

# DECÁLOGO POLA IGUALDADE LGBTI

familias



# 1. O PAPEL DAS FAMILIAS

As familias son o primeiro espazo de aprendizaxe das crianzas, o espazo no que comezan a desenvolver a súa identidade e establecer os valores que as guiarán ao longo da súa vida.



Así, o papel das familias é único á hora de construír unha sociedade máis equitativa, xusta e diversa, tanto no caso de ter familiares LGBTI como de non telos.

A potencialidade das familias como axente de cambio social á hora de combater a LGBTIfobia merece recoñecemento, xa que as crianzas de familias que promoven a diversidade e a igualdade non só serán menos propensas a desenvolver condutas LGBTIfóbicas contra as demais, senón que poderán apoiar ás súas amigas LGBTI e xerar espazos seguros nos que non teña cabida ningún tipo de discriminación.



Así, as familias inclusivas deben ser as protagonistas do cambio social que queremos conquistar.



## 2. ESTEREOTIPOS E ROLES

Aínda que a sociedade ten avanzado moito neste aspecto, seguen a perdurar ideas sobre como deben ser e comportarse as persoas dependendo do seu xénero, e estas expectativas teñen un forte impacto sobre as crianzas ao longo de toda a súa vida.



Cando lle dicimos ao noso fillo que non xogue con bonecas porque iso é de nenas ou cando vixiamos que a nosa filla non se ensucie ou faga cousas arriscadas máis do que fariamos se fose un neno, estamos a modelar non só o seu propio desenvolvemento, limitándoo dentro das estreitas marxes do aceptable, senón tamén animando a que se observan este tipo de comportamentos "fóra do normal" noutras crianzas poidan sinalalas ou incluso excluílas ou acosalas.

É común caer nestes comentarios desde o cariño e a preocupación, pensando "se o meu fillo fai isto diante doutra xente vanse rir del" ou "se a miña filla non corrixe estes comportamentos vai ter unha vida máis difícil".



Porén, é importante apoiar ás nosas crianzas, apoderalas na toma de decisións libres de estereotipos e acompañalas ao longo do seu desenvolvemento, xa que por moi dura que poida ser a sociedade, para que as crianzas sexan felices consigo mesmas é necesario o apoio incondicional por parte da súa familia.



### 3. A LINGUAXE IMPORTA

É moi común, de maneira inconsciente ou con toda a boa intención, reproducir discursos que teñen efectos prexudiciais sobre as nosas crianzas. Debemos decatarnos de se estamos usando palabras ou expresións que reforzan estereotipos negativos ou roles de xénero. Termos como "mariconada" que seguen aínda moi presentes na fala coloquial, reforzan a idea de que a covardía é unha actitude propia de mulleres e de "homes que actúan como mulleres".

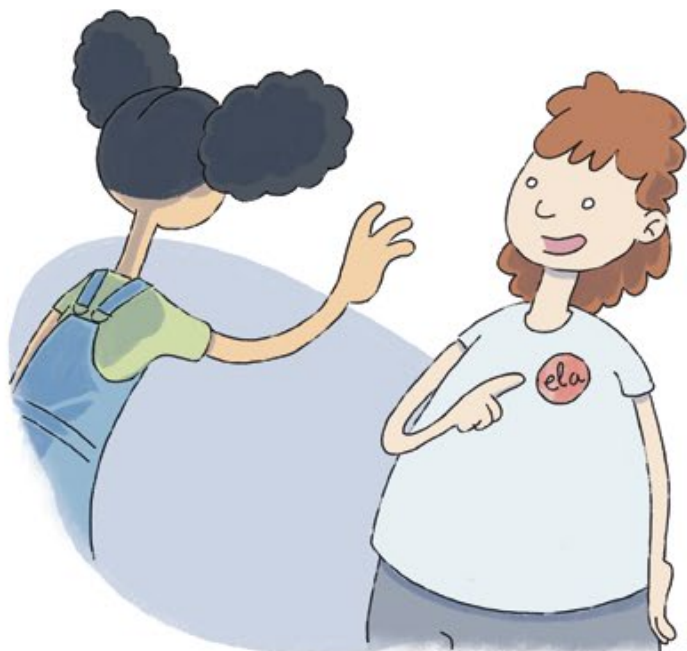


Neste senso, é especialmente importante ter a mente aberta aos cambios na linguaxe, xa que expresións que a día de hoxe temos completamente normalizadas, poden ser cuestionadas nos próximos anos a medida que os grupos discriminados por elas van avanzando socialmente e fan oír a súa voz.

Ademais de coidar as palabras e expresións que usamos, tamén é fundamental respectar a linguaxe que empregan as persoas para falar de si mesmas. Se a nosa filla ou un compañeiro da escola deciden probar a usar outro nome, é importante deixarlles explorar, xa que forma parte do seu desenvolvemento. Moitas tivemos alcumes na escola, algunhas deixamos de usalos cos anos e outras chegamos á vellez sendo máis coñecidas polo alcume que polo noso nome legal.



Ocorre o mesmo co xénero gramatical, é posible que persoas que coñecemos, crianzas ou adultas, exploren outros xéneros gramaticais distintos ao que usaban cando as coñecemos. Debemos ser respectuosas e usar o xénero gramatical que nos indiquen. Chamarlles por outro nome ou xénero gramatical ao que usaron desde que naceron nunca lles vai facer ningún dano. Negarnos a facelo, pola contra, pode ter un impacto moi negativo sobre a súa saúde mental e danar gravemente a relación e confianza que tiña connosco.



## 4. REPENSANDO AS RELACIÓNS

Outro costume que convén revisar é o de predispoñer ás crianzas desde a infancia máis temperá cara un tipo moi concreto de relacións interpersoais mediadas polo xénero.



Antes de que poidan camiñar ou falar xa escoitan comentarios como "que bonita é, vai ter moitos pretendentes" ou "mira que sorriso, vai volver ás mozas tolas". No momento no que un neno ou unha nena fan unha amizade do outro xénero, débense evitar as preguntas do tipo de "gústache?" ou "sodes mozos?".

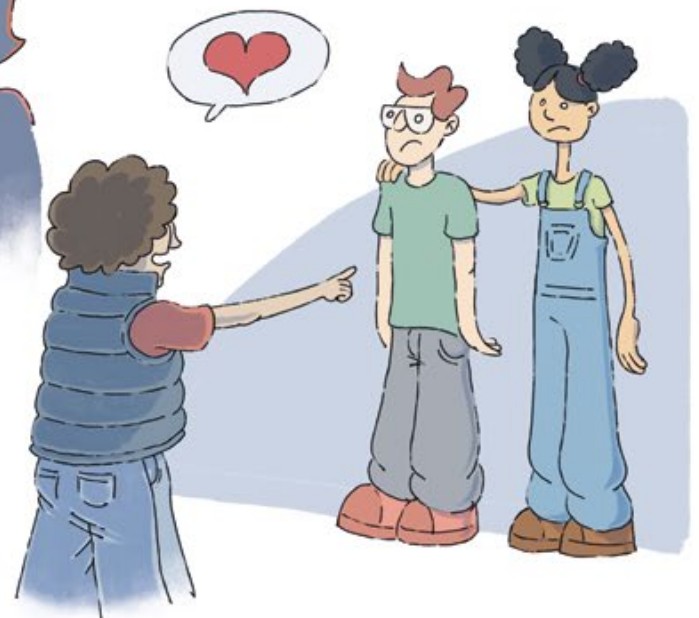
Podemos pensar que estes comportamentos son completamente inocuos, mais teñen efectos moi importantes no desenvolvemento ao longo da infancia e da adolescencia, xa que se pode impoñer a idea de que todas as persoas deben ser heterosexuais, ou do contrario suporá unha decepción para a familia.



Esta presuposición de heterosexualidade fai que as persoas do colectivo vivan coa presión e ansiedade de non responder ás expectativas que outras persoas crearon sobre elas.



Por outra banda, tamén se promove a idea de que homes e mulleres só poden relacionarse entre si como posibles parellas, deixando as relacións de amizade como exclusivas para o propio xénero.





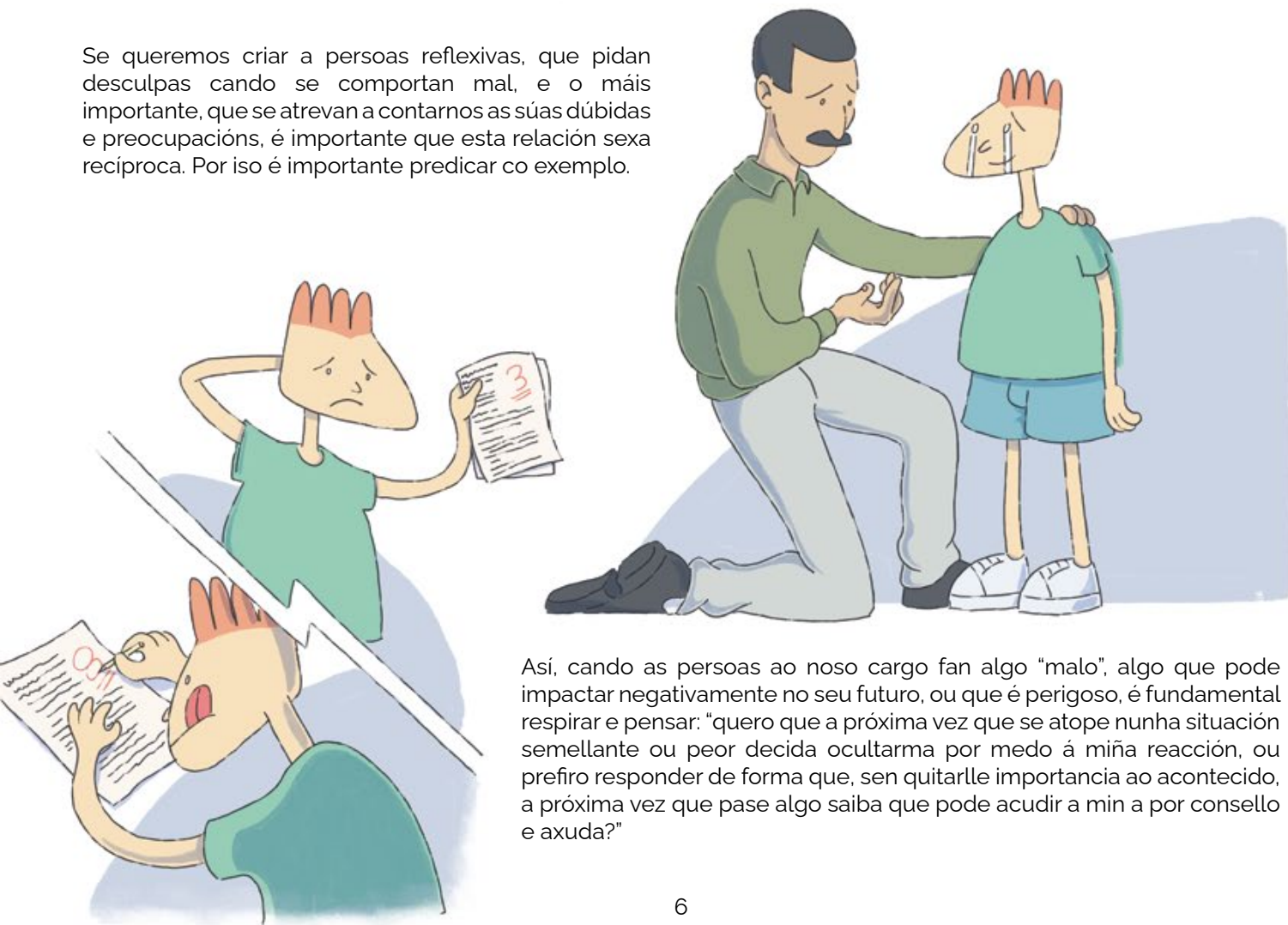
## 5. AFRONTAMOS OS CONFLITOS

Os conflitos son unha parte natural das relacións humanas, polo que tamén teñen lugar dentro das familias. Tentar evitar o conflito pode ser tan negativo como estar sempre buscando motivos para discutir. Para construír relacións familiares fortes e sas o importante é aprender colectivamente a xestionar estes conflitos.



Unha barreira que atopan moitas nais e pais é a dificultade de admitir o erro ou a dúbida. Entendemos que para que a crianza non se nos vaia das mans, precisamos estar nunha posición de autoridade que ás veces buscamos construír desde unha imaxe de seguridade e sabedoría que non sempre podemos manter. É normal que se cometan erros e se teñan dúbidas.

Se queremos criar a persoas reflexivas, que pidan desculpas cando se comportan mal, e o máis importante, que se atrevan a contarnos as súas dúbidas e preocupacións, é importante que esta relación sexa recíproca. Por iso é importante predicar co exemplo.



Así, cando as persoas ao noso cargo fan algo "malo", algo que pode impactar negativamente no seu futuro, ou que é perigoso, é fundamental respirar e pensar: "quero que a próxima vez que se atope nunha situación semellante ou peor decida ocultar por medo á miña reacción, ou prefiro responder de forma que, sen quitarlle importancia ao acontecido, a próxima vez que pase algo saiba que pode acudir a min a por consello e axuda?"

## 6. FÁLASE DE SEXO

É común ter dúbidas sobre a que idade é mellor comezar a falar de sexo e sexualidade coas crianzas, de que deberíamos falar e que información precisamos buscar ou consultar. Unha boa práctica é non pospoñer estas conversas ata o momento no que nos vemos na obrigaón de telas, posto que pode ser demasiado tarde.



Para que se fala de sexo e sexualidade con crianzas e adolescentes? Para preparalas para as distintas experiencias que van vivir ao longo do seu desenvolvemento e para protexelas. Con esta idea podemos ter unha noción que nos guíe.



Outras cuestións sobre as que convén falar con adolescentes son as relacións sexuais, o consentimento, métodos anticonceptivos e prácticas de redución de risco de transmisión de ITS. Se non lles falamos nós destes temas aprenderán a través de internet, e a información que atopen pode ser parcial, incorrecta e moi probablemente machista e cisheterosexista.



Achegándonos á pre-adolescencia chega o momento de falar de que cambios van atravesar os seus corpos nos próximos anos. No caso da regra, ter esta conversa antes da idade da primeira menstruación é especialmente recomendable, posto que sen a información adecuada pode supoñer unha experiencia traumática. Falar do tema coas crianzas, independentemente dos seus xenitais, tamén axuda a prever comportamentos e prexuízos sobre unha función biolóxica natural, para que non se converta nalgo vergoñento ou sucio que se debe levar en segredo.





## 7. TODO O MUNDO TEN DÚBIDAS

Cando nos enfrentamos á inmensa tarefa de educar ás crianzas e pensar en todo o que temos que saber, facer ou coñecer, temos medo de cometer erros. É natural sentirse así, e demostra que nos preocupamos por facer as cousas da mellor forma posible, creando un ambiente familiar de confianza e aprendizaxe compartida.



Aceptar a realidade e entender que ninguén ten todos os coñecementos e as respostas, permitiranos aceptar as equivocacións que cometamos. O importante é non bloquearnos e ter a mente aberta, recoñecer cada vez que erramos e asumir os erros como leccións valiosas das que aprender para tentar facelo cada vez mellor.



Tamén axuda saber que hai moitas nais e pais na nosa situación. Na actualidade contamos con máis recursos e información que antes. Podemos apoiarnos nunha comunidade que está aí para axudarnos, en xeracións previas para transmitirnos a súa experiencia, ou en xeracións posteriores para ensinarnos todo o que non aprendemos coa súa idade. Todo o que precisamos é humildade, valentía e optimismo.



## 8. COMO PODO AXUDAR?

Esta é unha das preguntas que toda nai e pai se fai ao longo da crianza, e a resposta non é universal, pero presentamos unha serie de ideas ao longo deste decálogo que poden servir de guía.



Axudamos reflexionando sobre a nosa linguaxe e as ideas que lle transmitimos á infancia por repetición do que aprendemos na nosa época.



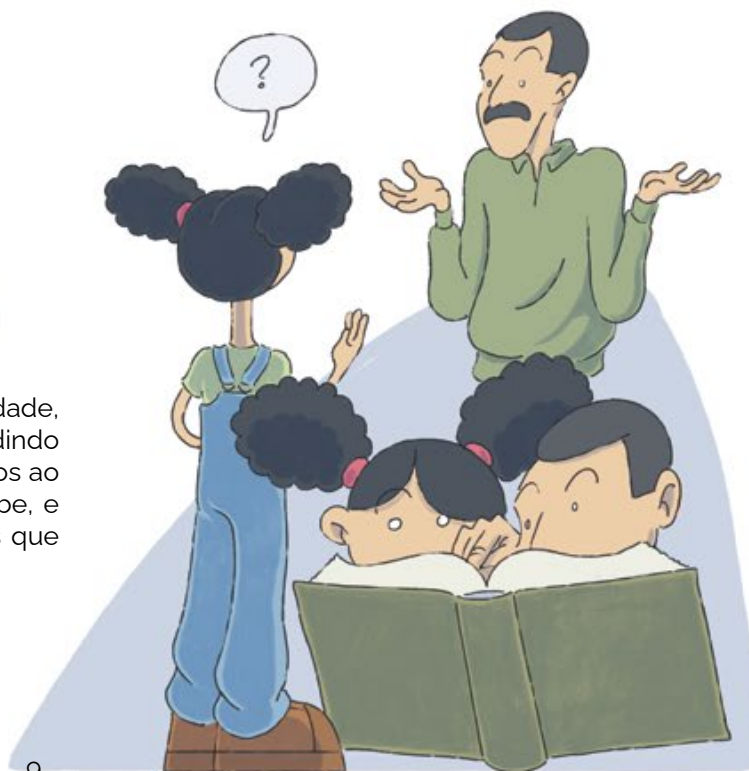
Axudamos enfrontando os conflitos con honestidade, cariño e paciencia, admitindo os nosos erros e pedindo desculpas por eles de maneira responsable. Axudamos ao amosar que non o sabemos todo, que ninguén o sabe, e tentando aprender en comunidade cos recursos dos que dispoñemos.



Axudamos ás nosas crianzas creando un ambiente libre de prexuízos e estereotipos que limiten o desenvolvemento da súa identidade.



Axudamos animando ás nosas crianzas a apoiar ás persoas da súa contorna diferentes da norma social, transmitindo a mensaxe de que se nalgún momento se afastan do que a sociedade espera que sexan, tamén van poder contar co noso apoio.



## 9. TEÑO RECURSOS

Do mesmo xeito que nos pode angustiar a crianza dunha persoa no século XXI, con todos os perigos e dificultades que podemos atopar, tamén debemos ter presente que temos dispoñibles máis recursos que ningunha xeración anterior. Este decálogo que tes entre as mans é só un exemplo.



As institucións están do noso lado á hora de crear un fogar seguro e inclusivo, así que podes consultar os distintos recursos tanto a nivel de información como de axudas e medios. Por outra banda, Galicia conta cun tecido social moi rico e vivo que pode resolver moitas das dúbidas coas que te atopas. Consulta que organizacións LGBTI están activas na túa zona e valora acudir ás actividades que organizan.



Tamén existen numerosos recursos dispoñibles en liña, desde glosarios de termos a guías sobre sexualidade e servizos de asesoramento



## 10. ATOPAMOS REFERENTES

Outra das vantaxes coas que contamos na actualidade en comparación con xeracións previas é o acceso a referentes positivos.



É recente a emerxencia de figuras nos medios de comunicación de masas, nos filmes e series de televisión, e incluso nos debuxos animados, que presentan ás persoas LGBTI como parte da diversidade humana, con naturalidade e coa posibilidade de ter unha vida feliz e satisfactoria. Ser unha persoalésbica, trans ou non binaria non é algo que se contaxie por contacto con persoas do colectivo, algo que se aprenda da televisión, ou ningún tipo de moda.

Mentres que pertencer ao colectivo LGBTI no século pasado implicaba unha forte sensación de illamento, confusión, medo e vergoña por non coñecer a ninguén, nin na contorna da familia nin nos medios, que tivese vivencias semellantes ás propias, nas décadas máis recentes emerxeron referentes negativos que amosaban ás persoas non cisheterosexuais como suxeitos de escarnio e mofa.



Coñecer este tipo de referentes desde a infancia axuda a normalizar a diversidade afectivo-sexual e combate os sentimentos de rexeitamento cara as persoas diferentes. Así, é moi positivo contar con estes referentes independentemente de se ao final as nosas crianzas resultan ser cisheterosexuais ou LGBTI.



Tamén resulta moi positivo se as nosas fillas, fillos e filles coñecen e teñen trato habitual con todo tipo de persoas diversas no seu día a día, posto que os referentes próximos teñen un impacto moito máis forte que os que existen nos medios.



E incluso máis positivo se as nosas fillas, fillos e filles coñecen e teñen trato habitual con todo tipo de persoas diversas no seu día a día, posto que os referentes próximos teñen un impacto moito máis forte que os que existen nos medios.