



AUTANJE U OBITELJI

SUOČAVANJE S TRANSFOBNIM OBITELJIMA

Transfobija boli. Boli kada dolazi od potpunih stranaca_kinja: prolaznika_ica, radnika_ica kod kojih kupujemo namirnice, teta i stričeka na šalterima, susjeda ili samo živčanih vozača_ica auta koji nam na pješačkom prijelazu nešto dobacuju. Transfobija nekada dolazi od osoba koje nas zaista poznaju, koje nas vole, koje mi volimo i koje su važan dio našeg života gotovo oduvijek. U ovom slučaju, transfobija poprima sasvim drugačiji, povrjeđujući i uistinu bolan oblik. Bliske i voljene osobe trebale bi nas voljeti, podržavati, biti uz nas, a ne nas osuđivati zbog naših identiteta, ma kakvi god oni bili. Iako ćemo se svi_e složiti da je ovo način na koji bi obitelji i bliske osobe trebale postupati, u stvarnosti to često nije tako.

Ne možemo promijeniti način na koji se drugi ljudi osjećaju, reagiraju, misle ili se ponašaju. Barem ne odjednom.

Budući da ne možemo upravljati načinom na koji se drugi ljudi osjećaju ili ponašaju, jedina stvar koja nam preostaje jest da osvijestimo kako se mi sami_e osjećamo, da biramo vlastite reakcije i način na koji se odnosimo prema drugima. Kako bismo uistinu uspjeli_e u tome, potrebno je razumjeti što potkrepljuje transfobiju i naučiti način na koji situaciju možemo učiniti podnošljivijom za nas same.

Transfobija ima svoje korijene, mehanizme, faze, osjećaje koji uz nju dolaze. I da, o njoj trebamo učiti kako bismo razumjeli_e zašto se pojavljuje i koje oblike preuzima!

* Autanje je pojam uvriježen u LGBTIQ zajednici, a nastao je od prvoga dijela engl. fraze coming out of the closet (izlazak iz ormara). Označava proces kojim osoba razotkriva svoj LGBTIQ identitet drugima koji ne dijele nužno njezino iskustvo.

I NAŠE OBITELJI ŽRTVE SU TRANSFOBIJE!

Obitelji najčešće do trenutka autanja djeteta nikada nisu upoznale ni jednu osobu za koju su znale da je trans i nikada nisu imale priliku učiti o transrodnosti. Mogle_i bismo reći da je njihovo znanje o ovoj temi ravno nuli, no nažalost, ni to nije slučaj. Najčešće su znanje i informacije koje imaju o transrodnosti izrazito negativne, neafirmirajuće, često netočne i u pravilu transfobne. Obitelji ne poznaju „pravila“ i ne posjeduju vještine za suočavanje s ovom situacijom. Autanje pokreće nove procese unutar obitelji - potrebno je razviti nove načine na koje se odnosimo unutar obitelji, preispitati vlastite stavove i razmisliti o budućnosti sebe te djece, a sve to u vrlo kratkom vremenu. Autanje u obitelji predstavlja krizu jer u obiteljskom sustavu ne postoje predviđena pravila i „alati“ za suočavanje s takvom situacijom. Javlja se odsustvo jasnih uloga, konstruktivnog jezika za opisivanje situacije u kojoj se obitelj nalazi, a s druge strane postojeći društveni mehanizmi i stavovi djeluju protiv prilagodbe na situaciju.

Istovremeno, roditelji (i drugi članovi obitelji) tek otpočinju proces tugovanja koji se odnosi na proživljavanje gubitka sina/kćeri kakvog su zamišljali u mašti te na gubitak obiteljske budućnosti kakvoj su se nadali.

Također, obitelji proživljavaju intenzivan strah za sigurnost djeteta, a mnoge njihove reakcije dolaze iz zabrinutosti i potrebe da se trans član_ica obitelji zaštiti od diskriminacije, nasilja i odbacivanja.

Autanje može biti šok za roditelje i ono označava početak dugog procesa tugovanja i redefiniranja obitelji!

SAVJETI ZA SVE

Svatko ima bar neke predrasude - neke očite, ali i neke kojih nismo ni svjesni_e. Većina nas ima barem jednog rođaka_inju, prijatelja_icu, kolegu_icu ili neku osobu u svojoj okolini koja ima transfobne, homofobne ili seksističke predrasude. Kada obitelj i tvoja bliska okolina ne dijele tvoje vrijednosti to može biti jako frustrirajuće. Svakodnevno slušanje ljudi koji govore tebi neprihvatljive stvari može biti teško mjesto za u njemu biti iz dana u dan – no, postoji dobra vijest - **ne moraš sjediti i šutjeti!**

Ostani miran_a i strpljiv_a. Podsjeti se, transfobija se obično temelji na nedostatku znanja!

Kada se nađeš u takvoj situaciji ostani miran_a i strpljiv_a, čak i kada se radi o uvrjedljivim izjavama za tebe samog_u. Podsjeti se, transfobija se obično temelji na nedostatku znanja o toj temi, a tvoja obitelji samo ponavlja stereotipe i mišljenja kojima su godinama (pa i čitav život!) bili izloženi_e u svojem okruženju. Oni_e su odrastali u transfobnom društvu i vrlo često nikada (ali nikada!) nisu imali priliku čuti o transrodnosti s netransfobnog stajališta. Ovo osobito vrijedi ako se pritom radi i o iznimno religioznim i/ili konzervativnim obiteljima.

AUTATI SE ILI NE?

Odluka o autanju intimna je odluka svake osobe. Ne postoji „pravi trenutak“ za autanje. Jednostavno - vrijeme za autanje je kada je osoba spremna. Važno je da budemo sigurni_e u svoju odluku i spremni_e na neugodan period koji obično uslijedi nakon autanja. Neke osobe izaberu ne biti aut ili ne mogu biti aut svojim obiteljima. Nažalost, nismo svi_e uvijek u poziciji da možemo preuzeti rizik autanja, primjerice, mnoge osobe financijski su ovisne o svojim obiteljima, a gubitak te financijske podrške može nositi izrazito negativne posljedice za njih. Važno je da prije autanja dobro procijeniš rizike, sagledaš razmjere i posljedice te vidiš možeš li se s danim okolnostima nositi. Ukoliko procjenjuješ da ne možeš, pričekaj! Pokušaj naći podršku u široj okolini i naći sigurnost koja ti nedostaje da se autaš!

Zapamti – pravi trenutak za autanje je onaj kada si spreman_na. Za autanje nikada nije kasno!

Prikrivanje bitnog dijela identiteta može dovesti do teških posljedica. Iako činjenica da je osoba stigmatizirana nakon autanja može biti snažan izvor stresa, s posebnom vrstom problema susreću se osobe koje svoj identitet skrivaju. Skrivanje često utječe na misaone procese osobe (preokupaciju njezinim problemom, sumnjičavost), na emocionalnu reakciju (anksioznost, sram, osjećaj krivnje) te na ponašanje (socijalno izbjegavanje, poteškoće u bliskim odnosima). Osobe koje nisu aut bliskoj okolini sklonije su depresiji, češće imaju niže samopoštovanje. Istovremeno, istraživanja pokazuju da kada su trans osobe prihvaćene u svojoj bliskoj okolini imaju veće samopoštovanje, socijalnu podršku i opće zdravlje, kao i da žive s manjom stopom depresije, uporabe psihoaktivnih tvari, suicidalnih misli te pokušaja samoubojstva.

KAKO REĆI OBITELJI DA SAM TRANS?

Kada je to moguće, biti iskren_a s obitelji odluka je koja može dugoročno imati vrlo pozitivan utjecaj na život osobe i njene odnose s drugima. Za sve koje žele graditi otvoren, blizak i povjerljiv odnos s obitelji, autanje je ključno za ostvarenje takvog odnosa. Ovo je način na koji mi sami_e preuzimamo odgovornost za obiteljske odnose i postupamo prema njima iskreno i otvoreno.

Svaka obitelj je drugačija. Neki_e od prije imaju blizak odnos s roditeljima, neki_e nemaju, neki_e imaju samo s jednim roditeljem, neki_e imaju samo jednog roditelja, a nekima su baka i djed poput roditelja, nekima su obitelj sestrične i bratići, partneri i partnerice. Ti najbolje znaš tko je tvoja obitelj, kao što ti najbolje znaš na koji način s njima razgovarati. Neki_e se odluče prvo reći jednom članu_ici obitelji, a potom drugima, a neki_e se odluče sazvati „obiteljski sastanak“ na kojemu istovremeno kažu svim članovima_icama obitelji. Ova odluka je na tebi i na tvojoj procjeni. Ipak, možemo dati neke savjete koji su uglavnom primjenjivi na sve obitelji.

1. Kratko i jasno

• Kada želiš reći obitelji da si trans, reci to kratko i jasno. Često se izgubimo u pojašnjavanjima, opravdavanjima, opričavanjima od djetinjstva do danas. Takvo što često kod obitelji to rezultira općom zbunjenošću i nestrpljenjem. Imat ćeš obilje vremena za objašnjavanje. Za početak neka tvoje autanje bude direktno, što jasnije i kraće.

2. Objasni što je transrodnost

• Nakon što je obitelj od tebe dobila informaciju da si trans, objasni

im što je transrodnost. Pripremi jednostavan i točan način kojim ćeš objasniti o čemu se radi. Na temu transrodnosti napravljen je niz istraživanja – medicinskih, psiholoških i socioloških. Kada argumentiraš, koristi svoja iskustva, iskustva drugih ljudi, ali ponudi sugovorniku_ici i statistiku te činjenice! Ovo ne znači da trebaš sjesti i naučiti niz postotaka napamet, već da znaš na koju literaturu i/ili internetske stranice uputiti sugovornika_icu kako bi dobio točnu informaciju. Za prijedloge literature baci pogled na internetsku stranicu www.transbalkan.org ili www.transaid.hr, a uvijek se možeš javiti Trans Aidu na e-mail adresu: info@transaid.hr ili transavjetovanje@transaid.hr.

Koristi činjenice kada pričaš o trans pravima.

3. Pričaj o svojim osjećajima

Ok, tvoja obitelj sada zna da si trans i što transrodnost jest. Vrlo je lako ostati u ovoj poziciji učitelja_ice ili upasti u žrvanj međusobnog optuživanja i borbe „tko je u pravu“. Pokušaj ostati sa sobom i govoriti iz sebe. Reci im što je transrodnost za tebe, kako se osjećaš u svom tijelu i identitetu te kako se osjećaš u razgovoru koji upravo vodiš.

4. Oboružaj se strpljenjem

Budi realan_na i svjestan_na da transfobija neće nestati preko noći ili u jednom razgovoru.

Istovremeno, važno je da si svjestan_na da granica strpljivosti ovisi samo o tebi. Biti strpljiv_a ne znači da moraš uvijek biti dostupan_a!

SAVJETI ZA SUOČAVANJE S TRANSFOBONOM OBITELJI

Bez obzira na tvoj trans identitet (transrodni, transpolni, rodno fluidni, *gender queer* i sl.) u obitelji ćeš vjerojatno, barem od jednog člana_ice, naići na transfobiju.

Postoji mogućnost da će se transfobni stavovi promijeniti nakon nekog vremena kada tvoja obitelj dobije potrebne informacije i podršku, ali i kada se navikne na tvoj (za njih novi) identitet. Neki_e članovi_ice obitelji zaista nisu namjerno transfobni_e, već samo ne znaju što da kažu, kako da reagiraju, ne znaju ništa o transrodnosti i iz neznanja te šoka reagiraju nespretno (nekada i potpuno neprihvatljivo).

Zauzmi se za sebe i budi iskren_a!

Ako netko_neka kaže nešto uvrjedljivo, ispravi ga_je pristojno. Neki ljudi zaista nemaju namjeru reći nešto što bi te uvrijedilo. Oni_e ne uviđaju da govore iz stereotipa i predrasuda koji su omalovažavajući za tebe. Npr. neke osobe ne znaju da transrodnost nije isto što i *cross-dressing* ili fetišizam – ukaži im na to! Neke osobe, posebice one koje nas dugo vremena poznaju, imaju poteškoća s „prebacivanjem“ na obraćanje u tvom rodu – ne zamjeraj im, daj im vremena da se prilagode i dogovori se s njima da ćeš ih ispraviti svaki put kada se zabune, a onda to i napravi! Kasnije će se vjerojatno same_i početi ispravljati, a onda i prestati griješiti.

Ako procijeniš da su članovi_ice tvoje obitelji spremne_i na to, potražite psihološku podršku za njih. Situacija u kojoj se nalaze za njih je također teška! Psihološka podrška može olakšati proces prihvaćanja trans člana_ice obitelji!

Potraži psihološku podršku za svoju obitelj!

SHOČAVANJE S ODBACIVANJEM I PONIŽAVANJEM

Ako si trans osoba i tvoja obitelj te ne prihvaća, postoji puno načina da na neprihvaćanju i sukobima radiš. Ono što definitivno ne moraš jest trpjeti uvrede, omalovažavanje ili nasilje te bilo kakav oblik ponašanja koji prelazi tvoje osobne granice.

Prisjeti se da nisi sam_a i da je problem u transfobnom članu_ici obitelji, ne u tebi. Nisi ti kriv_a za to što je tvoja obitelj transfobna!

Ne moraš trpjeti uvrede, omalovažavanje ili nasilje. Nisi ti kriv_a za to što je tvoja obitelj transfobna!

Nažalost, neki ljudi su u transfobnim obiteljima koje se nikada neće promijeniti. Štoviše, neki od tih članova_ica obitelji fizički ili emocionalno zlostavljaju svoje trans članove_ice. Mnogi roditelji čak će se odlučiti i na izbacivanje svoje trans djece iz kuće. Ako ti se ovo dogodilo ili se događa:

Prijavi zlostavljanje nadležnim institucijama!

Policija i Centar za socijalnu skrb nadležne su institucije za nasilje u obitelji. One su tu za tebe, koristi njihove usluge!

Potraži savjetovanje kako bi osigurao_la sebi potrebnu psihološku podršku! Situacija u kojoj se nalaziš nije nimalo laka i sigurno će ti koristiti iskreni razgovor s ljudima koji su u sličnoj situaciji ili podrška stručne osobe.

Uključi i širu rodbinu i prijatelje_ice u problem, možda ti je netko od njih voljan pomoći i podržati te!

PREBRODI TRANSFOBIJU

Živjeti s transfobnim obiteljima može biti jako izazovno. Tvoj dom trebao bi biti utočište od neprijateljstva vanjskog svijeta, a ne mjesto gdje doživljavaš nepravdu, odbacivanje ili nasilje. Potruđi se pronaći način da sam_a sebi pružiš podršku, da je pronađeš u drugima i zapamti da imaš pravo živjeti slobodno i biti iskren_a prema sebi i okolini. Tvoj život je dragocjen i iskoristi ga najbolje kako znaš! Vjerujemo da ćeš u tome i uspjeti, no zapamti da je i neuspjeh dio života iz kojeg učimo i ne budi prestrog_a prema sebi!

Ukoliko smatraš da je tebi ili tebi bliskim osobama potrebna psihološka pomoć, javi se **Trans Aid-u** te kroz program **TRANSavjetovanja** odaberi oblik podrške koji ti najviše odgovara – *online* savjetovanje, individualno savjetovanje ili grupe podrške. Savjetovalište Trans Aida besplatno je i potpuno anonimno!

TRANSavjetovanje
BESPLATNO
ANONIMNO

Kontakt: transavjetovanje@transaid.hr

PITALI_E SMO TRANS OSOBE...

Što vam je bilo najteže kod autanja roditeljima?

„Bol spoznaje da roditeljska ljubav ima granice, da nije bezuvjetna kao što je vole predstavljati.“

- Saša

„Najteže mi se bilo nositi s maminom boli, što se odrazilo i na njeno zdravlje, pa je završila na hitnoj. Također, bio je težak taj stres kod iščekivanja reakcije. Ta neizvjesnost - kako će to prihvatiti, hoće li me izbaciti iz stana, hoće li razumjeti? Sto pitanja na koja pod velikim stresom iščekuješ odgovor od trenutka autanja, do trenutka primanja povratne informacije“

- Ari

„Najteže u autanju mi je bilo započeti razgovor, govor. Imao sam knedlu u grlu. Teško mi je bilo laički izgovoriti što želim (ili bar mislim da želim): “promijeniti spol”.“

- Matija

PITALI_E SMO TRANS OSOBE...

Je li prva reakcija tvojih roditelja bila dobar pokazatelj daljnjeg ponašanja/prihvaćanja?

„Prva reakcija mojih roditelja nije bila pozitivna, no promijenili su se. Potpuno me podržavaju u svemu što radim i prihvaćaju moj identitet, trude se s imenom i zamjenicama. Neizmjereno sam zahvalan što imam roditelje koji se toliko trude oko mene.“

- Alex

„Ne, na početku, mama je reagirala s prihvaćanjem, tata s odbijanjem. Nakon nekog vremena, radi promjena u njihovim osobnim gledištima na životne teme, zamijenili su uloge, gdje je tata reagirao s više prihvaćanja, a mama je odjednom prihvaćala dogme sustava vjerovanja kojima je podlegla.“

- Saša

„Donekle je reakcija mojih roditelja bila pokazatelj daljnjeg ponašanja, mada je mama napravila veliki napredak - na početku joj je bilo jako teško, i dalje je ona mene prihvaćala kao svoje dijete, samo joj je trebalo vremena da se privikne i prihvati situaciju i mene: da mi se počne obraćati drugim zamjenicama, da ne koristi staro ime, itd. Tati je isto trebalo dosta vremena da se privikne na taj dio, ali je odmah u startu rekao da ako ću ja biti sretnija osoba, da ne vidi ništa loše tu.“

- Ari

PITALI_E SMO TRANS OSOBE...

Koji savjet za trans osobe koje se autaju obiteljima imate?

„Da se ponovno autam, promijenio bih način na koji sam reagirao na određene izjave i pitanja svojih roditelja. Bio bih smireniji, imao bih na umu njihovu perspektivu situacije u kojoj su se našli, a koju nisu očekivali. Trans osobama koje se tek namjeravaju autati savjetovao bi da budu strpljive. Pripravite materijale koje biste htjeli pokazati roditeljima da ih educirate o temi i približite svoj identitet. Shvatite da se možda nikad nisu susreli s time i da je i njima teško, ali se trude najbolje što mogu i znaju. Ne zamjerajte im ako pogriješe. Ovo je proces kako i za vas, tako i za njih.“

- Alex

„Univerzalnih savjeta za coming out nemam, budući da je zaista istina da je svaka situacija priča za sebe. Čovjeka treba procijeniti i znati s kakvim pristupom mu krenuti objašnjavati cijeli proces. Kao što kaže Cher: „Neki ljudi to nikad neće prihvatiti i ti tu ne možeš ništa!““

- Aaron

„Moj savjet trans osobama koje se autaju je da detaljno i podrobno objasne terminologiju i fenomenologiju spola, roda, seksualne orijentacije, da svoje roditelje uključe u sam proces stručnim objašnjavanjem samih postupaka koje provode; da ih uključe u neke od odluka (npr. zajednički odabir imena i sl.); da im daju vremena kao što su dali sebi u odlukama o samome procesu i prilagodbama na novonastale promjene; da osvijeste njihovu ulogu u svojim životima neovisno o tome u kojoj mjeri aktivno sudjeluju u njima; da im oprostite njihove propuste i u slučaju izostanka njihove podrške nastoje ne izražavati averziju i mržnju prema njima; da im svjesno dopuste da im pomognu u bilo kojem obliku kako bi se osjećali uključeno i korisno, te na kraju svega da im dopuste i pomognu da se ostvare u svojoj roditeljskoj ulozi.“

- Matija



TRANS AID

UDRUGA ZA PROMICANJE I
ZAŠTITU PRAVA TRANS, INTER
I RODNO VARIJANTNIH OSOBA

Autorica

Matea Popov

Grafički dizajn

Dragiša Mioč

Izdavač

Trans Aid, 2017

ISBN 978-953-59436-4-8

info@transaid.hr

transavjetovanje@transaid.hr

f Trans Aid

t twitter.com/TransAidHR

Tel: 01/551-4207



SO, ARE YOU
COMING OUT?