

Heteronormativitás, mikroagresszió, homo- és transzfóbia, bullying

A **heteronormativitás** egy olyan társadalmilag is támogatott közhiedelem, amely intézményi szinten és az egyes emberek közti interakciókban is megjelenik, és amely szerint a heteroszexualitás és a ciszneműség a normális, természetes és elfogadott mindenki számára, és az ettől eltérő szexuális orientációk és nemi identitások deviánsnak, természetellenesnek számítanak. A norma a nemi szerepek és identitások szigorú férfi-női ellentétpárra osztásán alapszik, a férfi-nő közötti kapcsolatot, a reprodukcióra irányuló szexet és a nemi sztereotípiáknak megfelelő viselkedést várja el.

A heteronormativitás szorosan összefügg az előbújás (coming out) szükségességével, hiszen gondoljunk bele, hogy ha minden egyes hétköznapi szituációban azt feltételezik, hogy mindenki heteroszexuális, milyen nehéz lehet egy azonos nemű kapcsolatban élőnek beszélni a magánéletéről. Mivel az LMBTQ emberek esetében nincs látható jele a kisebbségi csoporthoz való tartozásnak, részükről nagyon sok helyzet – szinte folyamatos- előbújást követel.

Példa erre, amikor a diák a hétféle buliban történeletről, vagy a partnerkapcsolatáról mesélne az iskolapszichológusnak, de ebből kiderülne, hogy a partner azonos nemű. A nyílt, őszinte kommunikációhoz szükséges a coming out, hiszen egyébként minden szavát meg kellene gondolnia.

Az is előfordulhat, hogy a pszichológus a gender-nonkonform megjelenést valamilyen mentális probléma, patológia mentén értelmezi és elsősorban ezt célozza meg a kezeléssel (biztos nincs önbizalma, rossz családi minta miatt nem azonosult megfelelően az azonos nemű szülővel, fejlődési elakadás miatt lázad a nőiesség/férfiasság/felnőtté válás ellen stb.).

A heteronormativitás a mindennapokban számtalan formában jelenik meg, például sajtótermékek szövegében, a mindennapi párbeszédben – ezekből fakadnak az ún. **mikroagressziók**: olyan kijelentések vagy szóhasználat, esetleg cselekedetek, amely bár nem ártó szándékúak, de (sokszor észre sem vett) előítéletet tartalmaznak, ezáltal agresszióknak, sértésnek minősülnek. Az ilyen mindennapi verbális vagy nem verbális apró inzultusok degradálóak a fogadó fél (többnyire kisebbségi) csoporttagságára vonatkozóan.

A **mikroagressziók** nem csak az LMBTQ közösség tagjait sújtják, hanem bármilyen, többségi eltérő (kisebbségi) csoporthoz tartozó személyeket is. Az iskolai környezetben gyakran előforduló jelenség, amely nagyon ártalmas a fiatalok számára, hiszen ez a korosztály rendkívül érzékeny a pedagógusok és kortársak felől érkező visszajelzésekre, kritikára. Olyan jóhiszemű, dicséretnek szánt megjegyzésekre is gondolunk például, amelyek valójában valamiféle kritikát, megszegyenítést is tartalmaznak.

Például:

Testnevelés tanár: „Nézzétek meg, hogy X.Y. mennyire igyekszik jól teljesíteni a Cooper-tesztben, pedig a túlsúlya miatt neki sokkal több energiát kell kifejtenie.” (Testszégyenítés, illetve az a hiedelem, hogy túlsúlyos ember nem lehet fitt.)

Iskolapszichológus előbújó meleg lánynak: „Ilyen csinos lány biztosan találna fiút is magának.” (Az a hiedelem, hogy az azonos nemű vonzalom másodrangú.)

„Egy ilyen nőies lányról nem gondoltam volna.” (Az a hiedelem, hogy minden lesbikus férfias megjelenésű.)

Mikroagresszióknak minősül már egy olyan hétköznapi megjegyzés is, amely arra utal, hogy a kliensünk szerelme bizonyára ellenkező nemű, vagy amikor egy előadó úgy fogalmaz, hogy „egy normális kapcsolatban, férfi és nő között...”

Súlyosabb következményekkel jár az LGBTQ emberek számára a **homofóbia** és **transzfóbia**, amelyek megágyaznak a diszkriminációnak, vagy akár a gyűlölet-bűncselekménynek, bullyingnak. A homofóbia és transzfóbia alapértelmezés szerint félelem, idegenkedés a homoszexuális és transz emberektől. Tágabb értelemben olyan negatív attitűdök, előítéletek és viselkedések, amelyek hozzájárulnak az LGBTQ emberek elnyomásához és amelyek alapja a gyűlölet, az ellenszenv, a megvetés. (Ilyen például a gyűlöletbeszéd, a szóbeli és fizikai erőszak, a negatív diszkrimináció vagy -ábrázolás, a semmibe vevés stb.)

A pszichológus részéről könnyen elkövethető hiba mind a többségitől eltérő nemi identitások, orientációk bagatellizása, mind a túlhangsúlyozása. Azaz coming out esetén egyaránt bántó lehet, ha a pszichológus „mintha meg sem hallotta volna” vagy az is, ha túl nagy hangsúlyt fektet erre a tényre a segítő beszélgetés során.

Minden adott kliens esetében fontos feltérképeznünk, hogy számára mit jelent az identitása és a kisebbségi stressz, mennyire befolyásolják, mennyiben járulnak hozzá a pszichés nehézségeihez. Nem biztos, hogy úgy és annyira, ahogyan mi gondolnánk!

Ugyanakkor tisztában kell lennünk az LGBTQ kliensek speciális nehézségeivel, nem kerülhetjük meg ezeket a témákat, hanem fel kell tárunk, milyen szerepet játszanak az esetleges nehézségek kliensünk életében. (Pl. család attitűdje, családalapítás-sal kapcsolatos tervek stb.)

Ahol nincs egyértelmű állásfoglalás a többségitől eltérő szexuális orientációjú és/vagy nemi identitású emberek jogai mellett, ahol a heteronormativitás az abszolút uralkodó nézet, ott nagyon képlekeny marad a kisebbségek helyzete – mert soha nem lehet biztosan tudni, melyik közösség, melyik egyén mit gondol és mit tesz ezzel kapcsolatban.

A homofóbia akár egyéni, akár közösségi szinten megnyilvánulhat, utóbbira példa az intéz-

ményesített homofóbia. Ennek során a többségitől eltérő szexuális orientációjú embereket kizárják a heteroszexuálisok számára járó jogok köréből, sőt akár törvényileg büntethetik is őket eltérő szexuális irányultságuk miatt.

Bullying: zaklatás, verbális vagy fizikai bántalmazás, általában valamilyen személyes, megkülönböztető tulajdonság ürügyén. Az LGBTQ közösséghez tartozó diákok gyakran válnak zaklatás áldozatává.

A kamaszkori fejlődés fontos eleme az identitásképzés, az értékrendek megkérdőjelezése, az attitűdök kialakítása. (A kamasz egyszerre szeretne különbözni és hasonlítani a környezetében élőkhez.) Mindeközben a fiatal társadalmi függő helyzete és a kognitív struktúrák fejlettségi állapota miatt még igen kiszolgáltatott a külső hatásoknak (szülők, tanárok, kortársak véleménye, attitűdje). Emiatt az érési folyamat során jellemzőbb lehet a „kapott” ideológiák kritikátlan átvétele, a nehezebben befogadható gondolatok elutasítása, a saját alakuló identitás védelmében. Ez gyakran erőteljesebb reakciókhoz vezethet a többségitől eltérő csoportokkal szemben. Emiatt a bullying kezelése igen érzékeny téma, ennek ellenére rendkívül fontos, hogy egyértelmű állásfoglalás mellett, megfelelő intervenciókkal késlekedés nélkül kezeljük, hiszen ebben a helyzetben mind az áldozatok, mind a fiatal agresszorok segítségre szorúlnak.

Röviden a coming outról és az identitás alakulásáról

Egy serdülő több szakaszon megy keresztül, mire megtalálja az identitását – ebbe pedig többek között a nemi identitása és/vagy szexuális orientációja is beletartozik. Ezen folyamat során minden megélt érzelmé, vonzalma valós és érvényes. Fontos az adott szakaszban megélt identitását elismerni, érvényesnek tekinteni, még akkor is, ha a későbbiekben az változik!

Egy LGBTQ fiatal életében jelentős mérföldkő lehet, amikor előbújik az osztálytársai, tanárai számára, és az is rendkívül lényeges, hogy ezek a személyek hogyan reagálnak erre a folyamatra.

Fontos, hogy az iskola egy biztonságos tér legyen, és minden diák önazonos lehessen. Abban az esetben, ha egy LGBTQ serdülő előbújása hatással van az osztályközösségre, az érintett fiatal igényeit felmérve, kéréseit figyelembe véve érdemes lehet egy érzékenyítő csoportfoglalkozást is tartani a témában.



Egy érzékenyítő osztályfoglalkozás lehetséges vázlata (135 perc):

1. fókusz kijelölése, keretek meghatározása, biztonságos tér megteremtése
2. bejelentkező kör, ráhangolódás (pl. játékos, interaktív módon, valamilyen eszközzel)
3. fogalmak tisztázása (pl. egy LBMTQ témában releváns fogalom meghatározása először saját szavakkal, majd definíció szerint)
4. szituációs gyakorlat – milyen lehet LBMTQ személynek lenni? (pl. „első szerelem” gyakorlat)
5. kérdések, folytatásra való igény felmérése (pl. következő foglalkozás specifikus témájának meghatározása)
6. zárókör, visszajelzések

Mi az affirmatív szemlélet?

Az **affirmativitás** nem egy külön pszichoterápiás módszer, hanem a szakember szemléleti keretére és speciális tudására vonatkozik, amely lehetővé teszi az olyan biztonságos terápiás tér megteremtését, amelyben a kliens teljesen önmaga lehet, nyíltan beszélhet.

Ebben a szemléletben a homo-/bi-, és transzfóbiát tekintjük a kliens mentális egészségére károsnak, és nem magát az LBMTQ identitást.

A szexuális és nemi kisebbséghez tartozó személyekkel folytatott munka során a szakember elfogadja a kliens egyedi nézőpontját, elismeri nemi identitását, szexuális orientációját és nemi önkifejezését, mindezeknek a változásait is, és támogatja az önelfogadását.

Az affirmatív segítőől elvárható, hogy ismeretekkel rendelkezzen, tájékozódjon és képezze magát a témában, megértse a megbélyegzett lét hatásait, és ennek megfelelően kommunikáljon a kliensével.

A legfontosabb elvek tehát – a rogers-i alapelvekkel egyébként összhangban – a feltétel nélküli elfogadás, az empátia és a hitelesség, melyeket kiegészít a kisebbségi léttel kapcsolatos speciális tudás.

A 2021-es propagandatörvény hatásai, jogszabályi háttér

Az iskolapszichológusok esetében továbbra is jogszerű, ha a hozzájuk forduló gyerekeknek beszélnek a szexuális orientáció és nemi identitás kérdéséről.

Fontos, hogy egy pszichológus szakmai és oktatási tevékenysége során arra törekedjen, hogy a legkorszerűbb szakmai eljárásokat alkalmazza és alkalmaztassa (Magyar Pszichológiai Társaság - Etikai Kódex). A jelenlegi tudományos konszenzus egyértelműen abba az irányba mutat, hogy káros, ha a gyerekeket a sztereotípiák mentén korlátozzák identitásuk szabad megélésében. Az, hogy a homoszexualitás nem betegség, és a szexuális orientáció szabad megélése szolgálja az emberek egészségét, évtizedek óta egy tudományos tény.

A gyerekeknek joguk van az őket érintő kérdésekben (az életkori sajátosságok tükrében) szabadon hozzáférni a megfelelő információhoz (ENSZ – Gyermekjogi Egyezmény). Ez a gyakorlatban azt jelenti, hogy a gyerekeknek joguk van ahhoz, hogy szakszerű, az emberi jogokat tiszteletben tartó információt kapjanak arról, mit jelent az LBMTQ-közösséghez tartozni, és hogy ez miért természetes és miért van rendben.

Források:

American Psychological Association. (2012). Guidelines for psychological practice with lesbian, gay, and bisexual clients. *American Psychologist*, 67(1), 10-42. <http://dx.doi.org/10.1037/a0024659> ■ Budapest Pride (2021). Kisokos iskolapszichológusoknak és pedagógusoknak ■ Fischer E. (2010). Meleg a gyerekek? Saxum Kiadó ■ Háttér Társaság (2018). Szülők a szivárvány alatt. Tájékoztató füzet leszbikus, meleg, biszexuális, transznemű, queer és interszex gyermekek szüleinek és hozzátartozóinak. ■ Labrisz Leszbikus Egyesület (2018). Még mindig tabu? LBMT személyek az iskolában. ■ Magyar Pszichológiai Társaság (2016). Útmutató a meleg, leszbikus, biszexuális, transznemű és gender-nonkonform kliensekkel folytatott pszichológiai munkához ■ Magyar Pszichológiai Társaság, LBMTQ Szekció (2019). Hogyan válassz elfogadó segítő? (2019) ■ Magyar LBMT Szövetség (2019). Szivárvány Szakkör. LBMTQI témákról nemcsak LBMTQI fiataloknak. ■ Magyar LBMT Szövetség (2019). Hogyan álljunk ki együtt az elfogadó iskolai környezetért? Kézikönyv tanároknak az Iskolai Sokszínűség Hete megrendezéséhez. ■ Takács J. (2007). Előítélet és megkülönböztetés az iskolában: Leszbikus, meleg, biszexuális és transznemű (LBMT) fiatalok iskolai tapasztalatai Európában. *Educatio*, 2007/1. 67-83. http://www.policy.hu/takacs/pdf-lib/Takacs-J_0701-1.-pdf ■ A források egyéb érdekes és fontos szakirodalmakat hivatkoznak meg!



Az Európai Unió
társfinanszírozásával