

STŘEDOŠKOLSKÁ ODBORNÁ ČINNOST

Obor č. 17: Filozofie, politologie a ostatní humanitní a společenskovední obory

Transgender dospívající v české společnosti

Kamila Švendová
Jihomoravský kraj

Brno, 2024

STŘEDOŠKOLSKÁ ODBORNÁ ČINNOST

Obor č. 17: Filozofie, politologie a ostatní humanitní a společenskovední obory

Transgender dospívající v české společnosti

Transgender adolescents in Czech society

Autor: Kamila Švendová

**Škola: Gymnázium Brno-Řečkovice, příspěvková organizace, Terezy
Novákové 2, 621 00 Brno**

Kraj: Jihomoravský kraj

Konzultanti: Mgr. Jakub Vojta, Ph.D., Mgr. Petra Hubatková

Brno, 2024

Anotace

Tato práce na základě rešerše identifikuje problémy, se kterými se transgender a nebinární dospívající setkávají v české společnosti, a vliv těchto problémů, jednímž z nich je například diskriminace, na jejich psychické zdraví, který se ukázal jako negativní. Postavení transgender adolescentů ve společnosti a jejich zkušenosti byly explorovány prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů, které se soustředí na jejich autentickou zkušenost. Cílem práce bylo přispět k odborné debatě v oblasti problematiky transgender osob, zvýšit povědomí o této problematice a pomoci porozumět lidem, kteří se v této problematice neorientují, transgender dospívajícím a jejich zkušenostem. Práce dále nabízí souhrn odborníky doporučených řešení pro eliminaci těchto problémů v podobě společenských změn. Výstupem práce je školám určená infografika zaměřená na přístup k transgender studentstvu.

Klíčová slova

transgender; dospívající; psychické zdraví; společnost; školství

Annotation

This thesis identifies issues in Czech society that transgender and nonbinary adolescents face and the influence of those issues on their mental health, based on a review. Those issues, such as discrimination, have appeared to have a negative impact on their mental health. The position of transgender adolescents in society and their individual experience was further explored through semi-structured interviews, focused on adolescents' authentic experience. This thesis aims to contribute to scholarly discussion regarding this topic, raise awareness of it, and help people who are not well familiar with transgender people understand transgender adolescents and their experience. This thesis also offers a summary of solutions recommended by experts for elimination of those issues which transgender people face in the form of social changes. The output of this thesis is also an infographic discussing an approach to transgender students designated for schools.

Keywords

transgender; adolescents; mental health; society; school system

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem svou práci SOČ vypracoval/a samostatně a použil/a jsem pouze prameny a literaturu uvedené v seznamu bibliografických záznamů.

Prohlašuji, že tištěná verze a elektronická verze soutěžní práce SOČ jsou shodné.

Nemám závažný důvod proti zpřístupňování této práce v souladu se zákonem č. 121/2000 Sb., o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších předpisů.

V Brně dne 15. 2. 2024

Kamila Švendová

Poděkování

Tímto bych rád poděkoval svým konzultantům za jejich cenné rady a tipy a také za motivaci v postupu v práci, Mgr. Petře Hubatkové za odborné vedení mé práce, nápady a usměrňování mých cílů tím správným směrem a Mgr. Jakubu Vojtovi, Ph.D. za jeho připomínky a vedení formální stránky práce. Chtěl bych také poděkovat Bc. Zuzaně Brandejsové za tipy při postupu v praktické části mé práce.

Mé poděkování patří také všem úžasným respondentům, kteří se zúčastnili výzkumu, bez nichž by tato práce nemohla vzniknout, a také všem, kteří mi pomohli je zkontaktovat.

Děkuji také všem, kteří se věnují tématu queer a transgender lidí ve vědě a také všem, kteří se zasazují za narovnání práv queer a transgender lidí, za jejich přínos a vzdělávání nejen české společnosti, a všem, kteří ve společnosti tvoří bezpečný prostor pro queer a transgender osoby a jsou jim podporou.

OBSAH

| | |
|--|----|
| Úvod..... | 9 |
| 1 Úvod do problematiky transgender a nebinárních osob..... | 10 |
| 1.1 Slovníček klíčových pojmů..... | 10 |
| 1.2 Vnímání genderu v průběhu dospívání..... | 12 |
| 1.3 Genderová dysforie..... | 13 |
| 2 Diskriminace v životě transgender osob a její důsledky..... | 14 |
| 2.1 Systémová diskriminace..... | 15 |
| 2.1.1 Důsledky systémové diskriminace..... | 18 |
| 2.2 Předsudky a diskriminace ve společnosti..... | 18 |
| 2.2.1 Menšinový stres..... | 19 |
| 2.2.2 Důsledky diskriminace společností..... | 20 |
| 3 Transgender dospívající a rodina..... | 21 |
| 4 Psychické zdraví transgender dospívajících..... | 23 |
| 4.1 Úzkost a menšinový stres..... | 23 |
| 4.2 Sebeříjetí a podpora..... | 24 |
| 4.3 Prevence..... | 25 |
| 4.3.1 Zvýšení kvality lékařské a terapeutické péče..... | 25 |
| 4.3.2 Společenské změny..... | 26 |
| 5 Výzkumné šetření: rozhovory a jejich analýza..... | 28 |
| 5.1 Metoda..... | 28 |
| 5.1.1 Výzkumný vzorek..... | 28 |
| 5.1.2 Průběh výzkumu..... | 28 |
| 5.1.3 Analýza dat..... | 29 |
| 5.2 Výsledky..... | 29 |
| Zdravotnický systém..... | 29 |
| Školní prostředí..... | 30 |
| Společnost a rodina..... | 31 |
| Zdroje genderové dysforie a vnímání genderu..... | 31 |
| Gender afirmativní metody (gender affirming care) a poznávání vlastní genderové identity.... | 32 |
| „Safe space“ – bezpečné a komfortní prostředí..... | 32 |
| Obavy a trápení..... | 33 |
| 6 Diskuze..... | 34 |
| 7 Tvorba vlastní inforgrafiky..... | 37 |

| | |
|-------------------------------------|----|
| Závěr..... | 38 |
| Použitá literatura..... | 40 |
| Publikace..... | 40 |
| Webové stránky a články..... | 41 |
| Seznam obrázků..... | 42 |
| Přílohy..... | 43 |
| Příloha 1: Seznam otázek..... | 43 |
| Příloha 2: Přepis rozhovorů..... | 44 |
| Rozhovor č. 1: Wendy, 20 let..... | 44 |
| Rozhovor č. 2: Kryštof, 20 let..... | 46 |
| Rozhovor č. 3: Fred, 16 let..... | 49 |
| Rozhovor č. 4: Kai, 19 let..... | 51 |
| Rozhovor č. 5: Xaden, 18 let..... | 55 |
| Příloha 3: Letáček..... | 59 |

ÚVOD

Ve své práci se věnuji postavení transgender a nebinárních dospívajících v české společnosti a vlivu společnosti na jejich psychické zdraví. Cílem mé práce je přiblížit transgender dospívající a jejich zkušenosti veřejnosti s malým přehledem o tomto tématu a přispět tak ke společenské debatě a odbourávání předsudků a stereotypů ohledně transgender lidí ve společnosti. Účel mé práce je proto zejména edukační. Mým cílem je také přispět k české odborné debatě v oblasti problematiky transgender osob, která není natolik rozvinutá jako v zahraničním prostředí.

Ačkoli má moje práce tendenci zaměřovat se na transgender adolescenty, je nutné dodat, že transgender lidé se vyskytují napříč všemi generacemi. Užší zaměření volím z důvodu aktuálnosti problematiky, jelikož nejvíce out transgender osob je právě v mladé generaci, a jelikož právě problémy postavení transgender dospívajících ve společnosti a školství vnímám nejsilněji.

Motivací ke zvolení tématu pro mě bylo především vnímání předsudků a diskriminace vůči transgender a nebinárním osobám a transfobie ve společnosti, jak z vlastní perspektivy, tak mého okolí, a touha aktivně přispět ke změně, šíření povědomí o těchto problémech a edukaci společnosti prostřednictvím výzkumu a tvorby edukativního materiálu.

Na začátku práce jsem si stanovil výzkumné otázky, které nejlépe reflektovaly cíle mé práce a které se snažím zodpovědět a naplnit v teoretické části práce; Jaké je postavení transgender osob v české společnosti? Jaký je vztah transgender dospívajících vůči rodině? Jaké je postavení transgender dospívajících na českých školách? S jakými překážkami se mohou transgender lidé potýkat a mají tyto překážky vliv na jejich psychické zdraví – pokud ano, jaký, a jaká jsou jejich možná řešení? Tomuto se věnuji v teoretické části mé práce sestávající z první až čtvrté kapitoly, které na základě rešerše tvoří shrnutí odpovědí na tyto otázky.

V otázce přiblížení transgender osob neinformované veřejnosti volím jako prostředek explorační v teoretické části shromážděných informací formou kvalitativního výzkumu v podobě rozhovorů s transgender adolescenty a jejich následného zhodnocení, čímž chci téma přiblížit na osobní úrovni. Edukativní ambice práce dále naplňuji také tvorbou infografiky cílené na problematiku přístupu k transgender studentstvu, vhodné k distribuci na školách.

1 ÚVOD DO PROBLEMATIKY TRANSGENDER A NEBINÁRNÍCH OSOB

1.1 Slovníček klíčových pojmů

Většina pojmů a slovní zásoby popisující LGBTQ+ osoby pochází z angličtiny a vyskytují se v ní hojně anglicismy. Queer lidé často komunikují přes internet a sociální sítě, kde dominuje anglofonní obsah. Je tedy přirozené, že se slovní zásoba buďto inspiruje anglickými pojmy anebo je rovnou přejímá bez překladu a vlivem hojného užívání k nim neexistuje žádné české synonymum.

V této kapitole vysvětlím klíčové pojmy pro porozumění a orientaci v tématu.

LGBTQ+ je původem anglická zkratka zahrnující škálu sexuálních (event. romantických) orientací a genderových identit osob, které se odlišují od cisgender a heterosexuálních osob. Je používána v různých podobách (LGBT, LGBTQIA+, LGBT+ atd.), písmena zahrnují jednotlivé sexuální orientace a genderové identity (lesbian, gay, bisexual, transgender, queer, intersex, asexual,...) a právě kvůli zastřešení všech se používá + na konci, aby bylo označení více inkluzivní.

Queer, občas počeštěně *kvír*, je označení všech osob, které nejsou heterosexuální nebo cisgender. Lze jej také nahradit zkratkou LGBTQ+ nebo jej použít pro označení striktně nespécifikované genderové identity či sexuální orientace.¹ Lze se také setkat s pojmem *genderqueer*, ten má stejný význam, ale vztahuje se pouze k genderové identitě a to mimo binární genderové identity (žena, muž).

Gender se vztahuje k charakteristice ženy, muže či nebinární osoby a jejich společenské roli. Tato charakteristika je sociálním konstruktem, z čehož vyplývá, že se může v různých společnostech lišit a může se měnit v čase.² Gender také nijak přímo nesouvisí a nemá vliv na sexuální orientaci osoby. V osobních dokladech a státní administrativě mluvíme o tzv. *úředním pohlaví*, které je promítnutím genderu do těchto dokladů. Pokud si osoba úřední pohlaví nezměnila, odpovídá genderu přiřazenému při narození – z toho plyne, že u transgender osob nemusí úřední pohlaví vždy odpovídat jejich skutečnému genderu.

Genderfluid osoba je osoba, jejíž gender je v čase fluidní, tedy se mění.

Nebinarita – *nebinární* jsou osoby, jejichž gender se vyskytuje na spektru genderových identit mimo binaritu – tedy neidentifikují se ani jako ženy, ani jako muži.

¹Wikipedie, článek <https://cs.wikipedia.org/wiki/Queer>, 4. 1. 2024

²World Health Organization, webové stránky https://www.who.int/health-topics/gender#tab=tab_1, 4. 1. 2024

Transgender je osoba, jejíž gender se neshoduje s pohlavím jí přiřazeným při jejím narození. Někdy se také používá ve zkrácené formě *trans* nebo *trans**, přičemž hvězdička symbolizuje inkluzivitu, jelikož pod označení transgender spadají i nebinární osoby a lze pod ním zahrnout i genderfluid osoby. Dříve se používal pojem transsexuál, jelikož ale genderová identita není nijak spojena se sexuální orientací či sexualitou osoby, je toto označení nemístné a mnoho transgender osob jej považuje za urážlivé.

Cisgender je osoba, jejíž gender se shoduje s pohlavím jí přiřazeným při jejím narození. Někdy se také používá ve zkrácené formě *cis*.

Pronouns, česky *zájmena*, používá každý bez ohledu na svůj gender. V češtině se kromě oslovení ve třetí osobě vyskytují také ve formě *mluvnického rodu*. Příkladem jsou např. zájmena on/jeho a mužský mluvnický rod, ona/její a ženský mluvnický rod, ale také to/jeho a střední rod či z angličtiny postupně přejímaný tvar oni/jejich („Alex tam včera byli s námi.“) v jednotném čísle, anglicky they/them. Do češtiny se také dostává tvar sloves s koncovkou -x („Alex tam včera bylx s námi.“) ve psané podobě, která nijak neudává mluvnický rod slovesa, lze ji použít v jednotném i množném čísle.

Coming out je proces, který podstupují LGBTQ+ osoby za účelem sdílení jejich sexuální orientace či genderové identity s okolím. Koncept coming outu dává smysl pouze v prostředí, které předpokládá sexuální orientaci/genderovou identitu osoby a pokud se liší od tohoto předpokladu, svou odlišnost dá tato osoba najevo právě coming outem. Výraz „*být out*“ se používá pro osoby, které coming out podstoupily, „vyoutovaly se“, tedy jsou out.

Deadname, v doslovném překladu „mrtvé jméno“, označuje jméno, které osoba již nepoužívá a nepřeje si jím být dále oslovována. *Deadname* není záležitostí pouze transgender osob – můžou jej mít i cisgender osoby. *Deadnaming*, případně *deadnamování*, je mluvení o osobě či oslovování osoby jejím *deadname*.

Misgendering, *misgenderování* je oslovování osoby či mluvení o ní v jiném mluvnickém rodě či jinými zájmeny, než která tato osoba používá a přeje si jimi být oslovována.

Tranzice je proces, během kterého transgender lidé začínají žít pod svým skutečným genderem. Tranzice může být buď sociální – coming out, změna jména, změna používaných zájmen, ... úřední – změna úředního jména a pohlaví v dokladech, či lékařská (medicínská) – fyzická změna na těle osoby v podobě např. masektomie (slangově „top surgery“), orchiektomie, hormonální terapie (HRT), ... Transgender osoba se může či nemusí pro výše zmíněné možnosti rozhodnout – např. někteří transgender lidé nepodstupují lékařskou tranzici či si nemění úřední jméno.

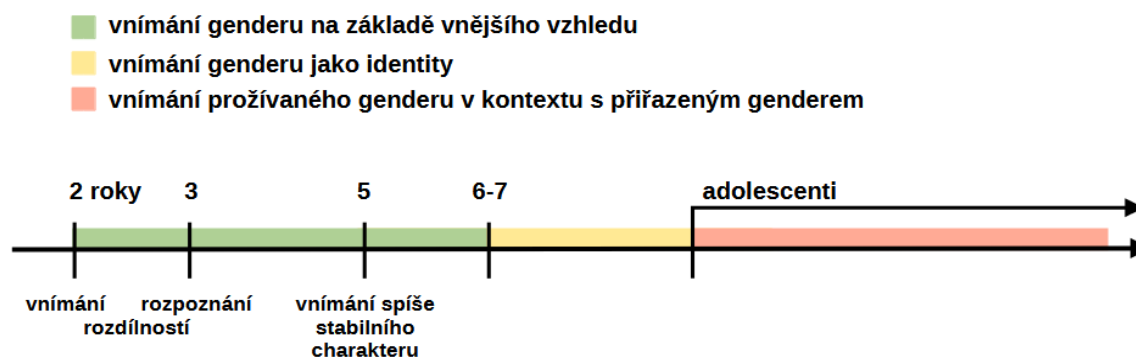
Passing pochází z anglického *pass*. Osoba *passuje*, pokud prochází, zapadá ve společnosti – tedy třeba transgender žena *passuje* jako žena, pokud pro společnost vypadá „dostatečně *cis*“ a zapadá do představy společnosti o tom, jak žena vypadá.

Transfobie je nepřátelský postoj či zaujatost vůči transgender osobám. Může se projevovat urážkami, fyzickým násilím, předsudečným jednáním, deadnamováním či misgenderováním transgender osob.

Mikroagrese je prohlášení, jednání či incident považovaný za příklad nepřímé, nenápadné nebo neúmyslné diskriminace členů marginalizované skupiny, kterou mohou být např. queer nebo transgender osoby.

1.2 Vnímání genderu v průběhu dospívání

Poznávání genderu začíná kolem dvou let života, tehdy děti dokážou rozeznat rozdíly mezi pohlavími a kolem tří let většina dětí dokáže pojmenovat svůj gender.³ Děti předškolního věku nevnímají gender jako identitu, ale spíše jej připisují vnějším znakům a vzhledu. Začínají vnímat genderové role a často se ztotožňují s osobami stejného genderu, hračkami či aktivitami stereotypně spojovanými s jejich genderem.



Obrázek 1: Vývoj vnímání genderu v dětském až adolescentním věku; vlastní obrázek, podklad: Canadian Pediatric Society, Vander Morris, A. et al., *An affirming approach to caring for transgender and gender-diverse youth*, 2023

V tomto věku však nemusí genderově atypické chování být nutně spojené s jinou genderovou identitou než jim přiřazenou při narození, děti svůj gender teprve poznávají. Rodiče by měli svým dětem poskytnout bezpečné prostředí pro toto poznávání, bez předpokládání jejich genderu a měli by být podporující, jelikož právě podporující rodiče často hrají roli prevence psychických problémů transgender dospívajících.⁴

Gender jako identitu děti vnímají od šestého až sedmého roku věku a jejich vnímání genderu nadále není omezeno pouze na vnější vzhled. To může mít za výsledek omezování stereotypního vyjadřování genderu, často ale tráví čas spíše s vrstevníky svého genderu. Při přechodu do dospívání se potom objevuje sofistikovanější vnímání genderové identity a výrazný zlom nástupu puberty může vzbudit intenzivnější vnímání spojení přiřazeného

³Canadian Pediatric Society, Vander Morris, A. et al., *An affirming approach to caring for transgender and gender-diverse youth*, 2023

⁴Canadian Pediatric Society, Vander Morris, A. et al., *An affirming approach to caring for transgender and gender-diverse youth*, 2023

genderu při narození a toho prožívaného. Některé děti mohou začít vnímat neshodu mezi přiřazeným a prožívaným genderem již ve dvou či třech letech života. Transgender děti, stejně jako cisgender děti, dokážou svůj gender silně vnímat – ve školním věku se potom často přátelí s dětmi stejného genderu či mohou preferovat aktivity spojené s genderem, se kterým se identifikují. Uvědomění si vlastního genderu transgender osob může ale nastat až v období dospívání či později.⁵

Podle nedávných studií se 1-4 % adolescentů identifikuje jako transgender a přes 9 % adolescentů vnímán rozdíl mezi prožívaným genderem a genderem jim přiřazeným při narození.⁶

1.3 Genderová dysforie

Genderová dysforie popisuje prožívaný nesoulad, který může nastat, pokud se gender přiřazený osobě při narození neshoduje s genderem prožívaným a často se projevuje u transgender osob. Pro eliminování genderové dysforie lze uplatňovat různé gender potvrzující metody, tzv. „gender affirming care“, které podporují prožívaný gender a umožňují tak cítit se s ním ve větším souladu. Jedním ze způsobů je zdravotní a psychologická péče – časný přístup k této péči bývá spojován s nižším rizikem psychických problémů a onemocnění. Tato péče by měla být inkluzivní a měla by obsahovat užívání genderově potvrzujícího jazyka (vybrané jméno a zájmena, oslovení osoby spojené s prožívaným genderem, tedy nikoli misgenderování). Důležitá je i podpora rodiny – přístup by nikdy neměl být direktivní a jeho cílem by měla být podpora transgender mladistvých/dospívajících při poznávání vlastní genderové identity a hledání jim komfortních způsobů jejího vyjadřování na základě vlastní autonomie.⁷

Formy gender affirming care mohou být různé – výběr nového jména a komfortních zájmen a oslovení (sociální tranzice), různé styly oblékání, střihy vlasů atd. V rámci lékařské tranzice pak hormonální terapie nebo gender potvrzující operace. Gender affirming care je velmi úzce propojena s tranzicí, postupné podstupování gender affirming care lze nazvat procesem tranzice.

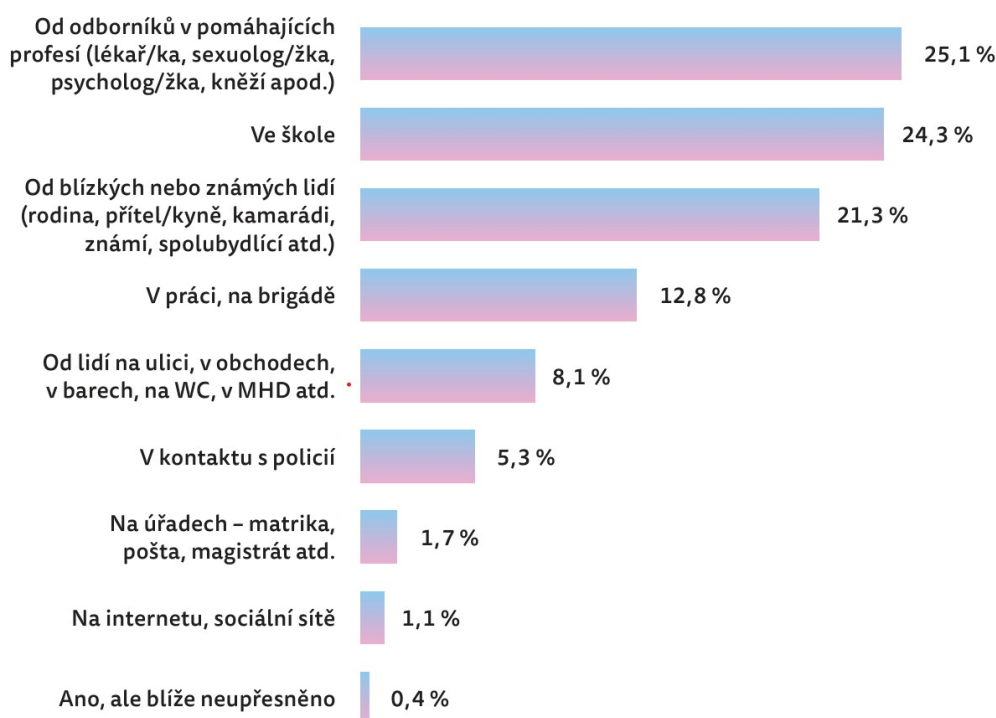
⁵Canadian Pediatric Society, Vandermorris, A. et al., *An affirming approach to caring for transgender and gender-diverse youth*, 2023

⁶Canadian Pediatric Society, Vandermorris, A. et al., *An affirming approach to caring for transgender and gender-diverse youth*, 2023

⁷Canadian Pediatric Society, Vandermorris, A. et al., *An affirming approach to caring for transgender and gender-diverse youth*, 2023

2 DISKRIMINACE V ŽIVOTĚ TRANSGENDER OSOB A JEJÍ DŮSLEDKY

V České republice dochází k diskriminaci LGBTQ+ osob (tedy i transgender a nebinárních osob). To dokumentuje Amnesty International: „LGBTI+ osoby v České republice jsou stále terčem předsudků a diskriminace, které často vyvrcholí i násilím. Podle výzkumu veřejného ochránce práv, který se uskutečnil v roce 2019, si pouze jedna třetina českých obyvatel myslí, že zde dochází k diskriminaci LGBTI+ osob. Na druhou stranu, tři čtvrtiny LGBTI+ respondentů si myslí, že v České republice k diskriminaci dochází. Výzkum dále tvrdí, že v posledních pěti letech se více než jedna třetina LGBTI+ osob cítila být diskriminována, což je údaj, který je třikrát vyšší než číslo uvedené českou veřejností. 15 % respondentů zažilo fyzické či sexuální násilí, útoky a výhrůžky. Jedním z nejpálčivějších problémů je, že případy, kdy se LGBTI+ osoby potýkají s diskriminací či s nenávisí, nejsou většinou nahlášovány policii. Až 91 % LGBTI+ respondentů zmíněného výzkumu takové případy nikde nenahlásilo. 47 % respondentů je označilo za triviální incident, který nemá cenu nahlášovat a 44 % věří, že by nahlášení stejně nic nezměnilo.“⁸.



Obrázek 2: Zkušenosti s diskriminací, šikanou nebo ponižujícím chováním; Pavlica K. et al., *Obavy a přání trans lidí, Výsledná zpráva z výzkumu realizovaného spolkem Transparent v roce 2018, 2019*

Otázkou, jak jsou transgender lidé s životem v České republice spokojeni, se v roce 2018 zabýval výzkum spolku Transparent vedený K. Pavlicou et al. (Obrázek 2) Třetina respondentů tohoto výzkumu uvedla, že jsou jako transgender osoby s životem v České republice nespokojeni, dvě třetiny respondentů uvedly, že spokojeny jsou. Na otázku, zda se

⁸Amnesty International, webové stránky, článek <https://www.amnesty.cz/lgbti/v-cr>, 26. 12. 2023

někdy setkali s diskriminací, šikanou nebo ponižujícím chováním na základě jejich genderové identity, 72 % respondentů odpovědělo, že ano. Nejrozšířenější byla diskriminace od odborníků v pomáhajících profesích, ve škole a od blízkých nebo známých lidí.⁹

Diskriminace tedy v životě transgender osob (jsou součástí LGBTQ+ komunity) hraje neopomenutelnou roli – 39 % respondentů výzkumu veřejné ochránkyně práv z roku 2015 vnímalo diskriminaci na základě sexuální orientace nebo genderové identity jako rozšířenou či velmi rozšířenou¹⁰. V této části práce proto rozeberu některé její příklady.

2.1 Systémová diskriminace

Legislativa České republiky týkající se transgender a nebinárních osob není dostačující pro potřeby jejich transgender a nebinárních občanů a dle opakované kritiky a stížností Evropského soudu pro lidská práva a Rady Evropy porušuje lidská práva. Kritizována je především podmínka sterilizace¹¹ pro změnu úředního pohlaví, ta je dle Evropského soudu pro lidská práva, Výboru OSN pro lidská práva a Výboru OSN proti mučení považována za mučení, a proto nesmí být státem vymáhána jako podmínka úředního aktu a tuto podmínku jednoznačně odmítají.¹² Tato kritika apeluje zejména na urgentní změnu české legislativy týkající se změny úředního pohlaví a odstranění podmínky sterilizace a přeměny pohlavních orgánů pro tento úřední akt. Výbor OSN proti mučení se zároveň ptá na odškodnění obětí nucených sterilizací.¹³

Ačkoli Ministerstvo spravedlnosti v současnosti již pracuje na změně této legislativy¹⁴, není stále jasné, kdy by měla být vypracována a kdy by postoupila do Poslanecké sněmovny Parlamentu České republiky.

Operace nutná pro úřední změnu pohlaví je podmíněna konzultacemi sexuologa, stejně tak hormonální terapie. Služby sexuologie jsou však v České republice špatně dostupné kvůli nízkému počtu sexuologů.¹⁵

V osobních dokladech občana České republiky, jako je občanský průkaz či cestovní pas, je uváděno jeho úřední pohlaví a rodné číslo (přiřazeny osobě při jejím narození), což v případě prokazování se tímto dokladem transgender osoby vystavuje nucenému coming outu. Důsledkem toho může být diskriminace ze strany okolí, jelikož v české společnosti se často

⁹Transparent, z. s., Pavlica, K. et al., *Obavy a přání trans lidí, Výsledná zpráva z výzkumu realizovaného spolkem Transparent v roce 2018, 2019*

¹⁰Kancelář veřejného ochránce práv, *Závěrečná zpráva z výzkumu veřejné ochránkyně práv, 2015*, webové stránky https://www.ochrance.cz/uploads-import/ESO/CZ_Diskriminace_v_CR_vyzkum_01.pdf, 18. 1. 2024

¹¹Ministerstvo spravedlnosti České republiky, <https://portal.gov.cz/rozcestniky/zmena-pohlavi-RZC-8>, 26. 12. 2023

¹²Transparent, z. s., Instagram https://www.instagram.com/p/CyQhznQsrot/?utm_source=ig_web_copy_link, 12. 10. 2023

¹³Centrum pro lidská práva a demokracii, z. s., webové stránky, článek <https://www.centrumlidskaprava.cz/vybor-osn-proti-muceni-zaslal-ceske-vlade-seznam-otazek>, 13. 12. 2023

¹⁴Česká justice, webové stránky, článek <https://www.ceska-justice.cz/2023/03/k-uredni-zmene-pohlavi-v-cr-uz-by-nemela-byt-nutna-kastrace/>, 5. 2. 2024

¹⁵Český rozhlas, webové stránky, článek https://www.irozhlas.cz/zpravy-domov/v-cesku-je-malo-sexuologu-nedostatek-sexuologu-zmena-pohlavi_2312070706_ank ze 7. 12. 2023, 26. 12. 2023

vyskytují předsudky vůči transgender osobám, což ústí v předsudečné jednání: „Nadpoloviční část (konkrétně 152 odpovědí, tj. 54 %) se týkala přístupu druhých lidí v rámci společnosti neuznávající škálu identit, jejich neinformovanosti, nepochopení, patologizace trans lidí, stereotypů, předsudků až sociálního vyloučení, diskriminace nebo šikany.“¹⁶ Z výzkumu organizovaného spolkem Transparent rovněž vyplývá, že transgender lidé často nenacházejí oporu a pochopení i ze strany veřejných institucí či médií. („Byl zmiňován rovněž nezáměr médií, konzervativní politici či stereotypní zobrazování trans lidí v médiích, chování úředníků, (...) nechtěná pozornost nebo misgendering.“)¹⁷ Transgender osoba tak může být vystavena diskriminaci a předsudečnému jednání s ní ze strany pracovníků veřejných institucí či prodávače v obchodě, což vytváří řadu stresových situací v každodenním životě, se kterými se cisgender osoby potýkat nemusejí. Občanský průkaz, cestovní pas ani rodné číslo občanů České republiky také neposkytují genderově neutrální variantu, vhodnou zejména pro nebinární osoby, ty se tak nacházejí v situaci, kdy osobní doklad nemůže reflektovat jejich genderovou identitu, event. ji nelze vyčíst z dokladů. Alternativní variantou by pak mohlo být vypuštění písmen F/M z těchto dokladů nebo doplnění o možnost písmene X, používaným např. v cestovních pasech občanů Spojených států amerických.¹⁸

Na nemožnost změny legálního pohlaví bez povinné sterilizace se váže i nemožnost změny jména a příjmení z mužského tvaru na tvar ženský a naopak. Existuje možnost změny jména na neutrální tvar, kterou transgender osoby mohou užívat beze změny úředního pohlaví. K této změně není třeba posudku odborníka, ale vztahuje se na ni správní poplatek v hodnotě 1000 Kč¹⁹. Křestní jméno lze změnit na neutrální tvar, matriční úřad vyžaduje posudek znalce na rodovou neutralitu tohoto jména, v případě, že je však jméno na seznamu rodově neutrálních jmen²⁰ vedeném Ministerstvem vnitra České republiky, není znalecký posudek vyžadován. Příjmení lze změnit pouze koncovku, a to na tvar -ých nebo -ů.²¹ V záležitosti změny tvaru příjmení však MV ČR není na svých webových stránkách konkrétní a případné podmínky pro tuto změnu na nich nelze dohledat, jakožto ani v zákoně č. 301/2000 Sb. (zákon o matrikách, jménu a příjmení a o změně některých souvisejících zákonů), který se touto problematikou zabývá. Existuje také možnost změny tvaru příjmení z koncovky -ová (tj. ženského tvaru) na tvar mužský, informace k této možnosti jsou však též špatně dohledatelné.²²

¹⁶Transparent, z. s., Pavlica, K. et al., *Obavy a přání trans lidí, Výsledná zpráva z výzkumu realizovaného spolkem Trans*parent v roce 2018*, 2019

¹⁷Transparent, z. s., Pavlica, K. et al., *Obavy a přání trans lidí, Výsledná zpráva z výzkumu realizovaného spolkem Trans*parent v roce 2018*, 2019

¹⁸U. S. Department of State, webové stránky <https://travel.state.gov/content/travel/en/passports/need-passport/selecting-your-gender-marker.html>, 5. 11. 2023

¹⁹Ministerstvo vnitra České republiky, webové stránky <https://www.mvcr.cz/clanek/jmena-a-prijmeni-zmena-jmena-a-prijmeni.aspx>, 26. 12. 2023

²⁰Seznam je dostupný na webu Ministerstva vnitra České republiky, webové stránky <https://www.mvcr.cz/clanek/seznam-rodove-neutralnich-jmen.aspx>, 26. 12. 2023.

²¹Transparent, z. s., webové stránky, článek <https://jsmetransparent.cz/zmena-jmena/>, 26. 12. 2023

²²Jediným dohledatelným oficiálním zdrojem jsou stránky konzulátu ČR v Mnichově; https://mzv.gov.cz/munich/cz/konzularni_informace_pro_obcany_cr_pasy/matricni_doklady/dodatecny_zapis_prijmeni_do_knihy.html#:~:text=Pokud%20matri%C4%8Dn%C3%AD%20%C3%BA%20%C5%99ad%20v%20%C4%8CR.na%20p%C5%99%C3%ADjmen%C3%AD%20bez%20koncovky%20%2Dov%20%C3%A1., 26. 12. 2023.

Dále bývá Evropským soudem pro lidská práva a Radou Evropy vytýkána nemožnost uzavírat manželství pro stejnopohlavní páry.²³ Legislativa umožňující rovné sňatky již existuje v mnoha evropských státech.²⁴

Absence této legislativy nepředstavuje komplikaci pouze cisgender stejnopohlavním párům, ale i párům, v nichž je jeden či oba z partnerů transgender. Problém nastává jednak již sezdanému páru, v němž jeden partner podstoupí změnu úředního pohlaví – v tomto případě nemohou partneři v manželství již uzavřeném nadále setrvat, jelikož nadále nesplňují podmínku muže a ženy, a manželství zaniká. V případě změny úředního pohlaví jednoho z partnerů zaniká také registrované partnerství.²⁵ Do manželství také nemůže vstoupit pár heterosexuální, v němž jeden z partnerů nepodstoupil změnu úředního pohlaví a státem je tedy pár považován za stejnopohlavní, ačkoli to neodpovídá skutečnosti. Zákon umožňující vstupovat do manželství všem, bez ohledu na jejich úřední pohlaví, byl 7. 2. 2024 projednán ve druhém čtení v Poslanecké sněmovně Parlamentu České republiky, padly však pozměňovací návrhy, které by nezajistily stejná práva jako pro manželství muže a ženy či změnily název nahrazením slova „manželství“.²⁶ Zákonodárci se novelou budou nadále zabývat. Paralelně s ní je však projednáván i návrh ústavního zákona měnícího Listinu základních práv a svobod ustanovením manželství jako svazku muže a ženy²⁷, což by při případném schválení ztížilo narovnání práv v ohledu uzavírání manželství a výrazně zhoršilo situaci LGBTQ+ (tj. i transgender a nebinárních) osob v České republice, mimo jiné důsledkem nárůstu diskriminace a různých radikálních skupin.

Definování transgender osob jako skupiny ohrožené předsudečným násilím a vytvoření ochrany zakotvené v právu České republiky by výrazně pomohlo i transgender obětem předsudečného násilí a zlepšilo tak jejich postavení v rámci právního systému. „Procesní práva obětí (resp. poškozených) nedosahují takové úrovně, která by znamenala dostatečnou ochranu před sekundární viktimizací způsobovanou v průběhu trestního řízení. To vše velice omezuje šance obětí v dosažení spravedlnosti a obhajobě vlastní důstojnosti, ale také v návratu do běžného života a vyrovnání se s obtížnou situací, kterou každý předsudečný útok znamená. Působením právního systému (nedostatečné legislativy) a aktérů tohoto systému, pak dochází k druhotné újmě a dalším zraněním obětí.“²⁸ Obdobná legislativa již existuje pro ochranu menšin na základě jejich sexuální orientace, pro transgender osoby však chybí.²⁹

²³ Amnesty International, webové stránky, článek <https://www.amnesty.cz/lgbti/v-cr>, 18. 1. 2024

²⁴ Queer geography, z. s., publikace z webových stránek <https://queergeography.cz/sexualni-obcanstvi/rovnost-manzelstvi/>, 18. 1. 2024

²⁵ Ministerstvo spravedlnosti České republiky, webové stránky <https://portal.gov.cz/informace/dalsi-nasledky-zmeny-pohlavi-INF-46>, 26. 12. 2023

²⁶ Poslanecká sněmovna Parlamentu České republiky, *sněmovní tisk č. 241*; webové stránky <https://www.psp.cz/sqw/tisky.sqw?tqb1=2&utq=2&o=9&na=&tqb25=241&tqb26=&tqa27=on&tqa34=on&tqa17=on&ra=20>, 13. 2. 2024

²⁷ Poslanecká sněmovna Parlamentu České republiky, *sněmovní tisk č. 276*; webové stránky <https://www.psp.cz/sqw/tisky.sqw?tqb1=2&utq=2&o=9&na=&tqb25=276&tqb26=&tqa27=on&tqa34=on&tqa17=on&ra=20>, 13. 2. 2024

²⁸ In IUSTITA, o. p. s., webové stránky <https://www.pravemprotipredsudkum.cz/>, 5. 11. 2023

²⁹ Amnesty International, webové stránky, článek <https://www.amnesty.cz/lgbti/v-cr>, 26. 12. 2023

Problém pro transgender a nebinární osoby představuje i nedostatečné či neexistující proškolení personálu státem zřizovaných institucí.³⁰ Tato edukace by zjednodušila transgender osobám návštěvy lékařů, úřadů či policie (např. při nahlášení předsudečného útoku), kde bývají vystavovány systémové diskriminaci a vystaveny předsudečného jednání ze strany personálu právě v důsledku absence dostatečného proškolení personálu těchto institucí. Důkazem toho je např. incident, kdy policista neznal význam zkratky LGBTQ+ při nahlásování předsudečného útoku na transgender osobu a nevěděl, jak při nahlásování předsudečného útoku postupovat.³¹ Obdobnou překážku představuje i neproškolenost personálu ve školství.

2.1.1 Důsledky systémové diskriminace

Všechny výše zmíněné komplikace tak mohou vést k odkládání návštěv úřadů, ale i lékařů a zdravotnických zařízení ve snaze vyhnout se těmto komplikacím: „(...) Důsledkem je, že LGBTQ+ lidé čelí dilematu, zda riskovat své zdraví (nevyhledat péči), anebo se vystavit potenciálnímu stresu z nevhodného chování odborníků.“³²

Nedostatkem zdravotnického systému je jak již zmíněná neinformovanost a neproškolenost pracovníků v transgender tematice, tak nedostatky systémové v legislativní podobě. To značně ztěžuje návštěvy transgender osobám a zhoršuje kvalitu lékařské péče a úředních služeb pro transgender osoby, jelikož se jim může dostat rozdílného zacházení nežli cisgender osobám a mohou se potýkat s překážkami způsobenými jejich genderovou identitou, které pro cisgender osoby neexistují, což pro transgender osoby činí tyto služby nedostupné. Podle Pavlicy³³ bariéru v přístupu k obecné odborné pomoci tvoří také často prožívaný strach či nedůvěra k cizím lidem ze strany transgender osob, to jen přispívá k výše zmíněné neproškolenosti pracovníků těchto institucí: „Autoři studie uvádějí, že v některých případech zkušenost s odbornou psychologickou nebo psychoterapeutickou podporou byla spíše nepříjemná a traumatická. Je to dáno hlavně neznalostí tématu nebo nerespektováním genderové identity člověka.“³⁴

Institucionální diskriminace má také vliv na psychické zdraví jedince.³⁵

2.2 Předsudky a diskriminace ve společnosti

Diskriminace ze strany společnosti se projevuje mimo jiné formou deadnamování či misgenderování transgender nebo nebinární osoby. Formou této diskriminace jsou také mikroagrese, projevy internalizovaných předsudků, nepříjemné dotazy ohledně genderové identity jedince atd.

³⁰Transparent, z. s., Pavlica, K. et al., *Obavy a přání trans lidí, Výsledná zpráva z výzkumu realizovaného spolkem Trans*parent, z. s. v roce 2018*, 2019

³¹Bělíček, J., webové stránky deníku Alarm, článek <https://a2larm.cz/2023/09/chtel-jsem-jim-jen-dat-vedet-ze-nejsem-zadny-vrah-restorativni-justice-a-druhy-zivot-adriana-b/>, 12. 10. 2023

³²Stašek, A. et al., *Queer zdraví: Výzkumná zpráva o zdraví LGBTQ+ lidí v Česku a na Slovensku*, 2024

³³Pavlica, K. et al., *Zkušenosti trans a nebinárních osob se zdravotnickými a psychologickými službami*, 2022

³⁴Trojanová, K., bakalářská práce *Geografie trans lidí v České republice*, 2023

³⁵Kancelář veřejného ochránce práv, *Závěrečná zpráva z výzkumu veřejné ochránkyně práv*, 2015, webové stránky https://www.ochrance.cz/uploads-import/ESO/CZ_Diskriminace_v_CR_vyzkum_01.pdf, 26. 12. 2023

Dospívající se také často začínají angažovat na trhu práce v roli zaměstnance, to s sebou často nese i rozesílání životopisů, účastnění se pohovorů a nedílně také socializaci na pracovišti a interakce se zaměstnavatelem. Pro transgender osoby může dojít a dochází k diskriminaci ve všech výše zmíněných oblastech; „Největší obtíž, se kterou se transgender lidé potýkají, je podle Whittle (2007)³⁶ účast na pracovním trhu. Diskriminace je podle něj patrná i v oblastech nabírání, povýšení a výši platu. Většina respondentů jeho studie uvedla, že byli nuceni nebo se cítili nuceni odejít ze zaměstnání kvůli pracovním podmínkám, které následovaly po začátku jejich tranzice. Téměř polovina respondentů této studie uvedla, že se setkala často s diskriminací při pracovních pohovorech.“³⁷ Problém může nastat také již při sepisování životopisu – nejen, že v něm figuruje deadname (pokud si osoba jméno nezměnila), ale také úřední pohlaví. V případě, že úřední pohlaví a jméno transgender osoby nereflktují její skutečný gender a rozhodne se v životopise užívat svá zájmena či mluvnický rod, jež se však nemusí shodovat s jejím úředním pohlavím (shodující se F – zájmena ona/její, M – zájmena on/jeho), dochází tak k necílenému coming outu, což může vést ke zmíněné diskriminaci na základě genderové identity této osoby. K diskriminaci může docházet také v pracovním kolektivu, stejně tak v ostatní společnosti.

Ve školním prostředí se transgender studentstvo může potýkat s nepochopením a předsudky ze strany spolužactva, eventuálně i se šikanou založenou na základě genderové identity a odlišnosti. Překážku představuje i neproškolenost učitelského personálu ve školství, transgender studentstvo je tak náchylné k misgenderování a deadnamingu a je vystaveno strachu z coming outu učitelů, což představuje neustálý stres. Chybějící opora v českém vzdělávacím systému pro transgender studentstvo tím tak přispívá k jeho psychické nepohodě. Diskriminace ze strany učitelů a jejich neproškolenost je i problémem systémovým, ale také závisí na učitelích jako jedinci.

Problém ve veřejných prostorách může představovat i špatná dostupnost genderově neutrálních toalet, transgender osoby totiž nemusí na genderově rozdělené toalety vždy zapadat a jejich návštěva nemusí být příjemná, naopak může být až stresující.

2.2.1 Menšinový stres

V rámci debaty o diskriminaci transgender osob ve společnosti nelze opomenout menšinový stres způsobovaný společností. Menšinový stres je „nadbytečný stres, kterému jsou jednotlivci ze stigmatizovaných skupin vystaveni jako důsledku jejich, často menšinové, pozice.“³⁸

„Menšinový stres chápeme tedy jako stres, který působí nad rámec stresu, se kterým se setkávají všichni lidé.“³⁹ Menšinový stres je společenského charakteru a představuje další faktor nerovnosti transgender osob ve společnosti a prokazatelně působí negativně na jejich

³⁶Whittle, S., Turner, L. a Al-Alami, M., *Engendered Penalties: Transgender and Transsexual People's Experiences of Inequality and Discrimination*, 2007

³⁷Dítětová, S., bakalářská práce *Identifikace problémů transgender lidí na českém trhu práce*, 2020

³⁸Meyer, I. H., *Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: Conceptual Issues and Research Evidence*, 2003

³⁹Queer geography, z. s., publikace z webových stránek <https://queergeography.cz/lgbtq-psychologie/dusevni-zdravi-ne-heterosexuálních-lidi/>, 27. 12. 2023

psychické zdraví, minimálně ve formě zvýšené psychické zátěže, ale může přispívat i k depresím a event. zvýšené sebevraždnosti.⁴⁰ Promítá se do něj jak diskriminace společností, tak systémová diskriminace.

2.2.2 Důsledky diskriminace společností

Ve společnosti a veřejných prostorech se vyskytuje nespočet překážek, které transgender osobám ztěžují každodenní život a pro cisgender osoby, tedy většinovou populaci, komplikacemi nejsou. To přispívá ke každodennímu stresu a má vliv na psychické zdraví transgender osob: „Naprosto typickým vnějším stresorem je diskriminace, včetně obtěžování, tedy takové formy chování motivované sexuální orientací či genderovou identitou, jež zasahuje do důstojnosti osoby a vytváří prostředí, které je ponižující, urážlivé, zstrašující či pokořující. Dále může jít např. o násilí z nenávisli, stereotypizace, šikanu či mikroagresi. (...) Všechny tyto objektivní stresory byly dnes již celou řadou studií označeny za faktory prokazatelně mající vliv na duševní zdraví ne-heterosexuálních lidí, sebevraždnost mladistvých, závislostní chování, rizikovost sexu i vznik duševních onemocnění (Bontempo & D'Augelli, 2002; Marshal et al., 2011; Meyer, 2003).“⁴¹

LGBTQ+ mladiství jsou ve školním kolektivu též náchylní k šikaně motivované jejich odlišností, queerfobií/transfobií a předsudky, která, stejně jako jiné útoky, má negativní dopad na duševní zdraví. „Mezi typické stresory, které mohou vyvolávat beznaděj u mladistvých, patří například zkušenost s homofobní šikanou. Beznaděj mimo jiné úzce souvisí s depresivními, s úzkostnými poruchami a se sebevraždností.“⁴²

Kvůli častému odmítnutí společností mají queer adolescenti také často zvýšenou citlivost vůči odmítnutí oproti cisgender heterosexuálním adolescentům, což má negativní dopad na jejich duševní zdraví. Jedním ze stresorů, kterým jsou queer adolescenti vystaveni, je odmítnutí vrstevníky způsobené stigmatizací queer osob – to může ústít v sociální odtahitost, sníženou sebedůvěru či způsobovat pocit studu ohledně vlastní identity a taktéž zhoršovat jejich psychické zdraví.⁴³

⁴⁰Queer geography, z. s., publikace z webových stránek <https://queergeography.cz/lgbtq-psychologie/dusevni-zdravi-ne-heterosexuálních-lidi/>, 27. 12. 2023

⁴¹Queer geography, z. s., publikace z webových stránek <https://queergeography.cz/lgbtq-psychologie/dusevni-zdravi-ne-heterosexuálních-lidi/>, 27. 12. 2023

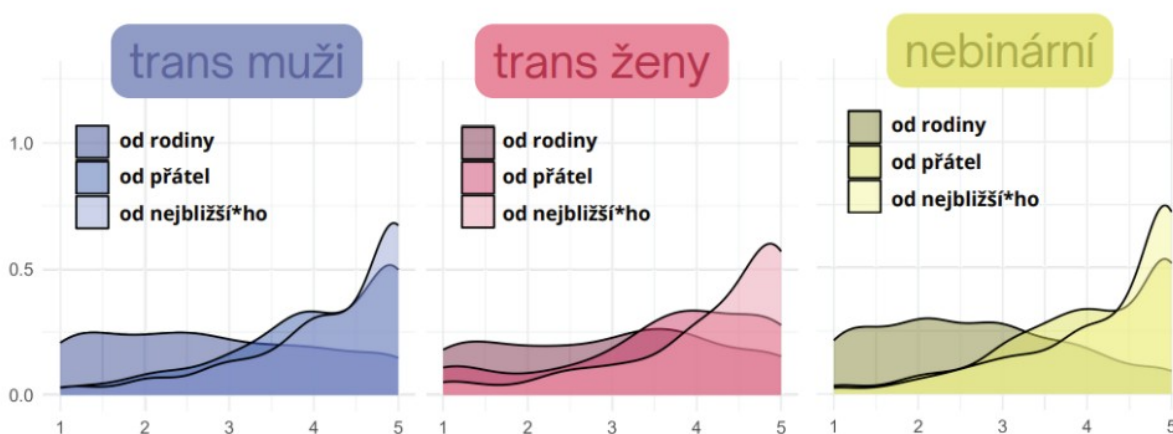
⁴²Queer geography, z. s., publikace z webových stránek <https://queergeography.cz/lgbtq-psychologie/dusevni-zdravi-ne-heterosexuálních-lidi/>, 27. 12. 2023

⁴³Clark, K. A. et al., *Adolescents' Sexual Orientation and Behavioral and Neural Reactivity to Peer Acceptance and Rejection: The Moderating Role of Family Support*, 2023

3 TRANSGENDER DOSPÍVAJÍCÍ A RODINA

Podpora rodiny hraje důležitou roli pro psychické zdraví nejen transgender dospívajících a v případě odmítnutí vrstevníky může hrát dokonce roli prevence sebevraždnosti a snížit citlivost vůči odmítnutí. Nicméně queer dospívající mají často méně podpory ze strany rodiny než jejich cisgender heterosexuální vrstevníci. To často zhoršuje kvalitu jejich vztahů s vrstevníky a bývají náchylnější k šikaně, depresím a úzkostem, což je spjato právě s nízkou podporou rodiny.⁴⁴

Pro transgender dospívající (jakožto součást queer komunity) je tedy podpora rodiny nesmírně důležitá a má prokazatelně pozitivní vliv na jejich duševní zdraví, ale často se jim jí právě kvůli jejich genderové identitě nedostává z důvodu odmítnutí rodinou na základě genderové identity a bývá nižší než podpora přátel a nejbližších (údaje z výzkumu Stašek et al. O českých a slovenských LGBTQ+ lidech, jehož respondenti spadali převážně do generace Z a byli starší 18 let)⁴⁵:



Obrázek 3: Sociální podpora transgender osob jejich okolím; Stašek A. et al., *Queer zdraví: Výzkumná zpráva o zdraví LGBTQ+ lidí v Česku a na Slovensku, 2024*

Většinu procentu transgender lidí se podpory rodiny nedostává než těm, kterým se jí dostává. Nebinární osoby pak mívají méně podpory rodiny než binární transgender osoby. Opačná situace je však u podpory přátel a nejbližších, té se transgender lidem téměř vždy dostává, ačkoli transgender ženám o něco méně.

Rodinná podpora se však začíná vyskytovat čím dál tím častěji, což zlepšuje podmínky pro transgender osoby a má pozitivní vliv nejen na jejich duševní zdraví, a i stigmatizace ve společnosti postupně klesá: „Stále větší počet těchto osob se navíc těší podpoře svého okolí, přičemž přestává být normou, že o svých životech na veřejnosti nemluví, naopak je stále běžnější vidět i nestereotypní příběhy osob, zobrazující je i v obyčejných životních situacích, ve kterých tvoří rodiny, tráví společné dovolené atd. Možnost zapojit se do běžného

⁴⁴Clark, K. A. et al., *Adolescents' Sexual Orientation and Behavioral and Neural Reactivity to Peer Acceptance and Rejection: The Moderating Role of Family Support*, 2023

⁴⁵Stašek, A. et al., *Queer zdraví: Výzkumná zpráva o zdraví LGBTQ+ lidí v Česku a na Slovensku, 2024*

rodinného života a podpora v rámci rodiny byly navíc zdokumentovány jako klíčové ochranné faktory zabraňující vzniku depresivních i úzkostných poruch, stejně tak jako užívání návykových látek nebo rizikového sexu u ne-heterosexuálních adolescentů.⁴⁶

⁴⁶Queer geography, z. s., publikace z webových stránek <https://queergeography.cz/lgbtq-psychologie/dusevni-zdravi-ne-heterosexuálních-lidi/>, 27. 12. 2023

4 PSYCHICKÉ ZDRAVÍ TRANSGENDER DOSPÍVAJÍCÍCH

4.1 Úzkost a menšinový stres

Z kapitol „Diskriminace v životě transgender osob a její důsledky“ a „Transgender dospívající a rodina“ vyplývá, že okolí transgender adolescentů a společnost, případně prostředí, ve kterém se pohybují, má jednoznačně vliv na jejich psychické zdraví a pohodu. S diskriminací na základě jejich genderové identity se transgender osoby mohou setkat kdekoli, což se promítá v menšinovém stresu způsobujícím jim zvýšenou míru psychické zátěže.

Transgender osoby jsou také náchylnější k úzkostem a úzkostným poruchám: „Oproti běžné populaci mají transgender lidé asi šestkrát vyšší pravděpodobnost navštívení odborníka kvůli úzkostné poruše nebo poruše nálady a třikrát vyšší pravděpodobnost užívání antidepresiv a anxiolytik“⁴⁷, přičemž se s úzkostmi potýká asi 50 %⁴⁸ transgender osob. U dospívajících toto procento může být ještě vyšší zejména kvůli dvěma faktorům; obecně zvýšená míra úzkosti v generaci Z (do té spadají dnešní adolescenti)⁴⁹ a individuálně i proces tranzice a přijetí okolím – právě pokročilejší stadium tranzice a přijetí okolím (vč. respektování vybraného jména a zájmen) má vliv na snížení míry úzkosti.⁵⁰

Úzkosti ovlivňuje také menšinový stres, který má vliv na vyšší prevalenci sociální úzkosti.⁵¹

Úzkost, stejně jako nepřijetí rodinou, které samotné má na míru úzkosti negativní vliv, je často spojována s vyšším užíváním návykových látek, vyšší mírou sebevražednosti a sklony k sebepoškozování. Výskyt úzkostí v dospívání má také negativní vliv na psychické zdraví v dospělosti a může mít vliv na budoucí výskyt úzkostných poruch a dalších psychických problémů.⁵²

Transgender osoby jsou také náchylnější k depresím a depresivitě oproti cisgender osobám. To vyplývá z výzkumu Stašek et al. o zdraví LGBTQ+ lidí (2023)⁵³:

⁴⁷Homolková, B., bakalářská práce *Vztah mezi diskriminací a úzkostí u transgender a genderově diverzních lidí: sebesoucit jako moderátor*, 2023; cituje: Bränström, R., Pachankis, J. E., *Reduction in Mental Health Treatment Utilization Among Transgender Individuals After Gender-Affirming Surgeries: A Total Population Study*, 2020

⁴⁸Budge, S. L. et al., *Anxiety and depression in transgender individuals: The roles of transition status, loss, social support, and coping*, 2013

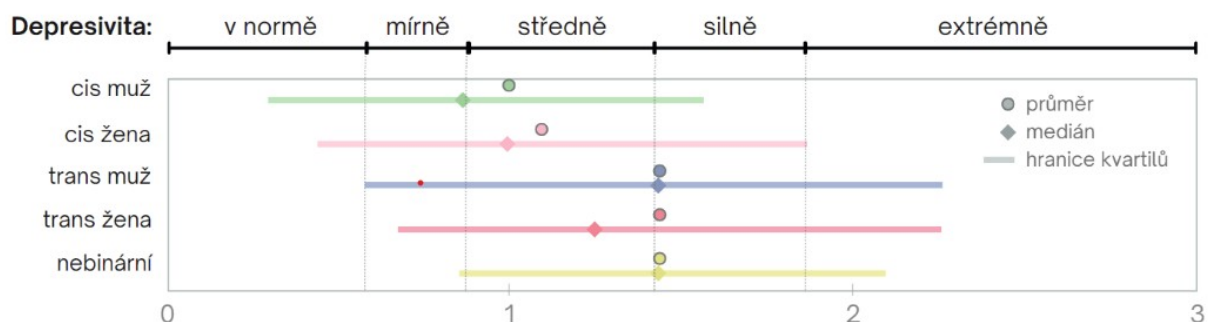
⁴⁹American Psychological Association, Bethune, S., 2019, <https://www.apa.org/monitor/2019/01/gen-z>, 21. 1. 2024

⁵⁰Homolková, B., bakalářská práce *Vztah mezi diskriminací a úzkostí u transgender a genderově diverzních lidí: sebesoucit jako moderátor*, 2023

⁵¹Burns, M. N. et al., *Minority Stress and Attributions for Discriminatory Events Predict Social Anxiety in Gay Men*, 2010

⁵²Homolková, B., bakalářská práce *Vztah mezi diskriminací a úzkostí u transgender a genderově diverzních lidí: sebesoucit jako moderátor*, 2023

⁵³Stašek, A. et al., *Queer zdraví: Výzkumná zpráva o zdraví LGBTQ+ lidí v Česku a na Slovensku*, 2024



Obrázek 4: Srovnání míry depresivity transgender a cisgender osob; Stašek A. et al., *Queer zdraví: Výzkumná zpráva o zdraví LGBTQ+ lidí v Česku a na Slovensku, 2024*

Z výzkumu transgender lidé vyplývají jako náchylnější k depresím a úzkostnosti než cisgender queer lidé a cítí se více osaměle. Na to může mít vliv např. vyšší míra menšinového stresu, jelikož se k samotné queer identitě přidává i faktor transgender identity, což míru prožívaného menšinového stresu může zvyšovat. Na menšinový stres jako faktor ovlivňující psychické zdraví se Stašek et al. odvolává také a podporuje toto tvrzení i jinými studiemi.

Transgender dospívající se nachází ve zvýšeném riziku psychických problémů jako již zmíněné deprese, úzkosti, sebepoškozování a sebevražednost a užívání návykových látek, ale také poruch příjmu potravy. Toto riziko bývá připisováno právě menšinovému stresu, kterému jsou transgender dospívající a transgender osoby vystaveni.⁵⁴

4.2 Sebeřijetí a podpora

Z výzkumu Stašek et al. nadále vyplývá, že pro většinu LGBTQ+ lidí je náročné přijetí vlastní identity, avšak většina z nich je za svou LGBTQ+ identitu ráda. Po vztažení informací na transgender osoby, jakožto součást LGBTQ+ komunity, lze tedy říci, že ačkoli je pro ně sebeřijetí náročné, jsou se svou identitou po procesu sebeřijetí spokojeni. Zhruba polovina respondentů výzkumu však měla strach, že je okolí na základě jejich identity soudí.⁵⁵

Sociální podpory se transgender lidem dostává nejvíce ze strany nejbližších a přátel, přičemž přátelé bývají obecně podporující, avšak transgender ženám se této podpory dostává méně. Rodina bývá spíše nepodporující, obzvláště pro nebinární osoby⁵⁶. (Obrázek 3)

Podpora rodiny, vyplývající jako spíše nízká, je však důležitá pro psychické zdraví a pohodu transgender dospívajících, a kromě stabilního zázemí vystupuje často jako moderátor nepřijetí okolím a vrstevníky⁵⁷, ale také jako prevence psychických problémů a onemocnění, včetně sebevražednosti.⁵⁸

⁵⁴Canadian Pediatric Society, Vander Morris, A. et al., *An affirming approach to caring for transgender and gender-diverse youth*, 2023

⁵⁵Stašek, A. et al., *Queer zdraví: Výzkumná zpráva o zdraví LGBTQ+ lidí v Česku a na Slovensku, 2024*

⁵⁶Stašek, A. et al., *Queer zdraví: Výzkumná zpráva o zdraví LGBTQ+ lidí v Česku a na Slovensku, 2024*

⁵⁷Clark, K. A. et al., *Adolescents' Sexual Orientation and Behavioral and Neural Reactivity to Peer Acceptance and Rejection: The Moderating Role of Family Support*, 2023

⁵⁸Canadian Pediatric Society, Vander Morris, A. et al., *An affirming approach to caring for transgender and gender-diverse youth*, 2023

4.3 Prevence

Z výše zmíněného vyplývá, že snížením stresových faktorů, mikroagresí a diskriminace ze strany společnosti, které transgender osoby zažívají, by tedy bylo možné zvýšit kvalitu jejich psychického zdraví. Kvalitu jejich psychického zdraví také zvyšuje sociální podpora (přátel, rodiny a blízkých): „V ochraně před duševními potížemi a dalšími dopady tzv. menšinového stresu nejvíce pomáhá sociální podpora a dobré vztahy, prožívané pocity přijetí společností a dobrá dostupnost pomoci v oblasti zdravotní, ekonomické, sociální ad.“⁵⁹. Zvýšené riziko psychických problémů může také omezit časná sociální tranzice.⁶⁰ Důležitá je také dostupná inkluzivní zdravotní péče bez předsudků⁶¹ – ta má pro transgender osoby v České republice však mnoho nedostatků, jak vyplývá z kapitoly „Diskriminace v životě transgender osob a její důsledky“.

Tyto problémy by bylo možné řešit dosažením společenských změn, např. formou edukace či změnami české legislativy tak, aby byla vůči transgender osobám více inkluzivní a lépe odpovídala jejich potřebám: „Dosavadní výzkumy naznačovaly, že LGBTQ+ lidé mohou mít vysokou prevalenci symptomů deprese, úzkostí i dalších duševních potíží. Na základě našich zjištění, že např. i přes tyto problémy by většina “neměnila” za heterosexuální identitu, se domníváme, že naše výsledky dokládají potřebu změn ve společnosti.“⁶². Tyto změny by zároveň dodaly společnosti stabilitu – inkluzivní společnosti jsou udržitelnější a lépe prosperují – a přispěly by ke zlepšení psychického zdraví transgender osob, což by mělo pozitivní dopad i na psychické zdraví jejich okolí., tedy potažmo na celou společnost.⁶³

V rámci prevence Stašek et al. doporučují následující postupy, přičemž zahrnují všechny LGBTQ+ osoby, tedy včetně transgender osob.

4.3.1 Zvýšení kvality lékařské a terapeutické péče

Zkvalitnění odborné péče by bylo možné dosáhnout moderním vzděláváním odborníků. „Dosud v Česku ani na Slovensku není běžnou praxí, že se na katedrách psychologie, lékařských fakultách apod. studentstvo setkává s tématem práce s LGBTQ+ lidmi. Přitom bez základního přehledu v terminologii a problematice v podstatě nelze uvažovat o tom, že by následná praxe absolvujících zaručovala bezpečnou a adekvátní péči.“⁶⁴ Vzdělávání by zároveň mělo probíhat celoživotně a mělo by být dostupné a kvalitní.

Lékařský a terapeutický personál by měl užívat preferované jméno, zájmena a jiný genderově zabarvený jazyk v komunikaci s/o transgender osobách, které si transgender osoby zvolí. Komunikace v rámci odborné péče by měla být genderově-afirmativní a nikdy by neměla být

⁵⁹Stašek, A. et al., *Queer zdraví: Výzkumná zpráva o zdraví LGBTQ+ lidí v Česku a na Slovensku*, 2024

⁶⁰Canadian Pediatric Society, Vander Morris, A. et al., *An affirming approach to caring for transgender and gender-diverse youth*, 2023

⁶¹Canadian Pediatric Society, Vander Morris, A. et al., *An affirming approach to caring for transgender and gender-diverse youth*, 2023

⁶²Stašek, A. et al., *Queer zdraví: Výzkumná zpráva o zdraví LGBTQ+ lidí v Česku a na Slovensku*, 2024

⁶³Stašek, A. et al., *Queer zdraví: Výzkumná zpráva o zdraví LGBTQ+ lidí v Česku a na Slovensku*, 2024

⁶⁴Stašek, A. et al., *Queer zdraví: Výzkumná zpráva o zdraví LGBTQ+ lidí v Česku a na Slovensku*, 2024

založena automaticky na úředním pohlaví transgender osob v dokumentech (občanském průkazu apod.). Odborná péče by měla být pro transgender osoby dostupná a v případě hospitalizace by měli transgender lidé mít možnost rozhodnout se, v jakém oddělení budou umístěni, na základě jejich komfortu s tímto genderovaným prostředím.⁶⁵

Nedostatek počtu odborníků, např. sexuologů, lze řešit navýšením jejich počtu – tomu by napomohla vyšší dostupnost získání akreditací a snížení nákladů na získání odborného vzdělání. To by zvýšilo motivaci odborníků a v důsledku toho i jejich počet. Důležité je ale zároveň zachovat kvalitu odborného vzdělání a neprovádět změny na úkor její kvality.

4.3.2 Společenské změny

Ze společenských změn za účelem větší inkluзивity LGBTQ+ lidí by benefitovala celá společnost, a to jak společensky, tak ekonomicky. Mezi účinné společenské změny Stašek a kol. zahrnují pět okruhů, které zároveň navrhuje Organizace spojených národů (OSN), a aplikují je na českou (a slovenskou) společnost: vzdělávací systém, politická a občanská participace, ekonomický well-being, zdraví, osobní bezpečí a ochrana před násilím.

Ve vzdělávacím systému by pro inkluзивitu a bezpečí transgender osob měla být začleněna opatření proti šikaně a násilí. Do kurikula by měla být zahrnuta témata rozmanitosti a inkluзивity jako součást výuky či vzdělávacích programů, mj. inkluзивe LGBTQ+ témat do sexuální výchovy.

V rámci politické a občanské participace navrhují legislativní změny – zavedení neutrálního úředního pohlaví na základě práva na sebeurčení, přijetí LGBTQ+ inkluзивních zákonů (např. rovné manželství, zrušení podmínky sterilizace pro úřední změnu pohlaví a zjednodušení procesu jeho změny), podpora svobody projevu, vzdělávání médií, LGBTQ+ otevřená politická reprezentace a podpora neziskových organizací.

Ekonomický well-being by měl být podpořen anti-diskriminačními zákony zohledňujícími LGBTQ+ lidi na pracovním trhu, které by zajistily rovný přístup k pracovním pozicím a ohodnocení. Zajištěno by mělo být i rovné sociální zabezpečení – stejné podmínky v případě registrovaného partnerství, popř. stejnopohlavního manželství, v péči o osobu blízkou a příspěvky na ni apod. Zahrnuty by měly být také inkluзивní politiky na pracovišti zajišťující inkluзивní prostředí jako školení zaměstnanců a managementu v LGBTQ+ inkluзивním přístupu a vysvětlování přínosu inkluзивity pro pracoviště.

V oblasti zdraví by měly proběhnout např. tyto změny: zlepšení přístupu k péči dostatkem vzdělaných odborníků a destigmatizací LGBTQ+ osob, ochrana zdravotní dokumentace (nesdílení informací o identitě ve sdílené dokumentaci, pokud nejsou zcela nutné a relevantní), vzdělávání lékařů a dalších odborníků v LGBTQ+ inkluзивním přístupu a specifických potřebách za účelem LGBTQ+ afirmativní péče, zrušení povinnosti sterilizace pro změnu úředního pohlaví.

⁶⁵Platforma pro rovnoprávnost uznání a diverzitu, z. s., *Report on trans people and their experience with health care and legislation in the Czech Republic*, 2015

V oblasti osobního bezpečí a ochrany před násilím by pak měly proběhnout změny jako zákaz nekonsenzuálních normalizačních zákroků (např. u intersex osob) a vzdělávání lékařů a zdravotního personálu v problematice zahrnující doslovnou metodiku a také zákaz konverzních „terapií“ a vlivů, jejichž cílem je změnit či upravit sexuální či genderovou identitu osoby. Měla by být začleněna legislativní ochrana proti předsudečnému násilí a vzdělávání bezpečnostních složek a členů právního systému. Zajištěn by měl být také přístup k rovnému zacházení v rámci práva vzděláváním právního systému.

5 VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ: ROZHOVORY A JEJICH ANALÝZA

5.1 Metoda

5.1.1 Výzkumný vzorek

Výzkumu se účastnilo 5 respondentů ve věku 16 až 20 let (s průměrem 18,6 let). Tvořily jej 3 transmaskulinní osoby, 1 transfeminní a 1 nebinární osoba. Respondenti pocházeli z větších měst s 30 tis.– 1,3 mil. obyvateli, 3 z nich byli studenti, 2 pracující.

5.1.2 Průběh výzkumu

Respondenty pro výzkum jsem zkontaktoval přes osobní kontakty a přátele a dva z nich skrze příspěvek na Instagramu sdílený přes mé osobní kontakty a známé. Na základě etiky výzkumu jsem hledal takové respondenty, kterým je nad 15 let, a mohou tak poskytovat odpovědi bez souhlasu zákonného zástupce. To pro mě bylo klíčové zejména z důvodu citlivosti tématu a možné diskriminaci na základě genderové identity, jež byla hlavním tématem rozhovorů, ze strany zákonných zástupců. Jako opatření pro anonymizaci výpovědí si každý z respondentů zvolil pseudonym, pod kterým jej v této práci jmenuji.

Vzhledem k povaze práce jsem zvolil kvalitativní způsob výzkumu, a to pomocí polostrukturovaných rozhovorů. Otázky jsem volil s ohledem na stanovené výzkumné otázky tak, aby je bylo možné explorovat co nejlépe. Na základě teoretické části práce zpětně reflektuji výběr otázek v diskuzi – jelikož z časových důvodů nemohly rozhovory probíhat až po dokončení teoretické části, nebylo toto možné zakomponovat před začátkem výzkumného šetření.

Aby nedošlo k nechtěnému směřování výpovědi respondentů určitým směrem, otázky jsou utvořené tak, aby byly co možná nejotevřenější a nechávaly tak respondentům zcela volný prostor pro směřování odpovědi. V případě, že by odpověď nebyla v dostatečném rozsahu či nepokrývala všechny body, na které jsem hledal odpověď, měl jsem připravené doplňující otázky či jsem se doptával podle potřeby. V případě pokrytí bodů další z otázek by naopak tato otázka byla vynechána.

Seznam připravených otázek se nachází v Příloze 1, přepisy všech rozhovorů pak v Příloze 2.

Záleželo mi také na psychické pohodě a komfortu respondentů. Průběh rozhovoru si proto zvolil každý z nich sám podle svých možností a komfortní zóny; první tři rozhovory probíhaly skrze textové zprávy, čtvrtý rozhovor formou telefonního hovoru a pátý rozhovor proběhl osobně.

5.1.3 Analýza dat

K analýze získaných dat jsem zvolil metodu obsahové analýzy. Hledal jsem společná témata, o kterých respondenti mluvili, a získané údaje jsem proložil částmi jednotlivých výpovědí. Kromě jmenování společných témat rozhovorů jsem ve výpovědích vyhledával i více individuální zkušenosti. Analýza tedy probíhala kvantitativně-kvalitativní metodou.

5.2 Výsledky

Zdravotnický systém

Zkušenosti a dojem ze zdravotnického systému v ČR jsou pro respondenty spíše negativního rázu. Stěžovali si jak na její dostupnost, její charakter, tak přístup zdravotnických pracovníků.

V otázce dostupnosti zmiňovali dlouhé čekací doby – několikaleté čekání na přijetí na sexuologii (Kryštof) nebo složitý přístup k hormonální péči, na jíž začátek Kai čekal několik let, a nízký počet sexuologií v ČR (Kai). Kai dále také zmiňuje, že většina sexuologií nenabízí transgender osobám dobrou péči. Nespokojenost se odráží i ze strany transgender osob, které s lékařskou či úřední tranzicí nezačaly, ale mají to v plánu – Fred zmiňuje obavy z procesu dostání se k lékařské péči a nepříjemnost tohoto procesu. Co se týče finanční dostupnosti lékařské tranzice, je vnímána jako drahá a špatně dostupná jak finančně, ale i z pohledu čekací doby: „Vím, že s top surgery to bude stejné, pokud se toho s podporou rodičů vůbec doplatím.“ (Kryštof).

Na charakter sexuologické péče si stěžovala Wendy: „Ten proces, jak dostat hormony, je teda otravný – hlavně mě štve, že jsem musela udělat IQ test, test paměti, dlouhý test na patologie, atd.“ Kryštof kritizuje nutnost sterilizace pro změnu úředního pohlaví: „To, že bych měl podstoupit invazivní a nebezpečný zákrok kastrace, jen abych si mohl změnit písmenko v občance, mě děsí a je to naprosto absurdní.“, oproti tomu Wendy tato nutnost nevadí, zmiňuje ale, že by zákrok plánovala i v případě, že by povinný pro změnu úředního pohlaví nebyl.

Na zdravotnické pracovníky, konkrétně v nemocnicích a na psychiatriích – doktory – padly stížnosti a projevení nespokojenosti v oblasti přístupu k transgender pacientstvu; nevstřícnost, neochota pomoci (Kai) či despekt: „Nejtěžší část jsou asi zdravotnická zařízení. V nemocnici jsem byl nazván *to* a moc respektu tam většinou nedostávám, ale myslím, že to je celý další problém se stavem českých psychiatrických zařízení.“ (Kryštof). Zkušenosti s obtížemi pracovníků porozumět transgender pacientstvu byly zmíněny i se sexuologií: „Bohužel ale ani na sexuologii nejsou nejmilejší, což je smutné, protože tam většinou trans lidé chodí s nadějí pro pochopení jejich situace.“ (Kryštof). Stížnost padla i na psychology – nepříjemná zkušenost s psychologem Freda.

Z rozhovorů vyplývá vnímání a pocit nepřátelskosti ze zdravotnického systému v ČR a obecná nespokojenost s jeho fungováním – jak na základě přímých zkušeností samotných respondentů, tak respondenty vnímané obecné mínění, že tato péče není dostatečně uspokojivé kvality.

Školní prostředí

V otázce školního prostředí lze z výpovědí respondentů nabýt dojmu, že umělecké obory bývají častěji vstřícnější k transgender studentstvu – jak spolužactvo, které je často samo queer, tak učitelé. To ilustruje Kryštof a také Fred – ten po doptání ještě sdělil, že studuje umělecky zaměřenou školu.

S transfobií či queerfobií ze strany spolužactva i učitelů se setkali dva z respondentů (Wendy a Kryštof), naopak inkluzivní přístup zmiňuje Fred: „Spolužáci jsou z tak 80 % queer, takže tam není žádný problém a berou mě tak, jak jsem. Učitelé jsou taky vcelku v pohodě, alespoň ti, co mě učí, mě hned přijali. Moje škola se snaží být trans-pozitivní, což je super.“ a Xaden – zmiňuje inkluzivní přístup akceptováním preferovaného jména a podporu učitelky při objevování genderové identity. Kryštof hovořil o své předchozí škole, kde naopak od jeho stávající školy bylo prostředí respektující. Kai mluví o prostředí respektujícím, ale jen částečně a zmiňuje podporu školní psycholožky.

Lze tedy vyvodit, že je zkušenost velice individuální a liší se u každé školy. Z výpovědí také vyplývá, že školní prostředí má pro transgender studentstvo spíše stresový charakter či v něm dochází k pro ně nepříjemným situacím – s tím mají přímou zkušenost tři z pěti respondentů.

Respondenti vnímají i konkrétní nedostatky školního prostředí v oblasti přístupu ke transgender studentstvu. Jednoznačně nejdůležitější je pro ně přítomnost opory, např. ve formě školního psychologa, kterou zmínili čtyři z nich. Podle respondentů by školní psycholog měl být queer-friendly (tedy podporující a inkluzivní vůči queer a transgender studentstvu) a někteří zmiňují i moderaci vztahů mezi spolužactvem či učiteli a transgender studentstvem. Podporu by ale prý měli představovat samotní učitelé.

Dvakrát byl zmíněný respekt vůči vybranému jménu a pronouns studentstva a možnost je ve škole používat a být jimi oslovení. Dvakrát byly také zmíněny chybějící genderově neutrální toalety.

V oblasti edukace a zvyšování povědomí o transgender lidech a inkluzivity vůči nim jsou podle nich na školách důležité: obecná edukace o transgender lidech (2 respondenti), systémové zamezení transfobii (2 respondenti), queer inkluzivní sexuální výchova (1 respondent) a celková systémová opora a sjednocení v inkluzivním přístupu, jak ilustruje svou výpověď Kai: „Nemělo by to být tak individuální. Nejsou tam nastavený žádná pravidla, že by tě učitelé museli respektovat. Není to normalizovaný, je to hrozně o individuálním přístupu a jestli vychytáš někoho špatného, tak to máš hrozně blbý.“

Jako klíčové body v podpoře transgender studentstva lze vyvodit přítomnost akceptujícího školního psychologa, edukaci o transgender lidech, respekt vůči preferovanému jménu a pronouns a genderově neutrální toalety.

Společnost a rodina

Nepochopení ze strany většinové společnosti vnímají všichni respondenti, někteří více, někteří méně a někteří se setkali i s diskriminací na základě své genderové identity, jak ilustrují tyto dvě výpovědi;

„Sociální život mimo kruhy kamarádů je taky docela bolest, neustálá bombardace intimními otázkami a pokusy vyvrátit moji existenci od lidí, které neznám. Na veřejnosti se samozřejmě setkávám s reakcemi jako je pokřikování, smích, plivání, ale i házení šišek? (...) Nejen od lidí v mém věku.“ (Kryštof)

„Neřeknu ti ani počet bytů, kde nás odmítli kvůli tomu, že jsem trans. Nebo když jsem si hledal práci. I ta škola, kde jsem byl, s tím měla problém. A je to tak, že spoustě lidem nedojde, kolik základních věcí je problém jenom kvůli tomu, že je někdo trans.“ (Kai)

Respondenti by si přáli více respektu, podpory a pochopení. Tři respondenti také zmiňují či pozitivně hodnotí aktivistickou a jinou činnost queer organizací nebo queer komunitu podporující společenské prostory (Wendy, Kryštof, Fred).

Podpora ze strany rodiny se liší u každého respondenta. Kryštof říká, že má podporu celé rodiny, Fred je out jen u matky a Kai podporu ze strany rodiny vnímá velmi slabě. Wendy vnímá podporu rodičů, ale prarodiče ji odmítli a Xaden vnímá podporu ze strany rodičů a ke zbytku rodiny se nevyjádřil. Rodinné zázemí transgender osob z rozhovorů vyplývá jako velmi různorodé a každý z respondentů se setkává s jinou mírou podpory.

Zdroje genderové dysforie a vnímání genderu

Dysforii z vlastního těla zdůraznili dva z respondentů (Kai, Kryštof), Kai také uvádí, že po změně jména a pronouns mezi svými blízkými se nepříjemné pocity spojené s genderovou dysforií zmírnily. Xaden uvádí nepříjemné pocity s rozdělením na „škatulky“ žena – muž a při vyplňování formulářů vnímá problém se do nich zařadit a je mu toto vymezené rozdělení nepříjemné: „Jenom třeba když jsou takové ty dotazníky, třeba když jdeš na stěnu, tak se tam přihlašuješ a musíš tam zadat žena nebo muž. Ne další. Prostě žena nebo muž. A tady tydle spíš úřední věci mi dělají problém, protože tam figuruje i deadname, takže to je takový nepříjemný (...)“

Respondenti spadající do binárního genderového spektra vnímají gender jako svou součást, a to v různé míře a různými způsoby – Wendy uvedla svou transgender identitu již při představení se, zatímco Kryštof svou genderovou identitu vnímá spíše bez nutného spojení s tím, že je transgender: „Nechci celý svůj život řešit tuhle jednu věc [transgender identitu], která je jen malou částí toho, kdo jsem. Já často i zapomínám, že jsem trans muž, pro mě

a moje blízké jsem prostě jen muž.“ nebo: „Popsal bych se jako trans muž nebo jen muž.“ a Kai svůj gender sdělil až po doptání. Fredův gender je fluidní: „Většinou se popisuju jako trans kluk, i když by možná slovo demiboy bylo přesnější, protože se úplně vždycky necítím jako 100% kluk,“ ale do binárního spektra částečně spadá.

Xaden je oproti ostatním nebinární, tedy do binárního genderového spektra nespadá. Gender mu přijde zbytečný, vidí jej jen jako sociální konstrukt a vnímá jakousi nesmyslnost genderu, nemá k němu nijak blízký vztah a distancuje se od něj: „Popsal bych svůj gender jako jsem. Prostě jsem bytost. Nemám žádnou vazbu ani... že jsem oboje [muž i žena] a zároveň nic. Prostě jsem, jakože nic specifického. Je to pro mě takové, ne fluidní, jakože není to tak, že bych se jeden den cítil jako žena a jeden jako muž, ale prostě není nic, co by to přesně popsalo – nejbliž tomu je ta nebinarita. Ale zároveň je to taky taková nálepka, takže spíš prostě jsem a tady jsou moje pronouns.“

Čtyři respondenti jsou v naprosté většině případů otevření ohledně své genderové identity, a to i včetně rodiny, výjimkou je Fred, který je out ve škole a mezi kamarády, doma o jeho genderové identitě ví jen matka.

Gender afirmativní metody (gender affirming care) a poznávání vlastní genderové identity

V začátcích objevování vlastní genderové identity či před započítím lékařské tranzice respondenti často experimentovali se stříhy vlasů (Kai, Kryštof), hledali jim pohodlné oblečení (Kai) a často také experimentovali se zájmeny a začali používat nové jméno a oslovení mezi svými blízkými, což zahrnuje coming out. Respekt k preferovanému oslovení okolím také zdůrazňují jako důležité a nejčastěji jim v tomto poznávání vlastní identity byli oporou kamarádi a ostatní vrstevníci, včetně partnerů. Oporou jim bylo i zázemí rodiny, tam se ale často setkávali s neporozuměním či v některých případech i kompletním odmítnutím na základě jejich genderové identity. Jednoznačně jim nejvíce podpory poskytl právě vrstevníci. Několikrát zmínili, že nejprve poznávali různé genderové identity a zjišťovali, zda se s nimi ztotožňují (Wendy, Fred).

Tři respondenti také zmínili, že je těší postup v lékařské tranzici (Wendy, Kryštof, Kai).

„Safe space“ – bezpečné a komfortní prostředí

Všech pět respondentů zmínilo, že se bezpečně cítí v okolí svého kamarádstva a jiných blízkých vrstevníků: „V poslední době mě těší hlavně moje sestry a kamarádi, čas který s nimi můžu trávit, naše zážitky a momenty spolu.“ (Kryštof) Tři respondenti zmínili komfort konkrétně v okolí ostatních queer lidí – „Hlavně okolo jiných kvír lidí obecně.“ (Wendy, odpověď na otázku, kde se cítí bezpečně a přijímaně) Queer komunitu zmínili také Kryštof a Kai: „Tak určitě to bude okruh mých kamarádů, co patří do nějaké stejné bubliny, takže let's say, že jsou taky LGBTQ+, a prostě vím, že mě akceptují a že když se budu cítit špatně, tak za nima můžu přijít, říct jim třeba ‚Cítím se dysforicky.‘ a oni mi nějak pomůžou se z toho dostat.“ (Kai)

Někteří respondenti se cítí komfortně o samotě, s mazlíčky či při volnočasových a zájmových aktivitách. Pro dva z nich komfortní a bezpečný prostor představuje jejich pokoj doma či vlastní byt (Fred, Kai).

Bezpečné prostředí představují i některé veřejné prostory a kulturní události: „Na určitých akcích, třeba koncertech, queer akcích, na queer místech, třeba barech, kavárnách, divadlech.“ (Kryštof), Wendy zmiňovala konkrétní místa a prostory.

Rodina tvoří úplný safe space jen pro Kryštofa a školu jako safe space vnímají Fred a Xaden.

Obavy a trápení

Z výpovědí lze jednoznačně určit psychické zdraví a obavy o budoucnost jako zdroje trápení pro respondenty. Toto jsou jejich konkrétní výpovědi:

„Děsí mě budoucnost, tak obecně. Osobní i systematická (hlavně klimatická změna a úpadek trans práv v jistých státech Ameriky, jelikož vím, že se to může rozšířit i sem).“ (Wendy)

„Trápí mě všechno – můj mozek, zvládání každodenního života. Stíhání školy, chození na veřejnost, doktoři, povinnosti, psychické problémy.“ (Kryštof)

„Trápí mě budoucnost, o které každý den přemýšlím, ale pořád zůstává stejně neurčitá.“ (Fred)

„Poslední dobou mě trápí celkem to, že mám mentální poruchu, mám BPD. Poslední dobou to bylo těžší s tím fightovat a nějak se s tím vypořádávat.“ (Kai)

„(...) máme problémy s učitelkou, která nám vede projekty, (...) tak je to takové peprné v té škole. A tak to má hodně vliv a připadám si, jakože za chvíli vyhořím.“ (Xaden)

6 DISKUZE

Jedním z cílů mé práce bylo shrnout informace o životě transgender lidí v České republice a jejich psychickém zdraví, se zaměřením na adolescenty, čehož se mi podařilo dosáhnout v teoretické části práce.

Dalším cílem práce byla explorace životních podmínek a prožívání transgender adolescentů a mladých dospělých v České republice kvalitativním výzkumem. Prostřednictvím rozhovorů se mi tak podařilo získat náhled do života transgender dospívajících a pomocí osobních zkušeností přiblížit jejich život, a přispět tak k veřejné diskuzi o jejich postavení ve společnosti. Právě cenné osobní zkušenosti byly velmi důležitým zdrojem, jelikož přibližují život transgender osob nejlépe. Povedlo se mi získat pestrý vzorek respondentů se zastoupením transfeminní, nebinární i transmaskulinních osob. Pět respondentů je nicméně poměrně malý vzorek, a tak je nutno dodat, že nelze jejich zkušenosti zobecňovat a je nutné si uvědomit, že osobní zkušenost každé transgender osoby je zcela individuální.

Osobní zkušenosti respondentů s jejich transgender identitou se mi podařilo zdokumentovat skrze jejich vnímání genderu a vlastní genderové identity, často zmiňovali také postupné uvědomování si své odlišnosti od cisnormativní společnosti, což zapadá do teorie z kapitoly „Vnímání genderu v průběhu dospívání“, tedy projevy odlišnosti již v dětství/raném dospívání. Respondenti si však svou odlišnost uvědomovali spíše podvědomě a se svou transgender identitou si ji spojili až později. Taktéž se mi povedlo zjistit, jaké gender afirmativní metody používají, přičemž jednoznačně nejčastější byla právě volba zájmen a výběr jména, která reflektují jejich genderovou identitu. Rovněž pak vliv postupu v sociální a lékařské tranzici se ukázal jako mající pozitivní vliv na jejich psychické zdraví – všichni tři respondenti, kteří téma postupu v lékařské tranzici zmínili, jej vnímali pozitivně a řekli, že je těší a jsou za něj rádi.

Během rozhovorů se také dostalo na téma problematických aspektů procesu změny úředního pohlaví – především na nespokojenost s povinnou sterilizací. Nespokojenost se projevila i s binárním nastavením úředních dokumentů či jiných formulářů. To vadilo nebinárnímu respondentovi, jehož gender nezapadá do označení muž ani žena, a ocenil by uvádění jiné možnosti. Kryštof pak zmínil změnu jména na neutrální tvar, která mu v procesu úřední tranzice pomohla.

Respondenti jako hlavní problémy zdravotnického systému vnímali nedostatečnou proškolenost personálu a dlouhé čekací doby činící zdravotnickou péči hůře dostupnou, ačkoli to nebylo pravidlem a spíše se tyto problémy lišily zkušenost od zkušenosti. Práci by bylo možné rozvinout zařazením otázky konkrétně se zaměřující na zkušenosti s českým zdravotnickým systémem a psychology, jelikož v tomto ohledu se respondenti nevyjádřili vždy a tímto způsobem by bylo možné získat více dat. Právě v teoretické části se problémy zdravotnického systému v přístupu k transgender osobám jeví jako poměrně časté a jako široké pole pro změny, bylo by tedy do kontextu dobré zjistit, jak tuto problematiku vnímají dospívající. Rovněž by práci rozvinulo zařazení otázky, zda kvůli komplikacím někdy

odkládali či zrušili návštěvu u lékaře nebo jiného odborníka, jelikož by tím bylo možné ověřit tvrzení o potenciálním odkládání těchto návštěv z kapitoly „Důsledky systémové diskriminace“.

Respondenti často zmiňovali, že „měli štěstí“ nebo „nemají typickou transgender zkušenost, nejsou reprezentativní“. Lze z jejich výpovědi vnímat obecnou představu, že transgender lidé v českém prostředí bývají spíše diskriminováni a trpí psychickými problémy, potenciálně pak odmítnutím rodinou, a že převládají negativní zkušenosti. Je možné, že obecné mínění, často založené na základě stereotypů, má o životě transgender osob spíše více negativní představu, než jejich život doopravdy je – toto tvrzení lze opřít i o statistiku z roku 2018, kdy nespokojena s životem v České republice byla třetina transgender respondentů, tedy méně než polovina.⁶⁶ Je také možné, že potenciální respondenty s negativní transgender zkušeností se mi nepodařilo vyhledat vlivem zvoleného způsobu zkontaktování respondentů – tři z nich přes osobní kontakty a dva z nich skrze příspěvek na Instagramu sdílený přes mé osobní kontakty a známé. Všichni respondenti žijí ve větších městech, pochází z nich nebo se v nich pohybují – i to může být důvodem k tomu, že se vnímají jako více přijímaní oproti obecné představě. To zmiňují Stašek et al.; lidé z větších měst s vyšším socioekonomickým statusem jsou méně ohroženi depresivitou.⁶⁷ Tyto hypotézy však nelze blíže ověřit.

Rozhovory nastínily nutnost změn v české společnosti⁶⁸ ohledně diskriminace vůči transgender osobám⁶⁹. Žádný z respondentů totiž neuvedl, že by byl bez výhrad s životem v České republice a české společnosti spokojen. Často také respondenti zmiňovali obavy o budoucnost (tři z pěti). Z osobních zkušeností respondentů vyplývá, že v české společnosti mají transgender lidé nerovné postavení oproti cisgender lidem a potýkají se s nepříjemnostmi, často na denní bázi. Potvrdila se i diskriminace na základě transgender identity při hledání bytu a práce (Kai). V rozhovorech se také ukázalo, že diskriminaci a nepřijetí jsou transgender lidé nejčastěji vystaveni od odborníků pomáhajících profesí – to podporuje i negativní zkušenost se zdravotnickým systémem Kryštofa či Freda s psychologem – ve školním prostředí a od blízkých a známých, ačkoli diskriminace a nepřijetí odborníky nebyly zmiňovány tak často. Je však také možné, že respondenti nepřišli se zdravotnickým systémem natolik do kontaktu, jelikož všichni z nich jsou adolescenti. Oproti tomu s problémy ve školském systému se potýkali (či někdy byli součástí neakceptujícího kolektivu) všichni, ačkoliv se zkušenosti respondentů svou závažností lišily. To může být dáno tím, že se školským systémem do kontaktu, na rozdíl od zdravotnického systému, přišli všichni respondenti. Každý z nich pak měl k českému školství nějaké výhrady nebo připomínky a přání změny. Nepřijetí ze strany rodiny se objevilo v nějaké formě u většiny (čtyř) z nich. V okruhu přátel se však všichni cítili respektovaně, právě přátelé a blízcí pro ně tvořili největší oporu. Často si také respondenti cíleně vyhledávali okruhy přátel, kteří jsou respektující, někdy přímo součástí LGBTQ+ komunity.

⁶⁶Trans*parent, z. s., Pavlica, K. et al., *Obavy a přání trans lidí, Výsledná zpráva z výzkumu realizovaného spolkem Trans*parent v roce 2018*, 2019

⁶⁷Stašek, A. et al., *Queer zdraví: Výzkumná zpráva o zdraví LGBTQ+ lidí v Česku a na Slovensku*, 2024

⁶⁸Stašek, A. et al., *Queer zdraví: Výzkumná zpráva o zdraví LGBTQ+ lidí v Česku a na Slovensku*, 2024

⁶⁹viz kapitola „Diskriminace v životě transgender osob a její důsledky“

Míra sociální podpory okolím respondentů odpovídala předpokladům z teoretické části⁷⁰, kdy rodina byla podporující smíšeně, naopak přátelé a nejbližší byli podporující vždy. Často se vrstevníci, tedy nynější adolescenti, jeví více podporující než starší generace. V některých případech se ale i mezi vrstevníky respondenti necítili komfortně a tak se v některých případech nevyoutovali ve škole z důvodu obav z nepřijetí kolektivem, ale i učitelským personálem.

Na základě získaných dat by taktéž bylo vhodné zařadit otázku více se zaměřující na rodinné vztahy a zázemí, jelikož např. Fred o rodinném zázemí téměř nemluvil, stejně tak Xaden. Zařazením doplňující otázky by bylo možné získat více dat.

Psychické zdraví respondentů bylo různé, někteří zmiňovali zlepšení, často ve spojitosti s přijetím okolí, někteří pak zmiňovali, že se nachází v těžším období. Z rozhovorů nelze přesně vyhodnotit, zda je výskyt psychických problémů ovlivněn společností či souvisí spíše se zhoršující se tendencí psychického zdraví dnešních adolescentů⁷¹. Lze ale jednoznačně určit pozitivní vliv přijetí okolím a postupu v tranzici na stav duševního zdraví.

⁷⁰Kapitoly „Transgender dospívající a rodina“ a „Sebepřijetí a podpora“; Stašek, A. et al., *Queer zdraví: Výzkumná zpráva o zdraví LGBTQ+ lidí v Česku a na Slovensku*, 2024

⁷¹American Psychological Association, Bethune, S., 2019, <https://www.apa.org/monitor/2019/01/gen-z>, 21. 1. 2024

7 TVORBA VLASTNÍ INFORGRAFIKY

Ve školním prostředí dospívající tráví velkou část svého času. Transgender studentstvu se však často nedostává dostatečně kvalitního přístupu, je tedy potřeba ustanovit opatření na úrovni školy, aby bylo školní prostředí dostatečně inkluzivní pro všechny. Proto je jedním z výstupů mé práce letáček určený k distribuci právě ve školách. Kladu si tak za cíl přispět k debatě o transgender studentstvu, přiblížit transgender identitu často nedostatečně informovanému školnímu personálu, a docílit tak vyššího povědomí o transgender osobách a navrhnout konkrétních opatření, která by vedla ke zlepšení situace.

Účel infografiky je informační, je tedy navrhnutá tak, aby mohla sloužit k seznámení se s problematikou transgender studentstva, proto je zahrnut krátký slovníček pojmů. Dále navrhuji konkrétní postupy z perspektivy jak spolužactva, tak vyučujících a samotné školy jako instituce. V přístupu ke transgender studentstvu ze strany vyučujících se zčásti inspiroji článkem T. Lubasové⁷² na toto téma. Podané návrhy demonstruji na příkladech konkrétních výpovědí respondentů, čehož rovněž využívám jako prostředku přiblížení strany transgender studentstva. Odkazuji pak také na organizace věnující se transgender tematice a nabízím je jako možné zdroje pro další vzdělávání se a jako prostředek podpory.

Letáček se nachází v Příloze 3.

⁷²Lubasová, T., *LGBTQI+ ve třídě*, Prevence 4/2023, str. 29-31

ZÁVĚR

V mé práci se mi podařilo nalézt odpovědi na stanovené výzkumné otázky a cíle a identifikovat problémy, se kterými se transgender a nebinární dospívající potýkají, a jejich možné způsoby řešení. Tyto problémy, ale také pozitivní zkušenosti, jsem dále prozkoumal prostřednictvím rozhovorů s pěti transgender adolescenty a získal tak přístup k jejich osobním zkušenostem.

V teoretické části práce se ukázal negativní vliv diskriminace na psychické zdraví. Oproti tomu přijetí se ve vztahu k psychickému zdraví ukázalo jako protektivní faktor, konkrétně pak respekt vůči zvolenému jménu a správné užívání preferovaných zájmen a dalšího genderovaného jazyka.

Dotazovaní adolescenti nejčastěji se nejčastěji potýkali s problémy a nepřijetím ve školském systému a rodině. Setkali se s jak respektujícími kolektivy, tak s kolektivy neakceptujícími a méně přátelskými vůči transgender osobám – s těmi do kontaktu přišli všichni, a to v různé míře závažnosti. Rodina se jevila jako problematická, avšak nepřijetí na základě transgender identity nebylo podmínkou. Na základě toho lze určit prostor pro zlepšení a vyvozovat nutnost společenských změn v rodinném prostředí i školském systému – zejména rodina má stěžejní vliv na duševní zdraví dospívajících a její přijetí je důležité v rámci prevence psychických problémů.

Konkrétní respondenty podané návrhy pro zlepšení přístupu k transgender studentstvu na školách se mi podařilo interpretovat prostřednictvím vytvoření školám určené infografiky. Součástí mé práce je rovněž plánované zpřístupnění vytvořeného letáčku na našem gymnáziu.

Zdravotnický systém se dotazovaným adolescentům jevil spíše jako méně problematický, avšak ne všichni s ním přišli do kontaktu a jeho vnímání mělo negativní tendenci. Oproti tomu postup v lékařské tranzici je těšil vždy a jeho vliv na psychické zdraví se ukázal jako pozitivní i v teoretické části.

Na téma problematických aspektů v českém zdravotnickém systému již existují odborné práce, ze kterých jsem rovněž čerpal, a existují i konkrétní doporučení změn usnadňujících transgender osobám přístup k potřebné lékařské péči v České republice. Jak ale z těchto studií i z mnou provedených rozhovorů vyplývá, je důležité jejich zavedení v praxi. Prostor pro zlepšení přístupu k transgender osobám je též v oblasti psychologické péče.

Na práci by bylo možné dále navázat detailnější explorační rodinných vztahů transgender osob a zaměřením se na možnou edukaci rodičů v oblasti přístupu k transgender dětem či rozšířením infografiky pro školy o detailnější návrhy postupů v přístupu k transgender studentstvu nebo vytvořením infografiky určené rodičům.

Transgender a nebinární lidé jsou nedílnou součástí společnosti, avšak čelí diskriminaci a nepřijetím, často na denní bázi. Existují též konkrétní návrhy změn a postupů odborníků a institucí, které by život transgender lidem zjednodušily a na jejich psychické

zdraví mají prokazatelně pozitivní vliv. Pro jejich začlenění je však třeba vyvíjet snahu na legální, ale i mezilidské úrovni. Problematika transgender osob ve společnosti je tedy aktuálním tématem a společnost by měla vyvíjet snahu o začlenění společenských změn vstřícným vůči transgender osobám, které by omezily nepříjemnosti, se kterými se na denní bázi setkávají, což by také mělo pozitivní vliv na jejich psychické zdraví a potažmo tak na celou společnost.

POUŽITÁ LITERATURA

Publikace

- BUDGE, S. L. et al., *Anxiety and depression in transgender individuals: The roles of transition status, loss, social support, and coping*, 2013, dostupné z: <https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.1037%2Fa0031774>, 6. 2. 2024
- BURNS, M. N. et al., *Minority Stress and Attributions for Discriminatory Events Predict Social Anxiety in Gay Men*, 2010, dostupné z: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10608-010-9302-6>, 6. 2. 2024
- CLARK, K. A. et al., *Adolescents' Sexual Orientation and Behavioral and Neural Reactivity to Peer Acceptance and Rejection: The Moderating Role of Family Support*, 2023, dostupné z: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10824405/>, 6. 2. 2024
- DÍTĚTOVÁ, S., bakalářská práce *Identifikace problémů transgender lidí na českém trhu práce*, 2020, dostupné z: https://is.muni.cz/th/m818f/Sandra_Ditetova_J_428770_J_DP.pdf, 6. 2. 2024
- HOMOLKOVÁ, B., bakalářská práce *Vztah mezi diskriminací a úzkostí u transgender a genderově diverzních lidí: sebesoucít jako moderátor*, 2023; cituje: Bränström, R., Pachankis, J. E., *Reduction in Mental Health Treatment Utilization Among Transgender Individuals After Gender-Affirming Surgeries: A Total Population Study*, 2020; dostupné z: <https://is.muni.cz/th/kr8n5/>, 6. 2. 2024
- KANCELÁŘ VEŘEJNÉHO OCHRÁNCE PŘÁV, *Závěrečná zpráva z výzkumu veřejné ochránčyně práv*, 2015, webové stránky https://www.ochrance.cz/uploads-import/ESO/CZ_Diskriminace_v_CR_vyzkum_01.pdf, 6. 2. 2024
- LUBASOVÁ, T., *LGBTQI+ ve třídě*, *Prevence* 4/2023, str. 29-31
- MEYER, I. H., *Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: Conceptual Issues and Research Evidence*, 2003, dostupné z: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2072932/>, 6. 2. 2024
- PAVLICA, K. et al., *Obavy a přání trans lidí. Výsledná zpráva z výzkumu realizovaného spolkem Trans*parent v roce 2018*, 2019, dostupné z: https://jsmetransparent.cz/wp-content/uploads/2022/07/Transparent_Obavy-a-prani-trans-lidi_2019_978-80-906362-4-8.pdf, 6. 2. 2024
- PAVLICA, K. et al., *Zkušenosti trans a nebinárních osob se zdravotnickými a psychologickými službami*, 2022, dostupné z: <https://jsmetransparent.cz/wp-content/uploads/2022/04/Vysledky-vyzkumu-Transparent.pdf>, 6. 2. 2024
- PLATFORMA PRO ROVNOPRÁVNOST UZNÁNÍ A DIVERZITU, Z.S., *Report on trans people and their experience with health care and legislation in the Czech Republic*, 2015, dostupné z: <https://rm.coe.int/CoERMPublicCommonSearchServices/DisplayDCTMContentdocumentId=090000168064e8bf>, 6. 2. 2024
- STAŠEK, A. et al., *Queer zdraví: Výzkumná zpráva o zdraví LGBTQ+ lidí v Česku a na Slovensku*, 2024, dostupné z: https://inpsy.fss.muni.cz/aktuality/qz23_report/?fbclid=IwAR1BWldK3ox4Xp2KO9qQCFUARyxKBcUiuLSnlmizX8P6-AUq6p3UqIP3vU, 6. 2. 2024
- TROJANOVÁ, K., bakalářská práce *Geografie trans lidí v České republice*, 2023, dostupné z: <https://is.muni.cz/th/sxye1/?lang=en>, 6. 2. 2024
- VANDERMORRIS, A. et al. (Canadian Pediatric Society), *An affirming approach to caring for transgender and gender-diverse youth*, 2023, dostupné z: <https://cps.ca/en/documents/position/an-affirming-approach-to-caring-for-transgender-and-gender-diverse-youth>, 6. 2. 2024
- WHITTLE, S., Turner, L. a Al-Alami, M., *Engendered Penalties: Transgender and Transsexual People's Experiences of Inequality and Discrimination*, 2007, dostupné z: https://www.ilga-europe.org/sites/default/files/trans_country_report_-_engenderedpenalties.pdf, 6. 2. 2024

Webové stránky a články

- AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION, BETHUNE, S., 2019, <https://www.apa.org/monitor/2019/01/gen-z>, 21. 1. 2024
- AMNESTY INTERNATIONAL, webové stránky, článek <https://www.amnesty.cz/lgbti/v-cr>, 26. 12. 2023
- BĚLÍČEK, J., webové stránky deníku Alarm, článek <https://a2larm.cz/2023/09/chtel-jsem-jim-jen-dat-vedet-ze-nejsem-zadny-vrah-restorativni-justice-a-druhy-zivot-adriana-b/>, 12. 10. 2023
- CENTRUM PRO LIDSKÁ PRÁVA A DEMOKRACII, Z. S., webové stránky, článek <https://www.centrumlidskaprava.cz/vybor-osn-proti-muceni-zaslal-ceske-vlade-seznam-otazek>, 13. 12. 2023
- ČESKÁ JUSTICE, webové stránky, článek <https://www.ceska-justice.cz/2023/03/k-uredni-zmene-pohlavi-v-cr-uz-by-nemela-byt-nutna-kastrace/>, 5. 2. 2024
- ČESKÝ ROZHLAS, webové stránky, článek https://www.irozhlas.cz/zpravy-domov/v-cesku-je-malo-sexuologu-nedostatek-sexuologu-zmena-pohlavi_2312070706_ank ze 7. 12. 2023, 26. 12. 2023
- IN IUSTITA, O. P. S., webové stránky <https://www.pravemprotipredsudkum.cz/>, 5. 11. 2023
- KONZULÁT ČR V MNICHOVĚ, webové stránky https://mzv.gov.cz/munich/cz/konzularni_informace_pro_obcany_cr_pasy/matrici_doklady/dodatecny_zapis_prijmeni_do_knihy.html#:~:text=Pokud%20matri%C4%8Dn%C3%AD%20%C3%BA%C5%99ad%20v%20%C4%8CR.na%20p%C5%99%C3%Adjmen%C3%AD%20bez%20koncovky%20-ov%C3%A1, 26. 12. 2023
- MINISTERSTVO VNITRA ČESKÉ REPUBLIKY, webové stránky <https://www.mvcr.cz/clanek/jmena-a-prijmeni-zmena-jmena-a-prijmeni.aspx>, 26. 12. 2023, <https://www.mvcr.cz/clanek/seznam-rodove-neutralnich-jmen.aspx>, 26. 12. 2023
- MINISTERSTVO SPRAVEDLNOSTI ČESKÉ REPUBLIKY, webové stránky <https://portal.gov.cz/rozcestniky/zmena-pohlavi-RZC-8>, 26. 12. 2023, <https://portal.gov.cz/informace/dalsi-nasledky-zmeny-pohlavi-INF-46>, 26. 12. 2023
- POSLANECKÁ SNĚMOVNA PARLAMENTU ČESKÉ REPUBLIKY, *sněmovní tisk č. 241*; webové stránky <https://www.psp.cz/sqw/tisky.sqw?tb1=2&utq=2&o=9&na=&tb25=241&tb26=&tqa27=on&tqa34=on&tqa17=on&ra=20>, 13. 2. 2024
- POSLANECKÁ SNĚMOVNA PARLAMENTU ČESKÉ REPUBLIKY, *sněmovní tisk č. 276*; webové stránky <https://www.psp.cz/sqw/tisky.sqw?tb1=2&utq=2&o=9&na=&tb25=276&tb26=&tqa27=on&tqa34=on&tqa17=on&ra=20>, 13. 2. 2024
- QUEER GEOGRAPHY, Z. S., publikace z webových stránek <https://queergeography.cz/lgbtq-psychologie/duse-vni-zdravi-ne-heterosexuálních-lidi/>, 27. 12. 2023
- QUEER GEOGRAPHY, Z. S., publikace z webových stránek <https://queergeography.cz/sexualni-obcanstvi/rovnost-manzelstvi/>, 12. 2. 2024
- TRANSPARENT, Z. S., Instagram https://www.instagram.com/p/CyQhznQsrot/?utm_source=ig_web_copy_link, 12. 10. 2023, webové stránky, článek <https://jmetransparent.cz/zmena-jmena/>, 26. 12. 2023
- U. S. DEPARTMENT OF STATE, webové stránky <https://travel.state.gov/content/travel/en/passports/need-passport/selecting-your-gender-marker.html>, 5. 11. 2023
- WIKIPEDIE, článek <https://cs.wikipedia.org/wiki/Queer>, 4. 1. 2024
- WORLD HEALTH ORGANIZATION, webové stránky https://www.who.int/health-topics/gender#tab=tab_1, 4. 1. 2024

SEZNAM OBRÁZKŮ

| | |
|---|----|
| Vývoj vnímání genderu v dětském až adolescentním věku; vlastní obrázek, podklad: Canadian Pediatric Society, Vandermorris, A. et al., An affirming approach to caring for transgender and gender-diverse youth, 2023..... | 12 |
| Zkušenosti s diskriminací, šikanou nebo ponižujícím chováním; Pavlica K. et al., Obavy a přání trans lidí, Výsledná zpráva z výzkumu realizovaného spolkem Transparent v roce 2018, 2019..... | 14 |
| Sociální podpora transgender osob jejich okolím; Stašek A. et al., Queer zdraví: Výzkumná zpráva o zdraví LGBTQ+ lidí v Česku a na Slovensku, 2024..... | 21 |
| Srovnání míry depresivity transgender a cisgender osob; Stašek A. et al., Queer zdraví: Výzkumná zpráva o zdraví LGBTQ+ lidí v Česku a na Slovensku, 2024..... | 24 |

PŘÍLOHY

Příloha 1: Seznam otázek

1. Jaké jsou tvoje pronouns? Řekni mi něco málo o sobě.
2. Popiš svoji trans* zkušenost – jak a kdy sis uvědomilx, že jsi trans*? Tvoje pocity, cokoli tě napadne.
3. Jak se k tobě staví / stavělo okolí?
 - ▷ Kde nacházíš / nacházelx jsi podporu, kdo ti nejvíc pomohl?
 - ▷ S jakými překážkami se potýkáš / potýkalx ses?
4. Jak se ti jako trans* osobě žije v ČR?
5. Jak jako trans* dospívající vnímáš / vnímalx jsi české školní prostředí?
 - ▷ Vyoutovalx ses někomu, našlx jsi podporu?
 - ▷ Co je podle tebe důležité, aby ve školním prostředí pro trans* studentstvo nechybělo?
6. Kde se cítíš bezpečně/přijímanx? (Máš nějaké safe space / safe place?)
7. Co tě v poslední době těší/trápí?
 - ▷ Doptat se na psychické zdraví, pokud respondent/ka neodpoví samovolně v průběhu rozhovoru.

Příloha 2: Přepis rozhovorů

Rozhovor č. 1: Wendy, 20 let

Jaké jsou tvoje pronouns? A řekla bys mi něco málo o sobě?

Moje zájmena jsou ona/její. Jsem trans žena, miluju syntezátory a agresivní hudbu. (Můžu se pokusit napsat víc, ale moc mi nejde vymýšlet obecně věci o sobě jen tak on the spot. 😊)

Hraješ na něco/tvoříš hudbu nějak sama?

Dělám industriální elektronickou hudbu (s vocals) a všechno dělám na počítači. (A well, tak nějak zpívám do mobilu k tomu)

Popiš svoji trans* zkušenost – jak, kdy sis uvědomila, že jsi žena? Tvoje pocity, cokoli tě jenom napadne. :)

Nikdy jsem se nějak extra „necítila jako kluk“ (whatever that means). V dětství jsem se mužskou roli nějak snažila napodobovat, ale tehdy jsem měla tak nerozvinutý mozek, že jsem prakticky jen napodobovala, co jsem viděla v televizi, lol. Asi v 15 letech (takže tak rok 2017-18) jsem začala uvažovat nad svojí sexualitou a brzy poté i nad genderem. O Halloweenu roku 2020 (takže v sedmnácti) jsem začala přemýšlet nad tím, jestli nejsem vyloženě trans žena a jestli bych nechtěla začít s hormony. Pak jsem tak rok a kus nějak experimentovala se zájmenama a různými identitama a nakonec jsem si uznala, že trans žena opravdu jsem, a šla jsem k sexuologovi. Po 5-6 měsících jsem začala s hormony (před rokem). To, že jsem trans, jsem si uvědomila hlavně díky tomu, že mě často cizí lidé oslovovali jako ženu a nebylo mi to nepříjemné, naopak se mi to líbilo a nemohla jsem na to přestat myslet. Také dvě přítelkyně, se kterými jsem za ty roky chodila (ne najednou, lol), mi pomohly si všechno přiznat, prozkoumat a „začít“.

Zmínila jsi přítelkyně, jak se k tobě stavělo/staví ostatní okolí?

Cizí lidé mě vidí jako cis ženu. Kamarády mám jenom kvír, takže ti jsou chill. Rodiče mě podporují a vidí mě jako ženu. Prarodiče z tátový strany si chvíli zvykali, ale už to tak nějak dávají (jen občas mají debilní komentáře). Prarodiče z máminý strany po mně chtěli, ať si změním trvalou adresu (protože jsem ji před tím měla u nich a nechtěli, aby se někdo na vesnici dozvěděl, že mají trans vnučku), s nima se už moc nebavím no.

A jak se k tobě stavělo spolužactvo ve škole? Nebo učitelé, celkově jak jsi vnímala školní prostředí?

Tam jsem to tajila. Chodila jsem na IT střední školu, kde studenti (a i někteří učitelé) dělávali transfobní vtipy, byli tam převážně cis muži, nechtělo se mi to řešit. (Momentálně mám gap year a pracuju u táty.)

Takže ti rodiče dávají zázemí a jsou ti podporou?

Mhm, jojo! Pořád s nima bydlím a jsou chill.

Jak se ti jako trans* osobě žije v ČR?

No, nejsem úplně reprezentativní, jelikož passuju jako cis žena, mám supportive rodiče, žádná fyzická nebo psychická onemocnění, orchiektomii plánuju tak jako tak (ať je to povinné pro změnu úředního pohlaví nebo ne), bydlím v Praze, atd. Ale celkem dobře no. Jsem hlavně ráda, že jsem nemusela na hormony čekat moc dlouho (jak říkám – jenom tak 5-6 měsíců). Ten proces, jak dostat hormony, je teda otravný – hlavně mě štve, že jsem musela udělat IQ test, test paměti, dlouhý test na patologie, atd. (Přitom můj cis děda mohl jen tak na operaci oka, kterou vyloženě nepotřeboval, bez psychologického vyšetření, A TEĎ TOHO LITUJE. 😞) Jsem ráda, že v Praze je kvír komunita celkem aktivní a jsou tu bezpečné prostory.

Ještě ke školnímu prostředí - je podle tebe něco důležitého, co by pro trans* studentstvo nemělo chybět?

Well, nějaký explicitně kvír-friendly školní psycholog by byl nice. (I když na mé střední by se hodil i prostě NĚJAKÝ psycholog.) Asi mě nenapadá nic jiného, co by bylo realisticky možné. Důležité by bylo, aby učitelé nemohli říkat transfobní sr****... Ale to je systémový problém. Taky samozřejmě kvír-inkluzivní sex ed je mega důležitá.

Kde se cítíš bezpečně, přijímaná? (nějaké tvoje safe space/place)

Hlavně okolo jiných kvír lidí obecně. A konkrétní místa, kam chodívám a jsem si jistá, že budu safe, jsou: LGBT+ Komunitní centrum v Praze, restaurace Střecha, kavárna ROH, Prostor39 (i když ten se bude zavírat, rip). Okolo rodiny se cítím podpořená, ale ne 100% pochopená, ig. (Myslím ale, že žádný cis-het člověk mě nemůže úplně 100% chápat no.)

Co tě v poslední době těší/trápí?

Přátelé mě těší. Trávím poslední dobou víc času okolo svých kvír přátel (i prostě friendly lidí v LGBT kácěčku, které všechny neznám, ale jsou nice). To je boží. Děsí mě budoucnost, tak obecně. Osobní i systematická (hlavně klimatická změna a úpadek trans práv v jistých státech Ameriky, jelikož vím, že se to může rozšířit i sem).

Je ještě něco, co bys chtěla dodat, a nemělo by v rozhovoru chybět?

Jen opakuju, že nejsem úplně reprezentativní, jelikož jsem měla v životě neuvěřitelné štěstí.

To je úplně v pořádku! Jsou i šťastné životní příběhy trans* lidí a jsem rád, že to můžu skrze tebe zdokumentovat. Děkuju moc za rozhovor!

Rozhovor č. 2: Kryštof, 20 let

Jaké jsou tvoje pronouns? A řekl bys mi něco málo o sobě?

Moje pronouns jsou he/him, on/jeho. O sobě bych řekl, že jsem průměrný brněnský student a umělec, nebo aspoň někdo, kdo se snaží nějak tvořit, protože ho to naplňuje. Můj další velký zájem jsou videohry, nejen hraní, ale i jejich tvorba a kreativní proces, taky média a internetová kultura a hlodavci. :D Těmito věcmi se nejvíce zabývám.

Popiš svoji trans* zkušenost – jak a kdy sis uvědomil, že jsi trans*? Tvoje pocity, cokoli tě jenom napadne. :) Jak bys popsal svůj gender?

Popsal bych se jako trans muž nebo jen muž. To, že je něco jinak, jsem si začal uvědomovat při začátku své puberty, která mi bohužel přišla už kolem 9 let. Pamatuju si, že jsme ve škole měli přednášku o změnách, co můžeme vidět na našem těle. Byl jsem naprosto znechucený, když mi bylo řečeno, že už jsem „opravdová žena“ a že se nemám hrbít a stydět za svoje poprsí. Moje první menstruace pro mě byla tragédie, snažil jsem se ji schovat před rodiči, nechtěl jsem být opravdová žena. Víím, že ostatní holky mi záviděly tvar těla, ale já jsem jím byl naprosto znechucený. Šaty a punčocháče, do kterých mě máma oblékala, se mi moc líbily, ale nedokázal jsem popsat, proč se v nich cítím tak špatně, když jsou tak pěkné. Ve všech seriálech a hrách, co jsem měl rád, jsem se vždycky nejvíc viděl v klucích, ale v té době jsem si jen myslel, že se mi líbí. Během příštích let, od asi 11 do 15 [let], jsem měl velké problémy se svojí body image, protože jsem nedokázal popsat, jak se cítím. Myslel jsem si, že je to mojí váhou, a postupně se mi vyvinula porucha příjmu potravy. Cítil jsem se lépe, protože mi zmizely výrazné boky. Během téhle doby jsem také začal bojovat s jinými psychickými potížemi a začal chodit k psychologovi. Postupně jsem začal zjišťovat, že je mi pohodlnější mít kratší vlasy a bylo mi víc a víc jasné, že nejsem holka. Ani si nepamatuju, kdy byl nějaký zlom toho „aha jsem trans muž“, asi mi to dlouho bylo jasné a všichni v okolí to tušili. Vybral jsem si nové jméno a začal používat mužské oslovení. Rodiče naštěstí byli chápatí a podporovali mě nejen s chozením k psychologovi, ale i s tranzicí. Sice jim chvíli trvalo si zvyknout, ale snažili se. Díky jejich podpoře bylo jednodušší být out ve škole, i učitelé mě na požádání oslovovali správně. Díky pomoci rodičů jsem pak začal chodit i na sexuologii a měl možnost si změnit jméno a příjmení na neutrum. A v tomto bodě jsem asi teď. Plánuji top surgery, doufejme co nejdříve, ale je to složitý proces. Testosteron pravděpodobně není kvůli mým dalším diagnózám možná, ale souhlasím s tím, že je to tak víc safe. Všude vystupuji jako muž a jsem rád, že mám podporu celé své rodiny, protože díky nim je to možné.

Jak se ti jako trans* osobě žije v ČR?

Musím říct, že to není žádná sláva. Mám to největší štěstí, že mám tu možnost docházet na sexuologii, ale je to opravdu jen šťastná náhoda, na kterou jsem čekal roky. Víím, že s top surgery to bude stejné, pokud se toho s podporou rodičů vůbec doplatím. Nejtěžší část jsou asi zdravotnická zařízení. V nemocnici jsem byl nazván „to“ a moc respektu tam většinou nedostávám, ale myslím, že to je celý další problém se stavem českých psychiatrických

zařízení. Bohužel ale ani na sexuologii nejsou nejmilejší, což je smutné, protože tam většinou trans lidé chodí s nadějí pro pochopení jejich situace. Sociální život mimo kruhy kamarádů je taky docela bolest, neustálá bombardace intimními otázkami a pokusy vyvrátit moji existenci od lidí, které neznám. Na veřejnosti se samozřejmě setkávám s reakcemi jako je pokřikování, smích, plivání, ale i házení šišek? Když se na to koukám zpátky, je to až k smíchu. Nejen od lidí v mém věku. Celkové chápání trans identit v ČR je na úrovni neandrtálců, od veřejnosti až po politiku. Je to docela smutné, ale naděje jsem úplně neztratil, protože tu máme silnou komunitu lidí, co se to snaží změnit a nejsme na tom nejhůře, jako mnoho dalších zemí. Jsem rád, že jsem si našel přátele a místo v komunitě lidí, co jsou chápaví, a jsem rád, že tato komunita je tu silná a dostupná. Pořád jsme ale daleko od příjemného života pro trans lidi. To, že bych měl podstoupit invazivní a nebezpečný zákrok kastrace, jen abych si mohl změnit písmenko v občance, mě děsí a je to naprosto absurdní.

Jak jako trans* dospívající vnímáš/vnímáš jsi české školní prostředí?

Měl jsem štěstí, že na začátku tranzice jsem byl na umělecké škole, kde byli všichni otevřenější a dostal jsem respekt jak od učitelů, tak od spolužáků. Samozřejmě ne všichni byli chápaví a milí, ale byla to opravdu menšina, takže k žádnému velkému konfliktu nebo šikaně díkybohu nedošlo. Teď jsem ale na běžné střední škole a s tím, jaké divné rasistické a homofobní narážky a poznámky jsem od zdejších nejen žáků, ale i učitelů, slyšel, bych se tu být otevřeně trans bál a nechci se o to ani pokoušet. Bohužel to vnímám tak, že na většině škol, základních i středních, to je velmi podobné, a ze zkušeností známých vím, že být trans v tomto prostředí opravdu není jednoduché.

Co je podle tebe důležité, aby ve školním prostředí pro trans* studentstvo nechybělo?

Určitě podpora od učitelů. Respekt pro vybrané jméno a oslovení by měla být samozřejmost. Učitel či školní psycholog by měl být člověk, kterému může trans osoba důvěřovat a obrátit se na něj v případě problému se spolužáky či případem šikany. Tohle by mělo samozřejmě platit u všeho, ne jen u trans problematiky.

Kde se cítíš bezpečně, přijímaný? (nějaké tvoje safe space/place)

Mezi svojí rodinou, doma. Mezi kamarády, ať už online nebo osobně. Na určitých akcích, třeba koncertech, queer akcích, na queer místech, třeba barech, kavárnách, divadlech.

Co tě v poslední době těší/trápí?

To je jednoduchá otázka s velmi komplikovanou odpovědí. :D V poslední době mě těší hlavně moje sestry a kamarádi, čas který s nimi můžu trávit, naše zážitky a momenty spolu. Taky mě hodně těší moje morčata, ty mě vždycky těšily a těšit budou, vždycky tu pro mě jsou. Taky mě těší moje zájmy, kterým se může věnovat, věci, co můžu tvořit, kreslení, obrazy, samolepky, dárky. Těším se na Vánoce, až dám všem dárky, jsem rád, když jsou ostatní rádi.

Trápí mě všechno – můj mozek, zvládání každodenního života. Stíhání školy, chození na veřejnost, doktoři, povinnosti, psychické problémy. Ale to mě trápí pořád a nechci to zakřiknout, ale v poslední době určitě převažují věci, co mě těší a doufám, že to tak vydrží.

Je ještě něco, co by podle tebe nemělo v rozhovoru chybět?

Asi jen dodám, že doufám, že trans identita se stane něčím, co se nebude tak řešit, něčím běžným. Nechci celý svůj život řešit tuhle jednu věc, která je jen malou částí toho, kdo jsem. Já často i zapomínám, že jsem trans muž, pro mě a moje blízké jsem prostě jen muž. Tyhle věci prostě každodenně vůbec neřeším a doufám, že se jednou jako společnost dostaneme do bodu, kdy to nikdo nebude muset zdlouhavě řešit a bude to jen další aspekt člověka, jako je třeba to, že máš hnědé vlasy nebo že jsi levák.

Děkuju moc za rozhovor!

Rozhovor č. 3: Fred, 16 let

Jaké jsou tvoje pronouns? A řekl bys mi něco málo o sobě?

Moje pronouns jsou he/they, ale v češtině používám jen on. Rád maluju – to taky studuju na umělecké škole, umím hrát na klavír a miluju Queeny.

Popiš svoji trans* zkušenost – jak bys popsal svůj gender, kdy sis uvědomil, že jsi trans*? Tvoje pocity, cokoli tě jenom napadne. :)

Většinou se popisuju jako trans kluk, i když by možná slovo demiboy bylo přesnější, protože se úplně vždycky necítím jako 100% kluk. Na trans tematiku jsem narazil už někdy ve 3. třídě. Tehdy jsem si řekl „hm, co když jsem taky trans? co když jsem kluk?“, ale pak jsem to tak nějak odložil až do roku 2020, kdy jsem si uvědomil, že cítím určitou dysforii. Teprve minulý rok okolo dubna jsem o tom začal doopravdy přemýšlet. Prvně jsem si myslel, že jsem genderfluid, a po tom, co jsem při nástupu na střední zjistil, že nechci, aby mě lidé viděli jako něco jiného než kluk, jsem si uvědomil, kdo opravdu jsem. Myslím, že mi v tomto ta změna školy hodně pomohla – prostředí, kde mě lidi neznají jinak než tak, jak jsem se jim představil.

Jak se k tobě staví/stavělo okolí?

Mám to štěstí, že moje zkušenosti jsou prozatím hlavně pozitivní. To bude ale tím, že o téhle části mojí osoby ví moji současní spolužáci, pár kamarádů, učitelé a mamka. Spolužáci jsou z tak 80 % queer, takže tam není žádný problém a berou mě tak, jak jsem. Učitelé jsou taky vcelku v pohodě, alespoň ti, co mě učí, mě hned přijali. Moje škola se snaží být trans-positivní, což je super. A mamka se to dozvěděla začátkem tohoto roku a řekla mi, že je to v pořádku, že chce jen, ať jsem šťastný. (S ní to později teda bylo ještě trochu složitý, ale to je teď jedno.)

Jak se ti jako trans* osobě žije v ČR?

Občas mě to popravdě trochu stresuje. Jsem si vědom, že i přes velký pokrok Češi většinou nemají k trans* lidem moc pozitivní názor. Někdy přemýšlím nad tím, jak se na mě budou dívat lidi na ulici, když postoupím v tranzici a poznají, že jsem trans, a trochu se toho bojím. Taky jsem si už hledal něco o procesu dostání se k lékařské tranzici a vůbec se na to netěším (myslím ten proces, ne tranzici). K tomu se přidává taky jedna nepříjemná zkušenost s psychologem. Ale na druhou stranu, jak už jsem zmínil, je moje škola k tomuto otevřená, takže aspoň to mi v tomhle dává nějakou naději.

Dodal bys ještě něco?

Ještě musím říct, že si hodně vážím organizací jako jsou Transparent a QTY, protože ty mi za posledních pár let umožnily najít nějakou širší komunitu a cítit se přijatě a celkově dobře v tom, kdo jsem:), a to bude všechno.

Jak jako trans* dospívající vnímáš celkově české školní prostředí?

Moje konkrétní střední škola mě v tomto velmi mile překvapila, ale podle toho, co slyším, si myslím, že to se vymyká tomu, jak to je ve většině škol u nás. Myslím, že kdybych se outnul jako demiboy na základní škole, mysleli by si o mně, že jsem blázen, někteří učitelé by mi asi nechtěli věřit a misgenderovali mě a byl bych terčem posměšků. Podobné zkušenosti někteří moji kamarádi mají.

Co je podle tebe důležité, aby ve školním prostředí pro trans* studentstvo nechybělo?

Určitě by všude neměly chybět neutrální záchody. Ale řekl bych, že víc než něco přímo pro trans* studenty by to chtělo vzdělání a nějaké povědomí a poučení na toto téma pro cis studenty a učitele.

Kde se cítíš bezpečně, přijímaný? Nějaké tvoje safe space/safe place.

Pro mě je největší safe space můj intrácký pokoj, nebo jakoby byteček, rozdělený na dva pokoje. Mám tam 3 spolubydlící, které jsou ty nejlepší kamarádky, co jsem si mohl přát. Ony jsou to, co to místo tvoří safe spacem.

Co tě v poslední době těší/trápí? A jak jsi na tom psychicky?

Právě teď mi radost dělá můj nový vztah s holkou, která mě má ráda ne přes to, jaký jsem, ale pro to. Trápí mě budoucnost, o které každý den přemýšlím, ale pořád zůstává stejně neurčitá. A psychicky se mám snad nejlépe za posledních pár let. Od doby covidu a karantén to je obrovský skok. Jak jsem už několikrát zmínil, moje střední a přijetí, kterého se mi na ní dostává, mi přináší radost. Mám poslední dobou i lepší vztahy s rodinou. Takže jo, mám se fajn:).

To rád slyším! Je ještě něco, co by podle tebe nemělo v rozhovoru chybět?

Díky!:) Asi mě nic nenapadá.

Dobře, děkuju moc za rozhovor!

Rozhovor č. 4: Kai, 19 let

Jaké jsou tvoje pronouns? A řekl bys mi něco málo o sobě?

Okay, takže moje pronouns jsou he/him, minulej rok jsem dostudoval střední a teďka si dávám rok pauzu od vejšky, takže chodím do práce a příští rok budu nastupovat někam na vejšku. Baví mě počítačový hry a anime a taky mě baví zajímat se nějak o fashion sense, nějak tak.

Popiš svoji trans* zkušenost – kdy sis uvědomil, že jsi trans*, jaké byly tvoje pocity a cokoli tě k tomu napadne.

To je takovej spíš vtipnej příběh, protože jsem si uvědomil to, že jsem trans, díky tomu, že jsem četl boy love příběhy a byl jsem jako „víš co, já bych chtěl chodit s borcem a být jako v tomhle příběhu“ a lidi byli jako „můžeš chodit s borcem“ a já „ne, to je jiný, to není stejný, když budu jako borka chodit s borcem“. A pak mi tak nějak začalo docházet, že třeba i když jsem si potom nechával stříhat vlasy na krátko a vybíral jsem si haircut a nosil jsem tam nějaký reference pictures a ty pictures, co jsem donesl té kadeřnici, místo toho aby to byla nějaká prostě holka s krátkýma vlasama, tak to byli mužští k-pop idols, no a potom mi to nějak tak jako postupně začalo docházet, protože jsem začal být nějak let's say uncomfortable ohledně svého těla a začal jsem bindovat, ale pořád jsem byl v denialu, jakože „všechno je v pohodě, nejsem trans, nic se neděje“ a potom vlastně už jsem si nějak říkal, že je něco asi trochu divně, necítil jsem se pohodlně tak, jak jsem byl, cítil jsem se divně a nechápal jsem proč. A pak se mi začaly ty věci nějak spojovat, třeba ta první instance s těma boy love příběhama a potom to, že jsem doslova té kadeřnici donesl mužský haircuty a to, že jsem moji mamku pořád nutil, abysme chodili nakupovat do klučičí sekce. Takže jsem poprosil svoje kamarády, aby pro mě začali používat ze začátku gender neutrální jméno a nechal jsem si pořád stejný pronouns a potom jsem postupem času začal měnit ty pronouns a zjistil jsem, že se tak cítím líp, a že se necítím už tak hrozně uncomfortable jako předtím.

A jak bys popsal svoji genderovou identitu?

Já bych se asi popsal jako transgender guy.

Jak se k tobě staví/stavělo okolí?

No, to je dobrá otázka. S tím, že vypadám, nebo asi nejsem úplně nejvíc passing člověk pod sluncem, protože vypadám dost feminine a zajímá mě fashion, tak spoustu třeba outfitů, co bych si vzal, na mně dokážou vypadat hodně feminine, protože jsem feminine guy a moc to mému passing nepomáhá. Takže i když se to snažím vynutit, tak spousta lidí hlavně třeba v práci se ke mně staví, prostě mě oslovují jako borku. A když se budu bavit o prostředí, co mě zná, dejme tomu třeba rodina, tak jsem si taky nějak vynutil, aby mi všichni říkali správně a prostě chovali se ke mně tak, jsem out s rodinou, prostě se všema, s kým můžu být, i v té práci se většinou snažím být out, minimálně třeba na různé papíry a doklady si tam píšu Kai a ne svoje deadname. A s tou rodinou to bylo takový, že mě většina rodiny ze začátku

nepřijala, část rodiny mě odsekla kvůli tomu, že jsem trans, třeba konkrétně babička s dědou z tátovy strany se se mnou už vůbec nebaví kvůli tomu, že jsem trans. Můj táta, já s ním teda nebydlím, ale on jakože předstíral na nějakou chvíli, že to respektuje, ale spíš podle mě to nikdy úplně nerespektoval, protože když mi posílá peníze měsíčně, tak tam mě má nastavenýho ještě s deadname. Jinak moje máma mě celkem podporuje a podporovala, ze začátku to taky bylo těžší si prosadit, ale ta se fakt snažila. Obecně moje rodina, i třeba moje ségra to přijala dost špatně, že jsem se s ní nějakou dobu nebavil a potom, když zjistila, že už jsem trans třeba dva tři roky a že se na tom nic nemění, takže to buď přijme, nebo se přestaneme bavit, tak to nějak překousla. Ale většina prostředí to nevzala moc dobře, kromě mých kamarádů, kteří to vzali celkem fajn, ale jinak moje rodina to většina z nich vzala fakt blbě.

A je někdo, kdo ti dal nějakou podporu, ještě kromě těch kamarádů?

No, jakože fakt asi trošku ta moje mamka, ale jenom v určitým způsobu. Jakože ona to moc nechápe, snaží se to respektovat a když vidí, že se cítím špatně, tak se mě snaží nějak podpořit, ale moc to prostě nechápe a neví, co s tím dělat. A jinak asi hodně když jsem prvně comeoutnul, tak jsem chodil s jedním člověkem a to byl vlastně člověk, co mě v tom podporoval úplně nejvíc, abych si za tím stál, pomohli mi najít tu identitu, byli první člověk, co mi nějak pomáhal začleňovat pronouns a jméno. Takže to je asi tak nějak, co mi přijde na mysl, ale obecně kamarádi a za tu dobu lidí, se kterými jsem chodil, byli nejvíc podpora, protože moje rodina to v podstatě nechápe vůbec.

Jak se ti jako trans* osobě žije v Česku?

No, ne fajn. Já nevím, chápu, že jsou země, kde by to mohlo být horší. Zase na druhou stranu Česko mi přijde tím, jaký se mi zdá, jaký tady lidi mají mindset, hlavně třeba starší generace nebo aji naši rodiče, nebo ještě moje starší ségra, co je mileniál, tak tím, jak vyrůstali, a celkově východ Evropy je takový víc zaostalejší v těchhle věcech a tím pádem většina lidí se mi zdá, že v Česku jsou na to taková hrozná omezení – že to nechcú pochopit nebo se to nesnaží pochopit a třeba i média většinou jak ukazují trans lidi v Česku, tak je to akorát prostě negativní většinu času, jak někdo si rozmyslel operaci, takže trans lidi vlastně by neměli dostávat operace. A obecně i politická scéna, tak většina politických stran se staví spíš proti. A oproti ostatním zemím... jak se v Česku shání péče jako třeba hormony nebo to, že v Česku jsou doslova jenom dvě sexuologie, co jsou dobrý, a zbytek ne, že by byly jakože mid, ale jsou fakt jako špatný. A je to prostě takový, že většina společnosti to nechápe, nesnaží se to pochopit, nejsou vstřícní a ani ti lidi, co ti mají pomoci, jako třeba doktoři, ti s tím prostě nepomůžou a nevyjdou ti vstříc. A ani lidi, co vedou tu zemi, tak k tomu nemají pozitivní přístup, takže jak k tomu potom samozřejmě můžou normální lidi mít pozitivní přístup, když vidí doslova prezidenta mluvit o trans lidech v televizi tak, jak o nich politici mluví. Nebo neřeknu ti ani počet bytů, kde nás odmítli kvůli tomu, že jsem trans. Nebo když jsem si hledal práci. I ta škola, kde jsem byl, s tím měla problém. A je to tak, že spouště lidem nedojde, kolik základních věcí je problém jenom kvůli tomu, že je někdo trans.

Jak jako trans* dospívající vnímáš/vnímáš jsi české školní prostředí?

Já jsem na to z nějakýho důvodu měl štěstí, což vůbec nechápu, protože jsem byl na církevní škole, ale ta škola byla hrozně accepting v těchhle věcech. Dokonce víc než třeba různý umělecký školy, o kterých jsem slyšel, což mi přijde crazy. Došel jsem tam za svojí třídní, která teda moc accepting nebyla, ale potom jsem to tam řešil se školní psycholožkou a obecně moji spolužáci to taky přijali hrozně dobře. Bylo nanic, že jsem potom musel jít zvlášť za každým učitelem a říct jim, že jsem trans a aby mě oslovovali správně a všechno. Takže mně se zdálo, že já jsem v tomhle měl celkem zrovna štěstí, že ta školní psycholožka si fakt vydupala, že všichni z těch učitelů mě budou muset oslovovat správně a jestli ne, tak budou mít problém s ní, takže to bylo fajn. Ale zase na druhou stranu když jsem to říkal svým spolužákům, tak ona řekla něco v tom smyslu jakože „Kdybyste kdokoli měl problém s tím, že tady Kai je trans, tak za mnou můžete přijít a vyřešíme to.“ což jsem úplně nepochopil, proč z toho dělá takhle velký deal. Jako kdo by měl prostě psychické problémy z toho, že jsem trans, ale okay. Já jsem na tohle měl fakt celkem štěstí, ale vím, že na mojí škole byli i jiní trans lidi, co s tím takovýhle štěstí neměli. Že já jsem měl možná i štěstí na třídní, že v tomhle byla accepting [pozn. po doptání se: nebyla podporující, ale nechovala se transfobně]. Víím o jednom trans člověku a ten jeho třídní to udělal tak, že různými oklikama toho člověka nechal vyhodit, protože prostě mladším děckám vadilo, nebo jako říkaly doma, že tam prostě chodí někdo, kdo vypadá maskulinně, ale chodí v sukni. A tím pádem ten třídní učitel, on byl takovej tradičně založenej, a on doslova přes jakýkoliv malý skulinky to udělal tak, aby ten člověk byl z té školy vyraženej. Což není moje osobní zkušenost, ale byl jsem tam s tím člověkem, když to řešili, a pomáhal jsem jim to řešit a prostě to je hrozně o štěstí a rozhodně by to tak nemělo být. Nemělo by to být tak individuální. Nejsou tam nastavený žádná pravidla, že by tě učitelé museli respektovat. Není to normalizovaný, je to hrozně o individuálním přístupu a jestli vychytáš někoho špatnýho, tak to máš hrozně blbě. Je to tak, že rozhodně trans děcka nemají stejný práva ve škole jako cis lidi, prostě tě doslova můžou vyhodit za to, že jsi trans.

Co je pro tebe důležitý, aby ve školním prostředí pro trans* studentstvo nechybělo?

Okay, co pro mě byl problém, jsou záchody. Jakože fakt na mojí škole byly jedny záchody, kam jsem mohl chodit, co byly aspoň trochu neutrální. Ale jinak záchody byly fakt pro mě problém, protože jsem se necítil comfy enough chodit na klučičí, protože mě tam všichni znali před tím, než jsem byl out, a věděli o mně, že jsem trans. A zároveň pro mě nebylo comfy chodit na holčičí, protože nejsem holka. Takže tohle byl fakt struggle. A taky si myslím, že by tam fakt neměla chybět podpora. Nějakej poradce, co ti pomůže, když máš s tímhle problém, přesně jak ta psycholožka, umět si vydupat u těch učitelů [aby trans studenty respektovali], mít nad nima nějakou autoritu v tomto. A aby se ten trans člověk na ně mohl otočit, aby ta škola byla pro něho comfy a mohl tam dělat ty věci, co tam potřebuje dělat, jako se učit, a nemít prostě dysforickej celej den, protože jeden učitel ho jednou nějak nazval.

Je ještě něco, co bys k tomu přidal?

Asi snad ne, já si myslím, že fakt ta podpora je nejdůležitější a ty záchody.

Kde se cítíš bezpečně a přijímaně? Máš nějaké safe space nebo safe place?

Tak určitě to bude okruh mých kamarádů, co patří do nějaké stejné bubliny, takže let's say, že jsou taky LGBTQ+, a prostě vím, že mě akceptují a že když se budu cítit špatně, tak za nima můžu přijít, říct jim třeba „Cítím se dysforicky.“ a oni mi nějak pomůžou se z toho dostat. A určitě taky místa, kde jsem sám a necítím se ohroženě ostatníma lidma, takže třeba konkrétně můj byt, nějaký místa, co jsou jenom pro mě. Pokoj u mojí mamky kdysi býval můj safe space, ona to teďka změnila, ale jo, prostě pro mě safe space nemusí být přímo space, ale spíš buď to, že jsem sám, nebo společnost jiných lidí, co mě akceptují a berou.

Co tě v poslední době těší nebo trápí? A jak jsi na tom psychicky?

Poslední dobou mě trápí celkem to, že mám mentální poruchu, mám BPD. Poslední dobou to bylo těžší s tím fightovat a nějak se s tím vypořádávat. Takže to jsem určitě řešil poslední dobou hodně. A těší mě, že už za nějakou dobu, za pár měsíců, budu konečně asi po třech a půl letech začínat hormonální terapii, takže to je takovej hodně velkej krok dopředu. A jinak nevím no, mám takový celkově životně těžký období s tím BPD, s hodně osobníma věcmi jako je stěhování, všechno možný řešení různých věcí. A je to prostě teďka takový extrémně stresový, ještě prostě mentálně to není fajn, ale aspoň jedna věc, co mě těší.

Je ještě něco, co by podle tebe nemělo v rozhovoru chybět?

Asi reálně to, jestli tohle bude číst někdo, kdo není trans a nechápe trans lidi?

Bude.

Okay, tak bych tam dal něco jako; respektujte ostatní lidi. Jakože to, že je někdo trans nebo chce, abyste jim nějak říkali, vám nijak neubližuje a je to úplně to stejný jako já dokážu respektovat, že má někdo rád zelenou barvu a nebudu jim vymlouvat, že modrá je lepší anebo je nebudu přemlouvat, že vlastně je nanič věřit v Boha a že podle fyzických důkazů Bůh neexistuje. Prostě respektujte ostatní lidi a to, jak chtějí žít, protože nikdy nevíte, v jakým psychickým stavu člověk je a jak jedna třeba věta, i když to nemyslíte zle a jenom nechápete, co říkáte, může někoho ovlivnit. Asi tak nějak.

Děkuju moc za rozhovor!

Rozhovor č. 5: Xaden, 18 let

Jaké jsou tvoje pronouns? A řekl bys mi něco málo o sobě?

V angličtině they/them, ale nevadí mi, když mě někdo osloví jako on, he/him, je mi to docela jedno. Dřív jsem to měl takové, jakože on, nic jinýho, a teď jsem jakože ona klidně, i don't care, co si společnost myslí, to si myslí, je to docela šumafuk. A něco málo o mně – jsem velice vášnivý sportovec, zajímám se o historii, nevím, co víc, to je takové obecné a tak hezky mě to popíše. Miluju knihy.

Popiš svoji trans* zkušenost – kdy a jak sis uvědomil, že jsi trans* a cokoli tě k tomu napadne. A jak bys popsal svůj gender?

Popsal bych svůj gender jako jsem. Prostě jsem bytost. Nemám žádnou vazbu ani... že jsem oboje [muž i žena] a zároveň nic. Prostě jsem, jakože nic specifickýho. Je to pro mě takové, ne fluidní, jakože není to tak, že bych se jeden den cítil jako žena a jeden jako muž, ale prostě není nic, co by to přesně popsalo – nejbliž tomu je ta nebinarita. Ale zároveň je to taky taková nálepka, takže spíš prostě jsem a tady jsou moje pronouns. Nebo nejlepší bylo třeba, když jsem byl na tréninku a převlíkal jsem se, můj trénink skončil, byl další, a já se převlíkám a trenér se ptá, protože tam to bylo slyšet, jestli je někdo v šatnách a slyší mě nějaká tam holčina a říká: „Je tam slečna,“ a trenér odpoví: „Ne, to není slečna, to je Xaden.“ a já že – to je můj gender, moje jméno je můj gender. Solution. A jinak uvědomil jsem si, jak jsem se začal hrabat do autismu a ADHD, tak ono to jde docela ruku v ruce s těmahle věcmi. Protože autista žejo nerozumí sociálním věcem, takže často autisti jsou nebinární, protože prostě to assigned at birth – gender je nějaký jenom sociální konstrukt a jde to ruku v ruce. Takže od dětství třeba, co si pamatuju takhle k nebinaritě, že jsme psali diktát a bylo prostě: pište to klidně jako holka, jako kluk, je to jedno, ale držte to ve stejném rodě. A já jsem se jednu větu cítil jakože: tak to bude v mužském rodě, tohle bude v ženském rodě a dostal jsem za to špatnou známku, protože jsem střídal rody, ale mně to nepřišlo nijak... že jsem v tom jako lítal. Aji jako dítě jsem rád chodil oblečený jako chlapec, jakože prostě feminní chlapec jsem byl od dětství. A uvědomil jsem si přímo nebinaritu, asi to byl trend, na tiktoku a těchhle sociálních sítích jak se začaly objevovat témata víc než jako gay, lesba, bi, pan. To byl dřív ten queer talk. A teďka najednou tam začaly víc věci jako – ještě trans – další „podparaplíčka“ těchhle odvětví a já že: to jsem já. Takže díky koruně a chronicky online jsem zjistil, že: hej, já nemusím být vlastně ženská, ó můj bože.

Mám pocit, že velká většina queer lidí si to [že jsou queer] uvědomila za covidu.

Tak ono jde o to, že jak jseš furt doma, nemáš na sobě takovej vliv té společnosti, která na tebe: jseš dívka, jseš dívka – to zaprvé. A zadruhé máš strašně moc času na myšlenky a ono to jde ruku v ruce žejo. A taky možná aji, pokud chceme zabředávat do psychologie toho, tak nemůžeš nic kontrolovat v té době. Takže jediný, co můžeš kontrolovat, je vlastně svůj gender. Takže potom objevuješ tuhle stránku, že jsi třeba demigirl, ale je to takové už kontroverzní téma, řekl bych i v queer komunitě.

Jak se ti jako trans* osobě žije v ČR?

Já naštěstí si vybírám komunity, kde to je super přijímaný. Dělán historickéj šerm. Tam jsem přišel, už jako si ze mně teda v chatu dělali srandu jako: „Haha, vegan.“, protože oni chtěli jít do české hospody a já byl jako: „Hele, ale já se tam nenajím.“ Ale já jsem prostě řekl: „Ahoj, jsem Xaden.“ a oni mě často oslovovali jako Xadena a já že ne, Xaden. Třeba si povídáme a potom: hele, všímáme si, že se oslovuješ v mužském rodě, jak to máš? a já že takhle a oni že great, good to know. To je celý, jakože prostě takhle, ale nevim. Já si prostě vybírám ty komunity čistě takhle, nebo tím, že to mám takové fluidní a je mi jedno prakticky, jak mě kdo osloví, tak jsem prostě asi vpohodě. Jenom třeba když jsou takové ty dotazníky, třeba když jdeš na stěnu, tak se tam přihlašuješ a musíš tam zadat žena nebo muž. Ne další. Prostě žena nebo muž. A tady tydle spíš úřední věci mi dělají problém, protože tam figuruje i deadname, takže to je takový nepříjemný a zároveň tohle řeším třeba ve škole už od základky prakticky, tak to bylo ókáčko. Jakože já byl jako, hrozně mi to úplně... jsem měl skoro panickou ataku z toho, ale dal jsem to a vlastně od osmé třídy, docela brzo jsem si to uvědomil, tím pádem jsem měl možnost jako: hele, jsem Xaden a oni že OK. Jeden učitel s tím měl problém, ale byl jenom jeden.

Jak jako nebinární dospívající vnímáš české školní prostředí – nějak víc k tomu, jaké jsou podmínky ve škole?

Já mám prostě štěstí v životě a vychytávám tu školu tak dobře, jedna moje učitelka, ona byla hrozná furie, ale jak jsem come-outnul, tak najednou byla milá, hodná a jakože: hele já mám jako kamaráda, kterej je taky trans a jestli chceš, tak ti na něho můžu dát e-mail a můžete si dopisovat a můžeš zjistit věci o tom. Takže naštěstí jsem vychytil mladý učitele, že jenom ten jeden. On byl jako zlatej, kromě toho, že říkal, že trans lidi jsou taková... A na střední jsem na umělecké, takže tam je queer pomalu každěj druhej, takže na klauzurách, kde máme štítky se jmény, tak tam mám napsáno prostě Xaden a příjmení a je to vyřešený. Naštěstí ty školy, který jsem si vybral, protože já jsem nechodil na klasickou školu, já jsem chodil na školu pro nadaný děti, který potřebujou mít PP od PPPčka (Pedagogicko-psychologické poradny), že jsou nadaný, speciální, jsou chytrý a prostě že mají nadprůměrný IQ. Takže jsem to tak jako vychytil, bylo nás málo v tom kolektivu. V tom kolektivu to bylo plus mínus v pohodě. Takže jsem vyhrál asi v tomhle loterii jako jeden z mála asi trans lidí v Česku, bych řekl.

Co je podle tebe důležité, aby ve školním prostředí pro trans* studentstvo nechybělo, a co by tam pro ně mělo být?

No, podle mě opora a nějaký aspoň základní vzdělanost učitelů. Jako chápu, že to chtěou po tom studentovi vysvětlit, ale když to vysvětluje student... prostě když má na každěj předmět, kdy má fakt hodně předmětů, protože v té škole je od osmi do osmi, jinýho učitele a má vysvětlit, co to je, tak už je to takový únavný. Tak by to chtělo dát alespoň kraťoučkový brífink jako: tohle existuje, takhle to je, když vám to student řekne, tak to prostě respektujte, finito. A ne jakože [pořád vysvětlovat]: takhle to je, takhle to je a už z toho potom člověku hrabe. A jinak fakt dát tu možnost tomu studentovi, ať se podepisuje na testech jako jeho vybraný jméno, respektovat to. S tím já jsem neměl problém. Na základce jsem to vyřešil tak, že jsem

měl prostě Xaden („deadname“) „příjmení“(ová). A takhle jsem mohl mít označený sešit a nikdo s tím problémem neměl. Jakože kdyby někdo zapomněl, že to je Xaden, tak se koukne na to deadname a potom mu to docvakne. Prostě já jsem to měl takhle našťestí přijímací, tak říkám, že ty jména, respektovat oslovení a mít aspoň základní [přehled], že tohle existuje.

Kde se cítíš bezpečně a přijímaně? Máš nějaké safe space/safe place?

Doma. Nebo takhle, ono je to doma takový, jakože když odečtu rodiče, tak doma. Protože tam to je takové jako, někdy dobré a někdy jakože, nevím... taťka, když jsem takhle come-outnul poprvé, tak byl úplně OK, to byla celá jeho reakce. Mamka byla jakože: on je naštvanej, ale on byl úplně v pohodě a potom za mnou přišel: „Já jsem si četl na internetu, že jsou takoví lidi a rozhovory s nima a že to mají takhle. Jak to máš ty?“ Prostě úplně sweet. Že ten problém s tím má mamka. Anebo máme doma štěňátko teďka nově, protože my jsme měli pejska, ale on zemřel, ale máme štěňátko, takže to je takový... Anebo docela safe place je i škola, jakože je to takové... trávím tam fakt hodně času. A jinak, míval jsem komunitu larpovou, jenomže potom se stalo takové drama o mně beze mě. Cítil jsem se jako Československo. Ono to bylo hrozně složitý a vlastně jsem se tam cítil nejbezpečněji a začal jsem se otevírat lidem, protože já jsem byl strašně uzavřenej a potom se stalo tohle, nikdo to neřešil se mnou, se mnou řešili „obhaj se“ a já „Před čím? Co se stalo?“ a že „To máš vědět.“ takže už to nemám, tu komunitu, tak je to takový, že tak jako ťápám víc. Ale jinak miluju lezení. Ale tam většinou lezu sám, ale je to takový, že tam nikdo nehledí na nic, tam si prostě každej leze svoje problémy a jenom na co hledí je, když prostě lezeš problém, kterej někdo chce vylézt, tak se koukaj, jak to lezeš ty. Takže asi tak.

Co tě v poslední době těší/trápí? A jak jsi na tom psychicky?

Psychicky jsem na tom velice špatně. (smích) Protože máme problémy s učitelkou, která nám vede projekty, takže je to takové nešťastné, protože jsou s ní boje, ona na nás křičí, že skončíme pod mostem, že nás nikdo nezaměstná, že budeme bezdomovci, tak je to takové pepřné v té škole. A tak to má hodně vliv a připadám si, jakože za chvílku vyhořím. Což je nešťastné jako tak brzo vyhořet, ale tak... Tak si dám kdyžtak volnej rok před vejškou. A jinak, co mě těší... Těší mě štěňátko, i když je to malej potvora, malá piraňa, tekutý stříbro. Už ne, už začíná být teenager, takže teďka zkouší hranice. Koně mě těší. Vztah s koňmi, jakože jít na procházky spolu a tak jako práce s tím. Anebo lezení, i když teďka mám nový lezečky, takže se učím práci s nohama jinak, protože ty starý prostě fungovaly jinak, a teďka už bych řekl, že už jsem to chytl, to gró. Už se dobře leze, takže to mě těší. A látky mám hezký. Byl jsem teďka totiž ve Florencii nedávno a utratil jsem až moc za jednu látku. Ale je to od nějaké hrozně známé značky a málem jsem si koupil Versace látku. Takže takhle to je.

Je ještě něco, co by podle tebe v rozhovoru nemělo chybět? Nebo co chceš třeba vzkázat těm, co to budou číst?

Vzkázat těm, co to budou číst... Teďka jsem slyšel, že je novej projekt Těžká hlava a ten takovýhle témata i zpracovává, jakože „necítíš se ve své kůži?“, já to vidím na reklamách, když jezdím domů, reklamy v autobusech, a že na to upozorňuje na tuhle problematiku. Nebo

i další programy pro LGBT+ komunitu, tak to by bylo dobrý se podívat třeba na jejich stránky a zjistit, co to je. Protože můžu říct z vlastní zkušenosti, že už pokaždý, co se představím, vysvětlovat tady toto je hrozně únavný. Takže zkusit se vzdělat o sociálních problémech a těchhle věcech. A respektovat to, když člověk řekne, že se cítí jako toto, a nerýpat do toho. A nesnažit se mu vysvětlit, že je to jenom proto, že má trauma z mužů. Nevím, jak dává smysl mít trauma z mužů a snažit se víc vypadat jak muž, ale... Já v hodně komunitách jsem otevřeně nebinární, trans, tak jsem měl i debaty s jedním opilý mužem a že „to je jenom fáze, máš trauma z mužů“. Není to z traumatu. To je to hlavní. Tak to nefunguje, jenomže jsou tací, kteří si to tak můžou myslet, takže tak.

Děkuju moc za rozhovor!

Příloha 3: Letáček

TRANS* STUDENTSTVO NA ŠKOLÁCH

Transgender studentstvo je nedílnou součástí školního prostředí, a proto je důležité jeho začlenění do prostředí škol, aby toto prostředí bylo přátelské vůči všem;

„Podle odhadu je v ČR 1,43 % dětí a mládeže identifikujících se jako transgender. To je zhruba celkem 14 173 transgender žáků a žákyň, z toho 7 804 na 1. stupni a 6 589 na 2. stupni. Je nezbytné začít toto téma integrovat v rámci práce s kolektivem ve škole a vyjit vstříc potřebám trans studujících.“

Transparent, 2023

SLOVNÍČEK

TRANSGENDER

...je osoba, jejíž gender se neshoduje s pohlavím jí přiřazeným při jejím narození. Někdy se také používá ve zkrácené formě trans nebo trans*, přičemž hvězdička symbolizuje inkluzivitu, jelikož pod označení transgender spadají i nebinární a genderfluidní osoby.

LGBTQ+

...je zkratka zahrnující škálu sexuálních a romantických orientací a genderových identit osob, které se odlišují od cisgender a heterosexuálních osob. Písmena zahrnují jednotlivé sexuální orientace a genderové identity a právě kvůli zastřešení všech se používá + na konci, aby bylo označení více inkluzivní. Zkratku lze také nahradit označením **queer**.

ZÁJMENA

...používá každý, bez ohledu na svůj gender. V češtině se kromě oslovení ve třetí osobě vyskytují také ve formě mluvnického rodu. Příkladem jsou např. zájmena on/jeho a mužský mluvnický rod.

COMING OUT

...je proces, který podstupují LGBTQ+ osoby za účelem sdílení jejich sexuální orientace či genderové identity s okolím. Výraz „být out“ se používá pro osoby, které coming out podstoupily, „vyoutovaly se“, tedy jsou out.

JAK PODPOŘIT TRANS* SPOLUŽÁKA?

CO DĚLAT, KDYŽ SE MI NĚKDO VYOUTUJE JAKO TRANS*?

Mějte respekt, kamarád/ka se vám svěřuje s osobní informací a je třeba to mít na paměti. Podpořte ji/ho! Pokud si přeje používat jiné oslovení či zájmena, učiňte tak. Může chvíli trvat zvyknout si, je to ale důležitý způsob podpory.



Pokud se chce vyoutovat ve třídě, nabídněte pomoc – třeba u toho buďte s ní/ním a případně ji/ho podpořte. Pokud nechce, je to také v pořádku. Zeptejte se, jak si přeje být oslovován/a před třídou.

” Říkal jsem si, že je něco asi trochu divně, necítil jsem se pohodlně tak, jak jsem byl, cítil jsem se divně a nechápal jsem, proč. A pak se mi začaly ty věci nějak spojovat. Takže jsem poprosil svoje kamarády, aby pro mě začali používat ze začátku gender neutrální jméno (...), a potom jsem postupem času začal měnit pronouns a zjistil jsem, že se tak cítím líp, a že se necítím už tak hrozně uncomfortable jako předtím. “

KAI, trans* student

OSLOVENÍ V HODINÁCH

Pokud si váš trans* spolužák/spolužačka nepřeje vyoutovat se učiteli, nenutte je. Zeptejte se, jak chtějí být v hodinách oslovováni, a respektujte jejich rozhodnutí.

” Nikdy jsem se nějak extra „necítila jako kluk“. “

WENDY, trans* studentka

CO MÁM DĚLAT, JAKO VYUČUJÍCÍ?

BUĎTE RESPEKTUJÍCÍ

Pokud se vám student/ka svěří, že je trans*, je v pořádku se ptát. Mějte vždy na paměti, že vaše dotazy by měly být zdvořilé a pokládané s respektem k identitě studenta/ky – svým svěřením ve vás vkládá důvěru.



Pokud si student/ka přeje, abyste k jejich oslovení používali jiné jméno či zájmena, vyhovte jim. Zvykání si může být těžší, je to ale nesmírně důležité a dáváte jim tak najevo svůj respekt k jejich identitě.

” Respekt pro vybrané jméno a oslovení by měla být samozřejmost. Učitel či školní psycholog by měl být člověk, kterému může trans osoba důvěřovat a obrátit se na něj v případě problému se spolužáky či případem šikany. “

KRYŠTOF, trans* student

EDUKUJTE SE

Doplňte si své znalosti ohledně LGBTQ+ tematiky, hledejte informace z ověřených zdrojů. Vaše znalosti by měly stát na poznacích současné vědy, nikoliv na pár náhodných článcích z internetu.



” Dát možnost tomu studentovi, ať se podepisuje na testech jako jeho vybrané jméno, respektovat to, (...), respektovat oslovení a mít aspoň základní přehled. “

XADEN, trans* student

JAK UDĚLAT ŠKOLU VÍCE INKLUZIVNÍ?

ŠKOLNÍ PSYCHOLOG



Nejen pro trans* studentstvo je důležité, aby ve škole byla dostupná psychologická péče. Zajistěte školní psycholožku/psychologa s LGBTQ+ inkluzivním přístupem, aby se u ní/něj všichni cítili bezpečně.

ŠATNY A TOALETY

To samozřejmě závisí na možnostech školy, nebraňte však studentstvu navštěvovat šatny a toalety korespondující s jejich genderem. Pokud to prostory školy umožňují, je dobré mít v budově genderově neutrální toalety či šatny.

” Taky si myslím, že by tam fakt neměla chybět podpora. Nějaké poradce, co ti pomůže, když máš problém, přesně jak ta psycholožka (...). A aby se ten trans člověk na ně mohl otočit, aby ta škola byla pro něho comfy a mohl tam dělat ty věci, co tam potřebuje dělat, jako se učit, a nemít prostě dysforické celý den, protože jeden učitel ho jednou nějak nazval. “

KAI, trans* student

TĚLOCVIK



Pokud chce student/ka změnit skupinu, se kterou mívá hodiny tělocviku, nebraňte tomu – spojené tělocviky bývají na školách běžnou praxí, nikdo nebude omezen a studentovi/ce tak umožníte navštěvovat hodiny bez zbytečného stresu.



Vzdělávací kurzy pro školy o inkluzi trans* studentstva ve školním prostředí nabízí třeba organizace Transparent – jejich webové stránky můžete navštívit přes QR kód.

KDE SE VZDĚLÁVAT A HLEDAT PODPORU?

V Česku existuje mnoho organizací zaměřujících se na vzdělávání o LGBTQ+ lidech a nabízejících přímou pomoc. Pokud vám něco není jasné nebo potřebujete pomoc, neváhejte navštívit jejich stránky:



...je internetová poradna, na kterou se může obrátit každý. Mezi mentory a mentorkami, jimž se můžete ozvat, najdete lesby, gaye, transgender osoby, psychology i příbuzné LGBTQ+ lidí.



Transparent vzdělávají o trans* lidech, nabízí trans* lidem pomocnou ruku v období tranzice a aktivně se snaží o změny ve společnosti a české legislativě pro podporu trans* lidí.



Queer geography poskytují ověřené informace o LGBTQ+ lidech, genderu, LGBTQ+ psychologii a duševním zdraví queer a trans* lidí. Jejich stránky jsou navíc v českém i anglickém jazyce.

Queer & Trans Youth CZ tvoří bezpečný a podporující prostor pro setkávání se queer a trans* dospívajících, pořádají různé společenské akce a utvářejí aktivní LGBTQ+ komunitu mladých lidí.



Q-PSY

...mají na svých stránkách slovník queer termínů, nabízí kontakty na podpůrné skupiny a edukují o queer a transgender tématech.