

Being an Ally

- Trust your good intentions
 - You might not be a perfect advocate and you might feel that you don't have much knowledge to support members of the LGBTQ+ community, however an imperfect advocate is much better than a silent bystander
- Educate your self through professional development, inclusive development, inclusive workshops, or training and any other personal or professional growth opportunity.
 - Increase your awareness, especially in regards to gender-role stereotypes, gender-expression stereotypes, and possible internalized heteronormativity in your mind. Based on the awareness, you can reduce unintentional harm and create a safer and more inclusive classroom
- Use more inclusive language
 - Use "they" pronouns instead of "he" or "she"
- Confront any homophobic or negative marks
 - Many people use slurs without consideration for those they are offending. Teach others to not use terms that they do not fully understand because the incorrect use can result in harm.

Disclosing

- When someone comes out to you and tells you they are lesbian, gay, bisexual or transgender (LGBT) your initial response is important. They have likely spent time in advance thinking about whether or not to tell you, when and how to tell you and it's likely that they chose to tell you because they see you or already know you as a supportive ally.
 - Here is what to remember if someone comes out to you:
 1. Offer support but don't assume they need any help.
 2. Be a role model of acceptance.
 3. Appreciate their courage.
 4. Listen! Listen! Listen!
 5. Assure and respect confidentiality
 6. Remember that they have not changed.
 7. Challenge traditional norms

BEING AN ALLY TO THE LGBTQIA+ COMMUNITY



Statistics

- 71% of LGBTQ youth reported feeling sad or hopeless for at least two weeks in the past year.
- 39% of LGBTQ youth seriously considered attempting suicide in the past twelve months, with more than half of transgender and non-binary youth having seriously considered suicide.
- 71% of LGBTQ youth in our study reported discrimination due to either their sexual orientation or gender identity.

Definitions

Understanding terms:

- **LGBTQIA+:** An acronym that stands for lesbian, gay, bisexual, transgender, intersex, queer/questioning, asexual, and many other terms (such as non-binary and pansexual) that people use to describe their experiences of their gender, sexuality and physiological sex characteristics.
- **Queer(queerness):** An umbrella term that is both an orientation and a community for those on the LGBTQIA+ spectrum. This umbrella term can be used by anyone under the LGBTQ spectrum.

Understanding Sexuality:

- **Gay:** This identity is used to describe people whose enduring physical, romantic, and/or emotional attractions are to people of the same sex.
- **Lesbian:** Defines queer attraction to women. Most commonly used as exclusively women who love women or non-binary people who love women. There is no one perfect definition that encompasses all experiences of lesbianism.
- **Bisexual:** People who are sexually attracted not exclusively to people of one particular gender; attracted to both women and men.
- **Pansexual:** People who are sexually attracted to all people regardless of gender identity.
- **Asexual:** People who are not sexually attracted to any person regardless of gender identity.

Definitions

Understanding Gender Expression:

- **Gender Identity:** The gender a person feels they are inside. Only the individual can say what their gender identity is.
- **Gender non-conforming:** A person who identifies as both genders, either gender or somewhere along the gender continuum, also known as gender non-binary or agender.
- **Transgender:** When a person's gender identity is different than what doctors assigned to them when they were born (sex assigned at birth).
- **Two-spirit:** A person who identifies as having both a masculine and a feminine spirit. It may be used by some indigenous people to describe their sexuality, gender, and/or spiritual identity.
- **Third gender:** Concept in which individuals are categorized either by themselves or by society. As neither man or woman. It is also a social category present in societies that recognize three or more genders.

Intent V. Impact

Intent: Someone's reasoning or motivation for doing something

Impact: How the action or conversation made someone else feel

Ser un Aliado

Divulgando:

- Confía en tus buenas intenciones:
 - Es posible que no sea un defensor perfecto y que sienta que no tiene mucho conocimiento para apoyar a los miembros de la comunidad LGBTQ+; sin embargo, un defensor imperfecto es mucho mejor que un espectador silencioso.
- Edúquese a sí mismo a través del desarrollo profesional, desarrollo inclusivo, talleres inclusivos o capacitación y cualquier otra oportunidad de crecimiento personal o profesional.
 - Aumente su conciencia, especialmente en lo que respecta a los estereotipos de roles de género, los estereotipos de expresión de género y las posibles heteronormativas internalizadas en su mente. Con base en la conciencia, puede reducir el daño no intencional y crear un entorno más seguro e inclusivo.
- Usa un lenguaje más inclusivo:
 - Use los pronombres “ellos” en lugar de “el” o “ella”.
- Confrontar cualquier comentario homofóbico o negativo
 - Mucha gente usa calumnias sin consideración por aquellos a quienes está ofendiendo. Enséñales a otros a usar términos que no entiendan completamente porque el uso incorrecto puede resultar en daño.

- Cuando alguien se te acerca y te dice que es lesbiana, gay, bisexual o transgénero: (LGBT), tu respuesta inicial es importante. Es probable que hayan pasado tiempo pensando con anticipación si decírselo o no, cuándo y cómo decírselo, y es probable que hayan elegido decírselo porque lo ven o ya lo conocen como un aliado de apoyo.
 - Esto es lo que debes recordar si alguien sale del armario:
 1. Ofrezca apoyo, pero no asuma que necesitan ayuda.
 2. Sea un modelo a seguir de aceptación.
 3. Aprecia su coraje
 4. Escucha! Escucha! Escucha!
 5. Asegurar y respetar la confidencialidad
 6. Recuerda que no han cambiado
 7. Desafía las normas tradicionales

Ser un aliado de la comunidad LGBTQIA+



Estatísticas

- 71% de los jóvenes LGBTQ informaron sentirse tristes o sin esperanza durante al menos dos semanas en el último año.
- El 39% de los jóvenes LGBTQ consideraron intentar suicidarse en los últimos doce meses, y más de la mitad de los jóvenes transgénero y no binarios consideraron seriamente el suicidio.
- El 71% de los jóvenes LGBTQ reportaron discriminación debido a su orientación sexual o identidad de género.

Definiciones:

Comprensión de términos:

- **LGBTQIA+:** Un acrónimo que significa lesbiana, gay, bisexual, transgénero, intersexual, queer, asexual, y muchos otros términos (como no binario y pansexual) que las personas usan para describir sus experiencias de género, sexualidad y características sexuales fisiológicas.
- **Queer:** Un término general que es tanto una orientación como una comunidad para aquellos en el espectro LGBTIA+. Este término general puede ser utilizado por cualquier persona dentro del espectro LGBTQ.

Entendiendo la sexualidad:

- **Gay:** Esta identidad se utiliza para describir a las personas cuyas atracciones físicas, románticas y/o emocionales perdurables son hacia personas del mismo sexo.
- **Lesbiana:** Define la atracción queer hacia las mujeres. Más comúnmente utilizado como exclusivamente mujeres que aman a las mujeres o personas no binarias que aman a las mujeres. No existe una definición perfecta que abarque todas las experiencias del lesbianismo.
- **Bisexual:** Personas que se sienten atraídas sexualmente por personas de un género en particular; atraído tanto por mujeres como por hombres.
- **Pansexual:** Personas que se sienten atraídas sexualmente por todas las personas independientemente de su identidad de género.
- **Asexual:** Personas que no se sienten atraídas sexualmente por ninguna persona independientemente de su identidad de género.

Definiciones:

Entendiendo la expresión de género:

- **Identidad de género:** El género que una persona siente que tiene dentro. Solo el individuo puede decir cuál es su identidad de género.
- **Género no conforme:** Una persona que se identifica como de ambos géneros, ya sea de géneros o en algún lugar a lo largo del continuo de géneros no binario o ignore.
- **Transgénero:** Cuando la identidad de género de una persona es diferente a la que los médicos le asignaron cuando nació (sexo asignado al nacer).
- **Dos espíritus:** Una persona que se identifica con un espíritu masculino y otro femenino. Puede ser utilizado por algunos pueblos indígenas para describir su identidad sexual, de género y/o espiritual.
- **Tercer género:** Concepto en el que los individuos son categorizados por sí mismos o por la sociedad. Como ni hombre ni mujer. También es una categoría social presente en sociedades que reconocen tres o más géneros.

Intención V. Impacto

- **Intención:** El razonamiento o la motivación de alguien para hacer algo.
- **Impacto:** Cómo la acción o conversación hizo sentir a otra persona.