohlavní vztahy. I David sám je bral v pohodě a vlastně i docela obdivoval spolužačku Petru, která chodila s holkou. Petra působila sebevědomě a mluvila o svém vztahu úplně stejně jako ostatní, kteří měli hetero vztahy. Jenže jeho případ byl jiný. David si všímal, že bisexualita vyvolává skeptické postoje a občas i posměch. Je bisexuální člověk nezralý, nebo nerozhodný, nebo se opravdu bojí si přiznat, kým je?

David se cítil rozpolcený mezi svými city ke Karolíně a nepopíratelným poutem, které sdílel s Adamem. Snažil se své emoce potlačit a myslel si, že by mohlo jít jen o prchavé poblouznění. Nechtěl nikomu ublížit, zejména Karolíně, na které mu velmi záleželo. Jak týdny ubíhaly, jeho vnitřní boj byl stále těžší. Nedokázal se o své potíže podělit s přáteli, bál se jejich posměchu a nepochopení. Zároveň věděl, že musí být ke Karolíně férový. Nakonec se rozhodl, že si s ní upřímně promluví, a doufal, že pochopí zmatek v jeho emocích.

Karolína pozorně poslouchala, jak se jí David otevíral a popisoval své nečekané city k Adamovi. K jeho překvapení nereagovala hněvem ani odsudkem. Bylo sice vidět, že je smutná, chápala ale, že láska je složitá a nepředvídatelná. Mluvili o tom, co to znamená pro jejich vztah a že když se David zamiloval do jiného člověka, měli by se rozejít: Ta informace pro mě přišla trochu out of nowhere, nevím jak teď reagovat. Asi potřebuju nějaký čas. Ale třeba můžem dál být kamarádi. Máme toho tolik společného, navrhla Karolína. Davidův svět začínal opět dávat smysl. I když si nebyl jistý svou orientací, věděl nyní, že má podporu a pochopení blízkého člověka.

Po nějaké době se David s Adamem opravdu sblížili a začali spolu chodit. Byli šťastným párem a měli i dost kamarádské podpory. Ale nad Davidovým posunem od vztahu s dívkou ke vztahu s klukem zůstával pro mnoho lidí velký otazník. Znamená to, že je David gay a jen potřeboval čas, aby si to ujasnil? Nebo je opravdu bisexuální, a jestli se rozejde s Adamem, může zase začít chodit s holkou? Nebylo to jasné spolužáku Markovi, jeho spolužákům, ale ani Davidovým rodičům nebo některým vyučujícím.

David sám se tím zpočátku trápil. Pořád nad sebou přemýšlel a zpytoval se. Chtěl být k sobě i druhým upřímný a bál se, že si něco nalhává. Po nějaké době to ale přestal řešit. Prostě teď je ve vztahu, v němž je šťastný, a nechce z něj odcházet. Nemá tedy smysl přemýšlet nad tím, do koho jiného by se mohl potenciálně zamilovat. Kdyby

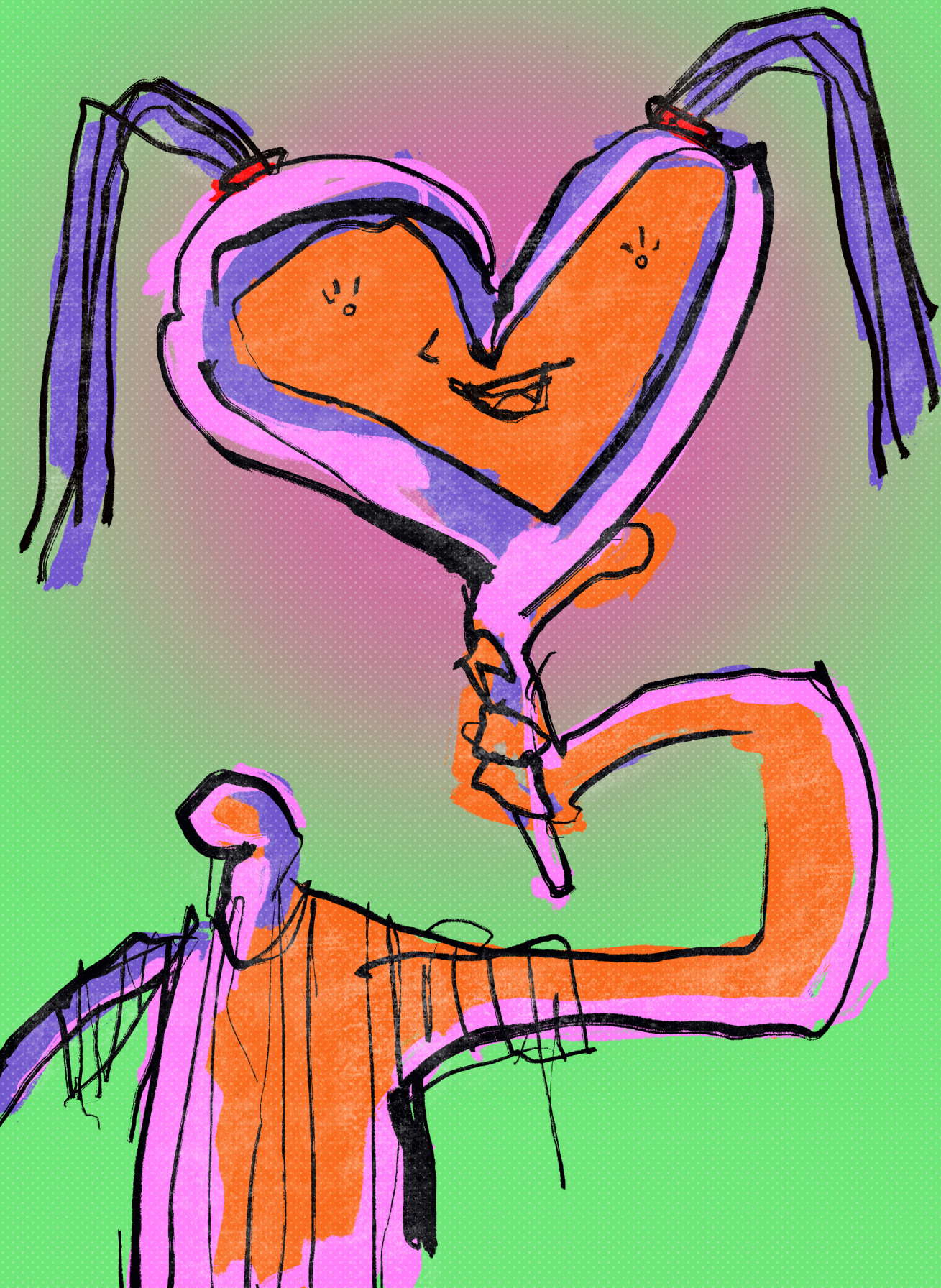
k tomu došlo, nechá tomu volný průchod. Jakmile se takhle nad své nejistoty povznesl, byl schopný si například uvědomit, že Karolína a Adam mají mnoho společných charakteristik, i když jsou jiného pohlaví a genderu – oba jsou aktivní, mají velký smysl pro férovost, nebojí se ozvat, jsou vysocí a štíhlí, s ostrými rysy, sportovně založení... A stejně tak i další lidé, kteří připadají Davidovi atraktivní, se v mnohém shodují. Zkrátka pohlaví asi není pro Davida to hlavní, co v něm dokáže zabrnkat na ty správné struny.

## PROČ MŮŽE BÝT BISEXUALITA STÁLE VNÍMÁNA HŮŘ NEŽ GAY NEBO LESBICKÁ ORIENTACE?

**Viktória Beličáková:** Bisexuální lidé se často setkávají s předsudky nejen od heterosexuálních, ale také od kvír lidí. Tím, že bisexualita není tak jednoznačná jako hetero, gay a lesbická orientace, protože se jedná o přitažlivost k lidem různých rodových identit, bisexuální orientace je nesprávně považována za nerozhodnost, za neupřímnost vůči sobě a druhým nebo za touhu po experimentování a pozornosti. Bisexualita je také někdy vnímána pouze jako přestupní stanice na cestě k „úplnému“ coming outu jako gay či lesba, nikoli ze legitimní sexuální a vztahovou orientaci. Bisexuální lidé jsou přitom paradoxně jednou z nejpočetnějších skupin v rámci LGBTI+ identit, ale rozhodně nepatří mezi tu nejviditelnější. Bisexuální lidé dělají coming out méně často a mnohdy v pozdějším věku jako gayové a lesby. Fluidnější podstata jejich sexuality znamená, že někdy déle trvá, než svou sexualitu prozkoumají a přijmou. Bisexuální lidé jsou často méně viditelní, protože jsou-li ve vztazích, které působí heterosexuálně, jsou vnímáni jako hetero lidé, a jsou-li v kvír působících vztazích, tak jsou automaticky považováni za gaye či lesby. Jejich identita je tak často vnímána podle toho, s kým mají či měli vztahy, než podle toho, jak se sami chtějí identifikovat. Zejména v případě, kdy byli a jsou bisexuální lidé v hetero působících vztazích, zvyknou si často zvažovat a oddalovat svůj coming out nebo jej nepovažovat za potřebný či opodstatněný. Mohou svou vlastní sexualitu zpochybňovat, zvláště pokud měli převážně vztahy s lidmi jiného pohlaví, a mít obavy, že by jim jiní lidé nevěřili. Bisexuální lidé v heteronormativní společnosti často čelí tomu, že jejich vztahům může být okolím přisuzována různá vážnost podle toho, s kým ten vztah měli. Pokud má bisexuální žena vztah s mužem, jejich okolí může mít tendenci považovat ten vztah za serióznější a mít od něho větší očekávání než od vztahu, který má bisexuální žena se ženou. Bisexuální lidé tak musí hájit nejen svou identitu, ale také své vztahy a co pro ně znamenají.

## JAK SE K SOBĚ VZTAHUJÍ POJMY BISEXUALITA A PANSEXUALITA?

**Michal Pitoňák:** Bisexualita i pansexualita jsou především škatulkami sexuálních identit, nabývají tedy takových významů, které jim přiřkládají zejména jejich nositelé a jež dále komunikují. Aktuálně převládajícím diskurzivním odlišením je zřejmě rozdílnost, se kterou jejich nositelé přistupují k vnímání druhých lidí, ke kterým jsou přitahováni\*y. BI lidé (ať již bisexuální či biromantičtí lidé) mohou svou perspektivou vnímat a klást důraz, že jsou přitahováni\*y k „oběma pohlavím“, přičemž PANsexuální lidé mohou v rámci svého vidění světa klást menší důraz na binární dělení lidí podle pohlaví, a naopak tak inklinovat k rozostřování této normy a zdůrazňovat tak svou vyšší flexibilitu co se týče maskulinně-femininního spektra projevu jejich potenciálních partnerů nehledě na jejich anatomii.



# Říkejte mi

## Sylvo<sup>32</sup>

S se narodil\*a jako jediné dítě Aleny a Pavla. Ve třech letech nastoupil\*a do mateřské školy, na kterou se dlouho adaptoval\*a. Od dětství se projevoval\*a spíše introvertně, plaše, s preferencí na kontakt s dospělými, z dětské skupiny udržoval\*a vztahy jen se dvěma chlapci. Když z nějakého důvodu tito dva nebyli ve školce, odmítal\*a se zapojovat. Jinak se ale při plnění úkolů snažil\*a, vyhledával\*a kognitivně náročné úkoly. Vzhledem k sociálním problémům a také díky narození v červenci však dostal\*a při nástupu do základní školy odklad.

V sedmi letech nastoupil\*a na běžnou základní školu. Od 1. třídy se projevoval\*a jako inteligentní dítě z podporující rodiny, které má mimořádné znalosti v řadě oblastí. Z hlediska školních znalostí a dovedností se těšil\*a samým úspěchům. Sociálně však pokračoval jeho\*její vývoj z předškolního období. S dospělými vcelku vycházel\*a, ale s ostatními dětmi měl\*a komplikované vztahy. S výjimkou jednoho kamaráda společnost jiných dětí nevyhledával\*a, často si připadal\*a nepatřičně a ostatní děti o kontakt s ní\*m také nestály. Přestávky trávil\*a spíše o samotě, do školní družiny chodit nechtěl\*a.

Špatné začlenění do vrstevnických vztahů způsobovalo, že S do školy nechodil\*a příliš rád\*a. Situace se postupně zhoršovala. Na začátku 2. stupně ZŠ se začaly objevovat úzkosti, skleslost a obtíže s motivací k běžným aktivitám. Ve 13 letech začal\*a mluvit o tom, že se nemá rád\*a, že není dobrý člověk, že se neměl\*a narodit... Rodiče jeho\*jejím stavům nerozuměli: Vůbec jsme to nechápali. Vždyť od nás měl\*a všechno přijetí, nikdy jsme na něj\*ni nebyli nějak extra nároční. Měli jsme ho\*ji rádi a dávali to najevo. Tak jak je možné, že malé dítě najednou začne říkat, že by bylo lepší, kdyby nežilo? Řekl\*a to párkrát, ale vyděsilo nás to. Celkově jsme viděli, jak se měnil\*a. Vyhledali odbornou pomoc a S začal\*a docházet na terapie.

V danou dobu měl\*a časté absence ve škole, které vyvrcholily v jednání s výchovnou poradkyní a ředitelem školy. Škola se snažila přispět ke zlepšení stavu S, ale žádný postup nepřinášel výraznější změnu. Ve třídě zkoušeli S napojit na některé děti, což se však nezdařilo. Vyučující neustále apelovali na rodiče, aby byli přísnější a dítě lépe motivovali. Rodiče cítili ze strany školy neporozumění, a dokonce i nedůvěru ke zprávám z odborných vyšetření. Po dvou letech přistoupili k domácímu vzdělávání, protože se stav S nelepšil a škola svůj přístup neměnila. Domácí vzdělávání však oba rodiče

<sup>32</sup> Tento příběh ukazuje nový způsob, jak do českého jazyka, jehož významným prvkem je generické maskulinum a shoda přísudku s podmětem, zapojit zkušenost genderově rozmanitých osob. Pro zahrnutí mužské i ženské perspektivy se často využívají lomítka (tj. byl/a), pro zahrnutí trans perspektivy hvězdičky (tj. byl\*a). Jedná se tedy o vyšší formu inkluzivního jazykového vyjadřování. Je vůči ní řada výhrad, ale zároveň se s ní můžeme setkat stále častěji.



považovali spíše za vnucené rozhodnutí: Mnohem radši bychom byli, kdyby naše dítě mohlo normálně chodit do školy jako všechny jiné děti. Ale když to nefungovalo, nezbylo nám nic jiného. Připadali jsme si jako špatní rodiče. Ředitel i učitelky se k nám chovali, jako kdybychom to zavinili my. Dokonce nám vyhrožovali OSPODem.

S se vzdělával\*a doma. Využili toho, že Pavel pracoval několikrát týdně z domova a Alena sloužila na směny. S byl\*a velmi samostatný\*á v plnění úkolů, které rodiče pomáhali vždy na 2-3 dny rozvrhnout. Plnění zkoušek ve škole probíhalo bez potíží, ačkoliv samotný vstup do školy byl pro S náročný. Kontakt s vyučujícími vcelku zvládal\*a, návštěvy třídy však odmítal\*a.

Svůj volný čas trávil\*a u počítačových her, pro což rodiče měli pochopení. Hrál\*a online hry, během kterých komunikoval\*a s jinými hráči. Postupně se kolem her vytvořila komunita, v které si S připadal\*a přijatý\*á. Označoval\*a online spoluhráče za kamarády: Sice je neznám, jako nikdy jsme se neviděli, ale bavíme se během hry o různých věcech a já si s nimi jako fakt rozumím. Domlouváme se, kdy si spolu zahrajeme, a když se potkáme, řeknem si, co je nového, jak se máme. Je to fajn.

S docházel\*a za psychiatrickou, která mu\*jí předepsala medikaci na potlačení úzkostných stavů a depresivních symptomů, a rovněž docházel\*a na individuální terapie. Rodiče stáli také o skupinovou terapii či jakoukoli jinou příležitost kontaktu S s jinými dětmi, což však vždy S odmítl\*a.

S rodiči S o obsahu terapeutických sezení mluvit nechtěl\*a. Občas se proto snažili kontaktovat terapeutku a ujišťovat se, zda podle ní vše pokračuje zdárně. Nepozorovali sice žádné zlepšení úzkostí S z kontaktu s vrstevníky a z docházky do školy, ale jeho\*její stav se alespoň nezhoršoval. Registrovali také občas jeho\*její rozhodnutí snažit se zvládnout nějaký náročný úkol (např. jít vrátit knihy do školní knihovny). V řadě případů se to nepodařilo, ale již vůbec snahu se úkolu postavit považovali rodiče za pozitivní změnu oproti předchozímu období pasivity vůči všem sociálně náročným úkolům.

V den svých 15. narozenin S oznámil\*a rodičům, že se necítí být chlapcem: Připravoval\*a jsem se na to, že jim to řeknu, a narozeniny mi přišly jako dobrá příležitost. Dostanu občanku, tak je to takový speciální. Už dlouhou dobu jsem to, že nejsem úplně kluk, cítil\*a. Probíral\*a jsem to i s mojí psychologkou a s mými kamarády mezi hráči. Bylo pro mě důležité, aby se to dozvěděli rodiče. Ulevilo se mi, když už to nebylo tajemství. Rodiče byli zaskočení, ale rozhodli se stát při svém dítěti. Hledali si informace, navštívili podpůrnou rodičovskou skupinu, zašli za psychiatrickou a terapeutkou S.

Trvalo jim to ale spoustu měsíců, než zprávu vstřebali a dostali se v rodičovském páru na společnou vlnu. Pro otce Pavla bylo téma mnohem méně závažné, hlavně ho trápilo, aby se jeho dítě začalo cítit lépe a bylo schopno se více zapojit do běžného života: Nebyl jsem z toho nadšený, ale říkal jsem si, že jestli tohle je ten problém, který mu\*jí brání normálně fungovat, tak to zkrátka musíme pomoci překonat. Hlavní je návrat do školy, začít chodit ven a tak. A jestli to S půjde lépe v jiné genderové roli, tak fajn.

Pro matku Alenu ale bylo samo téma genderové identity náročnější. Nedokázala si představit, jak se její dítě cítí, ale nedokázala s ním o tom ani mluvit. Chtěla ho podpořit, ale přitom jí celá oblast transgender identit přišla nesrozumitelná a děsivá. Přiznat si tyto negativní pocity pro ni bylo stejně těžké jako sama představa, že není schopna při svém dítěti stát. Cítila se provinile. Vztahy mezi Alenou a Pavlem i mezi Alenou a jejím dítětem byly v tuto dobu složité. Alena se jim oběma cítila vzdálená. Byla ráda, že Pavel má k věci jiný přístup a je schopný podporu rovnou nabízet. Ale současně trochu žálila. Po pár měsících však nastala postupná změna. Pavel a Alena o transgender

tématu hodně mluvili, dokonce společně chodili na sezení. Alena cítila, že už ji téma méně zraňuje.

Poté, co S oznámil\*a rodičům, že se necítí chlapcem, bylo několik týdnů ticho. O tématu znovu mluvit nezačal\*a. Pozorovali ale, že se po coming outu jeho\*její psychický stav zlepšil. Působil\*a klidněji, zdálo se jim, že více vyhledává jejich společnost (třeba při sledování televize nebo při hovorech během jídla) a mluví o běžných věcech. Rodiče čekali a nechtěli na nic tlačit. Nevěděli ale, co mají dělat a ani jak s S mluvit. Řekl\*a, že se necítí být klukem, ale neřekl\*a jasně, že se cítí být holkou. Rodiče tedy tápali, jakým rodem na něj\*ni mluvit. Postupně se v transgender tématech snažili zorientovat a po nějaké době se rozhodli sami zeptat: Jsme rádi, že jsi nám řekl o tom, co tě trápí. Chápeme, že se necítíš být klukem. Ale nevíme přesně, co to znamená a co teď od nás potřebuješ. Když se necítíš klukem, cítíš se být holkou? Nebo ještě nevíš? Nebo je to nějak jinak? Chceš, abychom ti říkali nějakým jiným jménem a oslovovali tě třeba v ženském rodě? Budeme se snažit tě podporovat, ale potřebujeme, abys nám řekl, co potřebuješ.

Dočkali se odpovědi: Já ještě úplně nevím. Někdy mi to přijde jasné, že jsem jako fakt holka. Chtěl\*a bych si nechat narůst dlouhé vlasy. A líbí se mi jméno Sylva, myslím, že ke mně jde. Ale někdy je to tak nějak... jedno, není to důležité.

V tu dobu S, teď už Sylvu, čekal nástup na střední školu. Předem domluvené bylo, že by šlo požádat o individuální studijní plán. Ale rodiče doufali, že to nebude nutné. Konzultovali vše s psychologkou a společně se domluvili, že je důležité informovat školu a požádat vyučující o vstřícný přístup i o informování třídy.

Třídní učitelka byla velmi nápomocná. Zeptala se Sylvu, jak si přeje oslovovat a zda chce téma své identity prezentovat ostatním. Ve škole však byli i vyučující, kteří trvali na používání jména v občanském průkazu. Odmítli jakékoli změny v přístupu a měli i před ostatními studujícími různé komentáře, např.: Potřebujete víc úkolů – máte moc volného času a pak přemýšlíte o blbostech, jako že budete měnit pohlaví.

Aktuálně Sylva studuje 1. ročník SŠ podle individuálního studijního plánu, ale dva dny v týdnu chodí na 2 hodiny do školy. Navštěvuje vyučovací hodiny těch učitelek, které byly v domluvě o přístupu k ní vstřícné a Sylvu oslovují v ženském rodě. V plánu je dobu prezenční výuky postupně navyšovat.

Sylva si nechala narůst vlasy po ramena, chodí neutrálně oblékaná (širší džíny a volnější trička). Doma, na terapii a ve škole před lidmi, se kterými se cítí bezpečně, o sobě sama hovoří v ženském rodě. Ale v jiných situacích používá mužský rod: Nepotřebuju jim nic vysvětlovat. Mně to úplně velký problém nedělá, popisuje svoji zkušenost Sylva. Šest měsíců po coming outu Sylvě rodiče nabídli, že ji objednájí na sexuologické vyšetření. To ale zatím odmítla. Rodiče požádali její terapeutku, aby téma zařadila do terapeutického plánu, a Sylvě předali informace o tom, co obnáší v českém právním systému změna pohlaví. Současně své dítě vyzvali: Tohle je tvoje rozhodnutí a tvoje cesta. Máš na ně tolik času, kolik budeš potřebovat. Nemůžeme to dělat za tebe. Když budeš mít pocit, že potřebuješ nějaký další krok, pomůžeme ti. Ale my to nepoznáme, ty musíš přijít za námi. Sylva zatím o další kroky směrem k tranzici ani informování širší rodiny zájem neprojevila.

## JAKÉ POCITY MOHOU TRANS A NEBINÁRNÍ LIDÉ PROŽÍVAT BĚHEM UVĚDOMOVÁNÍ SVÉ IDENTITY? JSOU BĚŽNÉ SEBEVRAŽEDNÉ MYŠLENKY?

**Haru:** Je časté, že trans lidem trvá, než se o svém prožívání otevřou a promluví. I když se tedy okolí může zdát coming-out náhlý, realita může být úplně opačná. Někteří trans lidé sami svou identitu nejprve odmítají nebo zažívají potíže s jejím pochopením. To může mít vazby na očekávání společnosti stejně jako často negativní a mylně stereotypní podobu trans osob v médiích. Navzdory tomu, co se často v mediálním prostoru ukazuje, totiž například trans lidé vůbec žádnou extra pozornost nechtějí. Naopak častou primární potřebou se ukazuje zažívat přijetí, podporu, pochopení a žít normální život, tak jako ostatní.

Někteří trans lidé jsou si svou identitou jistí už od raného dětství, jiní zažívají stavy nejistoty i v dospělosti. Pro někoho se to může zdát paradoxní, ale tyto zkušenosti jsou vždy v souladu s tím, v jakém věku se daný člověk rozhodne udělat coming out o své trans identitě. Jsou tedy tací, kdo si svou identitu jasně a stále uvědomují třeba už od školky, ale nesvěří se s ní nikomu dlouhé roky. Stejně tak jiní mohou zažívat pochyby, ale nemusí to nutně tvořit zábranu se svěřit.

Cesta k uvědomění a zpracování své vlastní identity může být pro každou trans osobu jiná. Ano, není bohužel výjimkou, že takzvaný menšinový stres, který vzniká z obav a negativního prožívání spojených s uvědomováním si bytí součástí menšiny, může vést také k takzvaným poruchám sebezáchovného pudu. Je důležité to mít na mysli, když se nám někdo vyoutuje, protože necitlivá komunikace nebo nepřijímající chování mohou mít závažnější dopady, než si můžeme uvědomovat. To samozřejmě znamená, že bychom jako ti, komu se někdo svěří, neměli právo prožívat situaci jako i pro nás nesnadnou. Je ale rozhodně namístě zvážit, komu, kdy a jak o našem prožívání ohledně toho říkat, abychom nepoškodili osobu, jež se nám svěřila. Coming out může být velmi náročný proces a těžké období. Pokud budeme někomu během něj oporou, můžeme mu třeba i zachránit život, aniž bychom si to sami v danou chvíli uvědomovali.

## JAKÝ JE ROZDÍL MEZI TRANS A NEBINÁRNÍ IDENTITOU?

**Haru:** Tuhle otázku jakožto lektorující v týmu organizace Trans\*parent často dostávám. Můžeme si oba termíny představit jako takové deštníky. Trans deštník pod sebe schová osoby, jejichž genderová identita se neztotožňuje s tou, která jim byla přiřazena při narození na základě vyhodnocení jejich tělesného stavu. Tedy třeba trans ženy, trans muže, ale z definice také nebinární osoby, protože ani ty se neztotožňují co se genderu týče s tím, který jim byl při narození určen. Ne každý nebinární člověk svou identitu jako

trans označí. To může v očích veřejnosti vnášet zmatek do terminologie, ale je třeba mít na paměti, že identita je charakteristická zejména individuálností. Jinak řečeno tím, že to máme, tak jako třeba otisky prstů, od přírody každý trochu po svém. Nebinární deštník pak zahrnuje spektrum různých identit, které nejsou genderově binární. Tedy nejsou čistě mužské či ženské. Co si pod tím představit? Každý muž a každá žena svou ženskost nebo mužství vnímají po svém, a kdyby měli sepsat, co to pro ně znamená, dost možná by každý, tak jako právě u otisků prstů, našel to své v trochu jiná podobě. Stejně to mají i nebinární lidé. Rozdíl můžeme pozorovat v tom, že nebinární lidé častěji využívají terminologie pro popis daného specifického prožívání svého genderu než lidé s genderově binární identitou. Což není za mě nic špatného. Slova jednoduše vznikají proto, abychom mohli popsat to, s čím se setkáváme a co prožíváme. Někteří lidé se tak označují jako genderově fluidní (gender je proměnlivý), agender osoby (nepocitují gender) nebo „jen“ nebinární, a to zkrátka proto, že to vystihuje jejich prožívání vlastní genderové identity nejlépe. Nemusíme ale nutně znát všechny termíny z oblasti genderové identity, jak se média někdy snaží naznačit, abychom někoho uměli respektovat a brát tak, jak je.

## JAKÉ MÁ ŠKOLA MOŽNOSTI, CO SE TÝKÁ INKLUZE TRANS STUDUJÍCÍCH Z HLEDISKA PRÁVA? JAK JEDNAT S VYUČUJÍCÍMI, KTERÍ ODMÍTÁJÍ DÍTĚ OSLOVOVAT ZVOLENÝM JMÉNEM?

**Maroš Matiaško:** Školský zákon (561/2004 Sb.) není explicitní, pokud jde o inkluze trans nebo nebinárních studujících, nicméně obecně platí, že vzdělávací prostředí musí být bezpečné pro každého, protože základní zásadou je úcta a respekt ke všem studujícím, bez rozdílu, kdy škola a v důsledku i všichni učitelé musí zásadu úcty a respektu ke všem dodržovat. V jádru jde totiž o to, aby vzdělávací prostředí mělo takové rysy, že nebude dotčena důstojnost studujících. S tím zajisté souvisí i oslovování, protože jméno je důležitý prvek identity člověka. Odmítání používání zvoleného jména se proto může dotýkat důstojnosti studujících a tím porušovat i základní zásadu, na které podle § 2 odst. 1 stojí český vzdělávací systém. Subjektem, který by měl v takovém případě zasáhnout, je primárně buďto vedení školy anebo Česká školní inspekce.



3.5

# Aneta si píše deník

Anetě bylo nedávno 15, chodí do 9. třídy větší základní školy v menším městě. Je velká sportovkyně – už od dětství se věnuje několika sportovním aktivitám, momentálně nejvíce basketbalu, v kterém i úspěšně reprezentuje školu a kraj. Ve studiu se jí celkem daří, i když není úplnou premiantkou. Vyučující ji berou nejen jako šikovnou žákyni a skvělou sportovkyni, ale také jako spolehlivou, v kolektivu oblíbenou a hodně aktivní holku. Ve výuce se často zapojuje, má spoustu otázek a snaží se i dělat legraci. Zkrátka, ve škole ji má většina dětí i vyučujících velmi ráda.

Protože Anetu od mala trápí dyslexie, chodívá ke speciální pedagožce, občasně i ke školní psycholožce. Když byla menší, potřebovala pravidelná kompenzační cvičení. Navštěvovala každý týden kroužek „Pro lepší čtení“. Pomohl jí, ale protože doma s ní rodiče nedělali doporučená cvičení, nebyly pokroky takové, jaké mohly být. Ve škole s rodiči často mluvili vyučující, školní psycholožka, výchovná poradkyně – ti všichni jim doporučovali, aby s Anetou trávili více času, víc ji podporovali, víc se s ní učili... Rodiče ale nebyli schopni Anetě dát lepší péči. Vlastně ani pořádně nerozuměli tomu, co by s ní měli dělat. Ale hlavně mezi sebou měli konflikty, které nakonec dospěly k rozvodu. Aneta je sice má ráda, ale nikdy si s nimi příliš nerozuměla a už jako dítě se bála, že je bude svými potřebami obtěžovat. Snažila se tedy své potíže vždy řešit sama.

Vloni jelo několik osmých a devátých tříd na školu v přírodě. Oproti minulým ročníkům bylo novinkou, že se tady začaly řešit první lásky – zamilované dopisy, první líbání i zklamání z neopětovaných citů. Aneta byla jako vždy v centru dění, protože se s hodně dětmi znala a měla mezi nimi přirozenou autoritu. Řešila s několika kamarádkami, jací kluci se jim líbí a jak jim to dát najevo nebo jak reagovat na jejich výzvy. Bavilo ji to s holkami probírat, ale trochu ji překvapovalo, že ona sama necítí žádné takové pocity, jaké popisují kamarádky. Někteří kluci byli prima, ale že by se jí podlamovala kolena nebo se hihňala a červenala, když s ní mluvili, to zdaleka ne.

Jednou v noci měla sen, v němž se objevila o rok starší spolužačka. Povídaley si spolu na břehu řeky a pak se držely za ruce. Aneta ji ve snu chtěla políbit. Když se probudila, musela o tom, co se jí zdálo, pořádně přemýšlet. A když během dopoledního programu s Táňou hrála v jednom družstvu, nemohla z ní spustit oči. Vracel se jí pocit ze snu, jak ji drží za ruku a chce ji políbit. V duchu si na to zakázala myslet a Táně se schválně vyhýbala. Zítra už na to přece zapomenel! Jenže nezapomněla. Sen se jí vracel a pocity z něj byly matoucí, ale i příjemné. I po návratu ze školy v přírodě se těšila, že Táňu o přestávkách uvidí. Ale když ji potkala, nechtěla se s ní bavit.

Už asi rok si Aneta píše deník. Poslední měsíce jsou její zápisky plné basketu a Táni. Musela si přiznat, že se do Táni asi zamilovala. A že by to tedy asi mohlo znamenat, že je na holky. Nedělá si z toho moc hlavu, řekla si: Co je komu do toho, je to moje věc. A žijeme přece v 21. století. Dneska už to není žádný problém.

Bohužel ale zároveň ví, že doma by to problém byl. Rodiče si v mnoha věcech nerozuměli, ale v jednom měli vždy jasnou shodu: Teplouši se mají držet doma, kdo se má na ně koukat!? Podobné komentáře o gayích a lesbách Aneta slýchala docela často. Bylo jí tedy jasné, že kdyby se to dozvěděli rodiče, byl by velký problém.

Nedávno Aneta nechala svůj deník nedopatřením ležet na psacím stole. Máma do něj nahlédla a zděsila se toho, co si přečetla. Řekla to tátovi. Ten druhý den Anetě zavolal a nepříjemným tónem na ni spustil: Tak to ne, holčičko. Máma mi to řekla a tohle nestřpím. Jsi snad úchylná? Ne, zapomeň na to. Nebo si půjdeš po svých a od nás už nic nečekej.

Aneta ví, že táta je horká hlava a že často říká věci, kterých pak lituje. Ale i tak jí jeho slova ranila. Celou noc proplakala. Nad ránem jí znělo v hlavě: Nemají mě rádi, nestojí o mě, nemám tu co dělat, bylo by lepší, abych vůbec nebyla.

Druhý den ve škole bylo třídní učitelce jasné, že se Anetě něco stalo. O přestávce si ji vzala stranou. Aneta jí v kabinetu všechno řekla a učitelka ji v pláči odvedla ke školní psychologce. Odpoledne odcházela Aneta ze školy klidnější. V hlavě se jí honilo několik možností, co by mohla dělat. Když přišla domů, začala si hledat dobré střední školy ve větších městech, kde je možné bydlet na internátu.

## CO MŮŽE POMOCI OBJEVOVÁNÍ SEXUALITY VZHLEDEM K DALŠÍM VÝVOJOVÝM POTŘEBÁM V RÁMCI DOSPÍVÁNÍ?

**Miroslav Šubrt:** Objevování sexuality v dospívání může vést k ujasňování si svých přání, co se týče partnerských a vrstevnických vztahů: Kým chci být pro objekt svého zájmu? Jak to můžu co nejlépe prezentovat svému okolí? S jakými lidmi bych si dovedl představit vztah a s jakými ne? Vyhraňování se v přístupu k sexualitě může být sebestoputvením, zpevněním vlastní identity. To, „kým jsem“, dospívající rozpoznává často nejen ve vlastní fantazii, ale i prostřednictvím partnerských a sexuálních vztahů, které jsou někdy více, jindy méně uspokojující – což je něco, s čímž se dospívající musí zpětně vyrovnávat, pokusit se integrovat do svého životního příběhu i zklamání a neúspěchy v oblasti sexuality.

## JAKÁ EXISTUJÍ OČEKÁVÁNÍ OD CHLAPCŮ A DÍVEK A JAK TO OVLIVŇUJE JEJICH OBJEVOVÁNÍ SEXUALITY?

**Miroslav Šubrt:** Chlapci jsou tradičně socializováni tak, že se od nich očekává rozhodnost a iniciativa v sexuálním kontaktu. V chlapecké skupině mají tendenci sdílet spíše úspěchy spojené s fyzickými sexuálními zkušenostmi, často v rámci vtipkování nebo soutěžení. Důkazem dostatečné intimity pro ně bývá dosažení fyzické blízkosti. Dívky jsou více vedeny k tomu, aby se zajímaly o své emoce a emoce druhých a v otázkách fyzické sexuality byly spíše zdrženlivější. Sdělují, že sexuální zkušenosti jsou pro ně také důležité, ale často je vnímají více v kontextu vztahu a toho, jak s nimi partner zachází. Tato rozdílná očekávání a výchova mohou ovlivňovat i zkušenosti v oblasti objevování sexuální orientace: například chlapci objevující svou homosexuální náklonnost ji budou spíše dříve realizovat sexuálně, než že by navazovali emočně intimní, déleodobější vztahy, kdežto dívky mohou své homosexuální citění objevovat v rámci svých blízkých kamarátských vztahů s jinými dívkami, z nichž sexualita přirozeně vyplyne. Souvisí to i s tím, že obecně jsou na veřejnosti více přijímány lesbické tělesné projevy (držení za ruce, objímání, polibky) oproti projevům sexuality mezi muži. To však neznamená, že tento vzorec platí pro všechny a že se udrží do dospělosti. Mnoho gay mužů již z dětství umí a nebo se v průběhu života naučí emočně naladovat na svého partnera, protože déleodobější vztahy vyžadují notnou dávku vzájemnosti.

## JAK PROBÍHÁ OBJEVOVÁNÍ VLASTNÍ SEXUALITY U MLADÝCH QUEER LIDÍ?

**Viktória Beličáková:** Když se začnou v kamarádských kruzích řešit první lásky, mnozí mladí kvír lidé si začnou uvědomovat a všimnout si vlastních pocitů a zájmů, kterým nemuseli do té doby věnovat tolik pozornosti. Mnohdy tomu sice ještě nemusí plně rozumět nebo pro to mít konkrétní pojmenování, ale i tak mohou pociťovat, že se nedokážou zapojit do diskusí s kamarádstvím, mohou začít pociťovat jistou jinakost a následně také nutnost, že potřebují něco předstírat. V dnešní společnosti je sice reprezentace a povědomí o různých podobách sexuality mnohem více rozšířená, ale stále žijeme ve společnosti, v níž je hluboce zakořeněná heteronormativita, což znamená, že stále existuje předpoklad, že chlapcům se líbí holky a dívkám chlapci. Proto když jsou mladí lidé ve věku, kdy si začínají uvědomovat přitažlivost vůči druhým lidem, tato očekávání a předpoklady začnou vnímat intenzivně, především tehdy, pokud pociťují přitažlivost, která nezapadá do těchto očekávání. Mladí kvír lidé v tomto období zažívají první lásky stejně často jako hetero mladí lidé, ale mnohdy nemusí cítit, že je pro ně možné či bezpečné tuto první lásku plně prožívat, mluvit o ní s ostatními, či projevit svou náklonnost vůči osobě, která se jim líbí. S takovou situací se mohou vyrovnávat různými způsoby, mohou cítit zmatek, strach a obavy, potřebu potlačit své pocity, ignorovat je. Mohou se cítit velmi zranitelně a mít obavy, že z jakéhokoli kontaktu s osobou, která se jim líbí, bude zjevné, jaké mají pocity, a proto se jí raději budou vyhýbat a držet si odstup. Často se může stát, že se začnou uzavírat před sebou i svými blízkými, neboť mohou mít pocit, že s nimi nemohou sdílet to, co prožívají. Někdy tak přestanou mluvit o sobě a o tom, co prožívají, úplně. První zalíbení jsou tak občas pro kvír lidi spojena spíše s nutností potlačovat své pocity. Někdy mohou mít i obavy, že kdyby se svěřili se svými pocity osobě, která se jim líbí, ta osoba by to mohla vnímat jako něco ohrožujícího nebo jako zdroj výsměchu. Mladí kvír lidé jsou někdy v takových situacích vnímáni jako agresoři, jako lidé, kteří mají přístup do prostor, kde se lidé stejného pohlaví společně převlékají, kde mají přístup k větší blízkosti a intimitě než lidé jiného pohlaví. Mladí kvír lidé tak mohou být vystaveni obvinění, že své spolužáky či spolužačky špehují, že jsou vetřelci v těchto prostorách. Nebo mohou zažít výsměch, který jim naznačuje, že s nimi něco není v pořádku nebo že se za své pocity mají stydět. Svěřit se se svými pocity a s tím, že se nám někdo líbí, je vždy riskantní a velmi zranitelné, ale obzvláště tehdy, když člověk může být nejen odmítnut, ale může se tím také vystavit agresivnímu či zraňujícímu chování. Mladí kvír lidé mohou objevování své sexuality prožívat velmi různorodě a v různém věku. Nicméně zmíněné obavy, které jsou mezi kvír lidmi v tomto věku časté, mnohdy vedou k tomu, že kvír lidé naplno objevují svou sexualitu v pozdějším věku, například když změní prostředí, ve kterém do té doby žili, když mají více možností vybrat si okruh lidí, s kterými tráví čas, a celkově mají více samostatnosti a kontroly nad svým životem. Někdy to znamená také větší vzdálenost od rodiny či jiných lidí, kteří kvír lidem dávali předtím najevo, že je nepřijímají nebo že jinou identitu než heterosexuality nepovažují za normální a akceptovatelnou.



3.6

# Juli nechce být dívkou

Juli stojí ve dveřích kuchyně a křičí na rodiče: Nejsem holka! Nechci být holka! Jsem kluk! Situace je vyhrocená. Rodiče se na Juli zlobili, že nemá splněné povinnosti – nemá hotový úkol do školy, musí ještě vyklidit myčku, ukázalo se, že navíc chodí pozdě z hřiště. A pak se ještě pohádali o tom, v jakém oblečení má jít na zítřejší školní fotografování. Maminka totiž připravila bílo-fialové šaty, ale Juli je odmítá s tím, že šaty vůbec nechce nosit. Cítí se dobře v džínách a tričku. Na to rodiče namítli: Tak se klidně oblékej. Ale jsou situace, kdy jsou lepší šaty. Jsi holka, tak ať tak taky vypadáš. Juli však odseká: Nejsem holka! Nechci být holka! Jsem kluk! S následujícím prásknutím dveřmi, brekem a zavřením se ve svém pokoji.

Juli je 12 let, chodí do šesté třídy. Od malička zbožňuje zvířata, takže kromě toho, že vlastní psa a morče, chodí také do chovatelského kroužku a hodně si o zvířatech čte. Zajímá se hlavně o velká hospodářská zvířata. Jako fascinující vnímá fakt, že kráva nebo kůň jsou větší než člověk, ale poslouchají lidi, když se o ně dobře starají. Dědeček je včelař, strejda je myslivec, babička často vzpomíná na své dětství, kdy měli krávu. O zvířatech tak slýchá doma často. Juli také mluví o tom, že se chce věnovat veterinární medicíně, ale ideálně přímo v terénu, ne v malé městské ordinaci, kde se starají o domácí mazlíčky. Doma ale přichází odpověď: Víš, jak těžká je to práce? Jsi pořád v zimě nebo horku, je to fyzicky namáhavé, chlapi kolem zemědělství se respektují jen mezi sebou. Zkrátka, to není pro ženskou. Jestli chceš dělat se zvířaty, budou lepší ta malá. Ale máš před sebou ještě spoustu let, kdo ví, kam tě to zavane.

Juli prožívá běžné dětství. Ve škole zažívá úspěchy – nepatří mezi nejlepší ve třídě, ale ani to není žádná tragédie. Vychází skoro se všemi. Má pár opravdu dobrých kamarádek ze školy a dva kamarády ze stejného domu, se kterými se zná od dětství. S rodiči, prarodiči i starším bratrem má také dobré vztahy. Tráví s nimi dost času, zejména o víkendech na chalupě nebo na výletech.

V posledním roce se začíná měnit. Rychle roste, začíná se u ní projevovat puberta a zároveň s fyzickými změnami se i jinak cítí. Často je hlavou v oblacích, jindy se zase cítí nervózně a našťvaně. Nálady se střídají, stejně tak i potřeba být o samotě a jindy

naopak s druhými, být nablízku rodičům a jindy zas žít samostatně. Někdy se potřebuje s maminkou mazlit a pak se zlobí, že ji pohladí po vlasech nebo když jí dá pusku na veřejnosti. Zkrátka dospívání nastupuje v plné síle.

Juli častěji než dřív slýchá od okolí, co by správně holka měla nebo neměla dělat: Mas-káče se pro holku nehodí; Máš vlasy jako princezna, tak na ně dbej; Chod' se špičkami od sebe, jako velká slečna; Než se vdáš, tak se ti to zahojí. Může se to jen zdát, že takové věci slýchá víc než dřív? Tak či onak začíná na podobné pokyny reagovat alergicky. Přesně tomu nerozumí, ale má pocit, že nechce být velkou dívkou, nechce být ženou, ale hlavně možná proto, že to podle všech těch vyjádření znamená spoustu omezení. Jako by Juli život proto, že ji okolí vnímá jako holku, byl už navždy odteď jiný.

Když od Juli směrem k rodičům zaznělo ve vzteku, že je klukem, nebylo to poprvé. Už dřív na to padla řeč s kamarádkou a také před strejdou-myslivcem, který se od Juli dozvěděl: Nesnáším růžovou barvu, nesnáším dlouhé vlasy. Být holkou mi připadá jako samá otrava. Je lepší být klukem. Chci být klukem.

Na internetu se setkává s informacemi o transgender tématech. Zajímají ji lidé, kterým bylo při narození připsáno ženské pohlaví, ale sami se s ním neztotožňují. Má pocit, že to přesně sedí na její vlastní životní zkušenost s prožíváním genderové identity a očekáváním ze strany okolí. V jiných ohledech se ale s popisovanými zkušenostmi míjí. Představa, že má tělo s mužskými biologickými rysy, se Juli zdá být cizí a trochu se jí i bojí. Říct o sobě nahlas, že je trans a že se cítí být klukem, jí ale přesto pomáhá. Má pocit, že pak se lidé méně vyptávají a méně pocitu a názory, které prožívá, zpochybňují. Jako potvrzení toho, že není dívkou, nosí častěji oblečení, které není typicky dívčí – žádné sukně, žádné světlé barvy, odmítání růžové. Chce si ostříhat vlasy na krátké mikádo. Dělá jí radost, když okolí vnímá, že nevypadá moc žensky (i když to není míněno jako lichotka). Další důležitá věc je pro Juli jméno. Chce používat právě Juli, protože to zní více neutrálně – ten Juli i ta Juli.

Často se pouští do debat o nerovnostech mezi ženami a muži, v kterých zastává poměrně radikální názory. Cítí hluboké rozhořčení a nespravedlnost, když jsou ve škole zadávány jiné úkoly pro dívky a jiné pro chlapce, nesouhlasí s tím, že doma má jiné povinnosti než bratr. Nerozumí tomu, proč je nutné pořád zdůrazňovat, jestli je někdo ženou nebo mužem. A nesouhlasí s tím, že být ženou znamená tolik zákazů, obav a omezení. Při každé situaci, kdy opět slyší pokyn, co má a nemá správná holka dělat, v duchu křičí: Já to tak nechci!

## CO JE GENDEROVÝ PROJEV A JAK MU ROZUMĚT?

**Miroslav Šubrt:** Genderový projev je způsob, jakým člověk dává najevo, kým se vnitřně cítí být z hlediska pohlavnosti/genderu. Je důležité si uvědomit, že společnost konstruuje genderové kategorie na mnoha škálách, jako je např. dominance-submise, racionalita-emocionalita, tvrdost-citlivost, lhostejnost-pečlivost... Člověk může v rámci těchto škál zaujímat veřejně určitou roli a cítit se v ní dobře, nebo může v dané roli pociťovat spíše odcizení sobě samému. Například dospívající se někdy snaží naplňovat určité standardy spojené s genderovými rolami, a to i přesto, že vnitřně s nimi nesouzní nebo mají zmatek. Genderový projev tedy ne vždy odpovídá vnitřní identitě, ale když jsou obě složky v souladu, většinou se dostavuje větší spokojenost (a to i přesto, že na to někteří lidé v okolí reagují kriticky). Jde tedy o určité způsoby chování, řeči nebo oblékání, které jsou osobou nebo druhými čteny jako projev genderu, ale ne vždy musí souznít s tím, jak se daný člověk cítí.

## JAK LZE ROZUMĚT GENDEROVÝM PROJEVŮM V KONTEXTU PŘÍBĚHU JULI?

**Michal Pitoňák:** Genderový projev neboli vyjadřování je behaviorální rozměr genderové identity, tedy to, jak osoba projevuje svou identitu prostřednictvím svého vzhledu a chování. Projev identity je vždy do určité míry závislý na dostupnosti a srozumitelnosti kulturou zprostředkovaných kódů a porozumění, které příslušným obsahům přikládá. V příběhu jsme zaznamenali, že Juli nechce být konformní k normativním a stereotypním rolím, které od ní\*nejeho\*její okolí očekává, a je mu\*jí proto sympatické, pokud je může ve svém projevu překračovat.

## JAK REAGOVAT NA STUDUJÍCÍ, JEJICHŽ GENDEROVÁ IDENTITA NEZAPADÁ DO BINÁRNÍCH KATEGORIÍ?

**Miroslav Šubrt:** Je důležité přistupovat s respektem ke všem lidem, kteří se projevují nekonformně vzhledem k genderovým stereotypům. Mít na paměti, že dospívání je doba, během které člověk přirozeně experimentuje se svým genderovým projevem a zkouší nalézt a zformulovat svoji identitu i v oblasti genderu. Neočekáváme, že dospívající se „vybarví“ podle našeho přání – naším úkolem není dospívajícího vést, ale poskytovat mu možné vzory, se kterými se porovnává, kterými se inspiruje a vůči kterým se vymezuje. Pokud je to možné, respektujeme způsob oslovování, který si dospívající zvolí, nebo zkusíme najít nějaký kompromis. Netrváme na tom, aby dospívající zůstal u jedné kategorie, kterou si vybral, ale naopak očekáváme možnou proměnlivost v sebeidentifikaci. Pro některé například může být „nebinarita“ (ať už v jakékoliv formě) přestupnou fází k větší vyhraněnosti v oblasti genderového spektra, pro jiné může zůstat celoživotní realitou. Je také vhodné rozlišovat mezi sociální a hormonální/chirurgickou tranzicí – někteří lidé se bojí, že umožnit sociální tranzici znamená ihned povolit, nebo dokonce podporovat hormonální či chirurgickou tranzici, ale v mnoha případech dospívajícímu postačí experimentace v chování, oblékání, účesu a oslovování.

## JAKÉ MOHOU BÝT PODOBY GENDEROVÝCH IDENTIT A RŮZNÉ FORMY TRANZICE?

**Haru:** Genderová identita je složka identity, která se týká našeho sociálního/psychologického pohlaví. Ačkoliv ji někdo může vnímat jako spojenou se svým biologickým pohlavím, tedy tělesným stavem jako souborem prvků, které ho utváří, není s ním nijak automaticky spojena. Pro představu ani cis žena po odoperování dělohy nebo vaječnicků z důvodu onemocnění není méně ženou jen proto, že její tělo nemá běžný set biologických prvků, nebo cis muž po odoperování prostaty nebo varlat z důvodu onemocnění také není o nic méně mužem. Naše těla se zkrátka nerovnají našemu genderu. Gender je často popisován jako spektrum. Někteří lidé vnímají svou identitu jako více ženskou, někteří jako spíše mužskou, jiní by ji popsali jako striktně ženskou nebo mužskou a další zase někde mezi tím nebo mimo tyto binární kategorie. Mezi nejčastější názvy genderových identit, se kterými se můžeme setkat, je rozdělení na cis a trans osoby (tedy ty, kdo se ztotožňují s genderem jim přiřazeným při narození, a ty kdo se s ním neztotožňují) nebo konkrétněji ženy a muže (ať už trans nebo cis), ale také nebinární lidi. Některé nebinární osoby svou gender identitu označují prostě jako nebinární, jiné vnímají potřebu specifikovat dle svého prožívání třeba na genderově fluidní (proměnlivou), agender (absence genderu), gender flux (fluktující nebo proměnlivou

intenzitu), multi- / demi- gender identitu (tedy jejich identita je kombinací více genderových identit, jako třeba v případě předpony demi-, kdy popis poukazuje na dominanci jednoho genderu ve spojení s dalším...). Termínů je zkrátka mnoho a za mě osobně není nutné je znát všechny, abychom se navzájem uměli respektovat. Většinou stačí jen citlivě mluvit s nebinárními lidmi v našem okolí o tom, jestli to nějak ovlivňuje vaši komunikaci, například oslovování, a pokud ano, jak si to navzájem funkčně umět říct.

Je to něco nového? Možná vás to překvapí, ale ne, není. Trans lidé tu byli vždy, a to včetně nebinárních identit. Napříč kulturami a historií se tak můžeme setkat s pojmenováními jako je Hijra, Mahu, Two-spirit, Muxe, Burnesh pro trans osoby v dané kultuře. Stejně tak s kulturními postavami, jako je Loki, Olokun, Inari, Ošunmare a další, kteří se v různých mytologiích vymykají genderově binárnímu rozdělení.

V současné kultuře takzvaného západního světa se nejčastěji setkáváme se třemi formami tranzice. Sociální (coming-out, změna účesu či oblékání, oznámení používání jiného jména či oslovení), úřední (změna jména nebo genderovaných údajů v dokladech jako je rodný list, občanský průkaz, řidičský průkaz, diplom...) a medicínská (hormonální terapie nebo různé operativní zákroky). Každá tranzice je cesta založená na potřebách a možnostech dané trans osoby. To se může hodně lišit a je tak běžné, že ne každý trans člověk podstoupí nějaké z operací, úředních změn nebo změn vizáže, které může jiný považovat ve své tranzici za stěžejní. Jsme lidé, ne stroje. Lišit se je naše přirozená vlastnost.

## S ČÍM SE VE ŠKOLÁCH SETKÁVAJÍ DĚTI JAKO JULI?

**Haru:** Bohužel často se můžeme setkat se zpochybňováním nebo zesměšňováním genderově rozmanitých identit ve školách. Ať už ze strany studujících nebo vyučujících, může právě nepřijetí a absence respektující komunikace dle vícero výzkumů mít závažné dopady na dlouhodobý vývoj duševního zdraví transgender lidí. Některé děti, které se vymykají genderově binárním stereotypům, se mohou setkávat častěji se šikanou. Je vhodné si na to dát pozor a řešit situaci stejně obezřetně a důsledně, jako bychom řešili šikanu jiných dětí. Ať už o takovém dítěti v našem školním kolektivu víme nebo ne, neuškodí pozorovat, kde a jak moc genderové stereotypy a rozdělení tlačíme a jestli je to v danou chvíli opravdu nutné. Když dáme najevo, že je v pořádku, pokud to má někdo jinak, ukážeme dětem jednak to, že pokud to je jejich případ, nemusí se bát o tom mluvit, protože vy je vnímáte jako stejně tak plnohodnotné a normální jako ostatní děti, ale taky dáme najevo těm, kdo by jinak mohli mít tendenci si brát ostatní kvůli jinakosti za terč, že útočit na někoho, protože je jiný, není správné.



# Andy je asexuální



Andy je 15letá dívka a chodí do prváku na gymnáziu v krajském městě. Bydlí s rodiči a starším bratrem. Odmala je nadaná na kreslení a pravidelně chodí na odpolední hodiny do ZUŠ. Celé dětství ráda nosila vlasy nakrátko. Rodiče jí často vypráví, jak byla protivná, když je měla jen trochu delší. Nedávno začala s účesem víc experimentovat. Na základní škole ji kvůli krátkému sestřihu někteří spolužáci (zejména kluci) poštuchovali, jestli není kluk. To Andy vždy štvalo. Byla přeci holka a nechápala, proč je pro někoho délka vlasů takový problém. Naštěstí měli v té době fajn třídní učitelku, která genderové stereotypy nepodporovala. Navíc měla ve třídě pár dobrých kamarádek, kterým to taky přišlo jako hloupost. Se dvěma z nich, které bydlely blízko, se často navštěvovaly a dělaly si z kluků legraci zas kvůli jiným věcem. Občas je u hihňání nad tím, jak kluci vypadají a co dělají, zaslechl její brácha Kryštof a neodpustil si komentář, že se chovají jak puberťačky. To přišlo Andy nefér. Ten, kdo byl opravdu v pubertě, byl přece on sám! Kryštof je o 5 let starší, takže Andy byla jako malá svědkem jeho randění. Někdy musela ven ze společného pokoje do obývacího, aby „měl s přítelkyní soukromí“. Jednou se svou nejlepší kamarádkou Hankou nakukovaly klíčovou dírkou, aby se mohly smát tomu, co za dveřmi Kryštof s přítelkyní dělají. Hanka viděla, jak měl Kryštof ruku na noze té dívky. Za chvíli byla na radě Andy a zastihla je, jak se líbají. To jí přišlo dost nechutné. Zasmály se tomu s Hankou, ale víckrát už se nesnažila zjišťovat, co se v pokojíčku děje. Doma s Andy o vztazích a intimitě nikdo nemluvil, což jí nevadilo. Měla pocit, že když ji něco bude zajímat, může si to přece najít na internetu. Párkrát na společném tabletu našla nějaké záložky, které tam zapomněl brácha – většinou to byly erotické stránky. Ani si je nepouštěla, jen obrázek jí stačil, bylo jí to nepříjemné, ale necítila ani zvědavost, ani odpor, spíš jí to vůbec nezajímalo.

Kamarádek se jednou na porno zeptala. Hanka se prý jednou za čas ze zvědavosti kouká, Mirce to přišlo strašně rychlé, násilné a bez emocí. Andy se nemohla zbavit pocitu, že je jediná, komu to prostě přijde divné. Někdy si také s kamarádkami povídaly o tom, jak bude vypadat jejich tělo, až budou starší, a probíraly i to, kdo se komu líbí. Andy nikdy ve třídě nikdo nezaujal a moc nevěděla, co má odpovědět na otázku, s kým by se chtěla líbat. Představa líbání s nějakým klukem jí přišla dost mimo. Proč by měla chtít, aby měl někdo jazyk v její puse? Když jí ale jedna z kamarádek popisovala, jak jí kluk poslal na Whatsappu smajlíka se srdíčky a krátkou básničku o lásce, připadalo jí to docela roztomilé – trochu jako z nějakého romantického seriálu. Jestli vztahy vypadají takhle, uměla by si je představit. Andy moc ráda koukala na fantasy filmy, bavilo ji dobrodružství, které tam postavy zažívaly, a někdy se přidávala do fan groups, kde lidi tvořili por-

tréty postav z filmů – sami je kreslili nebo jinak ztvárňovali. Moc se jí líbila ta kreativita a sama čas od času svými kresbami přispívala. Celkově jí ve filmech romantické vztahy mezi postavami přišly nějak přirozenější a zajímavější než v reálném životě.

Na konci základní školy se jí maminka zeptala: Řekni mi, jak to u tebe vypadá s láskou? Nebojíš se mi svěřit, že někoho máš? Kdybys nám s tátou chtěla někoho představit, budeme rádi. Andy to zaskočilo a jen řekla, že jim nikoho představit nechce a jestli už může jít do svého pokoje. Rodiče věděli, že Andy nikdy moc na kluky nebyla. I v dětství se kamarádila se všemi bez rozdílu. Ve školce ani škole u ní nezaznamenali žádné první lásky a moc vnitřnímu světu Andy nerozuměli. Jejich dcera se ale zdála spokojená, a tak se jí maminka nadále jen někdy snažila ptát na lidi ve třídě. Je tam u vás mezi spolužáky třeba někdo zajímavý? Moc košatých odpovědí se ale nedočkala.

Přechod na gymnázium byl pro Andy celkem hladký, přijímací zkoušky zvládla bez potíží, jediné, čeho se bála, byl nový kolektiv. Uklidňovala se ale tím, že se pořád může vídat se svými kamarádkami ze základky. Nová škola se jí líbila, nejvíc měla ráda učitelku, kterou měla na výtvarku. Andy se skamarádila se spolužačkou, která byla dobrá na dějepis, a taky s dvěma kluky, co v hodinách trochu vyrušovali, ale o přestávce byli fajn. Vyučující viděli Andy jako bezproblémovou studentku, na které oceňovali velký talent a zároveň píli; obzvláště šikovná byla v humanitních předmětech a umění. Tím, že byla samostatná a úkoly plnila vždy tiše vzadu ve třídě a málokdy se hlásila, stávalo se jen zřídka, že by ji vyučující více postřehli.

S přechodem na gymnázium si Andy nechala narůst vlasy po ramena a po pár měsících si je sama obarvila na světle růžovou. Delší vlasy se jí začaly líbit, zvykala si na ten nový pocit, že si do nich může šáhnout nebo si udělat copánek či culík. Sama sobě se líbila. Oblékání ale extra neřešila – ráda nosila kalhoty a trička, v létě měla ráda šaty, protože jsou pohodlné a taky je to dobrá změna oproti šortkám na tréninku.

V biologii nedávno probírali téma reprodukce. Andy přišlo rozebírání pohlavních orgánů normální: Prostě máme každý nějaké tělo. Nechápu, proč jsou z toho všichni tak na větví. Jenže ostatní ve třídě byli zaujatí, někdo občas polohlasem řekl sprosté slovo, které se týkalo sexu, nebo se snažil rukou napodobovat vagínu a penis. Učitel nakonec prohlásil, že s nimi „šijou hormony“ a že se takhle nedá učit a dal jim na konci hodiny neočekávaný test. Andy nemá pocit, že by s ní „šily hormony“. Jasně, někdy se jí mění nálady, a když má menstruaci, je jí hrozně. Ale necítí se o tolik jinak než dřív. Zdá se jí, že ve třídě všichni řeší jen to, kdo už s kým spal a kdo s kým co měl, jenže ji to nebere. Někdy ji napadne, jestli není divná, když ji sexuální věci nezajímají. Dokázala by si představit, že s někým chodí, zvláště kdyby ten někdo byl jako Mike – hlavní postava anime seriálu, který má tak ráda. Líbilo by se jí s někým mluvit o všech svých pocitech, svěřit se mu se všemi tajnostmi nebo chodit na procházky, sledovat spolu filmy a třeba probírat umění.

Odpoledne po pokažené hodině biologie na to přišla řeč ve skupince Andiných kamarádů. Fíla prohlásil, že to, co jim vykládal učitel, je k ničemu. On sám si hledá na Tik Tok, jak nejlíp sbalit holku a co se holkám líbí v posteli. Na to se Andy bezděčně zašklebila. Fíla ve vtipu prohlásil: No, jestli ti to není tak nepříjemný proto, že seš lesba. Ty mají tyhle věci jinak. Andy to šokovalo. Jak ho to jen napadlo? Stroze mu odsekla, že holky se jí nelíbí, ať ji nechá být a přes omluvy a protesty ze skupiny odešla.

Doma byla ještě pořád našťvaná. Čmárala propiskou v sešitě sem a tam, dokud nebyla v půlce sešitu skrz papíry díra. V chatu oblíbené fan group jí bliklo upozornění, zrovna někdo přidal portrét Mika. Podívala se na něj a vyrazilo jí dech, jak je kresba přenád-

herná. Líbily se jí všechny malé detaily oblečení i rysy jeho obličeje, zároveň ukazoval i štíhlé tělo. Andy si uvědomila, jak se jí postava Mika zdá krásná. Později se k ní někdy v představách vracela. Jednou se jí zdálo, že spolu mluvili a drželi se za ruce. Kéž by i v realitě byl někdo takový.

## JAK ROZPOZNAT, ŽE JE DÍTĚ ASEXUÁLNÍ? A JAK ROZPOZNAT, ŽE NEJDE O SEXUÁLNÍ NEVYZRÁLOST?

**Miroslav Šubrt:** V dospívání může dítě mít etapy, ve kterých se zdá, že nejeví zájem o sexuální vztahy s vrstevníky. Je důležité brát v úvahu, že vývoj sexuálních potřeb a pocitů je individuální. Jako vnější pozorovatelé můžeme těžce rozlišit sexuální nepřipravenost/nevyzrálou od asexualitu nebo jiných sexuálních variací. Na dospívající je vhodné hlavně netlačit a poskytnout jim možnost objevovat svět (a)sexualitu v jejich vlastním tempu. Poskytnout jim možnost se svěřit s čímkoliv, pokud budou potřebovat, slíbit, že je budeme mít pořád rádi, ať už se jejich sexualita bude vyvíjet jakkoliv. Důležité zkrátka je, aby dospívající vnímal, že o sexualitě je možné s rodičem mluvit otevřeně, pokud to bude sám chtít.

Je dobré vnímat různé dimenze asexualitu: Někteří asexuálové nemají sice zájem o sex, ale dokážou si představit romantický vztah, jiní nevyhledávají ani jedno ani druhé. Obecně lze říci, že pokud se nám dítě svěří, že ho sexuální aktivity, případně i romantické vztahy nelákají, a že tato absence zájmu je trvalá, můžeme předpokládat asexualitu, ale je dobré zvážit i jiné možné příčiny (např. psychické problémy, ostýchavost, zdravotní indispozici). V případě vážných pochybností je možné vyhledat odbornou péči.

## JAK NEJLÉPE REAGOVAT, POKUD SE NĚKDO SVĚŘÍ S ASEXUALITOU?

**Miroslav Šubrt:** Důležité je téma nebagatelizovat stylem, že „to je jen fáze“, „jen jsi nenašel\* nenašla toho pravého“, danému člověku to nevymlouvat, neříkat hodnotící výroky stylu „asexualita je stejně jen XY“ apod. Naopak je možné říct „respektuji, že to takhle cítíš“, být otevřený k tomu poslechnout si, jak daný člověk svoji asexualitu prožívá, vyjádřit uznání toho, že se v souvislosti s takovým nastavením může ve společnosti potkávat s tlaky a překážkami.

## JAK POKRÝVAT TÉMATA SEXUALITY - AŽ UŽ V RODINĚ ČI VE ŠKOLE - VZHLEDEM K ASEXUALITĚ?

**Maroš Matiaško:** Problematika sexuální výchovy souvisí s cíli vzdělávání, které v § 2 odst. 2 formuluje školský zákon (561/2004 Sb.). Mezi tyto cíle zákon řadí nejenom zajistit rozvoj osobnosti člověka, který bude vybaven poznávacími a sociálními způsobilostmi, mravními a duchovními hodnotami nejenom pro občanský, ale i pro osobní život, ale i pochopení a uplatňování základních lidských práv a svobod spolu s odpovědností a smyslem pro sociální soudržnost. Jinak řečeno, vzdělávání nás má naučit být nejenom odpovědnými občany, ale směřuje i do osobní sféry, kdy nás má naučit úctě a respektu k rozmanitosti i ve vysoce intimní oblasti, jakou je sexualita člověka.



3.8

# Učitel Jakub

Příběh Jakuba začíná na venkově, v malé vesničce schované ve stínu jihomoravské Pálavy. Celé jeho dětství i dospívání bylo úzce svázáno s rodinným životem. Jeho prarodiče totiž získali v restituci jeden z místních vinogradů a úspěšně na něm rozjeli rodinné podnikání. I Jakubův otec pracuje většinu života v zemědělství. Pouze Jakubova máma je v jiném odvětví – vaří v místní hospodě. Díky tomu je Jakubova rodina známá po celé vsi, což se odráží v zapojení členů rodiny do komunitních akcí, ať už jde o výroční zábavy, či pravidelné nedělní mše v místním kostelíku. Během dětství i dospívání navštěvoval Jakub společně s kamarády ze vsi školu v nejbližším menším městě, kam se sjížděly děti ze všech okolních vesnic.

Nepsaným pánem Jakubovy třídy byl ranař Igor. Se svou partičkou kluků velmi rád říkal ostatním pomocí různých hanlivých označení – mezi jejich oblíbené patřilo „šprt“ a nebo „buzerant“. Někdy stačilo málo, aby se člověk stal obětí Igorovy zloby – třeba dostat dobrou známku (Ty šprte hnusnej!), nechtít hrát s ostatními fotbal (Nebud'buzzna a pojď!) nebo nedej bože uronit slzu, když učitelka zapisovala do žákovské pětku z matematiky (Hele! On brečí! Jen buzeranti brečí!). Igorovy variace slov „buzík“, „teplouš“ či „radiátor“ tak Jakub poslouchal většinu svého školního života. Občas se k posměchu i přidal, hlavně aby si Igor nevybral za terč jeho. Vyučující tyto slovní výměny skoro vždy ignorovali.

Jaká to byla v rodině i mezi sousedy sláva, když Jakubovi přišlo rozhodnutí o přijetí na vysokou školu. Z rodiny, kde měli všichni maximálně středoškolské vzdělání, vzešel vysokoškolák! Rodiče sice neradi, ale přesto smířeně akceptovali Jakubovo rozhodnutí nevěnovat se studiu zemědělství a jít si za svým snem – studovat pedagogickou fakultu a stát se učitelem angličtiny. Byl to právě první ročník na vysoké škole, kdy si Jakub začal všimnout, že s ním bude možná něco jinak, a začal otevřeněji přemýšlet o své sexuální orientaci. Do té doby ho nikdy moc nezajímaly řeči o holkách, které vedli spolužáci, ale nijak ho to nezaráželo – díky koníčkům a práci doma neměl čas a zkrátka ho nikdy žádná holka nezaujala (ale ani žádný kluk). Na vysoké škole se v něm ale něco probudilo, poprvé cítil nové emoce.

Bylo pro něj těžké to přijmout. Velmi mu tehdy pomohla spolužačka Verča, která měla přítelkyni. Až díky setkání s ní Jakub pochopil, že být gay není nic, za co by se měl stydět. Po nějaké době, kdy své pocity prozkoumával, se vyoutoval svým spolužákům a kamarádům. Začal se i aktivněji seznamovat pomocí různých mobilních aplikací. Mezi fotkami různých kluků našel Jakub i pár povědomých tváří z rodného kraje, a dokonce i jednu staronovou tvář – bývalého spolužáka Igora.

Přejezd mezi vysokou školou a domovem byl pro Jakuba vždy jako cesta do jiného světa. Zatímco ve škole a mezi kamarády mohl „být sám sebou“, doma naopak musel svou sexuální orientaci skrývat. Báł se reakcí svých rodičů i prarodičů. Pro Jakuba bylo těžké se doma svěřit, na druhou stranu jej ale štvalo neustále poslouchat otázky, proč nemá přítelkyni. Nakonec se rozhodl pro poněkud vyhýbavější cestu. Svě tajemství napsal na lísteček, který položil do ložnice rodičů těsně před tím, než odjel po vánočních svátcích zpět do školy. Rodiče lísteček našli ještě ten večer. Následující den máma Jakobovi zavolala a pověděla mu, že ho má ráda takového, jaký je. Hlavně ale aby to nikde moc nešířil, protože co by tomu řekli sousedi. Upřímně, ti ale Jakuba nijak netrápili.

Máma brečela dojetím, otec se dmul pýchou, zatímco babička jen litovala, že se dědeček nedožil této chvíle, kdy Jakub dostal z rukou promotora červený diplom a byl vybrán pro absolventský projev během promoce. I když bylo Jakobovi nabízeno doktorské studium, rozhodl se nastoupit do učitelské praxe jako učitel angličtiny na gymnáziu ve velkém městě. Nikoho na škole neznal a během přijímacího pohovoru o své orientaci nemluvil. Pár dní před přípravným týdnem však znervózněl: Co když jeho kolegům bude vadit, že je gay? A co když to nedej bože zjistí žáci? Co když mu žák řekne, že buzeranty neposlouchá? Na vysoké škole ho na takové věci nepřipravili. Z praxi ale věděl, že mnoho vyučujících se k LGBT+ tématům staví podezřívavě.

Jakubův přítel Honza mu radil, ať to nechá být, že se to časem poddá. Hlavně ať je sám sebou. S touto myšlenkou šel Jakub první den do nové práce. Kabinet s Jakubem sdíleli dva další vyučující – mladá angličtinářka Katka (která Jakobovi místy velmi připomínala jeho kamarádku z vysoké Verču) a starší, poněkud zdrženlivější kolega Bohuslav, který vyučoval zeměpis. Netrvalo dlouho a z Katky se stala Jakobova blízká kamarádka. Cítil se s ní dobře a poměrně záhy se před ní omylem vyoutoval, když řekl: Byli jsme s přítelem plavat. U tohoto coming outu byl i Bohuslav, který si pod vousy zamručel: To nám tady ještě chybělo, a odešel. Katka pak Jakobovi prozradila, že Bohuslav je silně věřící a že nemá „tyhle věci“ úplně v lásce. Tohle byla ale jediná epizoda, kdy se Jakobova orientace na půdě školy řešila. Ostatní vyučující ani vedení školy těmto záležitostem nevěnovali pozornost a s Jakubem řešili to, jak se mu učí a jak zvládá třídu.

Postavit se před studující a učit byla pro Jakuba velká výzva. Po čase si však zajel určitý systém a jeho oblíbenost u studujících narůstala. Přesto se snažil držet určitý profesionální odstup a před studujícími o svém soukromí moc nemluvil (což mu radili jak přítel Honza, tak kolegyně Katka). Studující však otázku svého vlastního soukromí brali úplně jinak. Jakuba překvapilo, když jedna studentka ve třetím ročníku řekla při konverzačním cvičení na téma uplynulého víkendu I was with my girlfriend and we watched movies. On sám by v tom věku něco takového nikdy neměl odvahu před spolužáky vyslovit, pokud by už tehdy vůbec věděl o tom, že je gay. Možná to byl právě tento zážitek, kdy si Jakub začal více všimnout dalších LGBT+ studujících ve škole, které předtím docela ignoroval – ať už to byly podobné výstupy v hodinách či za ruce se držící chlapci před školou. Objevil se dokonce trans studující v tranzici. Na poradě vyučující dostali doporučení, že ho mají oslovovat novým jménem Alex. Jakub ignoroval ironické mručení vedle sedícího Bohuslava o „54 pohlavích“ a snažil se si na novou situaci zvyknout a Alexe podporovat.

Ačkoliv to Jakub nevěděl, po škole se brzy šeptandou rozšířila informace, že je Jakub tzv. ally. LGBT+ studující se před ním nebáli tolik projevit svou identitu jako třeba v hodinách Bohuslava, kde nechtěli eskalovat větší konflikt. I studující, kteří zrovna hledali sami sebe a procházeli coming outem, hledali u Jakuba podporu. Například když

psali v angličtině eseje na téma „My Dreams“, kde bylo hlavním cílem využít různé formy podmiňovacího způsobu, upoutala jeho pozornost práce, v níž autor popisoval, že měl psychicky náročné období, protože se potýkal s přijetím své sexuální orientace. Napsal, že jeho největším snem je, aby to mohl sdělit svému okolí a především rodičům; ale neví, jak na to. Jakub váhal, jak na esej zareagovat. Probíral to i s kolegyní Katkou. Nakonec se rozhodl poslat danému studentovi email, poděkovat za důvěru a odkázat ho na poradnu Sbarvouven.cz.

Jednou v hodině prvního ročníku při tématu „My Hobbies“ Jakub použil video, v němž několik osob mluvilo o svých koníčcích a studující měli odpovídat na otázky v pracovním listu. Ve videu byl i chlapec, který se věnoval baletu a divadlu. Jen co promluvil, ozvalo se ze zadní lavice: Wtf, však on mluví jak buzerant! Jakub se rozhodl video zastavit a zareagovat na posměšné poznámky. Z původního záměru o nevhodnosti používání těchto výrazů se nakonec vyvinula spontánní debata o prosazování rovných práv pro LGBT+ lidi, do níž se zapojila skoro celá třída. Jakub se necítil moc dobře. Ne proto, že by se v těchto tématech neorientoval, ale nevěděl, jak má on sám reagovat. Snažil se proto diskuzi jen usměrňovat a moc toho neříkat. Překvapilo jej ovšem, že studující byli schopni povětšinou udržet diskuzi věcnou a kultivovanou.

Pak ovšem přišly otázky přímo na Jakuba: Co si myslíte o gayích, pane učiteli? a Znáte nějakého gaye? Takto přímého oslovení se Jakub obával. Nechtěl otázky ignorovat, ale zároveň nechtěl mluvit o svých názorech a zkušenostech. Tím však všetečné dotazy nekončily: My jsme slyšeli, že prý máte přítele! Sakra, jak se to dozvěděli? Oči všech studujících se upíraly na Jakuba. Cítil, jak mu všichni visí na rtech a čekají na jeho odpověď. Nakonec se rozhodl nic nezapírat a vyjít s barvou ven: Ano, mám přítele a znám hodně gayů. Takže co bych si asi o nich mohl myslet – jsou to lidé jako všichni ostatní, někteří fajn, jiní ne. Člověka nedefinuje jeho sexuální orientace, ale to, jakou je osobností a jaké má hodnoty. Odněkud zleva se ozvalo zašeptání: Vidiš, měla jsem pravdu! Následně studující pokračovali v debatě (konkrétně ve výčtu, kolik celebrit se otevřeně hlásí ke své LGBT+ identitě) a na Jakuba se už vůbec nikdo nedíval. Oddech si. Evidentně jeho partnerský život studující berou lépe, než si představoval.

Díky tomuto zážitku přestal Jakuba svazovat jeho vlastní strach, že nebude jako gay svou třídou přijímán. Začal přemýšlet o tom, jak by mohl podpořit studující, kteří bojují s hledáním své vztahové a sexuální orientace nebo genderové identity, a jak účinně vystupovat proti projevům homofobie ve třídách. Snažil se v tématu dál vzdělávat, hledá si k němu různé materiály pro využití v hodinách cizích jazyků i jako třídní a nebojí se o něm mluvit ve svém učitelském sboru, s rodiči studujících ani na sociálních sítích. Všem svým postojem ukazuje, že jako vyučující nemůžeme naše osobní zkušenosti ignorovat; naopak je můžeme využít k tomu, že nás zcitliví, abychom dokázali být lepší oporou pro naše studentky a studenty.

## JSOU NADÁVKAMI JAKO „BU\*\*\*ANT“, „BUZ\*\*\*“ OZNAČOVANÉ POUZE DĚTI, KTERÉ JSOU GAYI? JAKÉ KLIMA TO VYTVÁŘÍ VE TŘÍDĚ?

**Michal Pitoňák:** Tyto nadávky jsou častější zejména v takových prostředích, ve kterých je vnímán a převládající cisheteronormativní kontext legitimizuje – jinými slovy, kde osoby, které je používají, nevnímají, že jsou nemístné nebo že by za jejich použití čelili nějakému postihu či korekci (odsuzovačnému pohledu, okřiknutí či jiné formě odpovědnosti za tento mluvní akt). Klíčovým porozuměním při jejich užití ale je, že jsou projevy normativní moci, která souvisí s často nezpochybňovanými genderovými normami ohledně toho, jak se má nebo může projevat osoba vnímaná jako chlapec či dívka. Zde je pak vhodné vnímat, že tyto normy jsou individuální a k jejich překračování může docházet kýmkoliv nehlédě na jeho skutečnou nebo domnělou sexuální orientaci nebo genderovou identitu. V různých normativních kolektivech s různou mírou přípustnosti takových forem verbální anti-LGBTQ+ agresivity bude tedy nejen různá pravděpodobnost jejich výskytu, ale též různá míra pružnosti a striktnosti norem např. tzv. toxické maskulinity. Ve třídách, které se nacházejí ve svobodnějším, tedy méně cisheteronormativním kulturním prostředí, se pak budou moci studující svobodněji vyjadřovat o svých emocích či potřebách a jejich vztahy tak mohou být autentičtější.

## JAK MŮŽE ŠKOLA NASTAVIT PŘÁTELSKÉ PROSTŘEDÍ A PODPOŘIT BEZPEČNÝ COMING OUT?

**Viktória Beličáková:** Vyučující mohou podpořit coming out několika způsoby a není nutné začít s konkrétními kroky teprve tehdy, když se někdo z řad studujících vyoutuje. Nejlepší je vytvářet přijímající, podpůrné a ohleduplné prostředí bez ohledu na to, zda je mezi studentstvem někdo otevřeně queer. Bezpečné prostředí vyučující podporují například tím, že o LGBTI+ právech a zkušenostech LGBTI+ lidí hovoří průběžně, v rámci různých předmětů, že se nebojí a necítí se nejistě při pojmenovávání LGBTI+ identit a dokáží o LGBTI+ tématech mluvit s jistou mírou komfortu a orientují se alespoň v základech, jako jsou například správné definice jednotlivých identit či správná terminologie a respektující jazyk. Je také možné zapojit LGBTI+ témata v rámci projektových dnů či besed. Je dobré jednoduše se LGBTI+ reprezentaci nevyhýbat. Vyučující by také měli věnovat pozornost tomu, zda se v rámci třídního kolektivu nepoužívá nerespektující jazyk, urážky či různé stereotypy. Takové zmínky je nutno nepromlčovat, ale alespoň se k nim v krátkosti vyjádřit a adresovat jejich problematičnost způsobem, který dává studujícím prostor reflektovat dopad takového vyjadřování a chování. V případě, že se začíná nerespektující jazyk a stereotypizace zintenzivňovat, je dobré prozkoumat možné příčiny a zda jde o obecné používání takového jazyka nebo o adresování konkrétní osoby.

# ROZHOVORY

Tato kapitola přináší sérii rozhovorů s řadou osob, které mají z různého hlediska nějakou vazbu na mladé lidi s rozmanitými genderovými identitami a sexuálními orientacemi. Jedná se o klinického psychologa, psychoterapeuta, dvě osoby lektorující programy ve školách, sociálního vědce, školní psycholožku, právníka specializujícího se na školství a matku trans dítěte. Byly to tyto osobnosti, jejichž komentáři a zkušenostmi jsme doplňovaly předešlé příběhy, a v této části máte šanci je více poznat. U každé osoby uvádíme také jejich zájmena, která používají, když o sobě mluví. Jedná se o jeden ze způsobů, jak projevit svůj gender a zároveň i respekt k genderové rozmanitosti, neboť dáváme najevo, že si uvědomujeme existenci různých zájmen (ona, on, oni...).

Rozhovory (někdy stručně, jindy obsírněji) rozebírají, jaké jsou pohledy a zkušenosti těchto lidí, co považují za hlavní problémy a co se jim osvědčuje při jejich řešení. Školská témata jsou komplikovaná svojí komplexností. Každá expertíza je přitom důležitá a může nasvítit určitý aspekt, který potřebujeme do mozaiky lepšího porozumění konkrétním příběhům osob, s nimiž v pomáhajících profesích pracujeme a budeme pracovat.

Rozhovory vznikaly v průběhu roku 2023 a na začátku roku 2024. Probíhaly různými formami, podle toho, co daným osobám umožnily jejich pracovní a osobní povinnosti. Často šlo o dlouhý rozhovor tváří v tvář, z kterého jsme poté společnými silami vytáhli to podstatné. Jindy šlo o stručný online rozhovor. Rozhovory se lišily také v tom, zda využívaly tykání nebo vykání. To vyplývalo z toho, jak blízce se s danou osobou známe. Nemělo to však vliv na to, jakých témat se rozhovor týkal.

Věříme, že rozhovory nabídnou vyučujícím zajímavé postřehy vlastní jiným pracovním perspektivám, než jsou ryze učitelské. Díky nim mohou vyučující obohatit své vlastní pohledy, seznámit se s poznatky vyplývajícími z jiných oborů a zvýšit svoji citlivost vůči potřebám LGBT+ studujících.

# Psychoterapeut Miroslav Šubrt (on): Identita lidí je mnohovrstevnatá, měli bychom se víc ptát a méně předpokládat

## JAK SE JAKO PSYCHOLOG VZTAHUJEŠ K TÉMATU LGBTQ+ (MLADISTVÝCH)?

Jsem psycholog a psychoterapeut v soukromé praxi, který terapeuticky pracuje s lidmi z oblasti genderové, sexuální a vztahové rozmanitosti. Mezi moji klientelu spadají i mladiství. Několik let jsem také dobrovolničil jako mentor v online LGBTQ+ poradně Sbarvouven.cz. Sám se identifikuji jako queer.

## CO PODLE TVÉ ZKUŠENOSTI ŘEŠÍ LGBTQ+ MLADÍ LIDÉ V TERAPII/PORADENSTVÍ NEJČASTĚJI?

Nejčastěji s nimi řeším otázky spojené s vnitřním a vnějším coming outem. Menší část mých klientů a klientek si teprve ujasňuje svoji identitu, ale většinou poskytují podporu ve věci otevření se svým blízkým, spolužákům nebo vyučujícím ve škole. Často také podporují trans\* lidi v procesu tranzice.

Queer lidé samozřejmě řeší témata společná pro všechny lidi: zapadnutí do kolektivu, hledání a udržování blízkých vztahů, depresivní nebo úzkostné prožívání, posilování dobrého pocitu ze sebe, hledání rovnováhy mezi školními povinnostmi a volným časem... Často se však i zde najde průnik s problémy spojenými s queer identitou. Bohužel občas své klienty a klientky podporuji v rámci uzdravování se z traumat spojených s násilím z nenávisti (fyzické/psychické napadení, kde je LGBTQ+ identita jako hlavní důvod).

## JAK SE VYVÍJÍ PŘÍSTUP PSYCHOLOGIE K LGBTQ+ LIDEM?

V dřívějších dobách bohužel psychologie queer lidem nejen nepomáhala, ale i velmi ubližovala. Někteří psychologové například podporovali „konverzní terapii“, tedy různé škodlivé a nefunkční metody určené ke změně sexuální orientace nebo genderové identity. Problematika LGBTQ+ lidí se ve 20. století silně medicinalizovala, což nás sice uchránilo od nálepky „hříchu a zločinu“, ale na druhou stranu nás to stigmatizovalo jako nemocné nebo „porouchané“. Postupně se však vršily důkazy, že LGBTQ+ lidé nejsou inherentně psychicky nemocní (naopak jsou často velmi schopní, empatičtí a sociálně inteligentní).

V současné době chápeme LGBTQ+ identitu jako zdravou variantu v rámci lidské rozmanitosti, a naopak zkoumáme vliv menšinového stresu, který na LGBTQ+ lidi působí. Menšinový stres vzniká, protože jako LGBTQ+ lidé čelíme předsudkům a nebezpečí verbálního i fyzického násilí. Vybrání si daň na našem duševním i fyzickém zdraví. Zároveň jsme zjistili, že jde dobře umenšovat zaváděním rovné dostupnosti společenských institucí (např. manželství pro všechny páry). Tyto souvislosti krásně ukazují na to, jak mohou zákony ovlivňovat jednotlivce.

## EXISTUJE NĚJAKÝ STEREOTYP Z HLEDISKA PSYCHOLOGIE SEXUALITY A GENDERU, KTERÝ BYS RÁD VYVRÁTIL?

V současné době objevujeme, jak těžké je mluvit o nějakých diskrétních kategoriích v oblasti sexuality a genderu, obzvláště když se zajímáme o jednotlivce, který stojí před námi. Identita lidí je často mnohovrstevnatá, na jejím formování se podílí nejen biologické, ale i psychologické a sociální faktory. V praxi to znamená, že bychom se měli více doptávat než předpokládat, že když známe nálepku, například „lesba“, tak víme všechno. Na začátek se stačí zeptat: „Co znamená [toto slovo] pro tebe? Ptám se, protože každý je jedinečný a může této nálepce dávat jiný obsah.“





## CO BYS NA ZÁKLADĚ SVÉ VLASTNÍ ZKUŠENOSTI PORADIL DOSPĚLÝM, KTEŘÍ PRACUJÍ S (NEJEN) LGBTQ+ MLADÝMI LIDMI?

Určitě bych poradil snažit se od tématu neutíkat, projevit zájem a otevřenost, ale zároveň ponechat prostor, když ho mladý člověk potřebuje. Nechat se poučit, ale zároveň se v oblasti sexuální, genderové a vztahové rozmanitosti vzdělávat, protože není dobré z klientů a klientek dělat „informátory“. Všichni máme nějaké základní lidské potřeby, nejinak to mají LGBTQ+ lidé. Zajištění diskrétnosti a respektu k osobní integritě a důstojnosti je velmi důležité. Neříkáme rodičům ani kolegům to, co (jen) nám dítě svěřilo v soukromí. Podporujeme dospívajícího, aby si svůj coming out řídil sám ve svém tempu. Je dobré si být vědom toho, že ve společnosti je stále velká míra homofobie a trans-fobie, a zkusit si zreflektovat své vlastní předsudky. Ti, kteří si o sobě myslí, že vůbec žádné předsudky nemají, si je často jen neuvědomují a pak na základě nich jednají.

4.2

## Klinický psycholog Tomáš Kufa (on): transgender a genderová dysforie není totéž

### SEDÍME VE VAŠÍ KANCELÁŘI NEBO SPÍŠ ORDINACI. POPIŠTE NÁM PROSÍM, V ČEM SPOČÍVÁ VAŠE PRÁCE KLINICKÉHO PSYCHOLOGA?

Pracuji na lůžkových odděleních psychiatrické kliniky a částečně v ambulanci. Moje ambulance je specifická tím, že ke mně přicházejí zejména mladí lidé s genderovou dysforií ve chvíli, kdy už vážně zvažují kroky v rámci medicínské tranzice. To znamená, že to jsou lidé, kteří vidí, že řešení jejich genderové dysforie je potřeba udělat na úrovni těla. Buď hormonálně, nebo postupně i nějakými chirurgickými zákroky.

Na lůžkové psychiatrické oddělení se dostává celé spektrum LGBTQ+ lidí stejně jako zbytek populace v jakýchkoliv jiných situacích, tedy s úzkostně depresivními potížemi, po sebevražedných pokusech i se závažnými duševními onemocněními.

## ZAZNAMENAL JSTE BĚHEM VAŠÍ KLINICKÉ PRAXE VÝVOJ V PRÁCI S TRANS LIDMI A TRANS TÉMATY?

Jako klinický psycholog pracuji dvanáctým rokem. Řekl bych, že deset let zpátky tato problematika nikoho nezajímala. Nemyslím to nijak zle, ale bralo se to jako raritní, specializovaný, úzký problém, který se řeší na sexuologii. Od roku 2017/18 zažíváme výraznou změnu. Někdo dokonce říká genderovou revoluci. Vztah ke svému genderu se stal klíčovými tématem současné generace. Myslím, že předchozí generace to téma tak intenzivně neprožívaly. Trans lidí do psychologických, psychiatrických a sexuologických služeb přichází mnohem víc. A tím pádem roste i zájem o informace ze strany jiných profesionálů, psychiatrů, kliniků. Potřebují porozumět tomu, co se vlastně děje.

### TAKŽE Z VAŠICH ZKUŠENOSTÍ VYPLÝVÁ, ŽE ROSTE MNOŽSTVÍ LIDÍ, KTEŘÍ GENDEROVOU IDENTITU OSOBNĚ ŘEŠÍ, TÍM SE TÉMA SAMOTNĚ VÍCE ETABLUJE A ODBORNÁ KOMUNITA HO POVAŽUJE ZA RELEVANTNĚJŠÍ.

Určitě každý z nás teď má klienty, kteří jsou trans nebo mají genderovou dysforii nebo jsou nebinární. Před pár lety ještě byla spíš tendence odesílat trans lidi na specializované pracoviště. Dneska už všichni vzali docela přirozeně za své, že trans lidé jsou naše běžná klientela, která k nám bude chodit. To znamená, že je iluzorní předpokládat, že budeme každého někam posílat. Nedávno jsem dělal školení pro klinické psychology – někteří z nich byli z malých měst, malých okrajových regionů – a všichni říkali: „Jo, máme jednoho až dva trans klienty.“ To pro mě bylo potěšující. Už je ani nenapadlo, že by je měli někam posílat a propadat iluzi, že jedině v Praze nebo v Brně se jim dostane adekvátní péče. To si myslím, že se mění. Spousta kolegů s těmito klienty pracuje ráda. Mám pocit, že už trochu opadáva ta úzkost vzít si trans člověka do terapie nebo na diagnostiku.

### SLEDUJETE KROMĚ NARŮSTAJÍCÍHO POČTU I PROMĚNU VE SLOŽENÍ KLIENTŮ, KTEŘÍ K VÁM PŘICHÁZEJÍ?

Přicházejí mladší lidé. To by asi určitě řekli především starší kolegové. Zhruba 15 let zpátky přicházeli typicky lidé mezi 18. a 25. rokem, dneska jsou nejčastěji mezi 13. a

20. rokem. Takže vstupní věk, kdy zvažují medicínské intervence, je mnohem nižší. A mění se i spektrum lidí. Stále stejnou zůstává skupina lidí, které přivádí rodiče a říkají: „Narodila se nám Lucie, od pěti let víme, že je to Kuba, protože v šesti letech to bylo stejné, v sedmi to bylo stejné, v osmi pořád nosí kalhoty a nechce nosit šaty, tak jsme tedy v devíti letech tady, abychom se zeptali, co máme dělat nebo co bude dál.“ Zdá se mi, že se trochu snižuje jejich věk. Tyhle Lucie/Kubové dříve přicházeli nejčastěji v 15 a dneska přicházejí s osvěceny rodiči v 11.

## TRANS LIDÉ S PROJEVY OD DĚTSTVÍ JSOU TEDY STABILNÍ KLIENTELOU. PŘICHÁZÍ I NĚJAKÝ NOVÝ TYP LIDÍ S ODLIŠNÝMI PŘÍBĚHY?

Noví jsou pro nás lidé, kteří přicházejí v 18 letech a svoji genderovou identitu si uvědomili před rokem nebo rokem a půl. Tuhle část lidí jsme dřív nevidali a pro odborníky představuje velké otázky.

Novinkou je i malá podskupina trans lidí, kteří mají přidružené vážné duševní potíže. To znamená velmi výraznou sebevražednost, která je pro LGBTQ+ komunitu sice obecně typická, ale pro tuto podskupinu je mnohem typičtější. Dále to jsou poruchy příjmu potravy, závažnější úzkostně depresivní stavy a hraniční vývoje osobnosti. Postupy zavedené od 90. let je potřeba revidovat a reflektovat s ohledem na potřeby této populace.

## ŘÍKAL JSTE, ŽE OSMNÁCTILETÍ JSOU PRO ODBORNÍKY OTAZNÍKEM. V JAKÉM SMYSLU?

Myslím, že došlo k takovému – pro mou klinickou praxi užitečnému – rozdělení. Jedna věc je transgender identita a druhá věc je genderová dysforie. Člověk různým způsobem vnímá svůj gender, různě ho prožívá, různě ho vyjadřuje. Ať už na trans nebo na nebinárním spektru. Genderová dysforie je ale věc druhá. Je to nějaký výrazný nekomfort, ať už v sociálních situacích, nebo tělesný, který významně zasahuje do mého fungování. To znamená, že mi nějak vadí některé části mého těla. Myslím si, že není neúžitečné tyto dvě věci, které spolu velmi úzce souvisí, trochu rozpojit a trochu o nich přemýšlet odděleně.

Jedna věc je poskytovat lidem oporu nebo možnost svobodného vyjádření podle toho, jak se cítí. A druhá věc je, jestli pro lidi s genderovou dysforií jsou vždy na místě medicínské zásahy a hormonální tranzice. Začíná se ukazovat, že ne vždy je toto jediná cesta a forma péče. Dříve se předpokládalo, že transsexualita (tehdejší termín, dnes se používá genderová dysforie) je vždy jedno a to samé. A pro všechny tyto lidi že je dobrý nápad jít do medicínské tranzice – a většině lidí to i vyhovovalo. Tohle už si dneska nikdo moc nemyslí, máme diferencovanější pohled. U té podskupiny ve věku kolem 18 let se zdá, že dobrý nápad je sociální tranzice, aby ten člověk opravdu věděl, jak fun-

guje. Některým toto úplně stačí, jiní potom potřebují medicínské intervence. Zpravidla je zapotřebí zahájit psychologickou a psychiatrickou péči souběžně a pak se uvidí, co z tohoto komplexního obrazu vykrystalizuje, co ten člověk doopravdy potřebuje.

## ČÍM SI VYSVĚTLUJETE, ŽE K VÁM PŘICHÁZEJÍ MLADŠÍ LIDÉ NEŽ DŘÍV?

Vysvětluji si to mnohem větší vizibilitou v médiích. Člověk může sám sebe zahlédnout a zjistit, že není jediným zvláštním „ufonem“ na planetě. Že jsou i další lidé, kteří cítí a přemýšlejí podobně. Navíc poprvé o sobě skupiny mladých lidí dokážou vypovídat a nepotřebují k tomu tradiční média. Před 15 lety nikdo neudělal rozhovor se 13letým člověkem o jeho prožívání, který by vyšel ve větším formátu. Dnes každý 13letý, který má Tik Tok nebo Youtube kanál, zcela svobodně mluví o své vnitřní zkušenosti. A jiní 13letí či 11letí lidé se s ním můžou identifikovat nebo zjistit: ano, tohle mi něco připomíná, tohle je pro mě podobné. Myslím, že toto jsou dva výrazné faktory, které k tomu nárůstu mladých asi přispěly nejvíce.

## PŘED CHVÍLÍ JSTE ZMÍNIL ZAJÍMAVÝ POJEM „GENDEROVÁ REVOLUCE“. CO JÍM PŘESNĚ MYSLÍTE?

Myslím si, že současnou generaci studentů možná konečně začaly více ovlivňovat feministické myšlenky. Ty nebyly před 15 lety tolik reflektované, nepromlouvaly do běžného diskurzu mladého člověka. Proč se to tak děje, jestli doháníme myšlení 70.–80. let na Západě, to vlastně nevím. Ale přijde mi, že myšlenky genderové teorie, queer teorie, feministické teorie jsou najednou přítomné mnohem více ve veřejném prostoru a odstartovaly obrovskou diskuzi o tom, co je muž, co je žena, co jsou nějaké přirozené role, co jsou očekávání, co je potřeba dekonstruovat. Někdy se až leknu, že je to možná až moc radikální. Vybavuji si některé klienty, kteří měli představu, že být ženou v současné společnosti je opravdu jenom utrpení. Představy o genderu můžou být rigidní nejenom na tom pólu, že muž nebo žena mají naplnit nějaké až kýchovité stereotypy, ale i na druhém pólu, že současná společnost nepřeje vůbec ničemu. A když se to spojí ještě s obdobím dospívání, které je přeci jen polarizující a v názorech trochu extrémní, vytvoří to zajímavou směs.

**MOJE ZKUŠENOST SOUZNÍ S TÍM, CO ŘÍKÁTE. PŘIPADÁ MI TO VELICE RISKANTNÍ Z HLEDISKA GENERAČNÍHO KONFLIKTU. AŽ UŽ VE ŠKOLÁCH NEBO U RODIČŮ SE SETKÁVÁME S TAKOVOU NEDŮVĚROU K POCITŮM TRANS DĚTÍ! PRO STARŠÍ GENERACE TO BÝVÁ NESROZUMITELNÉ, DO VELKÉ MÍRY I PROTO, ŽE JIM CHYBÍ TY TEORETICKÉ NÁSTROJE A POJMY.**

Ano, myslím, že to je téma, do kterého je obtížné ve vyšším věku vplout. A vyšším věkem teď nemyslím jen 55 nebo 70, ale i svých 35. Zdá se, že ta změna ve společnosti nastala velmi rychle a bouřlivě. I na sobě jsem cítil, že některé věci musím dohánět, a to k té generaci ještě nemám tak daleko.

**VRAŤME SE JEŠTĚ K TOMU SLOŽENÍ VAŠÍ KLIENTELY. MLUVIL JSTE O ZMĚNĚ VE VĚKU. NASTALA V POSLEDNÍ DEKÁDĚ NĚJAKÁ ZMĚNA V PODÍLU TRANS MUŽŮ A TRANS ŽEN?**

Od roku 2015 vidíme nově obrovskou diskrepanci, a to nejen v ordinacích, ale i ve výzkumech. Dříve lehce převažovali lidé, kterým bylo při narození připsané mužské pohlaví. Dnes velmi dramaticky převažují lidé, kterým bylo při narození připsané pohlaví ženské. To znamená, že tzv. biologické dívky dneska převažují. Z hlediska počtu vidíme exponenciální nárůst právě u lidí s připsaným ženským pohlavím, zatímco u lidí s připsaným mužským pohlavím je to drobný lineární nárůst, který by se mohl interpretovat právě větší dostupností informací nebo větší vizibilitou atd.

Ale zdá se, že u adolescentních biologických dívek se děje nějaká velká změna, což platí i o cis dívkách. Bývají mnohem častěji klientelou psychologické a psychiatrické péče. Jestliže dnes mluvíme o krizi psychiatrické a psychologické péče o adolescenty, měli bychom správně říkat „o adolescentní dívky“. Dříve bývali na lůžkových odděleních dětské psychiatrie téměř dominantně kluci s poruchami chování, kterým bylo mezi 8 a 12 lety. Dnes je většina těchto oddělení plná dospívajících dívek, ať už cis, nebo trans, kterým je od 13 do 17 let a které tam jsou s výraznou emoční dysregulací a po sebevražedných pokusech. Tu krizi vnímáme i tady na dospělé psychiatrii, protože skoro každý týden je tu jedno lůžko uvolněné pro 16–17letou dívku, neboť dětská lůžková psychiatrie nemá šanci tento příliv pojmout.

**VYSVĚTLUJETE SI TO ZMĚNAMI VE SPOLEČNOSTI, KTERÉ JSTE PŘEDTÍM POPISOVAL, NEBO PRACUJETE S NĚJAKÝM JINÝM VYSVĚTLENÍM?**

Odpovědi se hledají. Uvažuje se o neurobiologických změnách vlivem užívání technologií. Rodiče občas říkají: „To má z těch sociálních sítí, ona to tam odkoukala.“ Takhle jednoduché to ale není. Vztah k sociálním sítím je mnohem komplexnější, mají své benefity i rizika. Ale zdá se, že to, že máme dostupnou technologii v kapse, s námi něco udělalo. Kdykoliv si vzpomeneme, můžeme nasytit až přehltit náš dopaminový systém. Co s tím budeme dělat do budoucna, se ukáže teprve v budoucnosti.

**ALE DOSTUPNOST TECHNOLOGIÍ JE SHODNÁ I PRO CHLAPCE, TAK PROČ VÍC OVLIVŇUJE PSYCHICKÉ ZDRAVÍ DÍVEK?**

Dostupnost je shodná i pro chlapce, jenomže se zdá, že pro ně je dospívání pod boostem testosteronu prostě snazší. A tím vůbec nechci umenšovat to, že kluci mají své komplikované příběhy a své komplikované dospívání. Ale dívky ho mají mnohem komplikovanější. Estrogen zcitlivuje a zejména pro nějaké dívky není dospívání vůbec příjemné období. Ať už proto, že začnou být vnímané jako sexuální objekty, že se jim začne měnit tělo ne zrovna vždycky příjemným nebo očekávaným způsobem atd. To se klukům v zásadě tak moc neděje.

Navíc se ukazuje, že kluci používají technologie odlišným způsobem. Před 15 lety jsme se hrozně báli, že nám kluci sedí u počítačových her a co z toho bude. Buď jsme si na to zvykli, nebo se toho moc nestalo. Když kluci hrají počítačové hry, komunikují s jinými kluky a domlouvají strategii na to, jak ta monstra postřílet. To je úplně jiné chování, než když si mladá dívka otevře Tik Tok a jenom pasivně sjíždí feed, který jí navíc algoritmicky vybere obsah se sebepoškozováním, s dietami atd. A ukazuje se, že nejrizikovější je pasivní konzumace sociálních sítí, která trvá hodiny denně, a vede tak k izolaci. Vytváření obsahu je lepší a komunikace s vrstevníky ještě lepší. V tomto ohledu se počítačové hry nejeví tak rizikové, jak jsme si mysleli.

## JAKÁ JE KONKRÉTNĚ VAŠE ROLE, KDYŽ K VÁM DO ORDINACE PŘIJDE MLADÝ ČLOVĚK, KTERÝ PREFERUJE MEDICÍNSKOU TRANZICI?

Ke mně přijdou lidé předvybraní od sexuologa. To znamená, že nejdříve kontaktovali sexuologa, který je posílá na tzv. povinné klinicko-psychologické vyšetření. Sexuologové by dnes stáli o to, aby minimálně část těchto mladých lidí docházela nejdříve na psychoterapii a až potom přes sexuologa zahájila medicínskou tranzici. Uvidíme, co se v této oblasti stane.

Dostávají se tedy ke mně lidé, kteří už něco prošlapali. Jestliže před 10 lety se člověk k sexuologovi objednal do čtyř týdnů, dnes je běžná čekací doba v Praze tři čtvrtě až jeden rok. Potom vystojí druhou velkou frontu ke klinickému psychologovi, opět půl až tři čtvrtě roku. Takže tady máme člověka po 1,5 roce od momentu, kdy ho napadlo, že medicínská tranzice bude jeho cesta. To samozřejmě vytváří tlak na něj i na medicínský systém.

## S JAKÝMI PŘÍBĚHY TITO LIDÉ PŘICHÁZÍ?

Občas přijdou mladší lidé třeba v 11 letech, které sexuolog zná od jejich osmi let a říká: „Je to už tři roky pořád stejné.“ Teď je mu 11 a půl, pomalu u něj začíná puberta a sexuolog s rodiči i s tím velmi mladým člověkem začíná uvažovat o tzv. blokáde puberty. To znamená zabrání se tomu, aby proběhla puberta v původním pohlaví, a o něco později, kolem 15.-16. roku života se nasazují hormony opačného pohlaví. To je taková jedna situace, kterou máme tendenci vnímat relativně nekomplikovaně. Protože rodiče říkají: „My jsme to vlastně věděli vždycky, nám to bylo od těch 4-5 let jasné.“ Většinou jsou tyto rodiny nekomplikované a sociální tranzice už dávno proběhla, obvykle tak v sedmi nebo osmi letech. To znamená, že do ordinace přichází 11letá holčička, ve které bych řekl, že i mým trochu zkušeným okem je těžké vidět biologického chlapce.

## TO BYL JEDEN TYP PŘÍBĚHU. JSOU I DALŠÍ?

Potom přicházejí lidé kolem 14.-15. roku a rodiče říkají: „No, typická holka to nebyla, ale kluk to také úplně nebyl. Prostě takové nějaké dítě, které to neřešilo. Nenosila šaty, nosila kalhoty, bavila se s kluky i s holkami, bylo to takové různé.“ A od 12 let, když začala menstruace a začala růst prsa, se najednou cítí jako kluk, objevilo se třeba sebepoškozování a podobně. Tohle potom zasluhuje větší pozornost.

Třetí situace obvykle nastává, když přijde člověk v 17-18 letech. Říká, že subjektivně začátek puberty šel, z menstruace není nadšený, ale je to nějaká realita života. „Z toho, jak vypadá můj hrudník, taky nejsem nadšený, ale prostě se to nějak dá. Ale v mých 16 to začalo a teď v 17 letech jsem tady, protože bych chtěl podstoupit medicínské změny.“

## JE MEZI DRUHÝM A TŘETÍM TYPEM PŘÍBĚHŮ NĚJAKÁ PODOBNOST?

Bývá mezi nimi plynulý přechod, který je pro nás různě komplikovaný. Právě proto je užitečné přemýšlet o tom, že trans identita je jedna věc a genderová dysforie věc druhá. Na genderovou dysforii chce člověk nějak zareagovat. Během vyšetření tedy mapujeme celkově jeho duševní stav, celkový vývoj jeho genderové identity, jak se dysforie projevuje, jestli je stabilní celý den, jestli závisí na náladě, jestli ji pociťuje mezi lidmi, nebo i o samotě doma mu jeho tělo opravdu hodně vadí, jestli mu vadí specifické části těla atd. Je tam spousta aspektů, které je potřeba zhodnotit. Podle toho pak doporučujeme sociální a eventuálně medicínskou tranzici a jejich načasování i různé formy spolupráce s psychoterapeutem a psychiatrem podle přidružených obtíží.

## JINÝMI SLOVY - ABY SE DANÝ ČLOVĚK ZAČAL PROJEVovat VE SHODĚ S GENDEROVOU ROLÍ, KTERÁ ODPOVÍDÁ JEHO PROŽÍVÁNÍ, ZAČAL POUŽÍVAT TAKOVÉ JMÉNO, JAZYKOVÝ ROD, OBLEČENÍ ATD.

U velké části těchto lidí už sociální tranzice proběhla svépomocí. Mladý člověk nepotřebuje razítko psychologa ani psychiatra na to, aby experimentoval se svým genderem. To by měl naopak udělat předtím, než k nám přijde, pokud je to pro něj bezpečné a je ve vlídném prostředí. Ale my doporučíme sociální tranzici včetně úředních kroků, jako je např. změna jména. Doporučíme i tranzici ve škole a v dalších formálních situacích s učiteli. A poté vidíme, jestli se tomu člověku ulevilo, nebo ne. Zda jeho psychické potíže byly „sekundární“ k tomu, že pro něj bylo těžké se ve svém genderu vyznat, nebo jestli to s jeho psychickými potížemi neudělalo nic. V tento moment a někdy už na základě vstupního vyšetření doporučujeme psychoterapii a jsme poměrně váhaví s okamžitým začátkem medicínské tranzice. Zpravidla ta cesta tedy začíná sociální tranzicí a psychoterapeutickou péčí a až potom postupně pokračuje pozvolnějším tempem medicínskou tranzicí.

## JAK BY SE IDEÁLNĚ MĚLA SOCIÁLNÍ TRANZICE PROJEVIT NA PSYCHICKÉ POHODĚ TRANS LIDÍ?

Ukazuje se, že by sociální tranzice sama o sobě měla snižovat sebevražednost na úroveň běžných adolescentů. Spousta adolescentů je ohrožených sebevražedným chováním a u těch, kteří se identifikují jako LGBTQ+, to platí ještě více. Ale ukazuje se, že po-

kud je prostředí přijímající, zejména ve škole, u rodičů, vrstevníků, a akceptuje identitu toho člověka a jeho projev, sebevražednost sice neklesá na nulu, jak bychom si přáli, ale klesá na úroveň běžných vrstevníků. To je pro nás důležité.

Medicínská tranzice není řešením psychických potíží, ale měla by reflektovat touhu člověka opravdu modifikovat své tělo tak, aby se v něm cítil lépe, živější, eventuálně sexuálněji. Aby mohl jednodušeji vstupovat do vztahů a tak. To je obrovský benefit, ale není to lék na duševní potíže, byť samozřejmě celková duševní pohoda, kterou často přinese, se odrazí i na snížení některých duševních potíží. Genderové, sexuální a duševní zdraví je komplexně propojeno.

**POPSAL JSTE PESTROU NABÍDKU PÉČE, KTERÁ MŮŽE PODPOŘIT KOMPLEXNÍ SEBEPOZNÁNÍ MLADÉHO ČLOVĚKA TAK, ABY ROZHODNUTÍ O TRANZICI UDĚLAL S ÚPLNOU JISTOTOU. ZÁROVEŇ JSTE ALE ŘEKL, ŽE MÁME OBROVSKÉ PŘETÍŽENÍ SYSTÉMU PÉČE. CO BYSTE DOPORUČIL RODIČŮM DĚTÍ V NIŽŠÍM VĚKU NEBO VE STŘEDNÍ ADOLESCENCI, KDYŽ PŘED SEBOU MAJÍ MINIMÁLNĚ ROK ČEKÁNÍ NA ODBORNOU KONZULTACI? CO MAJÍ MEZITÍM DĚLAT, ABY TEN ČAS BYL VYUŽITÝ NĚJAK KU PROSPĚCHU?**

Psychoterapii člověk může zahájit kdykoliv bez toho, aby mu to sexuolog nebo klinický psycholog doporučil či nařídil. S vědomím, jak je velmi náročné psychoterapii sehnat, si myslím, že by to měl být první krok, zvláště pokud člověk cítí nějaké psychické potíže. Navíc to je další fronta, kterou bude po frontě na sexuologa a klinického psychologa stát, takže to dohromady mohou být až dva roky, což je strašně dlouho. Myslím, že se to ti mladí lidé už naučili, takže začínají stát ty fronty současně – píšou už rovnou nám, když jsou teprve objednaní na sexuologii. To mi nepřijde jako úplně špatný přístup. Když má člověk jakékoliv psychické potíže, měl by se rovnou zaměřit i na ně.

**TOTO MOHOU OŠETŘIT SPÍŠ RODIČE. CO BY Z VAŠEHO POHLEDU MOHLI DĚLAT VYUČUJÍCÍ TAKOVÝCH DĚTÍ?**

Měli by vytvářet podporující, respektující prostředí. Reagovat na známky transfobie a homofobie. Mladí lidé dnes už sami vytvářejí prostředí, které je otevřené různosti. Nadávky, které se používají, a občas i kontext, ve kterém se použijí, vlastně nutně

neodkazují k projevům homofobie nebo transfobie, byť pro člověka, jehož se to týká, je to samozřejmě bolestné.

Druhá část se týká toho, že mladí trans lidé si potřebují uvědomit a zkoumat své tělo. Tělo není jenom hrudník, který mě velmi omezuje, to tělo má ruce, nohy, může mě někam dopravit. Můžu prožívat jiné radosti, které jsou s tělem spojené. Být v některých situacích to moje tělo představuje obrovský diskomfort. Takové uvažování mohou vyučující podporovat.

A nakonec sociální tranzice. Dříve se to interpretovalo tak, že je potřeba razítka, a tak škola čekala na zprávu od sexuologa. Pokud je škola vstřícná a domluví se s rodiči, může na novou identitu studujícího samozřejmě přistoupit od nového školního roku nebo od jiného momentu, který se zdá příhodný a který si ten mladý člověk sám zvolí z vlastní iniciativy. Ale pro některé mladé lidi je to věc, kterou si chtějí řešit jenom ve vrstevnickém kolektivu a vlastně žádné požadavky na vnější svět nevznáší.

**A POKUD MLADÍ TRANS LIDÉ POŽÁDAJÍ VE ŠKOLE O OSLOVOVÁNÍ JINÝM JMÉNEM A JINÝM RODEM?**

Škola by na to měla zareagovat a říct: „Jo, pojďme si sednout k jednomu stolu a pojďme to nějak udělat, aby tvoje existence tady byla snazší.“ A případně i kontaktovat chatové poradny, ať už Sbarvouven nebo Transparent, eventuálně právě vznikající Národní linku pro sexuální a genderové zdraví. Ty bývají většinou flexibilnější, rychlejší.

Možná se dočkáme i toho, že na školách budou fungovat nějakí allies<sup>33</sup>. Dítě a mladý dospívající člověk uvidí, že žijí dospělí lidé, kteří jsou gayové, lesby, trans lidé a kteří učí, dělají lékaře, psychology, prodávají v masně, natírají střechy a opravují auta. To je důležité. Uvidí, že období dospívání, hledání a čekání je těžké a složité, ale jednou skončí a bude líp.

<sup>33</sup> Anglické slovo ally lze přeložit jako spojenec. Označují se jím lidé, kteří bez ohledu na svou genderovou identitu nebo sexuální orientaci nejsou lhostejní k situaci LGBTQ+ osob a aktivně jim pomáhají, zastávají se jich, či šíří osvětu o tématu.

## **ŠKOLY SE NĚKDY OBÁVAJÍ POSKYTOVAT PODPORU MLADÝM TRANS LIDEM PŘEDTÍM, NEŽ PŘIJDE ODBORNÉ VYJÁDRĚNÍ. ŘÍKAJÍ, ŽE NECHTĚJÍ LEGITIMIZOVAT CESTU, KTERÁ JE MOŽNÁ JENOM PUBERTÁLNÍ MANÝROU. VÁŠ POSTOJ ALE JE, ŽE JE LEPŠÍ DÁT PROSTOR KE ZKOUŠENÍ ALTERNATIVNÍCH GENDEROVÝCH IDENTIT UŽ PŘEDEM?**

Myslím si, že ano. Je to velká úzkost škol a přenesená úzkost rodičů, kteří se bojí, že když mladého člověka doma začnou oslovovat jménem, jaké je pro něj komfortní, do slova ho tím vedou na operační stůl. Ale paradoxně opak bývá pravdou. Řekl bych, že ideální je být půl kroku za dítětem, které trochu určuje směr a já jako rodič nebo učitel ho případně chytну, když bude padat. Je to užitečnější než stát proti němu a říkat mu nesmíš. To totiž vytváří vzdor, kdy se určité potíže spíše utvrzují a nevede to k ničemu užitečnému.

Ve své praxi jsem viděl pár lidí těsně po 18. narozeninách, kteří tryskem běželi pro hormony, protože jejich rodinné prostředí bylo velmi restriktivní. A naopak liberálnější prostředí vytvořilo situaci, kdy ve 14 letech dítě přišlo s tím, že je Alex a potřebuje hormony a operaci. Rodiče i škola reagovali: „Tak jo.“ A ten samý Alex v 17 letech řekl: „Jsem pořád Alex, potřebuji mužské zájmeno, je pro mě důležité, jak se oblékám, jak se prezentuji, moje identita se nezměnila, ale operaci vlastně nechci nebo možná, teď nevím.“

## **MLUVIL JSTE O HLEDÁNÍ. DOPORUČIL BYSTE FILMY A LITERATURU JAKO BEZPEČNOU FORMU EXPERIMENTOVÁNÍ, KDY MAJÍ MLADÍ LIDÉ MOŽNOST REFLEKTOVAT SVÉ POCITY I S NĚKÝM JINÝM NEŽ JENOM S VRSTEVNÍKY, KTERÍ POTVRZUJÍ URČITÉ ČTENÍ? NA DRUHOU STRANU NĚKTERÍ RODIČE ČI VYUČUJÍCÍ SE BOJÍ, ŽE TAKOVÉ FILMY A KNIHY, NAPŘ. SRDČERVÁČI, VLASTNĚ DĚTI NAUČÍ, JAK SE MAJÍ CÍTIT. TAKŽE TO PAK NEBUDOU JEJICH VLASTNÍ POCITY, ALE PŘEVZATÉ. JAKÝ JE VÁŠ POHLED?**

Každý mladý člověk, který zažívá identitní zmatek – což se může týkat heterosexuálů, homosexuálů, cis lidí, trans lidí – hledá nějaké identifikační pojmenování pro to, co se

uvnitř něj děje. Právě experimentace s literaturou nebo filmy, a tím s různými formami genderového prožívání, je důležitá. Takže Srdčerváče bych doporučil. Je naší iluzí, že bychom děti uchránili a ony v sobě našly nějakou autentickou, jasnou identitu. Identita nás všech je složená – svět obsahuje spoustu zrcadel, ze kterých si vypůjčujeme kusy a pak z nich nějak uplácáme sebe.

## **JAK BYSTE DOPORUČIL MLUVIT S DĚTMI O FILMECH A LITERATUŘE, ABY TO POSÍLILO JEJICH SEBEPOZNÁNÍ A VEDLO JE TO K TOMU, ŽE SI O SOBĚ NĚCO UVĚDOMÍ?**

To je náročné téma. Ale co nejotevřenějšími otázkami, kdy nás zajímá, co si z toho děti berou: „Co si o tom myslíš? Která postava je ti sympatická? Proč? Co tě na tom zaujalo? Co v ní nacházíš?“ Nemusí to být nutně identita, ale různé interakce, rolové modely, modely hodnot, které jsou dnešním mladým lidem blízké.

Takže bych řekl, že bychom měli konzumovat ten obsah s dětmi či mladými lidmi a cvičit se v empatii s postavami a ptát se na ně nějakým ne naborávajícím způsobem. Důraz bych přitom kladl na to, v čem jsou ty postavy jiné. Protože cílem není, aby se mladý trans člověk identifikoval se seriálovým trans člověkem. Cílem je, aby trans člověk objevil své vlastní trans prožívání. Stejně jako člověk objevuje svoji homosexualitu či heterosexuální. Před pár dekádami existovala jen úzká stereotypní představa gaye a lesby, takže spousta lidí cítila, že se do ní nemohou vejít, i když jsou muži a přitahují je muži, nebo jsou ženy a přitahují je ženy. S genderovou identitou je to stejné. Důležité je tedy otvírat prostor, co koho zaujalo, proč a v čem je moje zkušenost jiná.

## **KDYŽ JE ZKUŠENOST DÍTĚTE JINÁ, MŮŽE TO U RODIČŮ VZBUDIT NADĚJI NEBO POCHYBNOSTI...**

Ano, rodič občas zadoufá: „Ale vždyť vy si nejste podobní, vždyť on je jiný!“ A začne to znevažovat. Je to podobné, jako když se dívce líbí kluk z vedlejší třídy, ale rodiče skřípou zuby, protože jim se nelíbí. Přesto přece nebudou reagovat: „Opravdu se ti líbí? Opravdu se ti líbí kluci?“ Nevypláčí se jít rovnou proti jádrovým kamenům identity a zpochybňovat toho mladého člověka otázkami: „Opravdu jsi trans? Opravdu to není jenom fáze? Opravdu se ti líbí holky?“

## MOHL BYSTE POJMENOVAT HLAVNÍ BARIÉRY V RODINĚ A VE ŠKOLE, KTERÉ PODLE VAŠÍ ZKUŠENOSTI BRÁNÍ MLADÝM LIDEM PROJÍT SVOU CESTU HLEDÁNÍ IDENTITY TAK, ABY SKUTEČNĚ DOŠLI SEBEPOZNÁNÍ, A NE JENOM DO NĚJAKÉ POZICE, KTERÁ JE VÝSLEDKEM VZDORU?

Určitě příliš velká restrikce a příliš velký tlak na normativní představu, jaké jsou ženy, jací jsou muži, co dělají, co by měli dělat. Naopak to, co potřebujeme, a zdá se, že u mladých dívek více než u kluků, je široká nabídka ženských identit, ženských typů vztahování a ženských typů fungování ve světě. Základní identifikační postavou pro mladou dospívající dívku je její máma, takže žena, která si zvolila být mámou. Ale ta dívka možná potřebuje slyšet, že ve světě jsou ženy, které se nestanou māmami, které jdou po kariéře, které mají jiné typy vztahů, že všechny ženy nemusí být něžné, s dlouhými vlasy a prosociální, ale že to mohou být draví, soutěživí lidé nebo mít nějakou úplně jinou formu svého genderového žití, i v rámci cisgenderové ženskosti.

U kluků je to velmi podobné, i když tam jsme si to odbyli před 20 lety, kdy se začalo zdůrazňovat, že i kluci mohou brečet. To bylo velké heslo, které zafungovalo. Dneska asi potřebujeme najít nějaké heslo pro holky. Holky mohou... a čím více odpovědí, tím lépe.



## 4.3 Matka trans dítěte (ona): měli jsme štěstí na učitelku, ale stejně bych ocenila větší podporu školy

### JSI MAMINKA DOSPÍVAJÍCÍHO DÍTĚTE, KTERÉ PROCHÁZÍ TRANZICÍ. MOHLA BYS NÁM NEJDŘÍV PŘEDSTAVIT VÁŠ PŘÍBĚH?

Mám doma 15letého trans kluka Mattyho, který přišel s coming outem zhruba před rokem a půl. Už asi půl roku předtím však byly nějaké náznaky, těm jsem ale nevěnovala velkou pozornost. Před rokem a půl si Matty opravdu řekl o to, co chce. My jsme se podle jeho představ měli velmi rychle přizpůsobit nové situaci a vyjít mu vstříc. Ale to bylo velmi těžké.

### JAK A CO VÁM MATTY DOMA ŘEKL?

Myslím, že to bylo o prázdninách mezi 7. a 8. třídou. Matty nám vyloženě řekl, že se cítí... tenkrát to formuloval „spíš jako kluk“. A jestli bychom ho tak mohli oslovovat. Tomu ale předcházelo už půlrok, kdy se oblékal vyloženě jako chlapec a já jsem na něm viděla, že je hodně nešťastný, skoro nejedl, uzavřel se. Tu dobu jsem se o něj hodně bála. Takže jsem vlastně byla ráda, že konečně vyplulo na povrch, proč se to děje. A že s tím třeba můžeme něco dělat.

### ZMÍNILA JSI, ŽE ÚPLNĚ PRVNÍM NÁZNAKŮM JSI NEVĚNOVALA POZORNOST. O CO PŘESNĚ ŠLO?

Úplně první náznaky vlastně přišly mnohem dřív, už třeba v 11 letech. Tenkrát začal neuvěřitelně bojovat za práva všech menšin. Byl velmi citlivý na to, když doma někdo komentoval jakoukoliv menšinu. Přitom bych řekla, že doma mluvíme uctivě o všech

lidech. Ale stačilo okomentovat něčí národnost nebo jakoukoli odlišnost... Matty se začal i hodně vyjadřovat o podpoře práv LGBT komunity. Koupil si vlajku a nosil ji všude s sebou. Přičítala jsem to tomu, že jeho bratranec nám tou dobou oznámil, že je gay. Říkala jsem si, že prostě podporuje bratrance a celkově tu komunitu. Jinak jsem si neuměla vysvětlit, kde to vzal. Ale teď už chápu, odkud to pramenilo. Myslím, že už tenkrát vlastně zjišťoval půdu u nás doma a začínal bojovat za svoje práva.

## KDYŽ SE VÁM MATTY SVĚŘIL, PŘIŠLA ÚLEVA, PROTOŽE JSI NAJEDNOU ZAČALA ROZUMĚT TOMU, CO SE PŘEDTÍM DĚLO. MĚLA JSI I DALŠÍ POCITY?

O té úlevě vlastně můžu mluvit až teď. Tenkrát jsem ji ještě necítila, měla jsem v hlavě jen zmatek. Jednak jsem si vyčítala, že jsem to neviděla dřív. A cítila jsem obavy a nejistotu, co bude. Vůbec jsem tomu všemu nerozuměla, protože jsem moje dítě jako kluka neviděla. Matty nebyl ten případ, kdy je to prostě jasné od začátku. Spíš se projevoval jako sportovnější holka, žádná princezna. A nikdy jsem z něj neměla jiný pocit. Najednou jsem svému dítěti nerozuměla a vlastně jsem ani nevěděla, jak ho nejlíp podpořit, co mám v tu chvíli dělat.

## CO ON PO VÁS V TEN PRVNÍ MOMENT ŽÁDAL?

Pro něj byl nejdůležitější a úplně první krok přechod na mužský rod. Tehdy se mu líbilo jméno Mateo, takže používal jméno Teo, ale protože v oficiálním seznamu genderově neutrálních jmen žádné takové jméno není, vybral si Matty. Celá rodina mu říká Matty, ale třeba kamarádi ze street dance mu říkají pořád ještě Teo. Kromě změny v oslovování si přál jinak se oblékat.

## JAK JSTE NA TYTO POŽADAVKY REAGOVALI?

Nejdřív jsem ani nečekala, jak moc těžké to bude. Ne to přijmout, ale skutečně začít nové oslovení používat. To původní jméno je ve mně jako mámě tak hluboce zakořeněné. Takže aniž bych mu chtěla ublížit, vždycky, když jsem ho volala, přišlo mi do pusy počáteční písmeno jeho starého jména. Vedlo to k tomu, že jsem ho vlastně na nějaký čas přestala oslovovat. V tu dobu jsem navíc neměla podporu manžela. Kdykoli jsem se pokusila použít chlapecké jméno, můj manžel protočil oči, takže jsem se vlastně cítila trapně.

## UVAŽOVALA JSI O MOŽNOSTI, ŽE MATTYHO POŽADAVKY NEPŘIJMEŠ? NEBO JSI NA NĚ BYLA PŘIPRAVENÁ HNED PŘISTOUPIT?

Trvalo mi asi dva týdny si to uvnitř sebe zpracovat. Ale pak jsem věděla, že to chci zkusit, a pokud tou cestou Matty opravdu půjde, rozhodně se budu snažit ho respektovat.

## ZMÍNILA JSI SVÉ POCITY NEJISTOTY Z TOHO, ŽE NEROZUMÍŠ SVÉMU DÍTĚTI. POROZUMĚT JEHO ZKUŠENOSTI ALE LZE JEDINĚ TÍM, ŽE TĚ NECHÁ NAHLÉDNOUT DO SVÉHO SVĚTA. ZÁROVEŇ V DOSPÍVÁNÍ VĚTŠINA DĚTÍ NECHCE RODIČE DO SVÝCH POCITŮ A MYŠLENEK POUŠTĚT. DAŘILO SE VÁM S MATTYMLUVIT O JEHO POCITECH?

Přesně, jak to říkáš. Měl dny, kdy o tom mluvit nechtěl, ale já jsem urputná matka a kladu otázky. Někdy na ně prostě neodpoví, řekne, ať neprudím, že dneska se mnou mluvit nechce. Ale někdy se chytí anebo začne i sám. Tak to bylo od začátku. Výhoda je, že Matty je komunikativní dítě. Takže když má chuť, hodně sdílí a vysvětlil mi toho hodně.

## BYLO TEDY NUTNÉ, ABY ŠES NEPŘESTÁVALA PTÁT. KDYŽ TI PAK VYSVĚTLIL, JAK ŠE CÍTÍ, POMOHOLO TI TO NOVOU SITUACI PŘIJMOUT?

Ano. Ale to byla jenom část skládačky. Pomohlo mi několik dalších věcí: četba literatury, různá videa na Youtube a tak dál. Pomohla mi rodičovská skupina, kam jsem začala docházet. Tam jsem si to všechno začala ujasňovat, dostávala jsem odpovědi na své otázky.



## COMING OUT JSTE URČITĚ NEŘEŠILI JEN DOMA. JAK TO BYLO SE ŠKOLOU?

Tou dobou Matty chodil do osmé třídy, takže jsem to musela řešit i s třídní učitelkou. Měli jsme štěstí. Nemůžu říct, že by reagovala vždycky úplně nejlépe, nicméně se toho nelekla. Já jsem jí hlavně žádala o monitorování situace, aby ve třídě nedocházelo k nějaké šikaně. Zkrátka mi tehdy šlo především o vztahy, ještě ne o úlevy nebo uzpůsobení pro Mattyho. Tenkrát jsem vlastně ani nevěděla, co přesně by on sám chtěl.

## JAK TO ŠKOLA VZALA?

Někteří vyučující, včetně třídní učitelky, začali Mattymu říkat v mužském rodě, oslovovat ho jménem, kterým chtěl. Ale jiní samozřejmě ne a vyloženě říkali, že dokud nedojde oficiálně ke změně jména, říkat mu tak nebudou. Někteří mu dokonce škrtali podpisy na písemkách a zakazovali mu podepsat se v mužské verzi příjmení, ačkoliv byl na té škole jediný, takže nemohlo dojít k žádné záměně. Právě kvůli tomu jsme poměrně brzy došli k závěru, že chceme jméno změnit. Zdálo se nám, že to je krok, který zatím není žádným zdravotním zásahem, ale může mu velmi pomoci. Po změně jména jsem napsala oficiální žádost řediteli a pak to opravdu celá škola už respektovala.

## ŘEŠILI JSTE VŠE POUZE S TŘÍDNÍ UČITELKOU, NEBO I S VEDENÍM ŠKOLY?

Já mám shodou okolností nadstandardní vztahy s panem ředitelem, protože se známe i jako kolegové díky tomu, že pracuji ve školství. Takže jsem s ním mluvila a on nám v tomto směru vyšel vstříc. Nejen v oslovování, ale třeba i v tom, že Matty mohl začít chodit na hodiny tělesné výchovy s kluky. To pro něj vůbec nebylo lehké. Měl i tendenci se tělesné výchově vyhýbat, ale přece jenom se překonal. Ne že by šel na každý tělocvik, občas se to snaží trochu kamuflovat, ale chodí, a dokonce tam získal i nějaké kamarády z druhé třídy. Jsem ráda, že tohle zvládá.

## ČASTÝM TÉMATEM JSOU TOALETY...

Ano, i to jsme s panem ředitelem řešili. Mattyho trápilo používání toalet úplně nejvíc. Dlouho odmítal chodit na dívčí toalety a sám od sebe začal používat ty pro kluky, s čímž učitelé neměli problém. Ale pan ředitel, který to domýšlí trochu dál a předjímá možné

stížnosti rodičů, jimž se chce vyhnout, to zakázal. Matty, ačkoliv má třídu ve čtvrtém patře, tedy musí chodit na toalety pro invalidy do přízemí. Nechci, aby to vyznělo neuctivě k lidem s postižením, ale když mezi ně zařadíte trans dítě, na psychické pohodě mu to nepřidá. Tohle mi bylo opravdu líto. Ale celkově už jsme pochopili, že ve škole budeme muset jít cestou kompromisů.

## NARAZILI JSTE JEŠTĚ NA NĚJAKÉ DALŠÍ TÉMA, KTERÉ VYŽADOVALO ŘEŠENÍ?

Další problém jsme řešili před sportovním kurzem, kdy si Matty strašně přál být ubytovaný na pokoji s chlapci. Byl ale nakonec zařazen k dívkám. Samozřejmě rozumím obavám ze stížností rodičů, ačkoli se domnívám, že kdyby se jich někdo zeptal, oni by vyjádřili souhlas a nikdo by si potom nestěžoval. Ale ke snaze zeptat se rodičů vlastně ani nedošlo. Chápu, vždycky se oddělovali chlapci od dívek. Nejde ani tak o znásilnění nebo nějaké sexuální praktiky na pokojích, protože ty můžou probíhat i mezi dívkami nebo mezi chlapci. Asi je důležité zamezit hlavně otěhotnění, tomu se chce škola bránit.

## JAKÉ MÁŠ VLASTNĚ ZKUŠENOSTI S RODIČI OSTATNÍCH DĚTÍ?

Směrem k ostatním rodičům je Mattyho záležitost spíš tabu. Kamarádím se s jednou maminkou, s ní jsme se o tom bavily. Ale jinak rodiče oficiální informaci nedostali. Nikdo se mě na nic neptal. To mě trochu překvapilo – nedávno byly třídní schůzky a trochu jsem čekala, že to téma přijde, ale nepřišlo. Já jsem ho tedy taky nenadnesla. Takže rodiče vědí jenom to, co jim řeknou děti doma.

## JE TO TAKHLE PRO TEBE V POŘÁDKU?

Vlastně nevím. Možná, že by bylo lepší rovnou napsat rodičům mail, aby věděli, že je ve třídě spolužák, který prochází tranzicí. Aby nebyli překvapení, když o tom děti budou doma mluvit. Ale vzhledem k tomu, že je Matty v deváté třídě a za chvíli z té školy odchází, tak mi vlastně na názorech ostatních rodičů nesejde. Možná je to i o mně. Kdybych se z jejich pohledů a názorů hroutila, možná by to bylo jinak. Ale mě se to vlastně moc nedotýká.

## A JAKÉ MÁ MATTY VZTAHY S OSTATNÍMI DĚTMI?

Má ve škole nejlepší kamarádku, která ho hodně podržela, nepřišel o ni, je to taková bojovnice za Mattyho práva a on zase bojuje za ta její. Je hrozně fajn, že se tam má o koho opřít. S ostatními dětmi je to postupný proces. Ale v tuhle chvíli ho už většina respektuje. Zvykli si na oslovení i na to, jak teď vypadá. A ti spolužáci, kteří si nezvykli, to ignorují a obcházejí. Nikdo vyloženě, aspoň o tom nevím, nešel proti němu.

Až na jeden incident, který se stal při hodině občanské výchovy, kdy si děti připravují aktuality a prezentují je před třídou. Mattyho spolužák si připravil příspěvek o LGBT lidech, kde se vyjadřoval negativně a urážlivě. Přitom věděl, že má ve třídě spolužáka, který prochází tranzicí a kterého se to téma intenzivně dotýká. Vyloženě tam došlo ke slovnímu útočení na trans lidi. Matty si to hodně vztahoval k sobě. Zpočátku se snažil diskutovat a oponovat mu, ale pak už se cítil tak špatně, že požádal pana učitele, jestli může opustit třídu, což mu dovolil. Já jsem potom panu učiteli psala, že bych o té situaci chtěla vědět víc. On se mi omlouval, že nedokázal odhadnout, k čemu ten příspěvek povede, a že ho mrzí, že to včas nezastavil. Shodou okolností je to učitel, který má Mattyho i na tělocvik, takže mu vlastně vyjádřil nakonec podporu. Říkal mi, že Mattyho obdivuje, jak to zvládá, protože to určitě má ve škole těžké.

## O SVÉ TRANZICI MATTY SVÉ TŘÍDĚ ŘEKL SÁM, NEBO MĚL PODPORU ŠKOLY?

Myslím, že děti ve třídě se to dozvěděly od Mattyho. Jestli to pak paní učitelka oficiálně oznámila a pracovala se třídou, to vlastně nevím. Mají třídnické hodiny, ale Matty o nich nechce moc mluvit, takže nemám šanci se to úplně dozvědět. Nicméně vím, že po incidentu v občanské výchově pozvala paní učitelka dokonce návštěvu z poradny, takže to tam evidentně řešili. To jsem byla ráda.

## JAK TAKHLE Z Odstupu HODNOTÍŠ, JAK SE K TOMU ŠKOLA POSTAVILA? JE NĚCO, CO BYS CHTĚLA, ABY PROBÍHALO JINAK?

Když to vezmu celkově, díky pochopení některých učitelů to v té škole prochází vlastně relativně dobře. Na to, že je tam Matty první oficiální případ, se s tím popasovali celkem rozumně. Matty někomu dalšímu vyšlape cestu. Probíhá to tak v pohodě také kvůli tomu, jaký Matty je a že už měl v tu chvíli podporu ode mě a od kamarádů. Ale kdyby to bylo plašší nebo méně komunikativní dítě, bylo by vhodné, aby to probíhalo jinak – paní učitelka by mi měla napsat, měla by se zajímat, ptát se víc Mattyho a dávat mu podporu.

## ZLEPŠILO SE MATTYHO ROZPOLOŽENÍ POTÉ, CO SE VÁM DOMA SVĚŘIL A ZAČALA SES SNAŽIT HO PODPOROVAT?

Určitě. Nebylo to ale hned. Důvodem asi bylo právě to, že podpora doma nepřicházela ze všech stran a nebyla konstantní. On mi do dneška vyčítá, že jsem ho v tu dobu zklamala i já. Čekal, že zareaguju rychleji. Změny v tom, jak se cítí a chová, tedy nepřišly ze dne na den, ale každopádně byly zjevné a opravdu se během několika měsíců začal jeho psychický stav zlepšit. Jakmile jsem viděla, že se cítí líp, neměla jsem důvod s mojí podporou přestávat. Když dnes zpětně vidím, jak se Matty zlepšil a o kolik je ve své nové roli spokojenější, beru to jako potvrzení, že moje rozhodnutí ho podporovat bylo správné.

## SPOUSTA RODIČŮ V PODOBNÉ SITUACI SI KLADE OTÁZKU: JAK SI MŮŽU BÝT JISTÝ/JISTÁ, ŽE MÉ DÍTĚ SKUTEČNĚ VÍ, ŽE TOHLE JE PRO NĚJ TA SPRÁVNÁ VĚC? NEBUDU HO PODPOROVAT V NĚČEM, CO JE Z DLOUHODOBÉHO HLEDISKA PRO JEHO ŽIVOT CHYBOU? TAKY SIS TAKOVÉ OTÁZKY Kladla?

Já si tuhle otázku kladu dodnes každý den. A je to právě i největší strach mého manžela, který se velmi obává toho, že si Matty tímto zkaží život a my budeme součástí jeho špatného rozhodnutí. Víc jsem se ale asi vždycky bála o jeho aktuální zdravotní a psychický stav než o ten budoucí. V tom vidím veliké riziko. Třeba rozhodnutí o nasazení testosteronu se neobejde bez mého souhlasu, což je obrovská zodpovědnost. Ale vlastně se mi zdá, že s tímto rizikem dokážu žít spíš než s rozhodnutím, že teď své dítě nepodpořím a řeknu mu: „Do osmnácti budeš žít tak, jak jsi, a dělej, co umíš.“ Mám strach, že to by neunesl a že by kvalita jeho života byla strašná. Takže to pro mě jsou dvě misky vah. Víc jsem se bála přítomnosti nebo blízké budoucnosti, a proto jsem byla ochotná riskovat vzdálenější budoucnost. Ale samozřejmě si tu otázku kladu pořád.

## TVŮJ MANŽEL MÁ TY MISKY VAH OPAČNĚ. JAK JSTE SE DOHODLI, KDYŽ BYLY U NĚKTERÝCH KROKŮ - NAPŘÍKLAD U ZMĚNY JMÉNA - POTŘEBA SOUHLASY OBOU RODIČŮ?

Manžel podlehl mému velkému nátlaku, což nebylo ani pro jednoho z nás vůbec jednoduché. Mattyho tranzice hodně ovlivňuje můj vztah s manželem, protože tentokrát nejedeme spolu, ale jdeme hodně proti sobě. O to těžší to je pro mě i pro něj. Oba bychom si přáli podporu toho druhého. On má pocit, že jsem to rozhodla všechno za něj. Čas ukáže, zda to zvládneme. Já věřím, že ano.

## JAKÉ DALŠÍ VELKÉ KROKY VÁS TEĎ ČEKAJÍ? MATTY UŽ MÁ ÚŘEDNĚ ZMĚNĚNÉ JMÉNO NA NEUTRÁLNÍ... CO PŘIJDE DÁL?

Matty má za sebou první ze čtyř aplikací hormonální blokády, teď v prosinci dostane druhou dávku. Chodíme k paní doktorce Fifkové a ona mluví o tom, že v případě Mattyho by nechtěla čekat celý rok, protože blokáda není dobrá pro vývoj kostí. Takže by mu ráda testosteron nasadila dřív. Už jsme o tom mluvili i s manželem, který mi řekl, že má pocit, že nemá volbu a že to podepíše, když s tím přijdeme. Naštěstí opravdu důvěřujeme doktorce Fifkové. Pokud ona je jako odbornice přesvědčená o tom, že Matty testosteron dostat má, tak jí budu věřit.

## MÍT DŮVĚRU V ODBORNOU PÉČI JISTĚ POMÁHÁ. ČERPÁTE JEŠTĚ NĚJAKOU DALŠÍ PÉČÍ?

Matty vlastně celou tu dobu, skoro dva roky, dochází na terapii. Terapeutka ho podporuje, aby se cítil líp. Pro mě je důležité, že má Matty nestrannou osobu, někoho z venčí, kdo ho může podpořit a pomoci mu vyznat se v jeho pocitech a myšlenkách. Když mám Mattyho rozhodnutí přijmout, je pro mě nejdůležitější věřit tomu, že se v sobě už vyzná a že má vše dobře promyšlené. I když mu je teprve 15, myslím, že terapie může být dobrý nástroj, jak mu pomoci, aby o sobě přemýšlel a byl k sobě upřímný.

## MATTY JE NYNÍ V DEVÁTÉ TŘÍDĚ. JAK TO PLÁNUJETE SE STUDIEM DÁL?

Čekají nás přijímačky. Matty je přirozeně inteligentní, má dobré známky, ale moc se neučil. Teď musí zabrat. Dnes si uvědomuju, jak bylo důležité, že těmi největšími událostmi jsme prošli už loni. Dnes má Matty kolem sebe síť podporujících lidí a cítí se relativně v pohodě, takže se může soustředit na učení. Neumím si představit, jak by to s přípravou na přijímačky zvládal, kdyby ta situace přišla až v deváté třídě. To musí být o hodně těžší. A asi to v takovém případě opravdu může ovlivnit celou budoucnost těch dětí. Naštěstí Matty se teď připravuje a hledá si školy. Samozřejmě ho zajímá i vstřícné prostředí, ale asi to nebude hlavní kritérium.

## JE PRO TEBE JAKO MATKU DŮLEŽITÉ HLEDAT SI PŘEDEM INFORMACE, ZDA JE ŠKOLA RESPEKTUJÍCÍ A ZDA TAM JSOU DĚTI S PODOBNOU ZKUŠENOSTÍ JAKO MATTY?

Dopředu po tom tématu vyloženě nepůjdu. Ale byli jsme se podívat na dni otevřených dveří v jedné škole, která Mattyho nejvíc láká. Je to umělecká škola, takže je to prostředí vstřícné, obavy nemám. Pak uvažuje o gymnáziu. Asi se nepůjdu před přijímačkami ptát, jak to u nich funguje. Budu doufat, že když se jedná o gymnázium, pracují tam inteligentní lidé. Pokud bude Matty přijatý, půjdu do školy před začátkem školního roku a rozhodně se pokusím dopředu jeho potřeby ošetřit. Matty má nové jméno, ale nemá změněné rodné číslo, takže ředitel i všichni učitelé se tu informaci samozřejmě dozví. Proto si myslím, že je dobře s nimi o tom mluvit. Ale bude záležet na Mattym, jak to bude chtít. Původně měl představu, že už ho všichni na nové škole vezmou jako kluka. Ale čím víc o tom teď přemýšlíme, tím víc vidíme, že to je naivní představa. Bude mít některé odlišnosti a spolužáci se samozřejmě budou pít a ptát. Musí se tedy rozhodnout, jestli se jim chce vyoutovat a jak to udělá. Je to jeho rozhodnutí, ale ráda bych, abychom se na tom se školou shodli.

**MOC DRŽÍM PALCE, ABY TO DOPADLO DOBRĚ. MÁTE ZA SEBOU NÁROČNÉ OBDOBÍ. ALE KAŽDÁ ZKUŠENOST JE ZÁROVEŇ ZDROJEM PRO ROZVOJ. JAK SE ŘÍKÁ, CO NÁS NEZABIJE, TO NÁS POSÍLÍ. JE V TOM, ČÍM PROCHÁZÍTE, NĚCO POZITIVNÍHO?**

Rozhodně. Já na sobě vidím obrovský posun. Trochu ješitně jsem se vždycky domnívala, že jsem respektující člověk bez předsudků. Až tohle vás ale opravdu prověří. Myslím, že jsem se lidsky posunula. Taky vidím, jak se Matty hodně posouvá, například v sebedůvěře. Ještě máme starší dceru, které je 21 let. I ji to posunulo neuvěřitelným způsobem, a to nejen ve vnímání LGBT+ tematiky, ale i v respektu a toleranci vůči všem menšinám. Zkouškou prochází i naše manželství. Dopředu člověk nedokáže ani přemýšlet o tom, že by jednou takovou situaci řešil.

**PROMĚŇUJE SE I VÁŠ VZTAH S MATTYM DÍKY TOMU, ČÍM PROCHÁZÍTE?**

My jsme si byli velmi blízcí už dřív, ale teď je to ještě silnější. Jsme na sebe hodně navázaní, asi až moc. Je to dáno tím, že jsem pro něj ta hlavní osoba, která ho podporuje. Doufám, že až Matty projde celým procesem, trochu se odpoutá, tak jak to má být.

**MYSLÍŠ SI, ŽE PŘÍTOMNOST TRANS DĚTÍ JE PRO ŠKOLY PŘÍLEŽITOSTÍ, JAK SE ROZVÍJET A POSOUVAT DÁL?**

Rozhodně. Ačkoliv pracuji na jiném vzdělávacím stupni, i na sobě vidím, jak mě to profesně posouvá. Všímám si drobných okamžiků, na které bych dřív jako učitelka i jako ředitelka reagovala jinak. Například neustále dělíme děti podle genderu – toho se teď snažím vyvarovat. Stejně tak různých předsudků o tom, jací mají být chlapečci a jaké holčičky, což je dost časté. Pro školy je to obrovská výzva, ale věřím, že ji zvládnou. Vždyť mají ve třídách další takové děti, jako je Matty. Vyučující, školní psychologové a další mají být oporou i pro ně. Vždyť to oni jsou odborníci (nebo by jimi měli být), ne rodiče.

## 4.4 Školní psycholožka a akademička Markéta Švamberk Šauerová (ona): je důležité být tu pro ně

**PŮSOBÍTE JAKO ŠKOLNÍ PSYCHOLOŽKA. JAK DŮLEŽITÝM TÉMATEM MEZI MLADÝMI LIDMI JSOU LGBT+ IDENTITY?**

Momentálně pracuji na základní škole, předtím jsem byla na víceletém gymnáziu. Taky se jako lektorka setkávám s mnoha dalšími školními kolektivy napříč celou republikou. Takže mám zkušenosti průřezově napříč věkem i různými místy. A myslím si, že je toto téma dnes opravdu velmi důležité.

Dá se říct, že na každé škole se objevuje minimálně jeden případ dítěte, které si není jisté svou vlastní identitou. Učitelé hledají pomoc, jak pracovat s tím dítětem a taky se třídním kolektivem, na který to má zákonitě vliv. A hledají pomoc i sami pro sebe, protože i pro řadu z nich je to ohrožení, že najednou mají dítě, které se jim před očima mění fyzicky i psychicky.

Zároveň se setkávám s názory dospělých, že kdyby děti neměly tolik volnosti a neměly tolik informací z médií, že by je možná ani taková situace nenapadla. To pak někdy vede k tomu, že se začínají chovat k těm dětem až agresivně. Zafunguje vlastně obranný mechanismus – oni se té nové situace bojí, neumí s ní pracovat, tak se jí brání zlehčováním a agresí... Ale zpátky k té vaší otázce – LGBT+ témata považuji za úplně zásadní v dnešní době.

**NA ZÁKLADĚ VAŠÍ ZKUŠENOSTI, MĚNÍ SE FREKVENCE TAKOVÝCH TÉMAT? KDYŽ BYCHOM TO POROVNALI S TÍM, JAK TO BYLO NAPŘÍKLAD PŘED 10 LETY...**

Před 10 lety, když jsem se školami mluvila, tak asi nejvíc ústředním tématem byla problematika žáků s poruchou autistického spektra. Bylo to asi tím, že jich víc právě začínalo chodit na střední školy, zatímco v předchozím období to úplně typické nebylo.

Tyto děti měly výrazné projevy v chování, opět to v uvozovkách „narušovalo“ průběh výuky a spolupráci v žákovském kolektivu. Školy se na to potřebovaly připravit, najít způsob, jak s nimi pracovat. Dnes vidím jako to typické téma změnu identit. Je to velmi markantní. A tím, že se opravdu alespoň jedno, někdy i víc dětí, na té škole vyskytne, tak to není jenom o tom jednom žákovském kolektivu, ale ty děti se setkávají během různých akcí nebo volitelných předmětů s ostatními dětmi. Pak to není téma jedné třídy, ale vlastně celé školy.

## MLUVÍTE TEDY O ROZMANITÝCH GENDEROVÝCH IDENTITÁCH. JAK JE TO SE SEXUÁLNÍMI ORIENTACEMI? JE TO PODLE VÁS VE ŠKOLÁCH PODOBNĚ VÝRAZNÉ TÉMA?

Já se setkávám spíš s otázkami identity, ne orientace. Aspoň u dětí, se kterými přicházím do kontaktu já, je pro ně důležitější řešit problémy kolem identity – kdo vlastně jsem, kam patřím? A teprve potom – jaká je moje orientace, jak bude vypadat můj sexuální život? Celkově bych ale řekla, že otázka identity je zásadnější.

## TAKŽE STUDUJÍCÍ, KTERÍ ŘEŠÍ TO, ŽE NA ROZDÍL OD VĚTŠINY SPOLUŽÁKŮ NEJSOU HETEROSEXUÁLNÍ, TO NEPROŽÍVAJÍ TAK NÁROČNĚ, NENÍ TO PRO NĚ TAKOVÁ ZÁTĚŽ?

Souhlasila bych s tím, jak to říkáte. Já mám tu zkušenost, že gay mladí lidé v tom mívají více jasno, daleko lépe si umí najít vztah a necítí tolik tlak okolí, že by to bylo špatně. Ti, kteří řeší svoji genderovou identitu, si většinou nebývají jistí a prožívají mnohem větší rozpolcenost. Ono je na nich ta rozpolcenost vlastně hezky vidět, i ta fyzická, že třeba dívka vypadá opravdu jako chlapec. Pozoruji u nich i časté experimentování se vzhledem a takovou oscilací mezi typickou vizuální podobou dívky a chlapce.



## EXPERIMENTOVÁNÍ NĚJAK K DOSPÍVÁNÍ PATŘÍ, ALE ZÁROVEŇ PRO DOSPĚLÉ TO SNIŽUJE VĚROHODNOST POCITŮ, O KTERÝCH MLADÍ LIDÉ MLUVÍ: „PŘECE NEMŮŽEME VĚŘIT TOMU, CO TO DÍTĚ ŘÍKÁ, KDYŽ SE PŘED MĚSÍCEM PROJEVOVALO JINAK“. JAK K TOMU PŘÍSTUJUJETE VY?

Mně přijde, že je zdravé experimentovat, protože si vlastně mohou ozkoušet, která ta poloha mi sedí. Myslím, že v dospívání jsme všichni experimentovali, akorát možná to naše experimentování nebylo tak zřejmé pro generaci rodičů, jako je to dnes. Ale všichni si asi pamatujeme spolužačky, které přišly se zelenými vlasy nebo s nějakým netypickým účesem. Já jsem třeba chodila na střední ekonomickou školu, kde jsme museli mít krátké nehty, a tak prostě spolužačky, které se chtěly něčím vymykat, tak aspoň přišly s neovně nabarvenými. To znamená, vždycky jsme si hledali nějakou tu svojí polohu, kterou jsme se snažili buď vymezit vůči okolí, anebo jsme hledali, v čem se právě cítíme dobře. Dnes mladá generace prostě experimentuje trochu jinak. Liší se to od toho, na co byla generace učitelů nebo rodičů zvyklá. To pak vede k tomu, že si více toho jejich experimentování všímáme. Nerozumíme tomu a nechceme jim věřit, že to tak je. Ale jsem přesvědčená, že vlastně je to jenom obdobný proces, kterým jsme prošli všichni, akorát prostě dnes je těch možností k tomu experimentování víc a jsou nápadnější.

## CO BYSTE DOPORUČILA VYUČUJÍCÍM, KDYŽ SE JIM VE TŘÍDĚ OBJEVÍ DÍTĚ, KTERÉ SI KLADE OTÁZKY OHLEDNĚ SVÉ IDENTITY A V NÁVAZNOSTI NA TO TEDA EXPERIMENTUJE? CO MYSLÍTE, ŽE MAJÍ DĚLAT, ABY DÍTĚ PODPOŘILI V TOM HLEDÁNÍ, ALE NE V ULPÍVÁNÍ NA NĚČEM, CO MOŽNÁ JEŠTĚ NENÍ USTÁLENÉ?

Pro učitele a učitelky to bývá velmi náročné. Moje zkušenost je, že nejlepší je být otevřený a poskytnout tomu dítěti prostor pro sdílení, vlastně pro ventilaci jeho pocitů, emocí bez toho, aniž bychom to hodnotili. Bohužel, tohle je fáze, která učitelům jde podle mě úplně nejhůř. Nehodnotit to, ale vlastně poskytnout bezpečný prostor, aby si dítě mělo s kým popovídat. Protože představa, že od toho má rodiče, neplatí. Děti se to primárně bojí rodičům říct. A není to nutně jen o tom, že doma nemají bezpečné prostředí.

Mohu popsat svoji zkušenost s dívkou z 9. třídy, kde maminka je úžasně otevřená, ale pro tu dívku je vlastně divné mluvit s rodiči o takových věcech [zdůrazněně]. Není jí však divné mluvit s někým, kdo je cizí. Takže tady si myslím, že je nezastupitelná role školy, třídních učitelů, školní psychologů, zkrátka nějakého dospělého, kdo je pro to dítě důvěryhodnou osobou.

Já vždycky říkám „čaj a sušenky“. Když za mnou dítě přijde, tak se snažím naladit a vytvořit příjemnou atmosféru. Nabídnu jim: „Tady jsem a povídej, co potřebuješ. A já jsem vlastně jenom to velké ucho nebo velké oko, co potřebuješ. A nebudu tě ani hanit, ani tě nějak kritizovat. A když budeš chtít radu, tak se můžeme pobavit, co si o tom myslím já.“ Já ani učitel tam nejsme od toho, abychom říkali „to je správné, to je špatné“. Pokud by tam byla nutná nějaká rada, tak doporučuji spíš nasměrovat k nějaké odborné péči. A být učitelem, tak bych se určitě nepouštěla do nějakých rad, protože tam by opravdu mohlo dojít k nějakému poškození vztahu i dalšího vývoje, pokud by ta rada byla špatná.

**NĚKDY VYUČUJÍCÍ NEVĚDÍ, ZDA O TAKTO ZÁVAŽNÉ INFORMACI, JAKO ŽE DÍTĚ MÁ NEJISTOTU OHLEDNĚ SVÉ GENDEROVÉ IDENTITY A UVAŽUJE O ZMĚNĚ POHLAVÍ, MAJÍ POVINNOST INFORMOVAT RODIČE. CO BYSTĚ DOPORUČILA VYUČUJÍCÍM, KDYŽ SI BUDOU KLÁST OTÁZKU: „MÁM ZAVOLAT RODIČŮM A ŘÍCT, ŽE JEJICH DÍTĚ ŘEŠÍ TAK ZÁVAŽNOU VĚC, NEBO TO MŮŽU PONECHAT JEN V PROSTORU ŠKOLY?“**

Hodně záleží na dítěti a na kontextu té situace. Jako učitelka bych si všímala toho, jestli to dítě působí celkově stabilně dobře. Všímala bych si, jestli se mu nemění třeba prospěch, protože u dětí, které řeší nějaký problém, tak tam se často prospěch zhoršuje. Všímala bych si, jak se zapojuje do kolektivu, jakou mívá náladu, jak reaguje na radostné nebo náročné situace. Pak dalším signálem může být sebepoškozování. Všímala bych si toho, jestli dítě nenosí dlouhé rukávy i tam, kde je horko, asi bych zašla za učitelem tělesné výchovy, jestli na tom dítěti nepozoruje jizvy. Pokud je vztah toho dítěte a učitele dobrý, může se ho učitel i přímo zeptat, jak to prožívá, jestli nemá nějaké obtěžující myšlenky...

A teprve v momentě, kdy bych měla pocit, že jsou tam varovné signály – depresivní ladění, sebepoškozování, sebevražedné myšlenky, sociální izolace – tak bych rodiče kontaktovala. V případě takových dětí si myslím, že už se rodiče kontaktovat musí, i kdyby si to dítě nepřálo. Ale v době, kdy to dítě uvažuje a hledá toho dospělého, ke kterému by mělo důvěru a mohlo s ním své pocity probírat, tak tam si myslím, že zavolat těm rodičům je příliš brzy. Zákonitě to povede k tomu, že dítě ztratí pevnou půdu pod nohama a důvěru v toho jednoho dospělého, kterého si vybralo, že se mu otevře.

**TAKŽE MOŽNÁ I ZAHRNOUT TU OTÁZKU „JE UŽ MOŽNÉ O TOM RODIČŮM ŘÍCT?“ DO TOHO, KDYŽ MLUVÍME S DÍTĚTEM?**

Určitě, ale zároveň bych to dítě ujistila, že přestože si tuhle otázku kladu, tak dokud to dítě nebude souhlasit, neudělám to. Tedy pokud neplatí první případ, že už vidím varovné signály. Podobnou otázku: „Chceš, aby o tom, co tě trápí, věděli rodiče?“ kladu i dětem z pozice školního psychologa. I já mám v krajních případech oznamovací povinnost. Ale snažím se pracovat s dětmi na tom, že to rodičům řekneme společně. Tedy ne: „Řeknu to tvým rodičům“ ani „Řekni si to doma samo“, ale „Nabízím ti, že si sem pozveme rodiče, já u toho budu a můžu ti s tím i pomoci, ale ty budeš u toho a budeš slyšet, co já přesně jako říkám“.

Tahle cesta mně nepříjde špatná, ať už je to ve směru k rodičům nebo k učitelkému sboru nebo k těm vrstevníkům. Vyzkoušela jsem s dětmi různé varianty. Každé je jiné a každé se rozhodne pro nějaký způsob a najde si čas v tom procesu, kdy se na to cítí připraveno.

**V PŘÍPADĚ SEXUÁLNÍ ORIENTACE ZA VÁMI DÍTĚ TAKY NĚKDY PŘIŠLO, CHTĚLO TO PROBÍRAT, HLEDALO ZPŮSOB, JAK TO SDĚLIT DÁL...?**

To jsem nezažila. Ale mám zkušenost se studujícími, kteří řeší jiné osobní problémy a jejich sexuální orientace je někde v pozadí toho. Vybavuje se mi studentka z gymnázia, která měla svou sexuální orientaci vyřešenou. Měla však osobní problémy, které jsme řešily. Bylo pěkné, že rodina, ačkoliv žijí v menším městě, s tím neměla problém. Maminka, která je učitelka, to přijala velmi dobře. Ale ta slečna využívá svou odlišnou sexuální orientaci k vymezení hranic s okolím, což jí usnadňuje si uvědomit a ukázat, kým je, ale zároveň je to v mnohém zavádějící. Pracujeme na tom.

## V SOUVISLOSTI SE STUDUJÍCÍMI S ROZMANITÝMI GENDEROVÝMI IDENTITAMI ŘEŠÍ ŠKOLY RŮZNÉ ZMĚNY, NAPŘÍKLAD OSLOVOVÁNÍ NOVÝM JMÉNEM A RODEM JEŠTĚ PŘED ÚŘEDNÍ TRANZICÍ. VYUČUJÍCÍ SE ČASTO PTAJÍ, ZDA MUSÍ AKCEPTOVAT NOVÉ JMÉNO A GENDER PŘED OFICIÁLNÍ ZMĚNOU OSOBNÍCH DOKUMENTŮ. CO SI O TOM MYSLÍTE VY A CO BYSTE ŠKOLÁM DOPORUČILA?

Setkala jsem se s případem dívky, která si během covidu uvědomila svou chlapeckou identitu a chtěla být oslovována jako Viktor. Potřeboval pomoc se sdělením této změny třídnímu kolektivu a učitelům. Dohodli jsme se, že ve třídě to řekne sám s tím, že já budu u toho. A učitelskému sboru chtěl, abych to řekla já. Zatímco studenti změnu přijali dobře, učitelé, často křesťansky smýšlející, měli s akceptací problém. To mě překvapilo, protože já bych očekávala, že křesťansky smýšlející člověk bude tolerantní, ale v tom sboru byla tolerance dost nízká. Pracovali jsme na tom, nakonec se podařilo, že odsouhlasili používání nového jména i bez úřední změny.

Ovšem problémy nastaly na celonárodní soutěži, kde Viktor chtěl diplom s novým jménem, což vedlo k rozkolu mezi učiteli. Ti méně přesvědčení jakoby dostali podporu svého původního názoru. Asi polovina sboru se vrátila úplně na začátek, a odmítla tedy používat jméno Viktor. Mělo to obrovsky negativní dopad na výuku v té třídě. Oni stáli za spolužákem a vlastně udělali koalici proti vyučujícím. Nakonec bylo třeba pracovat více s učiteli na podpoře tolerance, a v dalším roce do třídy nastoupili učitelé lépe schopní situaci akceptovat.

## CO PODLE VAŠICH ZKUŠENOSTÍ POMÁHÁ TŘÍDNÍM KOLEKTIVŮM, ABY ZVLÁDLY SITUACI, KDY NĚJAKÉ DÍTĚ UDEĚLÁ COMING OUT? ABY TŘÍDA PODPOŘILA TOTO DÍTĚ, ALE ZÁROVEŇ OSTATNÍ VE TŘÍDĚ TO DOKÁZALI ZPRACOVAT A NECÍTILI SE TÍM OHROŽENÍ?

Já začnu tím, co pomohlo v tomto kolektivu. Myslím, že tenhle kolektiv měl velmi výraznou výhodu v tom, že už dříve čelil různým odlišnostem, například měli žáka s psychiatrickou diagnózou, dítě-cizince, a také si prošli zárodkem šikany. Dlouhodobá práce s třídou vedla k tomu, že děti přijaly coming out spolužáka jako další informaci, kterou zpracovaly stejně přirozeně jako ty předchozí. Třída byla velmi semknutá právě proto,

že už vlastně v těch předchozích letech museli řešit řadu situací, které nejsou pro školní kolektivy úplně typické, a měli se rádi. To, že třída byla prosociálně nastavená, sehrálo klíčovou roli.

Z toho pro mě vyplývá, že je opravdu důležité dlouhodobě pracovat na prosociálních dovednostech žáků. Programy na prevenci šikany a podpora tolerance by měly být doplněny o rozvoj sebedůvěry, aby každý měl pocit, že patří do kolektivu, a mohl svobodně vyjádřit svůj názor. Takové základy mohou přispět k tomu, že kolektivy lépe zvládnou situace, které mohou být pro jiné třídy obtížné.

## TAKŽE DOPORUČUJETE DLOUHODOBOU PRÁCI SE TŘÍDOU. A KDYŽ DOJDE KE KONKRÉTNÍ SITUACI, ŽE JEDNO DÍTĚ CHCE UDEĚLAT COMING-OUT PŘED TŘÍDOU, TAK CO JE Z VAŠICH ZKUŠENOSTÍ FORMA, KTERÁ MÁ VYŠŠÍ ŠANCI NA ÚSPĚCH, ŽE TO TEDA BUDE PŘIJATO?

My jsme si s Viktorem probrali, jaké různé varianty mohou nastat. Protože to mně přijde vždycky důležité, když to dítě podporujeme, upozornit ho i na rizika, která mohou přijít, aby to dítě nebylo zaskočené. V podstatě na to používám něco jako SWOT analýzu, kde probíráme hrozby od okolí, a naopak i příležitosti. V tomhle okamžiku si vždycky říkáme, kde můžeme najít pomoc v případě, že nastane problém, nebo jak já se na tu překážku můžu připravit. Takže tohle jsme udělali dopředu.

Na škole, o které mluvím, probíhají pravidelné třídnické hodiny, takže toho jsme využili. Mluvili jsme s Viktorem o tom, jestli chce, aby tam byl třídní učitel, což on chtěl. A s třídním jsme pak diskutovali o tom, jak bude ta třídnická hodina vypadat, kdy dostane prostor Viktor, kdy bude čas na dotazy... Šlo o to, aby děti dosáhly pocitu, že té situaci rozumí, a zároveň aby měly i výhled do budoucna. Pan učitel připravil výlet a poslední třetina té hodiny se věnovala tomu, kam se pojedou, jaký se bude dělat program. Odcházely s tím, že je před nimi něco společného a pozitivního.

Ta první část probíhala konkrétně tak, že pan učitel uvedl, že je tu někdo, kdo nám chce něco sdělit. Viktor si vzal slovo a řekl, že se cítí jako chlapec, a poprosil všechny, jestli by ho mohli oslovovat novým jménem, a vysvětlil, co ho teď čeká – že bude procházet hormonální změnou a že ho v tom rodiče podporují. Ukončil to s tím, že ať se ho klidně každý zeptá, co potřebuje vědět. Já jsem tam byla jenom takový pasivní účastník, kdyby se tam objevila třeba nějaká agresivní nebo neočekávaná reakce. Ale nic takového nestalo. Děti většinou říkaly, že si všímaly, že vypadá a chová se jinak.

Řekla bych, že tomu kolektivu se ulevilo, protože najednou jako dostali porozumění té situaci. Viděli člověka, který se mění, ale nechápali proč. Teď se jim dostalo potvrzení, že vlastně jejich vnímání bylo adekvátní a že už jim to dává smysl. Já jsem v tom okamžiku vnímala ve třídě obrovskou úlevu.

## SETKALA JSTE SE NAOPAK SE TŘÍDAMI, KDE REAKCE NEBYLY TAK PŘIJÍMAJÍCÍ?

To zažívám teď na základní škole. Je to případ, kdy dítě nemá ve své genderové identitě ještě jasno. A bohužel je v kolektivu, který je absolutně netolerantní. Zázemí třídy je nepodporující k tomu, aby vlastně ke coming-outu vůbec došlo. Ta dívka se tam necítí bezpečně, a proto to nechce říct. Jsou ale už v 9. ročníku, za chvíli se rozejdou, takže ani ta dívka už úplně nechce, aby se s tím kolektivem něco dělalo.

**JE DŮLEŽITÉ, ABYCHOM TAKÉ MYSLELI NA PODPORU TĚCH OSTATNÍCH DĚTÍ, PRO KTERÉ COMING OUT SPOLUŽÁKA ČI SPOLUŽAČKY MŮŽE BÝT TĚŽKÝ, NESROZUMITELNÝ, OBTÍŽNĚ HO AKCEPTUJÍ. CO MYSLÍTE, ŽE MŮŽOU VYUČUJÍCÍ UDĚLAT PRO TO, ABY TĚMHLE DĚTEM, KTERÉ S PŘÍTOMNOSTÍ LGBT+ OSOBY VE TŘÍDĚ MAJÍ BYTOSTNÝ PROBLÉM, POMOHLI?**

Já si myslím, že úplně primárně učitelé mohou udělat to, že vynechají ze svých projevů taková ta černobílá prohlášení a nebudou prezentovat svůj osobní názor, nebo ne jako jediný správný. Ukazovat respekt k jiným názorům. Učitel je pro děti autoritou a svými postoji utváří postoje dětí úplně stejně nebo i víc, jako když jim vysvětluje, jak vládla Marie Terezie. Takže být eticky korektní a nedávat průchod svým postojům tam, kde by to nemuselo být bezpečné. To přitom platí obecně, ne až pro situaci, kdy dojde ke coming-outu. Ale právě už před tím, aby vůbec děti vnímaly, že ho mohou udělat. Nebo že se mohou svěřit naopak i s tím, že coming-out někomu jinému špatně skousávají.

A když se objeví nějaké dítě, které má vyhraněnější názor, který může způsobovat ohrožení pro ostatní, tak bych ve třídě zařazovala metody problémového učení, diskuse, ale s dodržováním pravidel respektující komunikace, aktivity na rozvoj empatie, aby děti hledaly ty možnosti podívat se na věc z druhého úhlu, zkusit obhájit názor i někoho jiného, práce s emocemi atd. Třeba na 1. stupni pracuji s Harry Potterem, který se dobře hodí pro nácvik empatie, protože tam jsou krásné ukázky ze školního prostředí, kde se na dvouminutové scéně vystřídá osm emocí. A pak jde o to: „Které jste tam viděli? Jak se to dalo udělat jinak? Sehraje je sami“.

**NĚKDY TOU ŽÁBOU NA PRAMENI JSOU RODIČE A VYUČUJÍCÍ SE VLASTNĚ NĚKDY MOHOU PREVENTIVNĚ OBÁVAT TOHO, ŽE NĚJAKÝM RODIČŮM SE TŘEBA NEBUDE JEJICH VSTRÍCNÝ POSTOJK DĚTEM, KTERÉ ŘEŠÍ GENDEROVOU NEBO SEXUÁLNÍ IDENTITU, ZAMLDOVAT, A BUDOU SI PAK NA NĚ STĚŽOVAT. CO MYSLÍTE, ŽE MŮŽEME DĚLAT PRO TO, ABY SE RODIČE NECÍTILI OHROŽENÍ TÍM, ŽE SE VE TŘÍDĚ SNAŽÍME VYTVOŘIT PŘIJÍMAJÍCÍ PROSTŘEDÍ I PRO TY TYPY IDENTIT, SE KTERÝMI NEMUSÍ SOUHLASIT?**

Myslím si, že ideální cesta je vlastně dělat nejenom běžné třídní schůzky a individuální setkání rodič-učitel-žák, ale vypisovat různé semináře, workshopy pro rodiče. Např. jsme dělali seminář o rodičovské podpoře čtenářské gramotnosti, o výchovných hranicích, o vývoji identity, o aktuálních současných problémech dětí. A když se to ve škole zavede a rodiče si zvyknou, že každé dva měsíce takové setkání je, začnou chodit. Ono přijde ze začátku pár rodičů, ale oni nabalí další rodiče. Nebo aspoň vidí seznam těch témat, která škola považuje za důležitá, i to je ovlivní. Já třeba navíc organizuji i setkávání s rodiči bez tématu – přijdou rodiče, kteří si chtějí popovídat, a je to jenom na nich, co za témata přinesou. Důležité je, aby se necítily ohrožení: „Teď nám budou říkat, jak to máme dělat“, z čehož vyplývá, že teď to dělají špatně. Takže ne, spíš je tam zajímavá přednáška. Mám zkušenost, že speciálně rodiče dětí, které mají osobní problémy, si uvědomují, že tam něco neladí, a vyhledávají proto tyhle semináře docela často. Přes ně si ověří, že učitelé jsou vlastně pro ně partneři, se kterými mohou tu situaci řešit.

**NEJSTE JEN ŠKOLNÍ PSYCHOLOŽKA, ALE PŮSOBÍTE TAKÉ NA VYSOKÉ ŠKOLE, KTERÁ PŘIPRAVUJE BUDOUCÍ UČITELE A UČITELKY. CO VIDÍTE V RÁMCI UČITELSKÉ PŘÍPRAVY JAKO TO HLAVNÍ, ABY AŽ NÁSLEDNĚ PŘIJDOU DO PRAXE, BYLI V LGBT+ TÉMATECH JISTĚJŠÍ?**

Považuji za hrozně důležité, aby už na fakultě se taková témata otevírala. Je to pro ně signál, že jde o důležité téma, a mohou k němu získat řadu poznatků a ujasnit si svoje osobní postoje. Je důležité podporovat toleranci a promýšlet, jak reagovat na názorové odlišnosti. Možná je to i apel na nás, kteří na VŠ učíme, abychom dokázali více akceptovat, že ně-



kteří studenti a studentky jsou prostě odlišní, a ukazovat jim, že s nimi chceme pracovat a umíme jim naslouchat.

Vím, že na Pedagogické fakultě Univerzity Karlovy vstupuje téma genderu a sexuality do výuky a je k němu i několik výzkumů. Ten respekt k odlišnosti tady existuje. Ale mám zkušenost i z jiných pracovišť, kde např. VŠ studující chtěli zakládat platformu pro LGBT+ komunitu, ale kvůli vedení to nebylo možné zrealizovat. To vnímám jako negativní signál i pro jiné mladé lidi, kteří se považují za odlišné a hledají na VŠ bezpečí.

**MYSLÍTE, ŽE LGBT+ STUDUJÍCÍ BY MOHLI UVAŽOVAT O STUDIU NA PEDAGOGICKÝCH FAKULTÁCH A ŽE NÁSLEDNĚ PATŘÍ DO ŠKOL, ŽE JE DOBRĚ, KDYŽ BUDEME MÍT TRANS A NEHETEROSEXUÁLNÍ VYUČUJÍCÍ?**

Určitě ano. To patří opravdu k pestrosti. Stejně jako do škol patří učitelé pohybující se na vozíku. Já se setkávám bohužel s názory, že učitel-tělocvikář na vozíku nemá na škole co dělat. A proč by nemohl? Já myslím, že máme pořád ještě klapky na očích. Čím pestřejší učitelské sbory budou, tím budou děti v třídách klidnější, protože budou vidět, že to není jenom nějaký teoretický apel, kterým jako říkáme, že máme být vůči sobě tolerantní. Když bude učitelský sbor složen různorodě etnicky, genderově, věkově a tak dále, tak jsem přesvědčená, že to bude podporovat bezpečné prostředí.

## 4.5 Sociální geograf Michal Pitoňák (on): genderová identita trans dětí je stejně silná jako u jejich cis vrstevníků

**JAK SE VE SVÉ PRÁCI VZTAHUJEŠ K LGBTQ+ TÉMATŮM?**

Původně jsem studoval obor učitelství biologie a geografie. Ve své diplomové práci jsem v Česku poprvé otevřel téma tzv. geografíí sexualit, a protože mě to hodně naplňovalo, rozhodl jsem se pokračovat v rozvoji tohoto oboru v rámci doktorského studia a oboru sociální geografie. Mezi hlavní témata, která jsem zkoumal, patřila společenská (cis)heteronormativita a diskriminace a jejich dopad na každodenní prožívání a well-being LGBTQ+ lidí. Již v doktorském studiu jsem získal příležitost spolupracovat s týmem z Národního ústavu duševního zdraví a po dokončení studia jsem tam nastoupil, abych se mohl svému výzkumu dále věnovat z duševně-zdravotní perspektivy. Posledních osm let jsem se intenzivně věnoval zkoumání tzv. menšinového stresu. V roce 2023 jsem se stal vedoucím pracovní skupiny věnující se výzkumu duševního a veřejného zdraví sexuálně a genderově rozmanitých lidí. Vedle své výzkumné práce jsem rovněž nadšeným popularizátorem vědy a zastáncem zrovnoprávnění LGBTQ+ lidí, vedu např. spolek Queer Geography a pravidelně vystupuji na různých veřejných akcích.

**JAK SE VYVÍJÍ GENDEROVÁ IDENTITA A SEXUÁLNÍ ORIENTACE? V JAKÉM VĚKU TYTO PROCESY PROBÍHAJÍ?**

Sexuální orientace a genderová identita jsou dvě odlišné věci. Obě se u různých lidí rozvíjejí individuálně a jejich projevy závisí i na vnějších podmínkách, v nichž se člověk nachází.

Sexuální orientace je v současnosti chápána jako multidimenzionální fenomén, který má přinejmenším tři různé dimenze – vnímanou přitažlivost ke druhým, úroveň chování a úroveň identity. Vzorce přitažlivosti, kterou k druhým lidem pocítujeme, se mohou projevovat již v útlém věku. Nejčastěji se však začnou projevovat v průběhu sexuálního dospívání a jejich uvědomění a přijetí je zřejmě do jisté míry ovlivněno společenskými normami. To, zda příslušná osoba má nebo nemá příležitosti k projevení citů, které ke druhým osobám chová, je pak z velké části ovlivněno normami a okolním kontextem. Protože ve světě převládá heteronormativita (tzn. předpoklad, že všechny osoby jsou heterosexuální), pak sexuální identitu přijímají prakticky výlučně pouze osoby, které se od této automaticky předpokládané normy nějak odlišují. Přijetí a oznámení vlastní neheterosexuální identity (např. L, G, B, nebo pansexuální atd.) je součástí tzv. coming outu, tedy adaptace na heteronormativní prostředí.

Z mého nedávno publikovaného výzkumu vyplynulo, že svou touhu neheterosexuální lidé rozpoznají kolem 13. roku života. Pak ovšem více než dva roky trvá, než tuto svou identitu pro sebe poprvé pojmenují (např. „jsem gay“ nebo „jsem pansexuálka“). A teprve po dalších téměř dvou letech se rozhodnou svěřit někomu dalšímu. První „vnější coming out“ tak probíhá průměrně ve věku necelých 17 let.

## A JAK JE TO S GENDEROVOU IDENTITOU?

Genderová identita označuje vnitřní vnímání genderu, tedy toho, zda sami sobě rozumíme jako muži, ženě nebo zda naše uvažování nějak přesahuje či vzdoruje tomuto dělení (např. u nebinárních osob). Genderová identita se pojí s vlastním sebeurčením osoby a dostupnými sociálními rolami, se kterými se identifikuje. Protože biologické znaky, které označujeme pohlavím a jejichž normativní a sociálně konstruované kulturní významy bývají pro velkou většinu osob bezproblémové, je pro mnohé lidi koncept genderové identity, který tento rozdíl pojmenovává, nesrozumitelný a nemají potřebu ji jakkoliv tematizovat. U některých osob, které v naší kultuře v současnosti označujeme nejčastěji termínem transgender osoby, ale tyto dvě dimenze (pohlaví a gender) nejsou v souladu. Předpokládané kulturní role včetně významů, které přikládají jejich lidské anatomii, pak u těchto trans žen a trans mužů mohou vyvolávat různou míru diskomfortu (genderový nesoulad, dysforie).

Dosavadní výzkumy genderu se zaměřovaly především na cisgender děti, tedy ty, jejichž genderová identita odpovídá jejich biologickému pohlaví úředně zapsanému při narození. Tyto výzkumy ukázaly, že děti mívají ohledně své genderové identity jasno již ve věku kolem tří až pěti let.

Výzkumy vývoje genderové identity trans dětí jsou ale prozatím mladé. Zajímavé výsledky přinesla studie Washingtonské univerzity (Gülgöz et al., 2019), prozatím největší svého druhu. Ukázala, že bez ohledu na to, jak dlouho jsou trans děti považovány za cis či jak dlouho je k nim přístupováno s respektem ke zvolenému genderu, je jejich genderová identita stále stejně silná jako u cisgender dětí. Pochopení těchto zjištění by mohlo v budoucnu dospělým pomoci více podporovat děti během jejich vývoje a sociální tranzice, neboť se zdá, že genderovou identitu dětí výchova neovlivňuje. Výchova a (ne)přijímající prostředí však ovlivňuje pochopitelně jejich well-being.

## CO MÁ PODLE VÝZKUMŮ POZITIVNÍ DOPAD NA DUŠEVNÍ ZDRAVÍ MLADÝCH LGBTQ+ LIDÍ? CO BY NA ÚROVNI SPOLEČNOSTI/ŠKOL/RODIN NEJVÍCE POMOHOLO?

Klíčovým faktorem, který má prokazatelný pozitivní dopad na duševní zdraví LGBTQ+ mladistvých, je sociální podpora – tedy široký soubor faktorů souvisejících s přijetím ze strany druhých, validizací vlastní identity ze strany druhých, pozitivním přístupem, zájmem a potvrzením ze strany druhých. Jelikož všichni žijeme v sociálním prostředí, jen těžko se vyhneme situacím, při kterých býváme s druhými jakkoliv srovnáváni\* nebo poměřováni\*. Může se stát, že jsou tato srovnání mířena normativně a vyvolají v nás pocity „nenormálnosti“ či jinak zpochybní náš vlastní vnímaný pocit „zdravosti/správnosti“, potažmo sounáležitosti. V takovém případě se můžeme začít cítit ohroženi, zpochybňováni a náš well-being tak budou ohrožovat nejrůznější procesy, které vstoupí do hry primárně za účelem ochránit nás – skrývání vlastní autenticity, zvnitřnění norem („sebeeditace“) atd.

Společnost by se měla zaměřit na rozšiřování prostoru, v němž by si větší množství lidí mohlo připadat normálně a přijatě. Společnost má celou řadu prostředků, jak toho může dosáhnout, a institucionální změny jsou jedním z nich. Ve školách jakožto institucích se nabízí zejména strategie normalizace rozmanitosti, kdy se studující nebudou o lidské genderové a sexuální rozmanitosti dozvídat jen při specifických hodinách zaměřených na sexuální výchovu, ale například i v hodinách zeměpisu, historie a při jakýchkoliv dalších příležitostech.



## Nebinární lektorující Haru (oni): pro LGBTQ+ mládež je nejdůležitější společenské přijetí

### PŘEDSTAV NÁM, PROSÍM, ČÍM SE ZABÝVÁŠ A JAKÝ TO MÁ VZTAH K TÉMATU LGBTQ+.

Pohybují se v organizaci Trans\*parent a v komunitním projektu Queer and Trans Youth, kde se podílím na osvětové a edukační, ale i podpůrné činnosti. Jsem v kontaktu jak s LGBTQ+ dospívajícími, tak s trans, nebinárními a intersex lidmi bez ohledu na věk. Kromě toho studuji speciální pedagogiku a věnuji se specializaci na duševní zdraví, neurodivergenci, sociálně vyloučeným lidem a minoritním skupinám – takže i zde mířím k LGBTQ+ lidem.

Co se týká mých nejčastějších činností, pomáhám facilitovat podpůrné skupiny, ať už všeobecné, nebo specificky pro dospívající. Zároveň lektoruji na konferencích, pro školy, někdy i pro firmy. Nyní pracuji s kolegou také na metodickém materiálu k nově vzniklému filmu Úsvit, který řeší intersex tematiku.

Jsem nebinární a procházím určitými formami tranzice. Byla to jedna z věcí, která mě ke zmíněným tematickým oblastem přivedla. Žitá zkušenost mi totiž ukázala, že je tady spousta věcí, které by stály za zlepšení nebo rozvoj.

### CO PODLE TVÝCH ZKUŠENOSTÍ DNES MLADÍ LGBTQ+ LIDÉ ŘEŠÍ JAKO HLAVNÍ TÉMA?

Hodně jde o společenské přijetí. Lidé se mylně domnívají, že když je někdo LGBTQ+, znamená to, že chce pozornost a potřebuje vyčuhovat z davu. Často jsou proto LGBTQ+ lidé vystrčeni na okraj, jako že jsou divní, i když oni sami divní být nechtějí. Naopak přijetí a nalezení vlastního místa v kolektivu má pro LGBTQ+ mladé lidi velký význam – ostatně stejně jako pro všechny dospívající.

### PŘIJETÍ VE ŠKOLE HRAJE VÝZNAMNOU ROLI V ŽIVOTĚ MLADÝCH LGBTQ+ LIDÍ. CO BY JIM SITUACI VE ŠKOLNÍM PROSTŘEDÍ ULEHČILO?

Zvláště ve školství je důležité zohlednit, že nemusíme vědět, jakou mají LGBTQ+ studující situaci doma. Často může být hodně komplikovaná, takže je důležité, aby škola byla záchytný bod, kde mohou studující najít bezpečný prostor, mohou hledat pomoc a podporu a ví, že na to nejsou sami.

Z mojí zkušenosti by pomohlo, aby se o tématech různorodosti identit více mluvilo například předměty. Ona v nich jsou obsažena, ale vyučující nevědí, jak na to, bojí se jich nebo tyto otázky prostě nechtějí zařazovat. Také je podle mě důležité uvědomovat si závažnost šikany motivované identitou. Vyučující ji mohou přehlížet a myslet si, že se to vyřeší samo, ale ono se to bez intervence spíše zhorší. Řešili jsme takové situace v konkrétních školách, kde se v tom neustále hledalo něco specifického, protože cílem šikany byli žáci, kteří jsou něčím specifičtí. Ano, ta specifika je třeba brát v potaz, pořád je to ale ta stejná škodlivá šikana, kterou bychom měli brát vážně a řešit ji.

### JAK MOHOU VYUČUJÍCÍ DÁT LGBTQ+ STUDUJÍCÍM NAJEVO SVŮJ PŘIJÍMAJÍCÍ POSTOJ?

Mohou to být i maličkosti, jako když vyučující zmíní LGBTQ+ téma ve výuce tam, kam takové téma patří, a záměrně ho nevynechá. Nebo pokud se postaví na stranu rozmanitosti, když třída začne témata identity zesměšňovat. Pro spoustu studujících může být také cenné vidět, že si vyučující připne LGBTQ+ odznak. Je to signál „jsem tady, můžeš se na mě obrátit“. Dále, a to je možná v českém kontextu zatím sci-fi, může při představování uvést kromě svého jména i zájmena, která používá.

Také může pomoci, když se školy zasadí o vznik školní podpůrné skupiny pro LGBTQ+ děti (dříve takové skupiny fungovaly na univerzitách či středních školách, nyní existují i na základních školách). Je ale důležité pečlivě promyslet, jak skupinu koncipovat, aby byla bezpečná. Vidím, že pro děti, které ve své škole mají svoji více či méně oficiální partu, je to další věc, která jim dává stabilitu a pomáhá je chránit před negativními dopady na duševní zdraví, jak je známe z literatury.

Přijde mi důležité, aby personál školy byl alespoň základně proškolen. Aby měl základní informace o LGBTQ+ tématech, tím pádem byl připraven reagovat, když se témata ve škole objeví, a destigmatizovat je.

## JAKÉ JSOU V SOUČASNOSTI NEJVĚTŠÍ PŘEKÁŽKY PRO TRANS, NEBINÁRNÍ A INTERSEX LIDI V ČR?

Je to legislativní a medicínský přístup. Legislativa výše zmíněné minority nerozpoznává vůbec nebo pouze v souvislosti s kastrací, tedy zneplodněním. Takto nastavené podmínky vysílají signál o tom, co si společnost o trans, nebinárních a intersex lidech myslí a jaké mají dle ní místo. A oni to pochopitelně vnímají, hodně to na ně dopadá. Máme statistiky o tom, že v zemích, kde se legislativní situace zlepšila, se záhy zlepšilo také zdraví LGBTQ+ lidí, specificky dospívajících, protože skrze své postavení ve společnosti vnímají, jaká může být jejich budoucnost.

Dalším problémem může být neinformovanost veřejnosti. Dospívající se mnohdy nacházejí v situaci, kdy se musí každý den obhajovat a společnost s nimi jedná, jako by museli umět vše odborně vysvětlit. Kolikrát to není v jejich silách, je to hodně vyčerpávající a nemělo by to od nich být vyžadováno. Na spoustu z nich to dopadá, chtějí jen žít svůj život, být sami sebou a nechť se tím nějak víc zabírá a brát na sebe roli toho, kdo vše vysvětluje.

## ŠKOLY ČASTO U TRANS A NEBINÁRNÍCH STUDUJÍCÍCH ŘEŠÍ ZCELA PRAKTICKÉ ASPEKTY JEJICH PŘÍTOMNOSTI VE VÝUCE. DALO BY SE JIM V TOMTO OHLEDU NĚCO PORADIT?

V Česku je časté rozdělování tříd podle pohlaví. Můžeme se ale ptát, zda je na místě a co tím získáváme? Přitom můžeme najít spoustu jiných variant, jak děti rozdělovat do skupin. Lze se inspirovat v zahraničí.

Co se týká šaten a záchodů, každá škola má jiné možnosti, ale téměř všechny mají neutrální variantu záchodů pro lidi s handicapem. Také toalety pro zaměstnance často bývají společné. Někdy je navíc řešení jednodušší, než se může na začátku zdát – trans dítě si prostě vybere jednu ze dvou existujících možností školních toalet. Někdy i takovou, kterou bychom nečekali – nadále se rozhodne používat ty toalety, na které chodilo doposud.

Neexistuje obecná rada, ale je dobré zmapovat si situaci školy a také situaci konkrétních žáků a žákyň a jejich reálné potřeby. To je třeba něco, co děláme s Trans\*parentem. Školy s námi mohou tyto věci konzultovat, dokážeme také poradit se školními systémy evidence, které se někdy komplikovaně předělávají, ale i zde existují nějaké cesty.

## 4.7 Lektorka Viktória Beličáková (ona): prožívání genderové identity zajímá všechny mladé lidi, nejen ty, kteří se identifikují jako LGBTQ+

### VIKY, PŘEDSTAV NÁM, V JAKÉ OBLASTI TÝKAJÍCÍ SE LGBTQ+ DOSPÍVAJÍCÍCH PŮSOBÍŠ?

Pracuji jako komunitní organizátorka ve slovenské organizaci Sapling, která se věnuje LGBTQ+ právům. Koordinuji dobrovolnictvo a pracuji specificky s mladými lidmi, které zajímá občanská angažovanost a LGBTQ+ práva. Máme projekty zaměřené na mladé queer lidi a podporu jejich vlastních projektů a aktivit. Také lektoruji programy primární prevence, které se soustředí na genderovou identitu a sexuální nebo vztahovou orientaci.

A také jsem sama queer. Snažím se podílet na budování něčeho, co mně samotné chybělo, když jsem byla mladší, nebo co mám pocit, že stále chybí a já bych to mohla podpořit. Zároveň chci sdílet svoji zkušenost s dalšími lidmi, protože v mém mládí reprezentace LGBTQ+ lidí vůbec neexistovala, stejně jako přístup k jakýmkoliv informacím. Chci využít svoji pozici a svůj hlas, abych podpořila další lidi v podobné situaci.

### CO PŘESNĚ TI CHYBĚLO, KDYŽ JSI VYRŮSTALA JAKO QUEER DOSPÍVAJÍCÍ?

V tom období mi chybělo úplně všechno. Vyrůstala jsem v Košicích na východním Slovensku, na škole jsem byla asi před 15 lety. Neměla jsem přístup k žádným informacím ohledně queer identit, neměla jsem příležitost jim hlouběji porozumět. Věděla jsem, co to znamená být gay nebo lesba, neměla jsem ale představu o tom, jak tyto lidé

žijí, s čím se setkávají, jaká témata řeší, nic z toho jsem vůbec neznala, a neměla jsem ani ten jazyk, který by pojmenovával jiné než tyto dvě identity. Nevěděla jsem tehdy, že existuje něco jako bisexualita nebo cokoliv dalšího. Možná se to i někdy zmínilo, ale bylo to extrémně povrchní. A tím, že reprezentace LGBTQ+ lidí vůbec neexistovala, nebyla možnost se informovat, získat pozitivní vzory nebo se dozvědět, jak vypadá jejich každodenní žití. Z toho důvodu mi chyběl i prostor, kde bych o queer zkušenostech mohla mluvit nebo je objevovat, s někým se setkávat. Měla jsem jednoho kamaráda, který udělal coming out, když mu bylo 15 let. To byl asi jediný člověk, s nímž jsem si o tom kdy povídala, než jsem šla na vysokou školu. V tom období jsem měla pocit, že nemám za kým jít a s kým o tom mluvit.

## MAJÍ MLADÍ LIDÉ, S KTERÝMI NYNÍ PRACUJEŠ, PODOBNÉ POTŘEBY, NEBO UŽ JSOU V JINÉ SITUACI?

Především při lektorování na školách vnímám, že mezi lidmi stejného věku jsou obrovské rozdíly. I v rámci Prahy, která by se mohla zdát jako jedno město homogenní, jsou mnohokrát diametrální rozdíly v povědomí studujících o LGBTQ+ tématech a v citlivosti, kterou na tato témata mají vypěstovanou. A mimo Prahu je to pak obzvláště rozličné. Co ale geografie až tolik neovlivňuje, je skutečnost, že mladí lidé dnes mají přístup alespoň k obsahu na sociálních sítích – existují seriály, knížky a další materiály, které tvoří samotní queer lidé nebo odbornice a odborníci.

Myslím si, že ve školách dnes není ani tak důležité vysvětlovat, co znamenají jednotlivá písmena ve zkratce LGBTQ+, ale spíše vytvářet prostor pro to, aby se mohlo jít více do hloubky. To vidím jako potřebnější. Je sice dobré ujasnit si terminologii a můžeme se bavit i o nuancích respektujícího jazyka. Ale povědomí o tom, že různé identity existují a co asi znamenají, mají studující už ze sociálních sítí. Také vědí, jaké jsou vizuální symboly nebo zkratky vztahující se k LGBTQ+ lidem, vědí, co je Pride, umí si s tématem spojit duhu nebo duhovou vlajku. To jsou věci, které jsem já v jejich věku vůbec neznala. Je super, že mladí lidé mají tyto informace. Kolikrát řeší, že už je toho tématu možná až příliš a že ne vždy je LGBTQ+ reprezentace autentická nebo smysluplná.

## UVEDLA BYS KONKRÉTNÍ PŘÍKLAD, CO TÍM MLADÍ LIDÉ MYSLÍ?

Nedávno jsem měla zajímavou diskusi v 9. třídě. Povídali jsme si o tom, jaké znají studenti a studentky seriály s queer postavami, a někteří říkali, že jim už jejich počet přijde na sílu. Zeptala jsem se proto, jaké zobrazování LGBTQ+ postav by viděli jako ideální, aby bylo autentické a nepůsobilo jako nutné odškrtnutí kolonek reprezentace. Řekli, že jim nejvíc vyhovuje, když je téma organicky zapojené do každodenní zkušenosti jako do celé mozaiky života a identity člověka.

I v jiných školách jsem vnímala, že se o LGBTQ+ tématech mladí lidé chtějí dozvědět, ale tak, že budou zasazena do širšího kontextu. Někdy může být fajn se na ně specificky a úzce zaměřit, ale mladí lidé chtějí vědět, že queer zkušenost má přesah – zde lze zvolit obecnější témata, se kterými se mohou ztotožnit všichni. Myslím, že celkově jim vyhovuje větší fluidita – například povídání o genderové identitě je dobré více otevřít a mluvit o tom, jak my všichni prožíváme svou genderovou identitu, a nesoustředit se jen na ty identity, které nejsou cisgender. Vnímám, že mladí lidé chtějí propojení s dalšími tématy, protože z úzkého zaměření na LGBTQ+ je už někdy cítit vyčerpání.

U mladých lidí ovšem stále rezonuje, když mluvíme o queer a queer-inkluzivních prostorech, které mohou navštívit. I v Praze velmi pozitivně reagují, když jim řekneme, že existuje LGBT+ komunitní centrum. Sami by možná neměli odvalu tam jít nebo by ani nevěděli, jak si to vygooglit. Proto je důležité jim říci, že ta místa existují. Povědomí o reálných queer prostorech je pořád malé, zvláště mezi lidmi pod 18 let věku. Pro ně existuje málo takových bezpečných míst a jsou spíše neformální, jako spíše takové kamarádkské skupiny. Nejedná se o vyloženě podpůrné skupiny nebo komunitní centra – ta také docela chybí.

Všímám si také velké generační propasti, kdy si třídy nerozumí se svým učitelstvem. Nemyslím tím pouze věk, týká se to někdy i vyučujících, kteří jsou pár let po škole. Se sociálními sítěmi se situace dost proměnila a mladá generace má navnímané různé nuance, v kterých jsou starší lidé ztraceni. Tím pádem se jim mladí nechtějí otevřít, protože si nejsou jisti, že u nich najdou potřebnou senzitivitu.

## PODLE TVÉ ZKUŠENOSTI BY TEDY BYLO PŘÍNOSEM, KDYBY SE V RÁMCI ŠIRŠÍ SEXUÁLNÍ VÝCHOVY A V OBORU VÝCHOVA KE ZDRAVÍ A TAKÉ V OBLASTI ČLOVĚK A SPOLEČNOST MLUVILO O TÉMATECH SPOJENÝCH S LGBTQ+ VÍC KOMPLEXNĚ?

Myslím, že je fajn queer témata do výuky vnášet velmi jemně a napříč předměty. Stačí, že se něco připomene v dějepisu, něco v občanské výchově nebo v jiném předmětu a studující si to začnou dávat dohromady. Větší přínos bude mít, když se téma normalizuje napříč různými předměty a rozhovory. Ne že jednou přijedeme my se specifickým programem zaměřeným jen na LGBTQ+ téma.

## ŘÍKÁŠ, ŽE MLADÍ LIDÉ OCEŇUJÍ, KDYŽ JSOU LGBTQ+ TÉMATA PODÁVÁNA V ŠIRŠÍM KONTEXTU, A NE IZOLOVANĚ. MÁŠ ZKUŠENOST, JAK TO VYPADÁ, KDYŽ STUDUJÍCÍ V NĚKTERÉ ŠKOLE ZNAJÍ POJMY, ALE KONTEXT JIM CHYBÍ?

Často se objevují nějaké nepřesnosti, co vnímám. Pro mladé lidi je například matoucí, že online vidí spojování LGBTQ+ témat s BDSM praktikami. Existuje sice nějaký překryv mezi lidmi, co se identifikují jako LGBTQ+, a mezi těmi, kdo mají rádi BDSM, ale rozhodně to není stejná věc. Určitý obsah online ale může vyvolávat pocit, že je to jedno a to samé. Když si ve škole začneme povídat o LGBTQ+ tématech, někdy se ukáže, že studujícím chybí základní sexuální a vztahová výchova – základní otázky jako souhlas k sexu a vůbec naladění na témata, která jsou intimní. Nemají znalosti, na které by si obsah našeho programu mohli napojit, takže s nimi nelze logicky jít do takové hloubky. Vlastně by nebyla potřeba ani sexuální výchova. Stačilo by, kdyby na školách byly třeba sdílecí kruhy nebo jiný prostor, kde studující mohou mluvit o svých emocích. Pak by bylo o mnoho snazší otevírat vztahová a identitní témata.

Myslím, že studujícím celkově chybí prostor nad těmito tématy přemýšlet. V momentě, kdy se nám ve třídě podaří rozjet diskuzi, kdy mladí lidé sdílí své názory nebo mají příležitost se doptávat, je to pro ně úplně nový zážitek. Chtějí především slyšet žité zkušenosti od queer lidí, to je pro ně nejdůležitější, a taky diskutovat o svém vlastním prožívání – jak to vnímají ve svém vlastním okolí i jak mohou podpořit někoho kolem sebe. To jsou během našich programů momenty, kdy třída dává nejvíc pozor, je cítit největší zájem.

Ve třídách, kde chybí základ – není tam důvěra, bezpečí, dodržování skupinových pravidel – je otevírání těchto témat hodně náročné. Chce to přípravu, pracovat na atmosféře a nastavení kolektivu. Až pak bude diskuze a sdílení zkušeností dobře fungovat.

## ZMÍNILA JSI, ŽE JE POTŘEBA DÁVAT STUDUJÍCÍM KONTAKTY NA BEZPEČNÉ QUEER PROSTORY A ODKAZY NA ZDROJE, PROTOŽE I KDYŽ SE POHYBUJÍ NA SÍTÍCH, NEMUSÍ NA NĚ NARAZIT. JAKÁ DALŠÍ TÉMATA JE DOBRÉ S NIMI TAKTO OTEVÍRAT?

Například se také málo řeší sexuální zdraví mezi queer lidmi a zdravé vztahy. Bylo by fajn mluvit o specifických situacích, do kterých se mohou dostat queer lidé před coming outem. Například, že jim druhá osoba může vyhrožovat, že je vyoutuje v momentě, kdy se oni sami necítí bezpečně a nechťejí, aby jejich coming out proběhl, a mohou se tedy cítit tím člověkem ovládaní. Bylo by tedy dobré mluvit o tom, jaké běžné a jaké specifické situace se mohou v queer vztazích objevovat.

Dále je vhodné zapojovat queer pohled, když mluvíme o konsentu, o vztazích, vztahové dynamice, sexuálním zdraví. I já jako dospělá osoba s plynou angličtinou mám problém vyhledávat informace o tom, jak se chránit a zamezit přenosu infekcí a chorob. Mladí lidé mohou být ve zvýšeném riziku a zároveň se mohou obávat se na to zeptat – jednak protože jsou teenageři a je to sex, ale i proto, že by položení dotazu znamenalo coming out, který ještě nemusí být připraveni udělat.

## JAK VNÍMÁŠ ROLI JAZYKA? MYSLÍŠ, ŽE VYUČUJÍCÍ POTŘEBUJÍ PODPORU V TOM, JAK POUŽÍVAT LGBTQ+ TERMINOLOGII?

Setkala jsem se s velmi různorodými vyučujícími co do znalostí, přístupu i používání jazyka. Pokud usilujeme o inkluzi LGBTQ+ témat v naší škole, je dobré nastavit minimální standard, který by měli všichni ovládat. Například vyučující by neměli používat zastaralé názvy nebo by měli umět pracovat s tónem hlasu, protože mladí lidé moc dobře vnímají nejistotu, nesouhlas nebo chybějící respekt. Nastavení základní terminologie a přístupu může hodně pomoci. Když totiž studující cítí, že vyučující mají s tématem problém, může to vytvořit silný pocit diskomfortu a takovému vyučujícímu se žádný mladý člověk nebude chtít svěřit.

Může být také fajn během roku poukazovat na určitá data spjatá s LGBTQ+ tématy – např. Pride měsíc (červen) – ale i s ženskými právy, právy černošského obyvatelstva a tak podobně.

## V RÁMCI TVÉ PRÁCE V SAPLINQU MÁŠ ZKUŠENOSTI I ZE ZAHRANIČÍ. JAKÉ ZNÁŠ PŘÍKLADY DOBRÉ PRAXE?

Velmi dobrou praxi, kdy se LGBTQ+ témata objevují napříč předměty, jsem viděla ve Švédsku a nyní do určité míry probíhá podobná praxe ve Skotsku. Některé země se snaží o holistické vzdělávání a podporují učitele k tomu, aby LGBTQ+ témata zapojovali všude, třeba i v matematice. Člověk si může říct: „Proč by to probíhala mělo být v matematice?“ Přitom stačí jen změnit zadání slovní úlohy tak, že má někdo dvě mámy atp. Jsou to banality, ale přesně takové věci mohou mladým lidem ukázat, že být LGBTQ+ je v pohodě. Dále mi přijde zajímavá zkušenost jednoho učitelského sboru z Austrálie. Učitelé zde učí na škole, kam kdysi sami chodili. Během obědové pauzy tam zavedli kroužek pro LGBTQ+ děti, kde si říkají, jak se ten den cítí, co ten den prožívají.

Také mi přijde dobré tvořit různé projekty – například projektové dny zaměřené na lidská práva, kdy jednou z kapitol mohou být LGBTQ+ práva. Můžeme nechat studenty zjistit si informace a připravit prezentaci pro své spolužáky.

A důležité je i to, aby vyučující, kteří se na to cítí, využívali LGBTQ+ symboly – aby navenek komunikovali, že jsou spojenci a spojenkyněmi LGBTQ+ lidí. Například jeden kolega v komunitním centru nosí duhovou klíčenku a pro mládež je to signál, že za ním mohou přijít, že on sám je queer a bude používat senzitivní jazyk. Dokonce na ní má napsaná i svá jména, jelikož jich používá vícero.

## MÁŠ ZKUŠENOST JAKO BISEXUÁLNÍ ČLOVĚK. JE DNES POZICE LESEB A GAYŮ ODLIŠNÁ OD SITUACE BISEXUÁLNÍCH ČI PANSEXUÁLNÍCH LIDÍ?

Vnímám, že k zastřešujícímu pojmu bisexualita, kam někdy spadá i pansexualita, se v rámci skupiny queer lidí hlásí velké množství osob. I u mladých to dost rezonuje, znají ty termíny, i když ne vždy je od sebe odlišují. Ale i tak přetrvává spousta stereotypů a předpoklů vůči bisexuálním lidem. Může to být velmi složité například v rámci coming outu, kdy se tyto předsudky mohou stát zdrojem určité nejistoty. Člověk má pocit, že musí neustále svou identitu obhajovat a ostatním ji připomínat, protože lidé mají tendenci sklouzávat k binárnímu vnímání světa. Pokud bisexuální člověk chodí s člověkem jiného genderu, ostatní mají tendenci vidět je jako hetero pár. Pokud je bisexuální člověk s osobou stejného genderu, je v očích okolí lesba nebo gay. Jde o vymazávání fluidity, kterou člověk může prožívat, neboť přitažlivost se může měnit v čase s věkem nebo může být různá v různých obdobích. Když mladým lidem vyprávím o tom, jak jsem sama sebe poznávala, je pro mě náročné ten příběh nějak lineárně ucesat, protože to zjišťování bylo velmi kostrbaté a takové všelijaké. A asi to tak může mít spousta dalších lidí, protože u bisexuality ty věci nejsou jednoznačné a přímočaré a přichází v různém věku. Mnoho lidí pojmenovává svou identitu na základě vztahu, ve kterém nyní jsou. S tím já nesouhlasím, ale respektuji to. Myslím si, že důležitější je moje identita a pak až je vztah, který mám aktuálně, nebo jsem měla či budu mít.

Napětí může bisexuálním lidem přinášet taky to, že pociťují určité privilegium, když jsou ve vztahu, který navenek vypadá jako heterosexuální. Kvůli tomu privilegiu mohou mít pocit, že vypadávají z queer prostorů nebo nejsou dostatečně queer. Je to myslím veliké téma. Přemýšlím i nad tím, zda to privilegium skutečně máme, nebo je jen zdánlivé. I když je pravda, že být ve vztahu, který v daný moment působí jako heterosexuální, je skutečně jiné – nemusíte nad toliko věcmi přemýšlet, například jak budou lidé reagovat, když se chytne za ruku na veřejnosti. Na druhou stranu si myslím, že to, zda jsme aktuálně zamilovaní do osoby stejného či jiného genderu není něco, nad čím máme kontrolu. Proto jsem přesvědčená, že to není až takové privilegium, neboť ho můžeme lehko získat a také ztratit. Pokud by to mělo být skutečné privilegium, myslím, že by to měla být konstantnější výhoda, kterou můžeme mít, aniž bychom si jí byli vědomi. Tato fluidita by ale neměla snižovat validitu bisexuálních lidí a zpochybňovat, jestli patří, nebo nepatří do queer prostorů a jestli by měli být vidět stejně jako další queer lidé.

Skrz moji žitou zkušenost si také uvědomuji, nakolik je náš svět binární. Všimám si praktických překážek, na které lidé, co jsou hetero, lesby nebo gayové nenarážejí a bisexuální lidé na ně narážet mohou. Například queer lidé, kteří jsou bisexuální, mají problém žádat

o azyl v jiné zemi, pokud je důvodem jejich odchodu velmi nehostinná atmosféra vůči LGBTQ+ lidem v jejich vlasti. Jestliže totiž měli vztahy jak s muži, tak se ženami, snižuje se jim šance, že budou vnímáni jako dostatečně queer a že bude uznána jejich potřeba se ochránit před ohrožením a dostat se ze své rodné země pryč.

Někdy jde o neviditelnost, jindy o aktivní vymazávání bisexuálních lidí. Pro mě jako bisexuálního člověka je působení v LGBTQ+ aktivismu jako taková cesta. Dlouho jsem se cítila, že nemám čím přispět, nebo že tam ani nemám proč být. Trvalo mi uvědomit si, že na mém hlasu také záleží. A to je podle mě ten problém – pokud se polovina LGBTQ+ lidí cítí, že na jejich hlasu nezáleží nebo že by tam neměli být, přicházíme o mnoho zkušeností. Zároveň vidím pozitivní změny. Například se více mluví o manželství pro všechny páry, a nejen pro gaye a lesby. Tento výraz zahrnuje i bisexuální lidi, a to je velmi důležité.

## 4.8 Právnický Maroš Matiaško (on): respekt k identitě dítěte je přímo ve školském zákoně

### JAKÝM PROBLÉMŮM LGBTQ+ DĚTÍ A DOSPÍVAJÍCÍCH SE JAKO ADVOKÁT VĚNUJETE?

U LGBTQ+ dětí, dospívajících a mladých dospělých jde primárně o otázku práva na identitu, určení identity a otázku práva na soukromí, respekt a rozhodování o vlastním soukromí. Tyto záležitosti u lidí nízkého věku hodně rezonují v oblasti vzdělávání. Ve škole je dítě konfrontováno s určitou kulturou vzdělávacího systému, ať už je tato kultura více či méně institucionální nebo více či méně bezpečná pro dítě, které řeší svou vlastní identitu, sexualitu a soukromí.

Dále jsme v praxi řešili situace po ukončení vzdělávání, kdy typicky po tranzici člověk žádá o úpravu diplomu nebo jiné dokumentace tak, aby odpovídala nově uznanému pohlaví. To jsme řešili jak u vysokoškolského diplomu, tak u maturitního vysvědčení. Toto jsou dva kontexty, které vnímám jako zásadní – bezpečné prostředí v rámci vzdělávací instituce a formální výstupy vzdělávání, které reflektují uznanou identitu dítěte.

## PŘICHÁZEJÍ K VÁM NA KONZULTACI DOSPÍVAJÍCÍ, KTERÍ PROCHÁZEJÍ TRANZICÍ A ŘEŠÍ, NA CO VŠE MAJÍ ONI ČI ŠKOLA PRÁVO?

Obracejí se na nás spíše dospělí lidé s nějakou zkušeností z doby před zletilostí, ať už se jednalo o zážitek špatného zacházení ve školních situacích, šikanu ze strany vyučujících a dalších dospělých, nebo ze strany spolužáků.

## ZMIŇOVAL JSTE PRÁVO NA SEBEURČENÍ. VĚNUJETE SE I PROBLEMATICE OSLOVOVÁNÍ STUDUJÍCÍCH ZVOLENÝM JMÉNEM? JE TO OBLAŠT, NA KTEROU OD ŠKOL PŘICHÁZÍ SPOUSTA DOTAZŮ.

Misgenderování je v současné chvíli bohužel běžné. Velmi záleží na jeho rozsahu a do jaké míry ho daný člověk vnímá jako ponižující nebo zraňující. Řešili jsme v tomto ohledu dvě kauzy, kdy jsme nabízeli poradenství a konzultace. Nešlo o soudní kauzy, nebyly to ani kauzy, které by končily například stížností na Českou školní inspekci, takže následně by neměly ani žádnou institucionální paměť.

Většinou se z naší strany jedná spíše o poradenství, jakým způsobem se daný člověk může bránit, pokud se rozhodne, že se chce bránit. Ale misgenderování je velký problém. Řešili jsme například nerespektování preferovaných zájmen u nebinárních lidí – mnohdy nebo střední rod lidé naprosto odmítají používat.

## EXISTUJÍ NĚJAKÉ PŘEDPISY NEBO PRÁVNÍ PRAVIDLA, O KTERÉ BY SE ŠKOLY MOHLY PŘI PRÁCI S TRANS A NEBINÁRNÍMI STUDUJÍCÍMI OPŘÍT?

Školský zákon formuluje principy vzdělávání a taktéž práva dětí. Lze v něm najít respekt k identitě dítěte – z obecných principů se tedy respekt k trans a nebinárním studujícím odvodit dá. Spíše jde o to, že dosud neexistuje žádný úzus. Prostě se to dosud nedělá. Pokud se ptáte na konkrétní normu, která by upravovala oslovování, nejsem si vědom, že by něco takového existovalo ze strany České školní inspekce ani ministerstva školství. Nyní je ovšem v přípravě metodika MŠMT k trans a nebinárním studujícím.

## CO PODLE VÁS NEJVÍCE MLADÝM LGBTQ+ LIDEM CHYBÍ?

Celkově chybí měkká podpora ze strany školy. Takové provázení procesem ať už tranzice nebo řešení vlastní identity a zajišťování, aby ten proces byl bezpečný. Chybějící podpora může být problém zejména v rurálních oblastech, kde mohou být hůře dostupní psychologové, terapeuti a další odborná pomoc. Je to systémový problém. Vhodně nastavený rámec by umožňoval poskytovat bezpečnou podporu v rámci školy jako instituce. To by dále sloužilo jako prevence šikany od vrstevníků nebo disrespektu ze strany vyučujících, kteří odmítají používat takové oslovení, jaké žák nebo žákyně navrhuje v souladu s tím, jak je pro ně důležité a jak se identifikují.

## CO BY Z VAŠEHO POHLEDU POMOHOLO? VIDÍTE NĚJAKOU ŠANCI NA ZMĚNU?

Začnu obecněji: v přístupu k trans a nebinárním lidem by bylo ideální, aby byla zrušena podmínka kastrace. Musí dojít k jejímu zrušení v zákoně. Souvisí to se společenským klimatem a vážou se na to i postoje společnosti, které se na základě toho klimatu formují, udržují nebo se proměňují. To je pro mě naprosto klíčová věc. Je zde i návrh, aby děti od 15 let měly právo na sebeurčení a měly právo zahájit tranzici a dosáhnout na úřední změnu pohlaví. Novela však nejspíše tento věk respektovat nebude a bude se držet věku od 18 let.

Pokud se vrátím opět více k vzdělávání, chybí zde specifický podpůrný systém. Například nabídka vzdělávání v tématu trans identity pro školní psychology, metodiky prevence, výchovné poradce a další osoby s odborností jinou než pedagogickou je nedostatečná. Nyní takové kurzy, pokud se nemýlím, nabízí pouze organizace Trans\*parent<sup>34</sup>. Bylo by ale potřeba, aby jich bylo více, a měl by to organizovat stát.

Dále, pokud by existovaly metodické pokyny ministerstva školství, Česká školní inspekce by na ně mohla navázat a kontrolovat jejich aplikaci v praxi. Pak by tam byla jistá míra vykonatelnosti. Dovedu si také představit změnu školského zákona. Mohlo by jít o vyjasnění práva na sebeurčení dítěte, případně zdůraznění práva na bezpečí, pokud dojde k sebeurčení s ohledem na respekt k jeho vlastní identitě. Zásady a cíle vzdělávání a také práva žáků jsou velmi obecně formulovány, takže tam prostor na změnu určitě vidím.

Dále by pomohlo, kdyby Česká školní inspekce do této problematiky nějak výrazněji vstoupila. Případně pokud by ombudsman měl jasné stanovisko k otázce oslovování, jako prevenci misgenderování.

Nakonec bych dodal, že možná ani není nutné měnit zákon, jako spíše změnit institucionální postoje. Pokud bude Ministerstvo školství mít jasný postoj k trans studujícím, tak to následně ovlivní postoje škol a už to bude jako sněhová koule. Přečiny se budou chápat jako excesy, půjde po nich Česká školní inspekce nebo ombudsman. Metodiky MŠMT by proto mohly být dobrý první krok.

<sup>34</sup> Školení zaměřená obecněji na LGBTQ+ témata nabízí například organizace Mezipatra, prevenci homofobní a transfobní šikany se věnuje organizace Jules a Jim. Pedagogická fakulta UK nabízí kurzy Celoživotního vzdělávání. Seznam těchto a dalších organizací uvádíme v příloze.



# LGBT+ VE ŠKOLE

Z příběhů a rozhovorů představených v předchozích částech a zároveň i z výzkumů, které byly v dané oblasti realizovány (a na některé z nich odkazujeme v kapitole 2) vyplývá několik jednoduchých doporučení směrem ke školám:

**V DOSPÍVÁNÍ SE PŘIROZENĚ OBJEVUJE ZVÝŠENÁ POTŘEBA ZABÝVAT SE SVOJÍ IDENTITOU (KDO JSEM?), PROBOUZEJÍCÍ SE SEXUALITOU (KDO A CO MĚ SEXUÁLNĚ PŘITAHUJE?) A PARTNERSKÝMI VZTAHY (DO KOHO SE ZAMILOVÁVÁM?). ŠKOLA TO NEMŮŽE IGNOROVAT.**

**MLADÍ LIDÉ POTŘEBUJÍ MÍT O IDENTITĚ A SEXUALITĚ DOSTATEK INFORMACÍ. POKUD JIM JE NENABÍZÍ ŠKOLA, HLEDAJÍ SI JE NA INTERNETU<sup>35</sup> A MOHOU NARAZIT NA ZDROJE POCHYBNÉ KVALITY. ŠKOLA BY MĚLA TUTO FUNKCI PLNIT.**

**NA ŠKOLNÍ UČENÍ JE POTŘEBA DOSTATEK MENTÁLNÍCH KAPACIT. POKUD JSOU MLADÍ LIDÉ V ZAJETÍ SVÝCH POCHYBNOSTÍ A OBAV, NEMOHOU SE EFEKTIVNĚ UČIT. ŠKOLA BY NEMĚLA K JEJICH OBAVÁM A POCHYBNOSTEM PŘÍSPÍVAT, ALE NAOPAK BY JE MĚLA POMÁHAT ZVLÁDAT.**

Z uvedených doporučení vyplývá, že školy by měly LGBT+ témata zvažovat ve třech oblastech. Jednou oblastí je obsah výuky, zejména v předmětech týkajících se fungování společnosti a jednotlivců, jako je občanská výchova nebo dějepis. Druhou oblastí je vedení tříd, zejména třídními vyučujícími. Třetí oblastí je školní poradenské pracoviště a jeho vztahy s dalšími institucemi. Následně každou z těchto oblastí stručně popíšeme.

## Je nutné začít u sebe

Otevírání témat identity, genderu, vztahů a sexuality ve škole může probíhat dvěma způsoby: specificky a nespecificky. Nespecifický přístup znamená, že tato témata nejsou explicitně stavěna do popředí, ale jsou přítomna v podtextu – například skrze citlivé reakce na komentáře žáků, zařazování zmínek o LGBT+ osobách napříč předměty nebo používání inkluzivního jazyka<sup>36</sup>. Specifický přístup naopak zahrnuje přímé zaměření na tato témata prostřednictvím konkrétních aktivit, které nabízí nové informace a mění postoje. Práce s LGBT+ otázkami by neměla znamenat zavádění nového velkého tématu, ale spíše připomínku, že genderová identita a sexuální orientace jsou součástí rozmanitosti, o které ve škole hovoříme. Tato témata jsou důležitá nejen pro LGBT+ studenty, ale pro všechny mladé lidi, kteří procházejí procesem sebepoznání.

Při práci s tématy genderu a sexuality bychom měli mít na paměti dva klíčové principy. První se týká samotných vyučujících: „Vím, kde stojím.“ Učitelé a učitelky nemohou efektivně podporovat studující, pokud nemají jasno ve svých vlastních postojích a limitech. Druhý princip se zaměřuje na výuku: „Zajišťuji bezpečí a informace.“ Učitelé a učitelky by měli vytvářet respektující prostředí a poskytovat studujícím dostatek informací, aby lépe rozuměli svým pocitům souvisejícím s genderem a sexualitou. Důležité je také všimnout si, kdy a jak studující tato témata přinášejí, a reagovat na ně vhodně a citlivě. Mluvit o těchto tématech i s ostatními vyučujícími a hledat způsoby, jak je integrovat do výuky a školního poradenského pracoviště, je klíčové pro vytvoření podpůrného školního prostředí.

## PRVNÍ PRINCIP: VÍM, KDE STOJÍM

Snažit se mít jasno ve vlastních postojích a mít dostatek odborně podložených poznatků tak, abychom nereprodukovali mýty a stereotypy. K tomu bychom také měli vést studující.

V této oblasti je sice důležitá hodnotová orientace člověka, ale není to vše jen otázka postojů a hodnot. V tématu jsou jasné, vědecky prokázané poznatky, na kterých musíme stavět.

Nelze akceptovat jakýkoliv postoj (byť kultivovaně prezentovaný), pokud odporuje známým poznatkům.

V rámci toho, abychom si udělali jasno ve vlastních postojích a uvědomili si, jak dobře jsou opřené o znalost tématu, je možné promyslet své odpovědi na následující otázky:

**1) JAK PŘÍSTUPUJI K DÍVKÁM A JAK K CHLAPCŮM? JSOU VĚCI, O KTERÝCH JSEM PŘESVĚDČEN/A, ŽE JE MUŽI NEBO ŽENY NEMOHOU ZVLÁDNOUT, A KTERÉ JSOU PRO NĚ NAOPAK TYPICKÉ? O CO SVŮJ NÁZOR OPÍRÁM?**

**2) CO SI MYSLÍM O ŠKOLNÍ VÝUCE TÉMAT TÝKAJÍCÍCH SE SEXUALITY? CÍTÍM SE V TÉMATECH JISTĚ? DAŘÍ SE MI S DRUHÝMI LIDMI OTEVŘENĚ HOVOŘIT O ROMANTICKÝCH VZTAZÍCH, VČETNĚ FYZICKÉ INTIMITY?**

**3) JAKÉ JSOU MOJE ODBORNÉ ZNALOSTI O SEXUÁLNÍ ORIENTACI A O GENDEROVÉ IDENTITĚ? JAKÉ JSOU MOJE PŘEDSTAVY GAYŮ, TRANS LIDÍ A DALŠÍCH LIDÍ S MENŠINOVOU SEXUÁLNÍ ORIENTACÍ ČI GENDEROVOU IDENTITOU?**

**4) JAKÝM ZPŮSOBEM CHCI V HODINÁCH K TÉMATU PŘÍSTUPOVAT? BUDE MÝM CÍLEM PŘEDÁVAT INFORMACE, NEBO BUDOVAT POSTOJE?**

## DRUHÝ PRINCIP: ZAJIŠŤUJI BEZPEČÍ A INFORMACE

Pro práci s tématy genderu a sexuality je třeba vytvořit vhodné prostředí.

Společně s třídou bychom měli nastavit pravidla, která budeme dodržovat. Mělo by být jasné, které poznatky jsou závazné (nejsou otázkou názoru) a je tedy třeba je vyžadovat, a která témata otevíráme pro diskusi.

Vyučující by měli témata sami otvírat a nečekat jen na iniciativu studujících. Snadno by se totiž mohlo stát, že nikdo téma kvůli nedostatku odvahy nenadnese, ačkoliv by pro třídu bylo zajímavé. Při plánování výuky je důležité zjistit si počáteční míru znalostí a zralosti a vůči tomu zvolit citlivý přístup. Ve třídách, kde jsou studující hodně vyspělí a v tématu mají hodně zkušeností, můžeme mluvit otevřeněji.

Ve třídách méně zblých nebo nerovnoměrně složených je nutné zvolit jiný přístup. Vždy je ale třeba zajistit, aby se studující cítili bezpečně – tedy nenutit je v citlivějších otázkách k aktivnímu zapojování a současně dát prostor k doptávání, optimálně i anonymní formou.

## Cílem je respekt, nejen tolerance

Posilování respektu mezi lidmi vyžaduje více než jen toleranci. Oba pojmy jsou si sice blízké, týkají se přístupu k rozmanitosti a odlišnosti mezi lidmi, ale představují odlišné úrovně<sup>37</sup>.

Toleranci chápeme jako pasivní přístup, kdy se člověk sice vyhýbá odsuzování či potlačování jinakosti, ale zároveň se od ní může vnitřně distancovat. Tolerance znamená, že člověk akceptuje existenci názorů, životních stylů nebo identit, které se liší od jeho vlastních, ale nemusí je nutně schvalovat, pochopit nebo s nimi souhlasit. Je to tedy spíše nevměšování se a snaha nezasahovat do života druhých, i když jejich odlišnost může být nepříjemná nebo nesouhlasná. Respekt jde o krok dále. Respekt

znamená aktivní uznání hodnoty a důstojnosti druhého člověka bez ohledu na jeho odlišnosti. Zatímco tolerance může být pouhým snášením něčeho odlišného, respekt vyžaduje pochopení a ocenění těchto odlišností. Respektující člověk nejenže přijímá jinakost, ale také se snaží ji pochopit, vážít si jí a ocenit ji jako legitimní součást společné reality. Respekt často zahrnuje i aktivní podporu práv a důstojnosti druhých, vystupování proti diskriminaci a obhajobu rovnosti. Zatímco tolerance může být nezbytným základem pro soužití v různorodé společnosti, respekt vytváří prostor pro hlubší a harmoničtější vztahy mezi lidmi, kde je rozmanitost vnímána jako obohacení, nikoli jako problém.

**Pro budování respektu je klíčové porozumění a uznání druhých jako komplexních osobností. Respekt se buduje dvěma způsoby:**

**PROSTŘEDNICTVÍM ZNALOSTI A POCHOPENÍ SPECIFICKÝCH ASPEKTŮ ŽIVOTA DRUHÝCH LIDÍ, JAKO JE NAPŘÍKLAD SEXUÁLNÍ ORIENTACE ČI GENDEROVÁ IDENTITA**

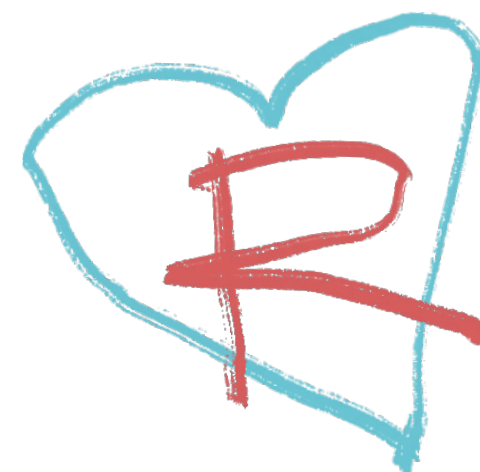
**PROSTŘEDNICTVÍM VNÍMÁNÍ ČLOVĚKA JAKO CELKU, KDE TYTO ASPEKTY JSOU POUZE JEDNOU ČÁSTÍ ŠIRŠÍ IDENTITY**

Pokud vyučující rozumí problematice coming outu a mají základní znalosti o genderové identitě, mohou lépe podpořit studující, kteří procházejí náročným obdobím, a zároveň tuto citlivost přenést na ostatní ve třídě. Zároveň však nesmí redukovat tyto osoby pouze na jejich gender či sexuální orientaci. V některých situacích jsou tato témata klíčová, ale v jiných mohou ustoupit do pozadí, a není tedy potřeba je otevírat. Například školní výkony nejsou přímo spojeny s identitou a sexualitou. Sekundárně může dojít k negativnímu ovlivnění, pokud se studující ve škole setkávají s nepřijetím nebo se příliš trápí otázkami LGBT+. Žádná primární vazba mezi kognitivními schopnostmi a genderem či sexualitou však neexistuje. Podobně dítě, které vždy bavilo malovat, si pravděpodobně udrží zájem o tuto činnost i poté, co začne řešit svou genderovou či sexuální identitu.

Sexualita a gender jsou jen jedním aspektem naší osobnosti a nelze je považovat za jediný určující prvek. I když sexuální orientace nebo genderová identita může být pro někoho klíčovou zkušeností, která formuje jeho život (například v případě traumatu z homofobního útoku), tato

zkušenost nedefinuje celou jeho osobnost. Ve výuce je proto nezbytné balancovat mezi tím, že diverzitu prezentujeme jako něco přirozeného a běžného – nepřikládat jí nadměrný důraz, ale zároveň umožňovat žákům porozumět tomu, proč může být zkušenost „jinakosti“ pro někoho zásadní.

Praktickým příkladem tohoto přístupu může být začlenění LGBT+ témat do literatury či filmů, kde jsou postavy s různou genderovou identitou a sexuální orientací prezentovány jako běžní hrdinové příběhů, bez zbytečného zdůrazňování jejich „jinakosti“. Současně je ale také užitečné „jinakost“ pojmenovat a určitý prostor k jejímu rozebrání poskytnout. Vedle diskuse o hlavních tématech příběhů je možné omezený prostor také věnovat diskusi o tom, jak LGBT+ postavy zažívají svět a jakým výzvám mohou kvůli své identitě čelit. Tím mohou studující dosáhnout hlubšího pochopení těchto zkušeností, které vyrůstají z individuálních charakteristik i ze systémového nastavení společnosti. Tímto způsobem se v žácích pěstuje schopnost nejen tolerovat, ale skutečně respektovat druhé, což vede k zdravějším a inkluzivnějším vztahům ve společnosti.



# Kurikulum:

## identita, gender, sexualita a vztahy

Posilování respektu ve školním prostředí lze účinně podpořit zařazováním zmínek o LGBT+ osobách a jejich životech do výuky. Tento přístup nejen zviditelňuje LGBT+ komunitu přirozeným a nenásilným způsobem, ale také vytváří prostředí, které podporuje všechny studující. Když jsou LGBT+ vzory přítomny ve výuce, studující z této komunity se mohou cítit více přijati a akceptováni. Zároveň to pomáhá rozvíjet celkový respekt k rozmanitosti, což zlepšuje klima ve škole, kde se každý cítí bezpečněji a více oceněn<sup>38</sup>.

Integrace zmínek o LGBT+ do různých předmětů může být nenápadná, ale účinná. Například v matematice mohou slovní úlohy zahrnovat různé typy rodin. Kromě klasických příkladů s maminkou a tatínkem mohou být zahrnuty také rodiny se dvěma tatínky nebo dvěma maminkami<sup>39</sup>. V literatuře lze zařadit do čtenářských aktivit díla autorek a autorů, jako je Oscar Wilde nebo Virginia Woolfová, kteří byli významnými osobnostmi literární historie a zároveň se otevřeně hlásili ke své LGBT+ identitě. Studující mohou analyzovat nejen jejich díla, ale také zkoumat, jak jejich osobní život ovlivnil jejich tvorbu a přijetí ve společnosti.

V hodinách biologie můžeme studující seznámit s příklady zvířat, která vykazují stejnopohlavní chování nebo mění své pohlaví v průběhu života. Například černé labuť často vytvářejí dlouhodobé páry

dvou samců, zatímco ryby jako klaun očkátý mohou v průběhu života měnit své pohlaví. Takové příklady nejenže přinášejí do výuky zajímavé biologické poznatky, ale také rozšiřují obzory studujících v oblasti genderu a sexuality v přírodě.

V dějepisu a občanské výchově je možné hovořit o různých historických přístupech k genderovým identitám a sexuální orientacím. V antickém Řecku bylo například běžné, že lidé měli romantické a sexuální vztahy s osobami stejného pohlaví, což bylo v té době vnímáno jako přirozená součást života. Na druhé straně, v Československu před rokem 1989 byli lidé s odlišnou sexuální orientací často nuceni žít skrytě, což vedlo k perzekucím a společenskému vyloučení. Diskuse o těchto tématech pomáhá studujícím pochopit, jak se historické kontexty mění a jak tyto změny ovlivňují životy konkrétních lidí.

Dalším důležitým prvkem může být integrace LGBT+ témat do uměleckých předmětů, jako je výtvarná či hudební výchova. Studující mohou analyzovat díla umělkyň a umělců, kteří otevřeně vyjadřovali svou LGBT+ identitu, jako jsou Frida Kahlo, David Bowie, Andy Warhol nebo Keith Haring. Diskuse o tom, jak jejich osobní zkušenosti ovlivnily jejich tvorbu, může studujícím nabídnout hlubší pochopení toho, jak identita a umění mohou být vzájemně propojeny.

V rámci úvah o tom, jak se ve Školním vzdělávacím programu nebo následně ve vlastní výuce postavit k LGBT+ tématům, doporučujeme zvážit následující tipy:

**PŘIROZENÁ INTEGRACE:** Místo vytváření nových témat se zaměřte na přirozené začlenění zmínek o LGBT+ osobách do stávajícího učiva. Například při probírání historických událostí nebo literárních děl zahrňte kontext týkající se LGBT+ témat.

**RESPEKTUJÍCÍ PROSTŘEDÍ:** Vytvářejte atmosféru, kde se všichni studující cítí bezpečně a respektováni. Ozvěte se, pokud studující mluví hanlivě o lidech s rozmanitou genderovou a sexuální identitou. Pokud si nejste jisti, že studující učební prostředí vnímají jako bezpečné, zeptejte se jich – v rámci skupinové diskuse nebo anonymním dotazníkem. Dobrým indikátorem bezpečného prostředí je, když jsou studující ochotni prezentovat i takové názory, u nichž předpokládají, že s nimi ostatní nemusí souhlasit.

**HODNOTA ROZMANITOSTI:** Diverzitu prezentujte jako pozitivní hodnotu a podporujte otevřenou diskusi o těchto tématech. Do respektu rozmanitosti nelze nutit. Výzvy typu: „Musíte se respektovat!“ nefungují. Ukazujte vlastním příkladem, že i když může být zvládnutí odlišností mezi lidmi náročné a nepohodlné, ve výsledku je vždy pro společenství prospěšné, když zahrnuje lidi odlišné z mnoha hledisek, pokud spolu chtějí a umí komunikovat (což se musíme obvykle učit).

**ODBORNÉ ZNALOSTI:** Informujte se o základních otázkách týkajících se genderu a sexuality i aktuálního dění kolem LGBT+ komunity, abyste mohli adekvátně reagovat na otázky a komentáře studujících. Zdůrazněte studujícím, že v těchto tématech je řada vědecky prokázaných faktů, které musíme znát a respektovat. Není vše jen otázkou vlastního postoje. Držte tento princip i ve třídních diskusích, a pokud někteří studující popírají fakta, poukažte na to. Například při diskusi o historických osobnostech nezapomínejte zmínit i jejich sexuální orientaci či genderovou identitu, pokud to ovlivnilo jejich život a tvorbu.

**ZAČLENĚNÍ DO VŠECH PŘEDMĚTŮ:** Využijte příležitostí v různých předmětech k tomu, abyste představili LGBT+ osoby a témata, ať už jde o matematiku, přírodovědu, historii, nebo umění. Například ve výuce cizích jazyků můžete pracovat s texty a filmy, které zpracovávají LGBT+ témata, což přináší nejen jazykové dovednosti, ale i kulturní kontext<sup>40</sup>.

38 GLSEN (2019)

39 Inspiraci lze nalézt na webu [ucimolgbt.cz](http://ucimolgbt.cz) nebo ve skotských národních metodikách Time for Inclusive Education (viz zdroje).

40 Inspiraci může poskytnout skotská národní iniciativa <https://lgbteducation.scot/resources/>

# Problémy při provázání s výukou

Výzkum OUT<sup>41</sup> ukázal, že důvodem, proč se vyučující ve své výuce nevěnují genderu a sexualitě, je obsahová vzdálenost vyučovaného předmětu (69 %). Že není nutné se obsahem nechat svázat, zdůraznila například učitelka Dana: Bohužel, v hodinách češtiny se na rozdíl od jiných předmětů nemohu dostatečně věnovat tématům tolerance či sexuální výchovy. I přesto se snažím tato témata otevírat, obzvláště ve třídách, kde intuitivně tuším, že je to nutné. Napříč všemi předměty nutně probíhá širší pedagogická komunikace, která velmi často implicitně obsahuje rovinu žákovské identity a vztahů, v nichž mohou hrát významnou úlohu genderové role a sexuální či romantická atraktivita. Zároveň velká část vyučujících působí současně jako třídní učitel či učitelka a v rámci této role se nezbytně objevují otázky budování identity, sexuálního dospívání

nebo genderových norem. Proč se ani v takovém případě vyučující těmto tématům nevěnují, je do velké míry způsobeno jejich nejistotou.

Ta vyplývá z různých zdrojů: 33 % vyučujících vnímá, že ve školství nepanuje shoda na tom, jak témata sexuality a genderu zahrnout do výuky; 45 % vyučujících neví, jak do výuky LGBT+ témata začlenit a chybí jim dostatečné znalosti a dovednosti. Dohledat si informace přitom nebývá takový problém, takže to hlavní, co vyučující žádají, je posílit své dovednosti, jakým způsobem o tématech komunikovat, jak pracovat přímo s LGBT+ studujícími a také se třídami, kam tito studující dochází. Například jedna učitelka formulovala svá očekávání takto: Jak na takové děti reagovat, jak takové téma představit dětem, jak s tématem pracovat v hodinách, jak představit takové dítě spolužákům.

## Konkrétní aktivity do výuky

Témata genderu a sexuality jsou klíčová pro všechny dospívající, protože právě v tomto období si mladí lidé začínají formovat svou identitu. Součástí tohoto procesu je i utváření genderové identity, tedy uvědomění si sebe sama jako ženy, muže nebo osoby, která se neřadí jednoznačně ani do jedné z těchto kategorií. V dospívání se rovněž objevují nové sexuální potřeby a zájem o partnerské vztahy, což jsou přirozené součásti tohoto vývojového období. Proto je důležité, aby se škola těmto tématům věnovala a podporovala zdravý osobnostní vývoj svých studujících.

Podpora rozmanitosti by měla být systematicky integrována do výuky. Respekt k přirozené rozmanitosti, kritické myšlení a pochopení vlivu biologických a socio-kulturních faktorů jsou základem pro to, aby studující získali potřebné znalosti a byli schopni reflektovat a přehodnotit své postoje. Důležitou součástí této podpory je také tematizace genderových rolí a s nimi spojených očekávání. To umožňuje studujícím lépe pochopit, jak tyto faktory ovlivňují jejich životy, a poskytuje jim svobodu rozvíjet svou osobnost na základě vlastních zájmů a talentů, nikoli pouze podle společenských stereotypů.

Nabízíme několik praktických aktivit, kterými se lze inspirovat při plánování výuky:

**AKTIVITA ZOBRAZENÍ MUŽŮ A ŽEN NA GOOGLU<sup>42</sup>:** V této aktivitě vyučující se studujícími společně na dataprojektoru prohlížejí obrázky, které nabízí vyhledávač Google při zadání slov „muž“ a „žena“. Diskutují o tom, jaké typy lidí jsou zastoupeny, jak vypadají, jaká mají těla a celkový vzhled. Studující poté reflektují, které z těchto reprezentací jsou stereotypní, odtržené od reality, nebo naopak autentické. Tato aktivita je skvělým způsobem, jak ukázat na genderové stereotypy a jejich vliv na naše vnímání lidí.

**AKTIVITA PRVNÍ DOJEM:** Cílem této aktivity je narušit stereotypy o LGBTQ+ lidech. Studující mají nejprve za úkol napsat, co si představí, když slyší, že někdo je LGBTQ+. Poté své odpovědi sdílí ve skupinách a reflektují, zda se jejich představy shodují či liší. Skupiny poté diskutují o tom, zda tyto stereotypy skutečně souvisejí se sexuální orientací nebo genderovou identitou, a hledají důvody těchto spojení. Zajímavým závěrem může být, když každá skupina najde a představí osoby identifikující se jako LGBTQ+, které těmto stereotypům neodpovídají.

**ANONYMNÍ DOTAZY:** Doporučujeme, aby třídnické hodiny nebo hodiny adekvátních předmětů občas zahrnovaly prostor pro anonymní dotazy od studujících. Studující mohou předem napsat své otázky, které je zajímají nebo trápí, a vyučující je následně mohou zpracovat a připravit na ně odpovědi. To umožňuje řešit aktuální otázky ve třídě citlivým a informovaným způsobem. Pokud se objeví náročná témata, je možné pozvat školní psycholožku nebo jinou odbornou osobu.

**INTEGRACE DO RŮZNÝCH PŘEDMĚTŮ:** V dějepisu mohou vyučující zahrnout do výuky témata jako Stonewallské nepokoje, které měly zásadní vliv na práva LGBTQ+ lidí, nebo historické přístupy k genderovým identitám v různých kulturách (např. védské texty nebo společenské struktury původních obyvatel Ameriky). V literatuře mohou studující číst a analyzovat díla autorek a autorů, jako je Tove Jansson, James Baldwin nebo Allen Ginsberg, ze současné tvorby například díla Édouarda Louise, Ocean Vuonga či Marka Torčíka. V biologii lze diskutovat o příkladech zvířat, která mění své pohlaví nebo vytvářejí stejnopohlavní páry, což rozšiřuje porozumění přírodním procesům a genderové rozmanitosti.

Těchto pár drobných tipů ukazuje, že zahrnutí do výuky je možné. Pokud byste hledali více konkrétních aktivit, navštivte web [ucimolgbt.cz](http://ucimolgbt.cz), který nabízí další náměty a aktivity. Využít lze také materiály od organizace Otevřená společnost, Nesehnutí, Konsent nebo Gender Studies. Vyučující zde mohou najít inspiraci a konkrétní materiály, jak pracovat s tématy genderu a sexuality ve své výuce, což přispívá k vytváření respektujícího a inkluzivního prostředí pro všechny studující.

# Lukášovi dělají spolužáci peklo – metodický list

Do výuky lze zařadit i některé z příběhů prezentovaných v této publikaci. K jednomu z nich (příběh Lukáše) nabízíme podrobnější náměty, jak jej lze využít ve výuce.

**DOPORUČENÝ VĚK:** od 8. třídy ZŠ

**ČAS:** 45 min (případně lze prodloužit na 90 min, pokud chceme dát větší prostor diskusi nebo chceme po aktivitě udělat širší úvod do LGBTQ+ témat)

## POSTUP:

1. Text nakopírujeme tak, aby měl každý studující jednu kopii. Hodinu uvedeme tak, že si přečteme příběh o gayi Lukášovi.
2. V první části aktivity mají všichni za úkol si text přečíst. Před zahájením četby napíšeme na tabuli či promítneme otázky, na které se studující mají zaměřit. V rámci instrukcí také povzbudíme studující, aby si v textu označovali pasáže, které jim přijdou důležité, či je zaujmou.
3. Jakmile studující dokončí četbu, procházíme se studujícími jednotlivé otázky a vyzýváme je, aby řekli, z které části textu ve své odpovědi vycházeli. Pro doplnění informací o coming outu lze vycházet z informací zde v příručce, viz níže.
4. Poté, co se studujícími projdeme všechny otázky, rozdělíme třídu do menších skupin (cca po 4). Skupiny mají za úkol se zamyslet nad dalšími dvěma otázkami.
5. Na závěr se vrátíme do celé třídy a požádáme skupiny, aby stručně prezentovaly své pohledy na uvedené otázky. Celou diskusi zarámujeme tím, na koho se lze v obdobných případech obrátit na naší škole, a doplníme také kontakty na podpůrné organizace.

## OTÁZKY K TEXTU:

1. Jak se Lukáš cítí ve škole? Proč tomu tak je?
2. Proč bylo pro Lukáše těžké přijmout svou identitu? Co mu naopak pomohlo?
3. Co znamená slovo coming out?
4. Co se stalo potom, co Lukáš o své identitě řekl rodičům?

## COMING OUT - DOPLNĚNÍ

Proces uvědomování si vlastní LGBT+ sexuální identity a její případné sdělení dalším osobám nazýváme coming out. Obvykle má několik fází – od počátečních otazníků nad svými pocity, přes vnitřní uvědomění si své odlišnosti, po vnější sdělení dalším lidem. V současné době je společnost mnohem více otevřená a disponuje řadou informací, díky kterým již lidé s menšinovou sexuální orientací a genderovou identitou nezbuzují tolik odmítání. Mladí lidé tak nyní svou LGBT+ identitu mohou začít objevovat již během dospívání.

Ačkoliv je v České republice Ústavou zajištěno rovné zacházení a výzkumy veřejného mínění ukazují poměrně vysokou míru tolerance k LGBT+ osobám, neznamená to, že by dospívání bylo pro tyto lidi vždy snadné. Tolerance zdaleka neznamená respektování. Výzkumy ukazují, že se LGBT+ lidé setkávají s odmítáním a zesměšňováním. Např. Výzkum veřejné ochránkyně práv z roku 2019 ukázal, že 53 % LGBT+ osob cítilo, že musí ve škole tajit svoji identitu. Výzkum Být LGBTQ+ v Česku (2023) ukázal, že 36 % LGBT+ osob se během své školní docházky setkala s posměšky, urážkami či výhrůzkami ze strany spolužactva, nejvíce se s těmito negativními projevy setkávali gayové a trans a nebinární lidé. Šokujícím zjištěním je, že 20 % trans mužů se s takovým jednáním setkala i ze strany svých vyučujících. To se může negativně podepisovat na jejich angažovanosti ve škole i školních výsledcích. Výzkum Evropské agentury pro lidská práva z roku 2019 ukázal, že v Česku si nejčastěji (43 % dotázaných) svou sexuální orientaci lidé uvědomili mezi 10. a 14. rokem věku.

Skupina mladistvých mladších než 19 let má také zkušenosti s nenávistným chováním i mimo školu. Častěji než starší skupiny mají zkušenosti s fyzickým či sexuálním násilím – tuto zkušenost má 20 % z nich. S nenávistným obsahem online vůči jim samotným nebo dalším LGBT+ lidem se setkala naprostá většina z nich (90 %). Oporu a porozumění nemusí mladí lidé často najít ani doma. Z obav před obtěžováním, napadením a vyhrožováním svou identitu doma skrývá 47 % lidí ve věku 12–15 let, v kategorii 16–18 jde o 43 %.

## OTÁZKY DO SKUPIN:

1. Co by mohlo nyní Lukášovi ve škole pomoci?
2. Jak byste se mohli zachovat vy, pokud byste byli ve škole svědky podobného chování?

Obvyklé odpovědi: Pomoci by Lukášovi mohlo zastání ze strany jednoho či více spolužáků. Také by mohlo pomoci o chování spolužáků říci ještě jinému vyučujícímu, případně to opětovně zkusit i u toho, který byl svědkem. Studující by mohli pomoci mnoha způsoby dle jejich aktuálních sil: **a)** k urážkám by se nepřidávali, nesmáli se jim, **b)** vyhledali by Lukáše o samotě a řekli mu, že s urážkami nesouhlasí, **c)** ve chvíli, kdy Lukášovi nadávají, se ho zastat, což může mít různé formy, např. říci „Tohle není v pořádku“/„Nech toho“.

# Tipy pro třídní učitele a učitelky: třídnické hodiny a víc

Témata genderu a sexuality mají přímý dopad na to, jak se mladí lidé projevují ve škole a jaké vztahy navazují ve svých vrstevnických skupinách. To následně ovlivňuje klima ve třídách a postavení jednotlivých žáků a žáků. Proto by tato témata měla být prioritou třídních vyučujících a měla by být pravidelně zahrnována do třídnických hodin. Témata, která by měla být v třídnických hodinách diskutována<sup>43</sup>:

**POCHYBNOSTI O GENDEROVÉ IDENTITĚ NEBO SEXUÁLNÍ ORIENTACI:** Někteří studující mohou procházet obdobím nejistoty ohledně své genderové identity nebo sexuální orientace. Třídnické hodiny by měly být místem, kde mohou tyto otázky bezpečně otevřít a kde mohou získat podporu.

**COMING OUT A REAKCE TŘÍDY:** Pokud některá studentka nebo student udělá coming out, ostatní na to budou nějakým způsobem reagovat. Je důležité, aby třídní vyučující vytvořili prostředí, kde je tato situace zahrnována jako přirozená součást života, a zajistili, že reakce třídy budou respektující a podporující.

**HOMOFBNÍ NEBO TRANSFOBNÍ POZNÁMKY A VTIPY:** Pokud se ve třídě objeví homofobní nebo transfobní projevy, musí být okamžitě řešeny. Třídní vyučující by měli jasně a rozhodně ukázat, že takové chování není ve třídě akceptováno. Ohradit se proti takovým komentářům je důležité i tehdy, když ve třídě není žádná osoba, která se otevřeně identifikuje jako LGBT+. Pokud by totiž někdo teprve zvažoval coming out, přítomnost tolerovaných homofobních a transfobních nářeků ho/ji určitě odradí.

**SILNĚ VYMEZUJÍCÍ SE SKUPINY:** V některých třídách může existovat ostrá hranice mezi chlapeckou a dívčí částí třídy, což negativně ovlivňuje například skupinovou práci. Diskuse o důvodech této segregace a hledání způsobů, jak podpořit spolupráci a vzájemný respekt, mohou být velmi přínosné. Důležité je jít k původní příčině, kterou obvykle bývají genderové předsudky a stereotypy.

**SEXUALIZOVANÉ VZTAHY:** Pokud jsou vztahy mezi chlapci a dívkami silně sexualizované a studující se k sobě chovají jako k sexuálním objektům, je důležité otevřít téma vzájemného respektu a upozornit na nebezpečí objektifikace.

**HODNOCENÍ GENDEROVÝCH NOREM:** Některé projevy ve třídě mohou být vnímány jako narušení genderových norem, například dívky, které si neholí nohy. Třídní vyučující by měli povzbudit diskusi o tom, co jsou genderové normy, jak silně jsou závislé na kulturním a historickém kontextu (a nelze je tedy považovat za něco „přirozeného“) a proč je důležité respektovat individuální volby každého člověka.

**NESPRAVEDLNOSTI NA ZÁKLADĚ GENDERU:** Studující mohou vnímat nerovnosti, které jsou spojeny s genderem, například větší rodičovská omezení pro dívky, nerovnosti v platech dospělých žen a mužů nebo absence manželství pro všechny. Tato témata je důležité otvírat, aby studující pochopili širší souvislosti a mohli se stát obhájci rovnosti.

Třídnické hodiny představují cennou příležitost k otevření různých důležitých témat, která mají dopad na to, jak se mladí lidé cítí a jak se k sobě ve třídách vztahují. Tato témata jsou pro dospívající klíčová, protože právě během této životní etapy si začínají budovat svou identitu, ať už genderovou, sexuální nebo vztahovou. Vytváření prostoru pro diskusi a reflektování těchto témat ve třídě je zásadní pro to, aby studující mohli prozkoumat a pochopit různé aspekty své osobnosti v bezpečném a podporujícím prostředí.



## Jak vytvářet ve třídě bezpečný prostor?

Vytváření respektujícího a přijímajícího prostředí ve třídě vyžaduje aktivní úsilí. Není to jen o toleranci, ale o aktivním respektu k rozmanitosti. Studující by měli být vedeni k tomu, aby viděli rozmanitost jako přirozenou a obohacující součást života, nikoliv jako něco, co by mělo být ignorováno nebo kritizováno. Zde je několik klíčových doporučení pro třídní vyučující:

**REVIDUJTE TŘÍDNÍ PRAVIDLA:** Pokud ve vaší třídě pracujete se třídními pravidly, ujistěte se, že obsahují dostatek podpory pro respekt k odlišnostem. Ačkoliv pravidla mohou být naformulována dobře, mohou studující pracovat s jejich redukováným či posunutým významem. Proto je vhodné pravidla občas projít a diskutovat o konkrétních situacích, na které lze aplikovat.

### **UKAZUJTE RESPEKT K ROZMANITOSTI VE VŠECH ASPEKTECH**

**KOMUNIKACE SE TŘÍDOU:** Vyučující by měli ve svém jazyce a chování reflektovat rozmanitost. To znamená používat inkluzivní jazyk, zmiňovat páry stejného pohlaví, pokud je to relevantní, a důrazně se vymezovat proti jakýmkoliv projevům nenávisti či diskriminace.

**REAGUJTE OTEVŘENĚ A CITLIVĚ NA DOTAZY:** Pokud studující přicházejí s dotazy ohledně genderu, sexuality nebo vztahů, reagujte na ně otevřeně, ale citlivě. Pokud si nejste jistí v odpovědích, buďte transparentní a nebojte se přiznat, že potřebujete více informací nebo času. Můžete také zapojit studující do diskuse a umožnit jim, aby se podělili o své znalosti a zkušenosti.

**POUŽÍVEJTE NEUTRÁLNÍ A INKLUZIVNÍ JAZYK:** Vyvarujte se používání generického maskulina a místo toho používejte výrazy, které zahrnují všechny, například „studující“ místo „studenti“ nebo „žactvo“ místo „žáci“.

**PROHLÉDNĚTE SI PROSTŘEDÍ ŠKOLY NOVÝMA OČIMA:** Přemýšlejte o tom, jak vaše škola působí na různé skupiny studujících. Například by školní výzdoba neměla připomínat pouze významné muže, ale měla by zahrnovat i významné ženy a další rozmanité osobnosti. Zvážit můžete také odstranění tradičních dělení na „chlapecké“ a „dívčí“ prostory, pokud to není nezbytné.

**ZAHRŇTE LGBTQ+ TÉMATA DO ŠKOLNÍCH MATERIÁLŮ:** Ujistěte se, že škola obsahuje materiály, které zohledňují LGBTQ+ témata. To může zahrnovat informace na nástěnkách, kontakty na odborné osoby, které mohou poskytnout podporu, nebo drobné symboly, jako jsou duhové odznaky, které ukazují podporu LGBTQ+ komunitě.

**ZAPOJTE OSOBY ZE ŠKOLNÍHO PORADENSKÉHO PRACOVNÍŠTĚ:** Pracovnice školního poradenského pracoviště (ŠPP), jako jsou školní psycholožky, metodičky prevence a výchovné poradkyně, by měly být dobře informované o LGBTQ+ tématech, aby mohly poskytnout adekvátní podporu studujícím i vyučujícím. To může zahrnovat poradenství pro studující, kteří procházejí coming outem, nebo řešení případů homofobně a transfobně motivované šikany.



# Školní poradenské pracoviště: další záchranná síť

**Školní poradenské pracoviště (ŠPP) je klíčovým prvkem v podpoře LGBT+ studujících a vytváření inkluzivního školního prostředí. Jeho zástupci, včetně výchovných poradkyň, školních metodiček prevence a školních psychologek<sup>45</sup>, mají zásadní roli v podpoře rozmanitosti a zajištění, že všichni studující se cítí ve škole respektováni a podporováni. Následující praktické příklady a doporučení ilustrují, jak mohou jednotlivé osoby v ŠPP efektivně přispět k tomuto důležitému cíli.**

**VÝCHOVNÉ PORADKYŇĚ** by měly nabízet specifickou podporu studujícím, kteří se potýkají s nejistotou ohledně jejich genderové identity nebo sexuální orientace. Například mohou vytvořit „poradenský koutek“ v kanceláři či na nástěnce, kde budou mít k dispozici informace o LGBT+ tématech, kontakty na externí odborníky a podpůrné skupiny. Důležitým krokem je také explicitní zahrnutí LGBT+ témat do seznamu témat, se kterými se mohou studující na výchovnou poradkyni obracet. Vedle konfliktů se spolužáky, zhoršeného prospěchu, dlouhodobého trápení a špatné nálady by seznam „s čím můžete přijít?“ mohl obsahovat také nejistotu ohledně toho, kdo jsem a kdo se mi líbí atd. Výchovné poradkyně by také měly nabízet metodickou podporu učitelskému sboru v tom, jak efektivně komunikovat a poskytovat pomoc studentům a studentkám, kteří se mohou cítit marginalizováni.

**ŠKOLNÍ METODIČKY PREVENCE** mohou hrát klíčovou roli v prevenci a vzdělávání v oblasti LGBT+ témat. Mohou například organizovat pravidelné workshopy a školení pro vyučující zaměřené na rozpoznávání a řešení homofobních a transfobních projevů. Metodičky prevence by měly také rozvíjet programy, které zahrnují témata, jako jsou respekt a inkluze v rámci preventivních aktivit. Jedním z konkrétních kroků může být vytvoření pravidelného dotazování mezi studujícími na to, zda považují klima ve škole a třídě za dostatečně bezpečné. Dalším krokem by mohla být organizace školních kampaní, které zaměřují pozornost na pozitivní příklady LGBT+ osobností v historii a současnosti, čímž se zvyšuje povědomí a respekt mezi studujícími. Prospěšné také je, když v rámci prevence jsou studujícím prostřednictvím nástěnek k dispozici externí poradenské zdroje, např. Linka bezpečí, Modrá linka, poradna Sbarvouven.cz aj. Užitečné je také na nástěnku kopírovat některé zveřejněné dotazy a odpovědi z poradny Alik.cz.

**ŠKOLNÍ PSYCHOLOŽKY** by měly poskytovat specializovanou psychologickou podporu studujícím, kteří se potýkají s emocionálními problémy souvisejícími s jejich LGBT+ identitou. Může se jednat o jednorázovou podporu v krizové situaci (např. reakce LGBT+ studenta/ky na nedobrovolný coming out ve třídě), ale také o dlouhodobější proces podpory a poradenství. Psycholožky by měly být schopny efektivně reagovat na naléhavé situace a také navrhovat intervenční strategie. Dále by měly vytvářet

a udržovat kontakty s odbornými organizacemi a skupinami, které poskytují podporu LGBT+ lidem, aby mohly doporučit další zdroje pomoci. Také školní psycholožky obvykle představují svoji agendu studujícím, aby si uměli představit, k čemu psycholožka na škole je. Doporučujeme mezi tématy explicitně zmínit hledání genderové identity a pochybnosti o sexuální orientaci. Z výzkumu OUT vyplynulo, jak významné pro mladé lidi (i pro ty, kteří se neidentifikují jako LGBT+) je, když školní psycholožky ukazují respekt k odlišnosti drobnými symboly – duhová vlajka v kanceláři či na dveřích, zájmena uvedená za jménem (např. ona/její), snaha o inkluzivní jazyk atd.

Pro komplexní podporu je zásadní, aby jednotliví členové ŠPP pracovali koordinovaně a ve vzájemné spolupráci. Měly by se pravidelně konat schůzky, kde budou sdíleny aktuální informace a strategie týkající se LGBT+ témat. Týmové přístupy mohou zahrnovat například společnou organizaci školních akcí a projektů zaměřených na podporu rozmanitosti. Doporučuje se také vytvoření interních manuálů, jak řešit případy diskriminace nebo šikany, aby byl zajištěn konzistentní a efektivní přístup. Prospěšná bývají rovněž intervizní či supervizní setkání, která mohou mít formu případové konference. To znamená, že se sejdou všichni vyučující a osoby z ŠPP, kteří jsou zainteresovaní na řešení případu konkrétního dítěte či třídy, a společně probírají, jak případu rozumí, jaké postupy již realizovali a o jakých lze do budoucna uvažovat.

Pro fungování školy je důležité, aby všichni vyučující byli „na jedné lodi“. To předpokládá společné diskuse o různých tématech tak, aby měli k dispozici stejné poznatky a zastávali podobné hodnoty. ŠPP by za tím účelem mělo organizovat pravidelná školení pro vyučující a zaměstnance, která se zaměřují na problematiku LGBT+ témat. Příkladem může být workshop zaměřený na rozpoznávání a odstraňování předsudků, který by měl být součástí profesního rozvoje personálu. V kanceláři ŠPP může být například umístěna duhová vlajka, která bude symbolizovat podporu a otevřenost pro všechny studující. Dále je možné umístit na nástěnky a webové stránky školy informace o LGBT+ tématech a kontakty na odborníky, což přispěje k vytvoření atmosféry, kde jsou LGBT+ studující (i vyučující) vítáni a podporováni.

<sup>45</sup> Při označování pozic používáme ženský rod, protože národní statistiky potvrzují, že ženy převažují, jak obecně mezi vyučujícími na ZŠ a většině SŠ, tak i mezi osobami tvořícími školní poradenská pracoviště.

# ZÁVĚR

Cílem této publikace je pomoci vyučujícím v tom, aby dokázali poskytovat podporu studujícím s rozmanitými genderovými a sexuálními identitami, ale také zajištění pozitivního fungování celých školních kolektivů. Vytvoření bezpečného a inkluzivního prostředí ve školách má zásadní význam pro všechny studující, nejen pro ty, kteří se identifikují jako LGBT+. Je důležité si uvědomit, že podpora rozmanitosti a rovnosti přispívá k celkovému duševnímu zdraví studentů a podporuje jejich kognitivní učení.

Když se děti cítí bezpečně a přijímají samy sebe, mají k dispozici dostatečnou pracovní paměť, což je klíčové pro efektivní učení a rozvoj.

Těžištěm publikace jsou příběhy LGBT+ studujících a jednoho učitele a rozhovory s lidmi, kteří s LGBT+ studujícími ve školním i mimoškolním prostředí pracují. Věříme, že pestrost zkušeností, které příběhy i rozhovory nabízejí, mohou pomoci vyučujícím stát se otevřenějšími a citlivějšími. Nejen na základě těchto z praxe vycházejících perspektiv, ale také výzkumů provedených v této oblasti, jsme formulovali několik principů a doporučení. Pokud by se přinesly do škol, klima ve třídách se stane bezpečnějším a vstřícnějším pro všechny studující.

Předpokládáme, že většina vyučujících si je vědoma důležitosti tohoto úsilí a je připravena se aktivně zapojit. Doufáme, že tato publikace poskytne inspiraci a konkrétní nástroje, jak dosáhnout těchto cílů a přispět k tomu, aby naše školy byly místem, kde se každý student a studentka může cítit akceptován/a a podporován/a.

Altman, D., Aggleton, P., Williams, M., Kong, T., Reddy, V., Harrad, D., ... Parker, R. (2012). Men who have sex with men: stigma and discrimination. *The Lancet*, 380(9839), 439–445. doi:10.1016/s0140-6736(12)60920-9

Barnes, E., & Carlile, A. (2018). How to transform your school into an LGBT+ friendly place: A practical guide for nursery, primary and secondary teachers. Jessica Kingsley Publishers.

Blackless, M., Charuvastra, A., Derryc, A., Fausto-Sterling, A., Lauzanne, K., & Lee, E. (2000). How sexually dimorphic are we? Review and synthesis. *American Journal of Human Biology: The Official Journal of the Human Biology Association*, 12(2), 151-166.

Diamond, M., & Sigmundson, H. K. (1997). Sex reassignment at birth. Long-term review and clinical implications. *Archives of pediatrics & adolescent medicine*, 151(3), 298–304. https://doi.org/10.1001/archpedi.1997.02170400084015

Dellenty, S. (2019). *Celebrating Difference: A whole-school approach to LGBT+ inclusion*. Bloomsbury Publishing.

Doležalová, P., Heumann, V., Orlíková, B., Hull-Rochelle, G., Pavlica, K., et al. (2021). Rozvoj duševní pohody u transgender klientů. Poznatky a holistický orientovaný terapeutický přístup. Národní ústav duševního zdraví, Klecany. Dostupné na: <https://www.nudz.cz/files/pdf/rozvoj-dusevni-pohody-u-transgender-klientu.pdf>

Česká středoškolská unie (2020). Zpráva z průzkumu – sexuální výchova na středních školách. Dostupné online z: <https://stredoskolskaunie.cz/wp-content/uploads/2020/11/Zprava-z-pruzkumu-sexualni-vychova-na-strednich-skolach.pdf>

European Union Agency for Fundamental Rights (2015). *The fundamental rights situation of intersex people*.

Ghebreyesus, T. A., & Kanem, N. (2018). Defining sexual and reproductive health and rights for all. *The Lancet*, 391(10140), 2583–2585.

GLSEN (2019). *Developing LGBTQ-Inclusive Classroom Resources*. Dostupné online: [https://www.glsen.org/sites/default/files/2019-11/GLSEN\\_LGBTQ\\_Inclusive\\_Curriculum\\_Resource\\_2019\\_0.pdf](https://www.glsen.org/sites/default/files/2019-11/GLSEN_LGBTQ_Inclusive_Curriculum_Resource_2019_0.pdf)

Hatchel, T., Polanin, J. R., & Espelage, D. L. (2021). Suicidal thoughts and behaviors among LGBTQ youth: Meta-analyses and a systematic review. *Archives of suicide research*, 25(1), 1–37.

Hillier, L., Jones, T., Monagle, M., Overton, N., Gahan, L., Blackman, J., & Mitchell, A. (2010). Writing themselves in 3: the third national study on the sexual health and wellbeing of same sex attracted and gender questioning young people.

Hjerm, M., Eger, M. A., Bohman, A., & Fors Connolly, F. (2020). A new approach to the study of tolerance: Conceptualizing and measuring acceptance, respect, and appreciation of difference. *Social Indicators Research*, 147(3), 897–919.

Jarkovská, L. (2007). Jsou chlapci od přírody živější a aktivnější než dívky?. In Babanová, A., & Miškolci, J. *Genderově citlivá výchova: kde začít? : příručka pro vyučující základních a středních škol, vydaná v rámci projektu Rovné příležitosti v pedagogické praxi*. (p. 10–28). Žába na prameni.

Kosciw, J. & Diaz, E. (2006). *National School Climate Survey: The Experiences of Lesbian, Gay, Bisexual and Transgender Youth in Our Nation's Schools*. Gay, Lesbian and Straight Education Network.

Krieger, N. (2003). Genders, sexes, and health: What are the connections – And why does it matter? *International journal of epidemiology*, 32(4), 652–657. https://doi.org/10.1093/ije/dyg156

Křišová, D., Polánková, L., Hodická, K., Schneider, C., Tanzberger, R., Mészáros, G., ... & Kriš, J. (2020). Cesta k genderově citlivému vzdělávání: Metodika pro ty, kdo pracují s budoucími nebo současnými učitelkami a učiteli.

Laumann, E. O., Gagnon, J. H., Michael, R. T., & Michaels, S. (1994). *The Social Organization of Sexuality: Sexual Practices in the United States*. Chicago: Univ. Chicago Press.

Lucassen, M. F., Stasiak, K., Samra, R., Frampton, C. M., & Merry, S. N. (2017). Sexual minority youth and depressive symptoms or depressive disorder: A systematic review and meta-analysis of population-based studies. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 51(8), 774–787.

McIntyre, E. (2009). Teacher discourse on lesbian, gay and bisexual pupils in Scottish schools. *Educational Psychology in Practice*, 25(4), 301–314.

Meyer I. H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: conceptual issues and research evidence. *Psychological bulletin*, 129(5), 674–697. https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.5.674

Meyer, E. J. (2008). Gendered harassment in secondary schools: Understanding teachers' (non) interventions. *Gender and Education*, 20(6), 555–570.

Myers, W., Turanovic, J. J., Lloyd, K. M., & Pratt, T. C. (2020). The victimization of LGBTQ students at school: A meta-analysis. *Journal of school violence*, 19(4), 421–432.

Nappa, M. R., Palladino, B. E., Menesini, E., & Baiocco, R. (2018). Teachers' reaction in homophobic bullying incidents: The role of self-efficacy and homophobic attitudes. *Sexuality research and social policy*, 15(2), 208–218.

Mind & MindOut (2016). *Lesbian, gay, bisexual, trans and queer good practice guide*. Dostupné online: <https://mindout.org.uk/wp-content/uploads/2016/11/Mind-LGBTQguide-2016-webres.pdf>

NUDZ (2024). *Praktický průvodce pro odbornice a odborníky v péči o transgender a genderově rozmanité osoby*. Dostupné online: <https://www.nudz.cz/pro-media/ke-stazeni/prakticky-pruvodce-pro-odbornice-a-odborniky-v-peci-o-transgender-a-genderove-rozmanite-osoby>

Ogilvie, S., Shaw, J., Katz, R., & Woodhead, L. (2021). *Fine-Grained Identity*. In *Gen Z, Explained* (pp. 39–68). University of Chicago Press. https://doi.org/10.7208/chicago/9780226814988-003

Pavlica et al. (2020). *Specifika sociální práce respektující genderovou, sexuální a vztahovou rozmanitost*. Prague Pride.

Pitoňák, M. (2023). Vývojové milníky neheterosexuální orientace a identit v Česku: revize tradičního modelu comingoutu. *Psychiatrie Pro Praxi*, 24(3).

Pitoňák, M. & Macháčková, M. (2023). *Byt LGBT+ v Česku. Výzkumná zpráva. Národní ústav duševního zdraví*. Dostupné online: [https://lgbt-zdravi.cz/WEB/wp-content/uploads/2023/02/BytLGBTvCesku2022\\_report.pdf](https://lgbt-zdravi.cz/WEB/wp-content/uploads/2023/02/BytLGBTvCesku2022_report.pdf)

Russell, S. T., Pollitt, A. M., Li, G., & Grossman, A. H. (2018). Chosen name use is linked to reduced depressive symptoms, suicidal ideation, and suicidal behavior among transgender youth. *Journal of adolescent Health*, 63(4), 503–505.

Sell, R. L. (1997). Defining and measuring sexual orientation: A review. *Archives of Sexual Behavior*, 26(6), 643–658. DOI: 10.1023/A:1024528427013

Shane, K. (2020). *The educator's guide to LGBT+ inclusion: A practical resource for K-12 teachers, administrators, and school support staff*. Jessica Kingsley Publishers.

Smetáčková, I. & Macháčková, M. (2023). *Gay, transgender, nebinarita, pansexualita... - jak se vyznat v genderu a sexualitě. Školní poradenství v praxi 2/2023*. 2–5. Dostupné online: <https://www.rizeniskoly.cz/casopisy/skolni-poradenstvi-v-praxi/gay-transgender-nebinarita-pansexualita-jak-se-vyznat-v-genderu-a-sexualite.m-10485.html>

Smetáčková, I. & Macháčková, M. (2023). *Říkejte mi Sylvo. Studující s menštinovou genderovou identitou ve školách. Školní poradenství v praxi, 3/2023*. 7–10. Dostupné online: <https://www.rizeniskoly.cz/casopisy/skolni-poradenstvi-v-praxi/rikejte-mi-sylvo-studujici-s-mensinovou-genderovou-identitou-ve-skolach.m-10785.html>

Smetáčková, I. & Machovcová, K. (2023). *Sexuální orientace a genderová identita ve školách. Školní poradenství v praxi, 1, 2–4*.

Smetáčková, I. & Machovcová, K. (2022). *LGBT+ studující a témata ve školách. Výzkumná zpráva z projektu OUT. Pedagogická fakulta Univerzity Karlovy*. Dostupné online: [https://kps.pedf.cuni.cz/wp-content/uploads/2022/08/Vyzkumna\\_zprava\\_OUT\\_2022.pdf](https://kps.pedf.cuni.cz/wp-content/uploads/2022/08/Vyzkumna_zprava_OUT_2022.pdf)

Stone, N., Ingham, R., & Gibbins, K. (2013). "Where do babies come from?" Barriers to early sexuality communication between parents and young children. *Sex Education*, 13(2), 228–240.

Time for Inclusive Education (2023). *Codebreaking Maths*. Dostupné online: <https://lgbteducation.scot/wp-content/uploads/2023/01/Alan-Turing-Codebreaking-Mathematics-Third-Level.zip>

Time for Inclusive Education (2023). *Numeracy and Mathematics Worksheets*. Dostupné online: [https://www.glsen.org/sites/default/files/2019-11/GLSEN\\_LGBTQ\\_Inclusive\\_Curriculum\\_Resource\\_2019\\_0.pdf](https://www.glsen.org/sites/default/files/2019-11/GLSEN_LGBTQ_Inclusive_Curriculum_Resource_2019_0.pdf)

Vega, S., Crawford, H. G., & Van Pelt, J. L. (2012). Safe schools for LGBTQI students: How do teachers view their role in promoting safe schools? *Equity & Excellence in Education*, 45(2), 250–260.

# Seznam vybraných organizací nabízejících aktivity pro školy

## **UCIMOLGBT.CZ**

Projekt podpořený Evropskou unií, který realizuje organizace Prague Pride, Pedagogická fakulta Univerzity Karlovy, Queer filmový festival Mezipatra a organizace Transparent

Cílem projektu je přispět k vytváření bezpečného a vstřícného prostředí pro LGBT+ žactvo a studující v českých školách

## **PRAGUE PRIDE** <https://www.praguepride.cz/cs/>

Provozuje Komunitní centrum Kácéčko s širokou nabídkou aktivit pro mladé LGBT+ lidi

Provozuje poradnu Sbarvouven a podpůrné skupiny pro dospívající a rodiče

Realizuje projekt Učím o LGBT+

[office@praguepride.cz](mailto:office@praguepride.cz)

## **MEZIPATRA NA ŠKOLÁCH** [www.mezipatra.cz/program/mezipatra-na-skolach](http://www.mezipatra.cz/program/mezipatra-na-skolach)

program pro třídní kolektivy: Coming out, sexuální orientace

a genderová identita, Trans identita (7.-9. tř. ZŠ, SŠ)

odborný program pro vyučující a pracovníky ŠPP

[skoly@mezipatra.cz](mailto:skoly@mezipatra.cz)

## **TRANS\*PARENT** [www.jsmettransparent.cz](http://www.jsmettransparent.cz)

program pro třídní kolektivy: Trans a nebinární identita (ZŠ a SŠ)

akreditovaný program pro vyučující: Transgender žactvo a studující:

inkluze ve školním prostředí

[info@transparentprague.cz](mailto:info@transparentprague.cz)

## **JULESAJIM** [www.julesajim.cz](http://www.julesajim.cz)

program pro třídní kolektivy: Duha – prevence homofobie

a homofobní šikany (7.-9. tř. ZŠ, SŠ)

[programy@julesajim.cz](mailto:programy@julesajim.cz)

## **KONSENT** [www.konsent.cz](http://www.konsent.cz)

program pro třídní kolektivy týkající se sexu a vztahů

příručky pro vyučující

[klara.kadar@konsent.cz](mailto:klara.kadar@konsent.cz)

**IRENA SMETÁČKOVÁ  
& MARCELA MACHÁČKOVÁ**

