

# LGBTQ+

## ir psichikos sveikata

# 2023

Spalio 20 d.  
Panorama Hotel, Vilnius



# Santraukos

## Ar esame pasiruošę dirbti su LGBTQ klientais?

9:15 – 10:00

Pranešimas

Pranešimą skaito:

Jokūbas Gužas

*Klinikinis psichologas, psichodinaminės psichoterapijos studijų kursantas,  
Vilniaus universiteto Psichologijos instituto doktorantas ir dėstytojas.*

Pranešimo santrauka:

Pranešimu klausiama – ar mes, psichologai, psichoterapeutai ir kiti specialistai, esame pasirengę dirbti su LGBTQ klientais. Bus keliamos prielaidos apie mūsų pačių vidinius iššūkius, kylančius darbe su LGBTQ bendruomene, ir mėginama tai iliustruoti pavyzdžiais. Jokūbas Gužas pristatys Lietuvoje atlikto psichologų tyrimo apie pasiruošimą dirbti su LGBT klientais apibendrintus rezultatus ir pasidalins idėjomis ir įrankiais, kuo galime pasinaudoti konsultuojant LGBTQ žmones.

## Lyčių tvarkos paunksmėje:

10:00 – 10:45

## emocinės/psichologinės pagalbos iššūkiai ir perspektyvos

Pranešimas

Pranešimą skaito:

Dr. Margarita Jankauskaitė

*Lygių galimybių plėtros centro ekspertė. Turi didesnę nei 20 metų darbo patirtį lygių galimybių, diskriminacijos prevencijos, lyčių aspekto integravimo ir švietimo šiais klausimais srityje. Dalyvauja įgyvendinant EK ir nacionalinius projektus, susijusius su smurto lyties pagrindu prevencija, nediskriminavimo principų įtvirtinimu: vykdo mokymus, pasisako viešose erdvėse, konsultuoja formuojant viešinio kampanijų turinį. Studijuoja geštalto terapiją. 2019 metais už žmogaus teisių, demokratinį vertų, socialinės atskirties ir smurto prieš moteris artimoje aplinkoje mažinimo puoselėjimą buvo apdovanota Lietuvos Didžiojo kunigaikščio Gedimino ordino medaliu.*

Pranešimo santrauka:

Emocinė pagalba mūsų kultūroje laikoma individuali(zuot)u veiksmu. Tačiau negyvename izoliuotai – aplinkai, kurioje skleidžiasi mūsų kasdienybė, tenka svarbus formuojantis, palaikantis arba traumuojantis vaidmuo. Lyčių tvarka šalia socialinės skirties ir rasinės segregacijos yra vienas pamatinių šiuolaikinę kapitalistinę visuomenę formuojančių veiksnių. Jos poveikio nėra galimybės išvengti. Tiesa, dominuojančių normų natūralizavimas trukdo šią įtaką pastebėti, bet gi dėl to ji netampa menkesnė... netgi atsidūrus ant psichoterapeuto "kušetės". Aplinka veikia mus, mes ją. Kokias emocinio palaikymo perspektyvas atveria šis suvokimas?

## Lytis psichologo kabinete:

11:15 – 12:30

## kaip lyčių normos veikia psichikos sveikatą?

Diskusija

Diskusiją moderuoja:

Jūratė Juškaitė

*Lietuvos žmogaus teisių centro direktorė. Lietuvos žmogaus teisių centras yra viena seniausių žmogaus teisių organizacijų Lietuvoje, įkurtas 1994 m. Centro direktorė Jūratė Juškaitė yra lyčių studijų magistrė (Vidurio Europos universitetas), jos magistro darbas tyrinėjo translyčių bendruomenės formavimąsi Lietuvoje.*

## Diskusijoje dalyvauja:

Akvilė Giniota

*Lytiškumo ugdytoja, Ne Kopūstų Vaikai autorė, VU ugdymo mokslų doktorantė.*

Antanas Grižas

*Klinikinis psichologas, ASIST lektorius, krizių ir savižudybių prevencijos specialistas, EMDR praktikas. Projekto "Gentys" bendraįkūrėjas ir vadovas.*

Donatas Paulauskas

*Lyčių lygybės, įvairovės ir įtraukties ekspertas, lyčių studijų dėstytojas, knygų apie feminizmą ir vyriškumą autorius. Šiuo metu dirba „Ignitis“ grupėje žmonių gerovės, įvairovės ir įtraukties vadovu.*

„Trans autonomija“ atstovas/ė

*„Trans Autonomija“ yra pirmoji ir vienintelė trans žmonių teisių ir savitarpio pagalbos asociacija Lietuvoje. „Trans Autonomija“ siekia burti translyčių žmonių ir sąjungininkų bendruomenę, kuri leistų palaikyti vieniems/oms kitus/as ir būti geriau išgirstiems/oms klausimais, susijusiais su trans žmonių teisėmis. „Trans Autonomijos“ pagrindiniai principai yra: asmens apsisprendimo teisė/savęs apibrėžtis, kūno autonomija, orumas, solidarumas, depatologizacija.*

## Klausimai diskusijai:

Lyčių vaidmenys ir normos veikia mūsų gyvenimus, pasirinkimus, santykius. Dažniausiai apie tai net nesusimąstome. Problemų kyla tuomet, kai asmens saviraiška, poreikiai ar interesai dėl vieno ar kitų priežasčių neatitinka to, kas konkrečioje visuomenėje priskiriama vienai ar kitai lyčiai. Diskusijoje kalbėsime apie tai, kas yra lytis ir kiek jų yra, kuo pagrįsti lyčių skirtumai/panašumai, vyriškumo ar moteriškumo supratimas. Aptarsime, kokie lyčių vaidmenys dominuoja šiuolaikinėje Lietuvoje bei kaip jie veikia mūsų pasirinkimus ir santykius. Klausime, kaip lyčių nelygybė, seksizmas ir diskriminacija prasireiškia visuomenėje ir šeimoje, bei kaip mes kaip psichologai/ės galime, pasitelkdami lyties perspektyvą, padėti klientui suvokti problemų kilmę bei kartu ieškoti sprendimų į gyvenimo iššūkius. Ar psichologo kabinetas gali būti ta erdvė, kurioje reflektuojami lyčių nelygybės, lyčių normų ir stereotipų klausimai, seksizmo ir galios disbalanso apraiškos?

## Gyvenimas po dviguba vaivorykšte:

13:30 – 15:00

### LGBTQ ir neuroįvairovė

#### Užsiėmimas

##### Užsiėmimą veda:

„Draugiški autizmui“ komanda:

Jurgita Žalgiryte-Skurdenienė

*Psichologė*

Indraja Veličkienė

*Psichiatrė*

Barbora Suisse

*Suaugusiųjų autizmo bendruomenės „Mes spektre“ įkūrėja*

##### Užsiėmimo santrauka:

Tik trisdešimt procentų autistiškų žmonių save identifikuoja heteroseksualiais. Neuroskirtingų žmonių ir LGBTQIA+ bendruomenių ženklus persidengimas jau įrodytas mokslškai ir vis labiau tyrinėjamas. Ką reiškia būti dviguboje mažumoje? Kuo panašus "coming out" apie šiuos savo ypatumus? Ar ir kaip neuroskirtingumas įtakoja žmogaus lyties tapatybę? Kuo ypatingas darbas su tokiais klientais? Kviečiame išgirsti neuroskirtingų LGBTQIA+ žmonių Lietuvoje istorijas, praktines įžvalgas apie darbą su šia bendruomene kartu su „Draugiški autizmui“ komanda.

## Translytiškumas ir šeima. Asmeninės patirtys

13:30 – 15:00

### Diskusija

##### Diskusiją veda:

Grytė Ruzgė

*Klinikinė psichologė*

##### Diskusijos santrauka:

Susitikime dalyvaus translytis asmuo ir translytį vaiką auginanti mama. Kalbėsime apie tai, su kokiais iššūkiais susiduria šeimos, auginančios translyčius vaikus ir ką reiškia patiems translyčiams žmonėms augti šeimoje, kurti šeimą Lietuvoje, auginti vaikus. Taip pat aptarsime, kokia pagalba yra prieinama Lietuvoje ir ko translyčiai asmenys ir jų šeimos nariai norėtų iš specialistų.

## Užsiėmimas

### Užsiėmimą veda:

Roberta Pečiūraitė

*Klinikinė psichoseksologė, porų ir šeimų psichoterapijos kandidatė, psichologo–seksologo išsilavinimą įgijau La Sapienza universitete Romoje. Savo darbe dažniausiai konsultuoju žmones, kurie susiduria su iššūkiais tarpusavio santykių ar seksualumo srityse. Man svarbi LGBTQ+ bendruomenė, kartu su klientais tyrinėjame jautrius atsiskleidimo, savęs priėmimo, lyties tapatumo klausimus. Žmogaus seksualumą matau, kaip daugiasluoksnį, visaapimantį, gyvenimo eigoje kintantį procesą, kuris yra nepaprastai individualus.*

### Užsiėmimo santrauka:

Q raidė LGBTQ+ akronime simbolizuoja dvi svarbias sąvokas – queer ir questioning. Užsiėmimo metu kalbėsime apie vieną iš jų – questioning – lytinės tapatybės ir/ar orientacijos kvestionavimą – ir kaip šio proceso metu palaikyti tyrinėjantį klientą. Bandysime atsakyti į klausimą – ar tikrai kvestionavimas yra sumišimo ir pasimetimo etapas, ir ar gali būti kitaip? Atpažinsime vyraujančius stereotipinius naratyvus apie tai, kokia turi būti lytinės tapatybės/orientacijos raida. Peržvelgsime pagrindinius lytinės tapatybės ir lytinės orientacijos formavimosi modelius. Susipažinsime su platesniu LGBTQ+ tapatybių spektru ir kaip jis gali tapti vertingu įrankiu tyrinėjimo etape.

## „LGBTQ+ klientas konsultacijų kabinete“ – psichologams ir psichoterapeutams skirta intervizija, atvejo aptarimas

13:30 – 15:00

Užsiėmimas (dalyvių skaičius: 10–12 žmonių)

### Užsiėmimą veda:

Dr. Akvilė Daniūnaitė

*Psichologė, KET supervisorė*

Dr. Jolanta Latakienė

*Klinikinė psichologė, siekianti psichoterapeuto kvalifikacijos egzistencinės terapijos studijose.*

Intervizijoje kviesime dalyvauti 10–12 žmonių. Kviečiame jungtis praktikuojančius psichologus, psichoterapeutus ir kitus konsultacinį darbą dirbančius specialistus. Aptarsime Jūsų atsineštą konsultavimo atvejį, susijusį su LGBTQIA+ tema. Kviečiame registruojantis į šį užsiėmimą apsvarstyti, ar norėtumėte aptarti savo atvejį. Numatomas užsiėmimo formatas – apie 30 min. atvejo pristatymui, apie 15 min. grupės dalyvių klausimams, likęs laikas grįžtamajam ryšiui ir apibendrinimui. Matome augantį poreikį aptarti iššūkius ir dalintis patirtimi darbe su LGBTQIA+ klientais konsultavimo kontekste.

## Būti trans paaugliu – apsaugos ir rizikos veiksniai – patyriminis užsiėmimas

15:30 – 17:00

## Užsiėmimas

### Užsiėmimą veda:

Miglė Motiejūnė

*Psichologė, viena iš iniciatyvos „Sąmoninga šeima“ įkūrėjų, Vilniaus kolegijos dėstytoja, LPS LGBTQIA+ psichologijos grupės narė.*

### Užsiėmimo santrauka:

Remiantis 2019 metais Europos Sąjungos pagrindinių teisių agentūros atliktu tyrimu 27-iose Europos sąjungos šalyse, Lietuvoje homoseksualūs, biseksualūs, translyčiai, interlyčiai paaugliai dažniau nei kitose Europos sąjungos šalyse jaučia baimę būti užpulti, ar įžeisti viešoje erdvėje bei rečiau yra atviri apie būvimą homoseksualiu, biseksualiu, translyčiu, interlyčiu. Kitų tyrimų apžvalgos rodo, jog LGBT jaunuoliai linkę labiau į savizudybę nei heteroseksualūs jų bendraamžiai. Tad būti LGBTQ+ paaugliu Lietuvoje reiškia susidurti su papildomais rizikos veiksniais, kurie ne visada pastebimi jaunuolio tėvų, mokyklos darbuotojų ar psichikos sveikatos specialistų. Patyriminio užsiėmimo metu dalyviai kviečiami įsijausti ir išgyventi translyčio paauglio patirtį Lietuvoje.

## Mūsų santykis su LGBTQ+ klientais: nuo fantazijų iki realybės

15:30 – 17:00

Užsiėmimas (dalyvių skaičius: iki 10 žmonių)

Užsiėmimą veda:

Dr. Ieva Bieliauskienė

*Klinikinė psichologė, jungiškiosios krypties psichoterapeutė ir psichoanalitikė. 2014 m. Vilniaus universitete apgynė daktaro disertaciją, kurioje tyrinėjo lyties veiksnius psichoterapijoje. Turi didelę psichoterapinio darbo su LGBT bendruomenės klientais patirtį, apie tai veda seminarus kolegoms psichologams ir psichoterapeutams.*

Užsiėmimo santrauka:

Mūsų santykį su kitais žmonėmis kuria daugybė elementų – tiek sąmoningų, tiek neįsąmonintų. Šiame užsiėmime tyrinėsime savo fantazijas, projekcijas, nuostatas į LGBTQ+ klientus ir bandysime suvokti jų kilmę. Taip pat prisiminsime realias susitikimų su šia klientų grupe patirtis, kurios dėl vienu ar kitu priežasčių įsiminė, galbūt kelia klausimų, ir norisi jomis pasidalinti su kolegomis.

## Kai susitinka religija ir LGBTQ

15:30 – 17:00

Diskusija

Diskusiją moderuoja:

Gabrielė Gailiūtė-Bernotienė

Diskusijoje dalyvauja:

Kristina Žardeckaitė-Matulaitienė

Milda Ališauskienė

Andrius Navickas

LGBTQ katalikų grupės atstovė/as

Diskusijos santrauka:

Religija daro įtaką visuomenei, teisei ir kultūrai plačiaja prasme. Tiek dominuojanti bažnyčia, tiek politinis religijos supratimas daro poveikį ir asmens psichikos sveikatai, požiūriui į save bei santykiui su kitais. Diskusijoje sieksime suprasti, ar LGBTQ+ asmenims/bendruomenei Lietuvoje yra svarbus tikėjimas/religija; kokį poveikį katalikų bažnyčia Lietuvoje turi LGBTQ+ bendruomenei; su kokiais išūkiiais susiduria tikintis LGBTQ+ asmuo Lietuvoje ir kokiose religinėse bendruomenėse ieško supratimo ir priėmimo; kaip mes kaip psichologai/ės galime padėti LGBTQ+ asmenims suderinti savyje šiuos skirtingus tapatybės aspektus. Užsiėmimo metu dalyviai kviečiami įsijausti ir išgyventi translyčio paauglio patirtį Lietuvoje.