

Słownik terminów związanych z płcią

Autorzy haseł (Studenckie Koło Seksuologiczne UKW):

Zuzanna Barszczewska, Oliwia Biernacka, Julia Bujnarowska, Sebastian Jastrowski, Emilia Kaczmarczyk, Zofia Latos, Karolina Lubiszewska, Paula Łabaj, Julia Nikołajska, Maciej Pawłowski, Izabela Piekarcz, Katarzyna Popławska, Aleksandra Rymarz, Urszula Ruprik, Helena Siwiak, Seweryn Szczepek, Zuzanna Szmańda, Maria Śliwińska, Fabian Tryba, Daria Wilińska

Nadzór merytoryczny: Magdalena Grabowska, Wydział Psychologii UKW

Binaryzm płciowy - podział na dwie odrębne płcie: męską i żeńską.

Bifobia – negatywna postawa i uprzedzenia wobec osób biseksualnych, często oparte na krzywdzących stereotypach oraz podważanie istnienia biseksualności jako jednej z orientacji seksualnych.

Dysforia płciowa – cierpienie płynące z niedopasowania tożsamości płciowej i płci przypisanej przy narodzinach; również stan niepokoju i ogólnego niezadowolenia. Dysfориę podzieli się na fizyczną i społeczną, gdzie: fizyczna polega na cierpieniu wynikającym z posiadania cech anatomicznych niezgodnych z płcią odczuwaną, zaś społeczna opiera się na silnej potrzebie bycia identyfikowanym przez społeczeństwo jako osoba o płci innej niż ta przypisana przy narodzinach.

Determinanty płci – określają, czy jednostka będzie miała cechy płciowe męskie czy żeńskie. Główne determinanty płci obejmują chromosomy płciowe, geny, hormony płciowe i organy płciowe.

Euforia płciowa – stan przeciwny do dysforii płciowej. Jest to szeroko pojęta radość płynąca z przeżywania własnej płci. Obejmuje pozytywne uczucia, takie jak komfort, pewność siebie czy samoakceptacja wynikające z doświadczeń pozwalających na odczuwanie zgodności płciowej pomiędzy swoją tożsamością, a np. wyglądem albo odbiorem społecznym. Osoby transpłciowe binarne i niebinarne mogą odczuwać euforię płciową dzięki np. zabiegom afirmującym płeć, doborowi odpowiednich ubrań, fryzury, byciu nazywanymi wybranym imieniem albo zgodnie z używaną formą gramatyczną. Dla wielu osób euforia płciowa stanowi ważny wyznacznik tożsamości płciowej.

Enbyfobia – negatywna postawa wobec osób niebinarnych, często wynikająca z uprzedzeń i niewiedzy, przejawiająca się nietolerancją, dyskryminacją lub wrogim nastawieniem. Przykładem enbyfobii może być nieszanowanie niebinarnej tożsamości płciowej,

bagatelizowanie problemów i odczuć osób niebinarnych lub nierespektowanie próśb osób np. odnośnie do stosowania wobec nich odpowiednich form gramatycznych.

Feminy – żeńskie formy gramatyczne odnoszące się między innymi do nazw zawodów i tytułów, sprawowanych funkcji czy zajmowanego stanowiska. Najczęściej powstają one poprzez dodanie końcówki -ka do rzeczownika męskoosobowego. Przykładowe feminy tworzone w ten sposób to „aktorka”, „dyrektorka”, „prezeska” oraz „advokatka”.

Heteronormatywność – domniemanie, że heteroseksualność jest jedyną lub idealną orientacją płciową. Polega na wszechobecności w normach społecznych, kulturowych, prawnych i w kontaktach społecznych założenia, że ludzie są heteroseksualni. Kultura heteronormatywna marginalizuje lub deprecjonuje tożsamości nieheteroseksualne.

Heterocentryzm – bezrefleksyjne przekonanie o wyższości orientacji heteroseksualnej wynikające z założenia, że orientacja heteroseksualna jest uważana za domyślną orientację seksualną każdego człowieka. Dzieci są wychowywane w przeświadczeniu, że jedynym możliwym partnerem w przyszłości jest ten o płci przeciwnej. Przykłady: ubranka chłopięce z napisami takimi jak „łamacz serc waszych córek”, kartki walentynkowe jedynie w wariacie z wizerunkiem pary heteroseksualnej.

Heteroseksizm – przenikające kulturę założenie o wyższości orientacji heteroseksualnej nad innymi orientacjami seksualnymi; dyskryminacja lub uprzedzenia wobec tych osób ze strony ludzi heteroseksualnych: może być charakterystyczny dla instytucji społecznych, kulturowych czy też gospodarczych.

Homofobia – termin, który rozpatruje się na dwóch poziomach: indywidualnym oraz społecznym. Poziom indywidualny ujmuje homofobię jako negatywną postawę jednostek wobec osób czy relacji homoseksualnych. Poziom społeczny rozszerza ją na zjawisko społeczne polegające na traktowaniu homoseksualności przez ogół społeczeństwa jako gorszego wariantu seksualności.

Interseksualność (inaczej znane jako interplciowość) – posiadanie cech różnorodnych płciowo w obrębie rozwoju jednego lub wielu aspektów płci (np. na poziomie między innymi chromosomalnym, hormonalnym czy gonadalnym). Dotyczy budowy i funkcjonowania ciała danej osoby, a nie jej tożsamości.

Język inkluzywny – język włączający, równościowy, wolny od wszelkich uprzedzeń, stereotypów i aluzji. Język inkluzywny traktuje wszystkich równo, nikogo nie wyklucza, ani nie dyskryminuje. Przykładowo oznacza to stosowanie w odniesieniu do płci naukowo uznanych terminów zamiast kolokwializmów (np. termin przyjęty w nauce: korekta płci *versus* termin nieprawidłowy: zmiana płci; inny przykład: termin poprawny:

homoseksualność *versus* niepoprawny: homoseksualizm). Język inkluzywny nie odnosi się wyłącznie do płci i wyklucza stosowanie wobec kogokolwiek sformułowań obraźliwych (np. kaleka).

LGBT+ (LGBTQIA) – akronim od słów: lesbijki, geje, (osoby) biseksualne, (osoby) transpłciowe, (osoby) queerowe, interseksualne, aromantyczne/aseksualne. Służy do określenia społeczności ze względu na orientację seksualną bądź tożsamość płciową jej członków/członkiń (osób nieheteroseksualnych bądź niecisplciowych).

Osoba transpłciowa – osoba, której tożsamość płciowa różni się od płci nadanej przy urodzeniu.

Osoba cisplciowa – osoba, której płeć oznaczona przy urodzeniu jest zgodna z płcią odczuwaną.

Osoba binarna – osoba, która identyfikuje się jako kobieta lub jako mężczyzna.

Osoba niebinarna – osoba, która nie definiuje się jednoznacznie w kategoriach płci męskiej ani żeńskiej, a jej tożsamość płciowa lokuje się pomiędzy kobiecością a męskością.

Orientacja seksualna – preferencja seksualna odnośnie do płci partnera seksualnego/partnerki seksualnej. Z preferencją tą wiąże się kierunek popędu seksualnego nastawiony na osoby o odmiennej płci (heteroseksualność), osoby tej samej płci (homoseksualność) lub osoby obojga płci (biseksualność).

Płeć odczuwana – wynika z samodzielnego określenia człowieka jako kobiety, mężczyzny lub osoby niebinarnej oraz gotowości do wypełniania danych ról płciowych w życiu społecznym i seksualnym.

Płeć kulturowa – społeczno-kulturowa płaszczyzna rozpatrywania płci. Odnosi się do społeczno-kulturowych aspektów męskości i kobiecości. Jest ona nadana danej jednostce przez społeczeństwo. Atrybucje danej płci zmieniają się wraz z epokami historycznymi i są różne w zależności od kultury, a samo pojęcie jest dynamiczne. To nie tylko przypisana jednostce statyczna rola społeczna, a raczej zmieniające się w czasie, zależnie od preferencji danej społeczności i miejsca, podejmowanie przez osobę danych ról społecznych.

Płeć – złożony zestaw cech biologicznych, psychicznych oraz społecznych i kulturowych. Aspekty biologiczne obejmują między innymi cechy anatomiczne, chromosomy płciowe, hormony płciowe i funkcje rozrodcze. Komponent psychiczny odnosi się osobistego poczucia przynależności do danej płci. Występuje ona również jako konstrukt społeczny, który obejmuje role społeczne, oczekiwania, normy i kulturowe przekonania dotyczące męskości i

żeńskości.

Przestrzeń neutralna płciowo – miejsca w przestrzeni społecznej, w których mogą przebywać osoby bez względu na to, jak się identyfikują płciowo. W przeciwieństwie do przestrzeni płciowych (z ang. gendered spaces) nie wymagają określonej identyfikacji płciowej w celu przebywania w danym miejscu. Przykładem przestrzeni płciowej jest np. męska/damska toaleta, szatnie podzielone ze względu na płeć itd.

Rola płciowa – zewnętrzna manifestacja identyfikacji płciowej (wszystko to, co dana osoba mówi i robi, by pokazać innym lub sobie, z którą płcią się identyfikuje). Rola płciowa wiąże się ze społecznym spostrzeganiem zachowań jako kobiecych, męskich lub ambiwalentnych. Wyznaczona jest kulturowo i przekazywana kolejnym pokoleniom jako zachowania poprawne – normatywne. Odnosi się do społecznego wyobrażenia i oczekiwań co do zachowania chłopca i dziewczynki, mężczyzny i kobiety.

Stereotypy płci – „stereotyp” to społecznie podzielane przekonanie o własnościach charakteryzujących cechy osobowości, uznawane wartości czy oczekiwane zachowania członków danej grupy społecznej. W odniesieniu do płci istnieją stereotypy, które nakładane są na nas jako członków społeczeństwa. Na przykład, oczekuje się, że kobiety będą miały większy wkład w zajmowanie się domem i dziećmi, będą wrażliwe, zależne i emocjonalne. Do mężczyzny przypisywane są takie cechy i role jak: wysoka samoocena, agresywność, "głowa rodziny", siła i skupienie na karierze zawodowej.

Seksizm – zespół uprzedzeń wobec kobiet i mężczyzn. Wyróżnia się rozmaite typy seksizmu, np. (1) **seksizm dobroczynny** – obejmuje subiektywnie (uznawane jako pozytywne przez osoby przejawiające dobroczynny seksizm) postawy wobec kobiet w tradycyjnych rolach (na przykład opiekuńcza matka, kochana żona), idealizację kobiet i pragnienie intymnych relacji; również: odzwierciedla przekonanie, że kobiety są słabsze od mężczyzn i dlatego potrzebują ochrony. Ta forma seksizmu ma na celu umieszczenie mężczyzn w roli „obrońców”, co stawia kobiety w pozycji bezbronnej i niezdolnej do zadbania o siebie. Przykłady: zachęcanie kobiet, aby przedkładały relacje rodzinne i opiekę nad dziećmi nad cele edukacyjne lub zawodowe; założenie, że mężczyźni są w miejscu pracy bardziej zdolni do podejmowania trudnych zadań lub złożonych ról niż kobiety; (2) **wrogi seksizm** – odzwierciedla silne przekonanie, że mężczyźni są lepsi od kobiet; wyraża się w sposób, który otwarcie oczernia kobiety; może przybierać formę wrogości fizycznej. Stwierdzono, że wrogi seksizm zwiększa prawdopodobieństwo przemocy domowej i molestowania seksualnego kobiet. Celem wrogiego seksizmu jest ucisk i powstrzymywanie innych (na przykład w zastąpieniu osoby przejawiającej wrogi seksizm na stanowisku pracy). Przykłady: Wiara w to, że mężczyźni są lepsi od kobiet, przekonanie, że kobiety próbują kontrolować mężczyzn poprzez manipulację lub uwodzenie; (3) **seksizm instytucjonalny** – odnosi się do dyskryminacji ze względu na płeć odzwierciedlonej w polityce i praktykach takich organizacji, jak rząd, firmy (miejsca pracy), instytucje publiczne (szkoły, opieka zdrowotna) i instytucje finansowe. Praktyki te wywodzą się z systemowego, seksistowskiego

przekonania, że kobiety są gorsze od mężczyzn i dlatego mniej zdolne. Przykładem instytucjonalnego seksizmu jest różnica w stawce wynagrodzeń mężczyzn i kobiet, nawet jeśli zajmują tę samą rolę. Seksizm instytucjonalny wpływa na samoświadomość ludzi i może kształtować ich tożsamość zawodową i aspiracje zawodowe. Przykłady: organizacje, których członkami mogą być wyłącznie mężczyźni, łagodność w skazywaniu sprawców napaści na tle seksualnym i gwałtu; (4) **seksizm interpersonalny** – ma miejsce, gdy dana osoba dzieli się z innymi osobami swoimi seksistowskimi przekonaniem i uprzedzeniami. Może to obejmować wypowiedzi słowne skierowane do kobiety lub uwłaczające uwagi wygłaszane w obecności kobiety. Przykłady: stwierdzenie: „Miejsce kobiety jest w domu”; (5) **seksizm zinternalizowany** – uczenie kobiet seksistowskich przekonań tak, aby zaczęły one wierzyć, że są w jakiś sposób gorsze od mężczyzn.

Tożsamość płciowa – psychologiczna płaszczyzna postrzegania płci; identyfikacja jednostki z własną płcią niezależne od płci nadanej przy urodzeniu, czyli wewnętrzne psychiczne poczucie przynależności do określonej płci.

Tożsamość seksualna – odnosi się do tego, w jaki sposób ludzie postrzegają i definiują własną seksualność. Obejmuje między innymi tożsamość płciową, preferencje seksualne jak i orientację seksualną.

Transfobia – negatywna postawa wobec osób transpłciowych.

Tranzycja – proces korekty płci, który może odbywać się na poziomie społecznym, medycznym i prawnym. Dążenie do tranzycji nie jest kryterium diagnostycznym definiującym osobę transpłciową. **Tranzycja społeczna** – proces, w którym osoba transpłciowa zaczyna ujawniać się lub/i funkcjonować społecznie zgodnie ze swoją tożsamością płciową. Może ona polegać na zmianie imienia, zaimków, ujawnieniu się najbliższym, wyborze ubioru, makijażu czy fryzury odzwierciedlającej tożsamość oraz ogólnie rozumianym funkcjonowaniu w swoim odczuciu tożsamości płciowej. **Tranzycja medyczna** – zbiór procedur medycznych, które mają pomóc osobie transpłciowej dopasować wygląd ciała do odczuwanej tożsamości płciowej. Procedury te obejmują hormonoterapię, zabiegi chirurgiczne oraz zabiegi kosmetyczne. **Tranzycja prawna** – zmiana swojego imienia, nazwiska czy oznaczenia płci w dokumentach (np. dowód osobisty, paszport, prawo jazdy) dokonywana poprzez procedury prawne typu zmiana imienia w urzędzie cywilnym i/lub proces cywilny o ustalenie płci tak, aby dane metrykalne jak najlepiej odzwierciedlały tożsamość płciową osoby.

Uzgodnienie płci – umożliwia osobie transpłciowej życie w zgodzie ze swoją tożsamością płciową. Elementami tego procesu są tranzycja medyczna, prawna i społeczna.

Ujawnienie (coming out) - proces, w którym osoba uświadamia sobie i akceptuje swoją inną niż heteroseksualną orientację seksualną (i/lub inną tożsamość płciową) oraz informuje

o niej inne osoby.

Bibliografia:

Adamczyk, K. (2019). Interseksualny a interpłciowy – poza binarnością. Poradnik Językowy.

Aksamit, E. (2016). *Sprawczość i wspólnotowość a stereotypy płci*.
<https://doi.org/10.12775/PBE.2015.061>

American Psychology Association. (b.d.) *Gender Dysphoria*.

<https://www.psychiatry.org/patients-families/gender-dysphoria> [dostęp 2024-01-11].

American Psychological Association (APA). (2018). Guidelines for Psychological Practice with Transgender and Gender Nonconforming People. 832-864.
<https://doi.org/10.1037/a0039906>

Austin, A., Papciak, R., Lovins, L. (2022). Gender Euphoria: A Grounded Theory

Exploration of Experiencing Gender Affirmation. *Psychology and Sexuality* 13(10), 1406-1426. <https://doi.org/10.1080/19419899.2022.2049632>

Choosingtherapy.com (2023) *Sexism: Types, Causes, Impacts, & Tips for Coping* <https://www.choosingtherapy.com/what-is-sexism/>

Cierpiałkowska, L., Sęk, H. (red.). (2016). *Psychologia kliniczna*. Wydawnictwo Naukowe PWN.

Encyklopedia Dzieciństwa. Determinacja płci. http://encyklopediadziecinstwa.pl/index.php/Determinacja_płci

Fundacja Trans-Fuzja (2022) *Proces tranzycji* <https://www.transfuzja.org/edukacja/proces-tranzycji>

Fundacja SexEdPl. *Co to jest coming out i czy muszę go robić?* <https://sexed.pl/coming-out/>

Fundacja SexEdPl *Kim są osoby interplciowe* <https://sexed.pl/osoby-interplciowe/>

Gail, D., Humez, J. M. (2015). *Gender, race, and class in media : a critical reader*. SAGE Publications, Inc.

Glick, P., Fiske, S. T. (1997). Hostile and Benevolent Sexism. *Psychology of Women Quarterly*, 21(1), 119–135. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1997.tb00104.x>

Haak, D. (2021). *Interplciowość oraz związane z nią wyzwania dla psychoseksuologii i walki o prawa człowieka* <https://dominikhaak.pl/interplciowosc-prawa-czlowieka-seksuologia/>

Haak, D. (2020). *Niebinarność oraz język neutralny płciowo*. https://dominikhaak.pl/niebinarnosc-oraz-jezyk-neutralny-plciowo/?fbclid=IwAR2mXhdV9N94WONEOG8f9j6mG4_ZnSHugvzKDKjvfwUQP_QbaDBJC078Gww [dostęp 2024-01-11].

Herek, G. M. (2004). Beyond “Homophobia”: Thinking about sexual prejudice and stigma in the twenty-first century. *Sexuality Research & Social Policy*, 1(2), 6-24. <https://doi.org/10.1525/srsp.2004.1.2.6>

JAC Stringer, (2013) Heartland Trans* Wellness Group, www.transwellness.org https://cdn.ymaws.com/www.naswoh.org/resource/resmgr/Workshop_23_AllGender_Spaces.pdf

Faulkender, J.,P., Relationship between Bem Sex-Role Inventory Groups and Attitudes of Sexism, (1985), *Psychological Reports*, No 57.

Kłonkowska, A. (red.). (2012). *Transpłciowość – andrygonia: studia o przekraczaniu płci*. Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego.

Kowalczyk, R., Tritt, R. J., Lew-Starowicz, Z. (red.). (2016). *LGB. Zdrowie psychiczne i seksualne*. PZWL Wydawnictwo Lekarskie.

Krzyszczyniak, K. L., Kalota, H. (2019). *Medyczne aspekty dysforii płci. Ewolucja paradygmatu dysforii płci w piśmiennictwie medycznym. cz.I*. Wyższa Szkoła Inżynierii i

Zdrowia w Warszawie.

Kuryłowicz, P. (2021). *Jak nie wykluczać, czyli o języku inkluzywnym*. Stowarzyszenie LEVEL UP. <https://levelupngo.com/jak-nie-wykluczac-czyli-o-jezyku-inkluzywnym/>

Lew-Starowicz, Z., Skrzypulec, V. (2020). *Podstawy seksuologii*. PZWL Wydawnictwo Lekarskie.

Lew-Starowicz, M., Lew-Starowicz, Z., Skrzypulec-Plinta, V. (2017). *Seksuologia*. PZWL Wydawnictwo Lekarskie.

Marzęda - Tranzycja.pl *Tranzycja medyczna* <https://zrozumiectransplciowosc.pl/transition/1>

Mardell, A. (2016). *The ABC of LGBT+*. Mango Media Inc.

Mowa nienawiści i przestępstwa z nienawiści wobec osób LGBT https://fra.europa.eu/sites/default/files/fra_uploads/1226-Factsheet-homophobia-hate-speech-crime_PL.pdf

Mulick, P. S., Wright, L. W. (2002). Examining the Existence of Biphobia in the Heterosexual and Homosexual Populations. *Journal of Bisexuality*, 2(4), 45-64. https://doi.org/10.1300/J159v02n04_03

Nadal, K. L. (2017). *The SAGE Encyclopedia of Psychology and Gender*. <https://doi.org/10.4135/9781483384269>

Obradors-Campos. M. (2011). Deconstructing Biphobia. *Journal of Bisexuality*, 11(2-3), 207-226. DOI: 10.1080/15299716.2011.571986

Poirier, F. (2020). Applications of Knowledge and Plural Realities: Understanding Gender Identity through Non-binary Genders. *Research in Psychoanalysis*, 29(1), 39-46.

Simpson, J. K., Rivers, I. (2023). Coming Out: Conceptualising a Reflexive Model of Disclosure and Non-disclosure. W: J. Semlyen i P. Rohleder (red.), *Sexual Minorities and Mental Health* (s. 59-79). Palgrave Macmillan. DOI: https://doi.org/10.1007/978-3-031-37438-8_4

Smugowska., M. (2015). *Specyfika tożsamości oraz funkcjonowania społecznego osób transseksualnych w Polsce*. <https://www.repozytorium.uni.wroc.pl/dlibra/publication/75101/edition/73243?language=pl>

Szél, Z., Török, Z. (2022). Open up the doors! Podręcznik o zdrowiu osób pacjenckich LGBT, Stowarzyszenie Lambda

Tranzycja.pl (2022) *Jak zmienić oznaczenie płci w dokumentach? Poradnik do sądu* <https://tranzycja.pl/krok-po-kroku/zmiana-danych-sad/>

Tranzycja.pl. (2021). *Euforia płciowa*. <https://tranzycja.pl/krok-po-kroku/euforia-plciowa/> [dostęp 2024-01-11]

Wycisk, J. (2018). Homofobia jako źródło zagrożeń dla bezpieczeństwa dzieci i młodzieży w szkole. *Dziecko Krzywdzone. Teoria, badania, praktyka*, 17(1), 96-114.

Wycisk, J. (2015). The Minority Stress of Lesbian, Gay and Bisexual Parents. Specificity of Polish Context. *Polish Psychological Bulletin*, 46(4), 594–606. DOI: 10.1515/ppb-2015-0066

Wydawnictwo Polskiej Akademii Nauk. (2023). *Słownik języka polskiego*: Wydawnictwo Naukowe PWN.

Ziemińska, R. (2020). Teoria feministyczna a niebinarne pojęcie płci. *AVANT*, 11(3), 1-18.

Żmuda, E. (red.). (2021). *Osoba niebinarna - co to znaczy i czym jest niebinarność*. <https://www.zaufanyterapeuta.eu/porady-dla-terapeutow/osoba-niebinarna-co-to-znaczy-i-czym-jest-niebinarnosc> [dostęp 2024-01-13]

Kostrzewa, Y., Dzierżanowski, M., Miecznikowski, G., Rogaska, K. (2020). *Jak pisać i mówić o osobach LGBT+*: Poradnik.