

Patryk Moszka

Rekomendacja: prof. UAM dr hab. Honorata Jakubowska

Wydział Socjologii Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu

AKTYWIZM NA RZECZ RÓWNOŚCI I RÓŻNORODNOŚCI OSÓB LGBTQ+

Abstrakt

Celem poniższego artykułu jest analiza środowiska aktywistycznego działającego na rzecz równości i równouprawnienia osób LGBTQ na podłożu społecznym, politycznym i prawnym. Aktywizm społeczny to nowy ruch społeczny obywateli, który wymaga szerszej analizy socjologicznej. Tekst bazuje przede wszystkim na działalności organizacji pozarządowych i grup nieformalnych oraz obserwacji zrywów aktywistycznych. W artykule zostaną przywołane wyniki badań jakościowych - analiza pogłębionych wywiadów indywidualnych przeprowadzonych z osobami definiującymi siebie jako aktywiści społeczni. W swojej analizie autor pochyła się nad doświadczeniem i motywacjami osób angażujących się społecznie oraz szansami i zagrożeniami działań aktywistycznych. Badania pokazują, że działania aktywistyczne oprócz pozytywnych skutków dla dyskryminowanej mniejszości i samych działaczy, mogą przynieść także wypalenie aktywistyczne, które w konsekwencji grozi pogorszeniem zdrowia psychicznego i wycofaniem się z działań na rzecz kategorii wykluczonych.

słowa kluczowe: aktywizm społeczny, wypalenie aktywistyczne, LGBT, ruchy społeczne

Wstęp

Ruchem LGBTQ+¹ można nazwać różnego typu działania zbiorowe podejmowane przez gejų, lesbijki, osoby biseksualne, transseksualne, *queer*; itd. oraz osoby heteroseksualne, będące sojuszniczkami i sojusznikami osób nienormatywnych. Działania te podejmują

¹ W artykule będę posługiwał się skrótem LGBTQ+. *Q* oznacza *queer* - określenie dla osób nieidentyfikujących się z jedną kategorią lub uważających, że są pomiędzy kilkoma; plus natomiast dopisuje się ze względu na pozostawienie przestrzeni dla osób definiujących się w innych kategoriach niż lesbijki, geje, osoby biseksualne, transseksualne i *queer*.

zarówno organizacje pozarządowe (stowarzyszenia i fundacje), grupy nieformalne, rozproszone zbiorowości (wirtualne), jak i osoby będące przedstawicielkami/przedstawicielami społeczności LGBTQ+ (Kochanowski, 2013: 150). Widoczność ruchów działających na rzecz osób LGBTQ+ wzrasta, czego dowodem jest zwiększająca się liczba Marszów Równości² cieszących się coraz większą frekwencją, inicjatyw dla osób nieheteronormatywnych oraz występowanie aktywistek i aktywistów w mediach. Można przypuszczać, że wymienione działania przyczyniają się do wzrostu zachowań o podłożu homofobicznym. Ich przykładem może być dodatek w postaci naklejki *Strefa Wolna od LGBT*, który pojawił się w *Gazecie Polskiej* czy ataki ze strony kontrmanifestantów w Białymstoku podczas I Marszu Równości: *Kopniak w głowę, szarpanina, plucie w twarz, wybuchające pod nogami petardy, deszcz butelek i kamieni, chór tysiąca gardel wykrzykujący „wypier*ać ped*y”* (fragment apelu Kampanii Przeciw Homofobii: *O krok od pogromu: władzo, Kościołe obudźcie się*). Obserwując działania grup zaangażowanych społecznie można zauważyć, że coraz częściej mamy do czynienia z negatywnie przedstawianym wizerunkiem osób nienormatywnych seksualnie w mediach, homofobicznymi wypowiedziami polityczek i polityków oraz przedstawicieli Kościoła Katolickiego, a osoby LGBTQ+ są narażone na przejawy agresji.

W tym kontekście, w niniejszym artykule chciałbym poruszyć temat aktywizmu społecznego i zaangażowania osób LGBTQ+ w walkę o równouprawnienie i równość dla osób nieheteronormatywnych. Aktywiści i aktywistki, jako reprezentacja osób LGBTQ+, zmierzają do zniesienia przejawów nierównego traktowania na poziomie prawnym, społecznym, kulturowym i ekonomicznym. W Polsce istnieje kilka organizacji oraz kolektywów i inicjatyw, które skupiają osoby zaangażowane w działania na rzecz poprawy sytuacji społeczności nieheteronormatywnej. Działania tych organizacji mają charakter lokalny (np. wydarzenia dla mieszkank i mieszkańców miasta) oraz ogólnopolski - reprezentowanie interesów osób nieheteronormatywnych i zabieranie głosu w ich sprawie (tzw. rzecznictwo) oraz organizacja Marszów Równości. Oprócz analizy źródeł zastanych dotyczących wydarzeń i aktywności internetowych organizacji, działaczy i działaczek społecznych, w artykule wykorzystuję niki

² Liczba miast, które organizują marsze równości: w 2017 roku zorganizowano 8 marszów, a w 2019 już ponad 20 (*Parada i Marsze*, 2020).

przeprowadzonych przeze mnie badań w maju i czerwcu 2019 roku z osobami określającymi siebie jako aktywistkę/aktywistę³.

Aktywizm społeczny

Aktywizm społeczny jest działaniem na rzecz zmiany społecznej o charakterze obejmujący różne działania i różnorodne czynniki skłaniające osoby do zaangażowania się w ruchy aktywistyczne. Działania osób zaangażowanych w aktywizm mogą dotyczyć konkretnych decyzji politycznych czy społecznych (działania spontaniczne), tak jak np. masowe protesty kobiet, które domagały się wycofania propozycji zaostrezenia ustawy antyaborcyjnej, ale również bardziej ogólnych spraw (działania długofalowe) jak kwestie ekologii, ekonomii czy praw człowieka. Aktywistka/aktywista występuje we własnym interesie, w roli przedstawicielki/przedstawiciela innych albo jako sojuszniczka/sojusznik grupy nieuprzywilejowanej.

Rosnący aktywizm społeczny jest obserwowany w różnych krajach. Pod koniec 2010r. uliczny sprzedawca Muhammad al-Bu'azizi podpalił się na tunezyjskim placu chcąc w ten sposób wyrazić swój sprzeciw wobec obecnej sytuacji w kraju, trudnym warunkom życia i agresji policji. To wydarzenie przyczyniło się do zainspirowania masowych protestów, które doprowadziły do upadku dyktatorów w Tunezji, Egipcie czy Libii - skala tych wydarzeń, nazywanych *Arabską Wiosną* została zauważona na całym świecie. W Stanach Zjednoczonych wybór Donalda Trumpa na prezydenta i podejmowane przez niego decyzje spotkały się z protestami na wielką skalę - miliony ludzi wzięło udział w tysiącach protestów w USA (Count Love, 2018).

Nie wszystkie decyzje polityczne czy społeczne spotykają się z tak dużym odzewem obywateli i obywateli. Zdecydowanej większości działań aktywistycznych (protesty, demonstracje, strajki itp.) towarzyszy mniejsza frekwencja. Od czasu do czasu można zaobserwować wzrost liczebności i częstotliwości masowego zaangażowania w politykę - np. 30 tysięcy manifestantek i manifestantów wzięło udział w Czarnym Proteście w Warszawie (w całej Polsce ponad 100 tys.), będącym bezpośrednią odpowiedzią na próbę zmiany ustawy antyaborcyjnej, natomiast w warszawskiej Manifie (corocznej kobiecej demonstracji) w 2017

³ Badania zostały zrealizowane na potrzeby pracy magisterskiej pt. *Mowa nienawiści wobec aktywistów i aktywistek LGBTQ+*. Egzamin magisterski odbył się w październiku 2019 na Uniwersytecie im. Adama Mickiewicza w Poznaniu.

roku wzięło udział 5 tysięcy osób, mimo że również dotyczyła ona praw reprodukcyjnych (Karpierzuk, 2017). Liczba demonstrantek i demonstrantów jest zależna od sytuacji wywołującej zryw aktywistyczny. Część protestów - np. protesty *żółtych kamizelek* we Francji, które wybuchnęły po podwyżce cen benzyny - jest konsekwencją trudnej i zmieniającej się sytuacji materialnej. (Besta, Jaśko, Grzymała - Moszczyńska. Górka, 2019: 19).

Próbując wytłumaczyć zjawisko zrywów aktywistycznych i ich częstotliwość oraz liczebność osób protestujących można powołać się na ideę relatywnej deprivacji, która polega na przekonaniu, że ludzie mają z natury charakter porównawczy (Besta, Jaśko, Grzymała - Moszczyńska. Górka, 2019: 29). Relatywna deprivacja odczuwana jest etapowo. Zaczyna się od porównania swojej sytuacji względem innych, podobnych do nas osób lub grup (np. osoby nieheteronormatywne walczą o prawa, które posiadają osoby heteroseksualne) albo porównania czasowego (np. aktualne zarobki nie wzrastają konsekwentnie względem poprzednich lat). Samo rozpoznanie różnicy nie doprowadza jednak do buntu. Faktyczne poczucie relatywnej deprivacji następuje, gdy ocenimy jak dany brak podobieństwa i różnice wpływają na nierówności. Jeśli efektem tych porównań będą negatywne emocje (np. złość) to chęć zmiany rzeczywistości będzie silniejsza (Besta, Jaśko, Grzymała - Moszczyńska. Górka, 2019: 29).

Jedną z przesłanek motywujących do zaangażowania społecznego oraz włączenia się w działania organizacji pozarządowej, kolektywu czy inicjatywy oddolnej jest przekonanie, że mniejszość, do której należymy (albo której jesteśmy sojusznikami/sojusznikami), doświadcza nierównego traktowania, jest narażona na wykluczenie oraz spotyka się z brakiem akceptacji i szacunku. Im większa jest identyfikacja z daną grupą i jej członkiniami oraz członkami, tym większe jest odczuwanie niesprawiedliwości (Besta, Jaśko, Grzymała - Moszczyńska. Górka, 2019: 35).

Solidarność i wzajemne wsparcie między różnymi kategoriami nieuprzywilejowanymi występuje ze względu na podobne doświadczenia nierównego traktowania i skutkuje wspólnym działaniem na rzecz interesów grup(y). Ze względu na podobne doświadczenia łatwiejsze jest przyjmowanie perspektywy członkiń i członków innej grupy. Gejowski aktywista Mark Ashton w 1984r. obserwując nieprzynoszący efektu strajk górników postanowił zorganizować zbiórkę pieniędzy dla nich podczas Parady Równości w Londynie. Wydarzenie to było początkiem działania grupy *Lesbijki i Geje Wspierają Górników*, która na początku spotkała się z dużym dystansem, ale z biegiem czasu okazała się obustronnym sojuszem (*zielonewiado-*

mości.pl, 2015), co pokazuje m.in. film *Dumni i wściekli* w reżyserii Matthewa Warchusa z 2014 roku.

Osoby zaangażowane społecznie podejmują również aktywności społeczne motywując je strachem przed zagrożeniem wartości moralnych. Osoby przywiązane do określonych wartości uważają, że powinny one być uznawane przez wszystkich i w każdych warunkach (Skitka, 2010: 267-281). Przeciwnicy i przeciwniczki działań osób LGBTQ+ stają w kontrze do inicjatyw organizowanych przez nieheteronormatywną społeczność. Ze względu na brak zgody osób konserwatywnych na zmiany legislacyjne oraz społeczną akceptację osób nieheteronormatywnych, aktywistki i aktywiści LGBTQ+ działają na rzecz szacunku dla członkiń i członków społeczności nienormatywnej seksualnie.

Dyskryminacja osób LGBTQ+

W 2016 roku geje byli jedną z trzech kategorii osób najbardziej narażonych na mowę nienawiści - oprócz nich w podobny sposób doświadczali jej Muzułmanki_anie oraz Żydów_ki_zi, ale nasilały się też wrogie postawy wobec osób z doświadczeniem uchodźczym, Ukrainek_ców oraz osób o kolorze skóry innym niż biały (*Mowa nienawiści, mowa pogardy. Raporty z badania przemocy werbalnej wobec grup mniejszościowych*, Fundacja Stefana Batorego, 2016).

Homofobia (w tym bifobia i transfobia) jest wrogą postawą wobec osób nieheteronormatywnych. Terminem tym posługują się ruchy zajmujące się prawami człowieka, organizacje feministyczne oraz zrzeszające i działające na rzecz społeczności LGBTQ+. Pojęcie homofobii jest bardzo szerokie i trudne do zdefiniowania, ponieważ może przybierać różne formy (niechęć, ostracyzm, agresje, utrudnienia, zaczepki, przemoc fizyczna i psychiczna); są to różnego rodzaju akty nierównego i gorszego traktowania osób o nieheteroseksualnej orientacji. Kwestia homofobii jest rozpatrywana w wielu wymiarach: społecznym, psychologicznym, kulturowym i prawnym. Równocześnie pojęcie to jest mocno krytykowane przez środowiska konserwatywne, które powołują się na wolność słowa oraz sugerują, że ich niechęć do osób o orientacji innej niż hetero nie wynika ze strachu (fobii) (Nowak, 2014: 198-200).

W Polsce brakuje antyhomofobicznego prawodawstwa, które można rozpatrywać z perspektywy horyzontalnej oraz wertykalnej. Ustawodawstwo horyzontalne reguluje stosunki

między państwem a obywatelami - są to minimalne standardy ochrony przed dyskryminacją ze względu na seksualność. Ze względu na brak wzmianki o dyskryminacji motywowanej homofobią, (prawie) niemożliwe jest ściganie sprawców. Prawo wertykalne to prawo, które dotyczy interakcji między obywatelem a instytucjami państwa i jego funkcjonariuszami - nie reguluje ono problemu homofobii odsyłając jedynie do ogólnych przepisów przeciw dyskryminacji. W Polsce przeciwko negatywnym postawom wobec osób LGBTQ+ występują NGO-sy takie jak: Kampania Przeciw Homofobii, Miłość Nie Wyklucza czy Stowarzyszenie Lambda Warszawa. W wymienionych organizacjach działają prawniczki i prawnicy, a organizacje nagłaśniają różne sytuacje by zwrócić uwagę większej grupy osób na problemy z jakimi mierzą się osoby nienormatywne seksualnie.

Po przystąpieniu Polski do Unii Europejskiej aktywistki i aktywiści liczyli na udoskonalenie i doprecyzowanie przepisów prawnych i równościowych oraz zwiększenie akceptacji i szacunku względem osób LGBTQ+. Jednak w polskim prawodawstwie nadal nie ma wzmianki o dyskryminacji ze względu na orientację seksualną. W Konstytucji RP jest ogólny zapis o zakazie dyskryminowania, a wyjątek stanowi jedynie Kodeks Pracy zakazujący dyskryminacji m.in. ze względu na orientację seksualną.

W 2019 roku Polska znalazła się na przedostatnim miejscu w corocznym rankingu ILGA - Europe, publikowanym przy okazji obchodzonego 17 maja Międzynarodowego Dnia Przeciw Homofobii, Transfobii i Bifobii (tzw. IDAHOT), który prezentuje poziom równouprawnienia w 49 państwach europejskich. Ranking ILGA-Europe mierzy równouprawnienie w sześciu obszarach: równość i zakaz dyskryminacji, rodzina, wolność zgromadzeń, zrzeszania i ekspresji, przestępstwa z nienawiści, uzgodnienie płci i integralność cielesna oraz prawo do azylu. *Polskie prawodawstwo nie nadąża za Polkami i Polakami. Pomimo tego, że społeczna akceptacja osób LGBTI w Polsce stale rośnie, na poziomie rozwiązań prawnych stoimy w miejscu* – komentowała wynik Polski w 2017 roku w rankingu ILGA Europe Mirosława Makułowska, kierowniczka Pionu Politycznego Kampanii Przeciw Homofobii (KPH, 2018). W Polsce w latach 2015-2017 około 70 proc. osób LGBTQ+ doznało przemocy (*Sytuacja społeczna osób LGBTI w Polsce. Raport za lata 2015-2016*, 2017). Dyskryminowane są również pary jedнопłciowe - Polska należy do grupy sześciu krajów Unii Europejskiej, w których osoby homoseksualne nie mogą sformalizować swojego związku. Brak systemowych

rozwiązań, akceptacji i szacunku oraz rosnąca homofobia motywują osoby chcące się zaangażować do działania na rzecz zmiany społecznej.

Metodologia

Po przybliżeniu tła obecnej sytuacji osób nieheteronormatywnych w Polsce, chciałbym zaprezentować wyniki badania przeprowadzonego w maju i czerwcu 2019 roku z jedenastoma osobami definiującymi siebie jako aktywistkę/aktywistę, którzy swoje działania koncentrują na prawach osób LGBTQ+. Celami szczegółowymi badania było:

1. poznanie środowiska aktywistycznego działającego dla i w społeczności osób LGBTQ+, ich strategii działania oraz indywidualnego spojrzenia na kwestie aktywizmu,
2. omówienie opinii aktywistek i aktywistów na temat mowy nienawiści i dyskryminacji osób nieheteronormatywnych LGBTQ+
3. opisanie strategii radzenia sobie z mową nienawiści i dyskryminacji oraz edukacji antydyskryminacyjnej i równościowej.

W tym artykule chciałbym skupić się głównie na osobistych doświadczeniach aktywistek i aktywistów, ich rozumieniu zaangażowania społecznego oraz refleksji na temat szans i zagrożeń wynikających z działań aktywistycznych.

Dzięki metodzie jakościowej, którą zdecydowałem się wybrać, można dokładniej poznać perspektywę osób badanych, zdobyć szczegółowe informacje oraz poruszyć tematy osobiste, intymne, kontrowersyjne i dotyczące własnych doświadczeń. Narzędziem, które zdecydowałem się wykorzystać były pogłębione wywiady indywidualne (IDI) realizowane w oparciu o przygotowany wcześniej scenariusz wywiadu. Umożliwiał on, z jednej strony zrozumienie szerszej perspektywy analizowanych zjawisk, a z drugiej - doprecyzowanie i pogłębienie tematu. Wywiady trwały od 30 do 90 minut i były za zgodą badanych nagrywane, a następnie transkrybowane.

W badaniu wzięło udział 11 osób nieheteronormatywnych, określających siebie jako osobę zaangażowaną w działania na rzecz społeczności nienormatywnej seksualnie. Nie założyłem definicji aktywizmu społecznego, aby nie ograniczać się tylko do mojego rozumienia tego zjawiska. Zależało mi, żeby w badaniu wzięły udział osoby, które same definiują siebie jako aktywistę/aktywistkę, a nie spełniają narzucone przeze mnie kryteria. Jednakże do bada-

nia zostały zaproszone osoby, co do których istniało przypuszczenie, że mogą definiować siebie jako aktywistkę/aktywistę ze względu na zauważone zaangażowanie, widoczność działań i obecność podczas wydarzeń, debat i marszów równości. Dobór próby był zatem celowy. Wykorzystana została również metoda kuli śnieżnej, która umożliwiła dotarcie do kolejnych respondentów.

Wśród 11 osób, z którymi przeprowadziłem wywiady znajdują się cztery definiujące siebie jako kobietę (jedna transseksualna) i pięć jako mężczyźni (jeden transseksualny) oraz dwie osoby, które nie identyfikują się z żadną z płci lub oboma naraz (osoby niebinarne - ON). Ich działalność skupiona jest głównie wokół trzech miast - Poznań (7 osób), Kraków (2 osoby) i Warszawa (2 osoby). Są to osoby między 18 a 32 rokiem życia. Cztery osoby są zrzeszone w organizacjach działających na rzecz osób LGBTQ+ (Grupa Stonewall, Queerowy Maj, Kampania Przeciw Homofobii czy Parada Równości), a pozostałe są niezrzeszone, ale wspierają organizacje lub są jej byłymi członkiniami_ami.

Rozumienie aktywizmu i osoby aktywistycznej

Aktywistkom i aktywistom, biorącym udział w badaniu, trudno było określić kim jest aktywista społeczny, ponieważ nie ma wzoru określonej definicji czy wytycznych by móc nazwać kogoś osobą zaangażowaną. Postrzeganie innych jako aktywistek i aktywistów jest subiektywne i oparte na przypuszczeniach osoby oceniającej. Dla każdej rozmówczynie i każdego rozmówcy aktywista społeczny oznaczał coś innego. Osoby badane zwracały uwagę na to, że samookreślenie siebie decyduje o tym, jak postrzegamy inną osobę zaangażowaną społecznie.:

z jednej strony chodzi o taką autointerpretację, czyli jeżeli zakładasz, że masz w sobie aktywistyczne podejście, to po prostu to robisz. Jeśli określasz siebie jako osobę aktywistyczną, to trudno to podważyć. Tak było w przypadku mojej znajomej, która generalnie dużo mówiła, ale mało robiła, ale dla mnie to jej samookreślenie było wystarczające. (...) Ten cały aktywizm bez tych obiektywnych wskaźników jest twoim sposobem przeżywania i angażowania się w życie społeczne (R6, ON)

Aktywistka/aktywista społeczny jest osobą posiadającą duże pokłady wrażliwości i zrozumienia dla innych, którzy doświadczają cierpienia, nierównego traktowania i braku akceptacji. Działaczki i działacze społeczni poświęcają swój czas wolny, a działanie w grupach aktywistycznych czy podejmowanie różnego rodzaju aktywności często są nieodpłatne, dlatego traktowane są jako drugi etat:

to jest moim zdaniem trochę styl życia, bo ludzie, którzy działają społecznie mają etos cech skupionych wokół siebie, są bardzo społecznie wrażliwi, nastawieni bardzo na drugiego człowieka, więc jest to styl życia (R02, M).

Dla mnie to jest angażowanie takiej ilości czasu, energii i umiejętności (...) w sprawy, które są dla ciebie istotne ze względu na przynależność do grupy, albo wręcz przeciwnie - jesteś w pozycji uprzywilejowanej, z której możesz skorzystać nagłaśniając kwestie, które nie są problemem dla ciebie a innym utrudniają życie (R10, K).

O uprzywilejowaniu można mówić z wielu pozycji. Niektóre cechy pozycjonujące nas można nabyć w momencie urodzenia, np. płeć czy klasa społeczna. Są jednak zasoby, które można nabyć w ciągu życia (np. edukacja), chociaż dostęp do niej może być uzależniony od klasy społecznej, sytuacji finansowej w warunkach gospodarki wolnorynkowej itp. Uprzywilejowaniem, o którym mówią aktywiści i aktywistki z pozycji aktywizmu LGBTQ+, jest bycie osobą o białym kolorze skóry i orientacji heteroseksualnej, ale można też mówić o uprzywilejowaniu finansowym i edukacyjnym nawet w przypadku nieheteronormatywności:

zostałem wychowany w określonym środowisku w tym kraju i to jest bardzo dobre miejsce. Pochodzę z Warszawy, z relatywnie dość zamożnej rodziny, dostałem bardzo dobrą edukację. Uważam, że to jest mój obowiązek. To, że ja jestem w jakimś miejscu i mam środki by je wykorzystać - to jest motyw moralny. Mam niesamowite warunki żeby działać, nawet ze swoją transseksualną tożsamością (R03, M).

Posiadanie zasobów personalnych determinujących wysoką pozycją w społeczeństwie może być przyczyną zaangażowania społecznego ze względu na braterstwo i siostrzeństwo oraz chęć solidaryzowania się z osobami czy grupami, które tych zasobów nie mają. Jednak wśród zaangażowanych społecznie osób są takie, które pochodzą z nieuprzywilejowanych rodzin i autopsyjna znajomość tej problematyki była w ich przypadku motywacją do działania na rzecz równości i różnorodności:

ja zostałam wychowana w bardzo podstawowej, polskiej rodzinie (...) i cała moja socjalizacja, aż do momentu, w którym jestem teraz opierała się na kontrze do tego wszystkiego. Ja kształtowałam swoją opowieść, historię na oporze względem tego czego doświadczyłam w mojej sytuacji domowej, np. w moim domu nie czytało się książek - ja je czytałam, oglądało się telewizję- ja tego nie robiłam. (...) jestem z bardzo biednej rodziny, więc rozumiałam problemy ekonomiczne (...) jestem też osobą z doświadczeniem życia jako kobieta (...) doświadczyłam wielu sfer, które sprawiają, że walczę tu i teraz (R01, K)

Aktywizm dla osób badanych jest przede wszystkim działaniem indywidualnym i/lub grupowym na rzecz zmiany rozumianej jako poprawienie sytuacji prawnej, ekonomicznej i społecznej osób, w imieniu których działają społecznie. Reprezentowanie siebie i swojej grupy lub grupy/kategorii, z którą chcemy się solidaryzować, jest kluczowym rozumieniem aktywizmu:

jest to działanie, które robi indywidualnie osoba, najczęściej nie sama. Aktywizm jest dla mnie czymś, co jest indywidualne i dotyczy osoby, i jest to takie działanie na rzecz zmiany (R07, K),

Sam aktywizm jest dla mnie sytuacją, gdy ktoś walczy wobec czegoś, walczy o prawa danego sektora np. LGBT+, osób niepełnosprawnych, osób innego koloru skóry... aktywizm to walka o jakieś prawa (R09, M).

Większość respondentek i respondentów podkreślała, że działa również w innych obszarach aktywizmu (ekologia, feminizm, świeckość państwa, edukacja itp.) wspominając o swoim zaangażowaniu w wydarzenia takie jak Manifa, Czarny Protest, inicjatywy pracowni-
cze itp. Część z nich nie chce też utożsamiać się z jednym środowiskiem, ponieważ cała ich postawę życiową definiuje ich aktywizm:

Mój aktywizm nie jest skierowany do konkretnej grupy odbiorczyń i odbiorców, nie jest też o niej - jest to mocna solidarność. Dla mnie walka feministyczna, walka o prawa kobiet, walka o prawa osób nienormatywnych, walka z systemem, walka z faszyzmem to są równoległe walki. Ja nie jestem bardziej antyfaszystką niż feministką. Dla mnie bycie feministką oznacza to wszystko. Dla mnie bycie osobą queerową oznacza to wszystko. (...) ja prowadzę walkę w wielu środowiskach (R01, K)

Aktywizm społeczny, mimo że jest ogromną przestrzenią do rozwoju osobistego, nie jest źródłem dochodów osoby zaangażowanej. Większość działań, które wykonują aktywistki i aktywiści nie przynosi korzyści finansowych, ale daje duże możliwości do budowania kapitału społecznego (rozumianego jako zespół umiejętności społecznych oraz sieci kontaktów):

aktywizm społeczny to dla mnie praca nieodpłatna na rzecz jakiejś zmiany, w którą wierzę (...) tak, może być odpłatny, ale zdarza się to bardzo rzadko - to spotykane jest chyba tylko w przypadku jakichś dużych organizacji międzynarodowych. Jeśli chodzi o nasze poznańskie podwórko, to szczerze mówiąc nie spotkałam się z tym. Jeśli jest to czasami odpłatne, to są to raczej małe kwoty (R06, K).

Rozumienie kwestii finansowej jest uzależnione od rozumienia aktywizmu. Dla niektórych osób aktywizmem społecznym będzie działanie na rzecz edukacji antydyskryminacyjnej w szkołach czy szerzenie idei szacunki i akceptacji w placówkach oświatowych w ramach projektów i małych grantów, których realizacja wiąże się z finansową korzyścią – będzie to zatem działanie odpłatne. Jednak z reguły, jest to aktywność dodatkowa, uzależniona od ogłaszanych konkursów m.in. przez Urząd Miasta, organizacje pozarządowe lub instytucje międzynarodowe. Kwestie finansowe nie są zatem głównym bodźcem do podejmowania określonych działań aktywistycznych ani cechą konstytutywną aktywizmu.

Motywacje aktywistek i aktywistów w kontekście działań społecznych

Osoby badane wymieniały różne powody wpływające na ich decyzję o zaangażowaniu społecznym. Wymienione przez nich przesłanki można przyporządkować trzem kategoriom:

1. chęć zmiany rzeczywistości, która rozumiana jest jako możliwość zmiany obecnej sytuacji politycznej, społecznej, kulturowej mniejszości, którą reprezentują:

zawsze gdzieś tam widziałam ten problem, dostrzegałam nierówności i bardzo chciałam coś zmienić. Uważam, że wiele rzeczy jest bardzo niesprawiedliwych i dlatego chcę to naprawiać (R08, K)

(...) zacząłem sobie uświadamiać różne niesprawiedliwości, nierówności, dyskryminacje i coraz więcej - coraz bardziej mnie to nakręcało, coraz więcej zauważałem i chciałem się zaangażować, by zmieniać tą lokalną społeczność i polską rzeczywistość (R05,M)

2. bunt, brak zgody, opozycyjność wobec aktualnych działań politycznych i ich konsekwencji. Łączy się to z pierwszą kategorią, ale ten powód wymieniany był na tyle często, że postanowiłem wyróżnić go jako osobną kategorię. Osoby badane podkreślały, że to właśnie obecna sytuacja i pogłębiające się nierówności społeczne determinowały ich decyzję, ponieważ wierzą, że wspólne działanie na rzecz zmiany zaowocuje zmianą społeczną:

nie podobało mi się to, co działo się w Polsce. Zacząłem się angażować w 2015 r., kiedy PiS doszło do władzy i chciałem wziąć udział w zmienianiu tego, co się dzieje, bo uważam, że w Polsce jest bardzo dużo do zmienienia (R02, M)

3. osobiste doświadczenia, które nie zawsze związane są z orientacją seksualną (mimo, że wszyscy respondenci są osobami o orientacji innej niż heteroseksualna), ale również z innymi doświadczeniami (np. życie jako osoba nienormatywna, kobieta, osoba pochodząca z ubogiej rodziny)

zostałem aktywistą z tego tytułu, że wiele razy dotknęła mnie homofobia i od dziecka byłem jej ofiarą, ale miałem w sobie bardzo dużo odwagi i uznałem, że nie mam zamiaru milczeć (R04, ON)

to się wiązało z moją tożsamością - wtedy zacząłem podmiotowo określać siebie i połączyłem swoje różne aktywności (R06, ON)

Analizując moment czy czas życiowy, w którym osoby aktywistyczne rozpoczęły swoją działalność, trudno jest stworzyć uniwersalny model. Jedną ze ścieżek to wzrastanie w duchu aktywistycznym już od lat wczesnych lat etapu dojrzewania czy w szkole średniej:

jak miałam 16 lat, w liceum organizowałam ze znajomymi różne wymiany polsko - ukraińskie. To było fajne, że mogłam sobie działać ze swoimi rówieśnikami, no i poznawać różne kultury i to była ta zmiana, które spowodowała, że zaczęłam się później angażować w polityczne rzeczy i tematy LGBTQ+ (R011, K)

to nie było konkretnie nastawione na aktywizm queerowy, tylko takie raczej „ekoterrorystyczne nastawienie” - dla mnie kwestią prymarną, jeżeli chodzi o aktywizm, była kwestia zmiany klimatu. Zaczęło się to w gimnazjum czy w podstawówce - byłem mocno sfokusowany na moje traumatyczne stany, że zaraz skończą nam się zasoby wody i jedzenia, wszyscy będziemy musieli emigrować, a taka moja idolka walczy o prawa osób LGBTQ+ - zastanawiałem się dlaczego, skoro zaraz będzie koniec świata. Dopiero później to wiązało się z moją tożsamością - zacząłem siebie podmiotowo określać i to zrozumiałem (R06, ON)

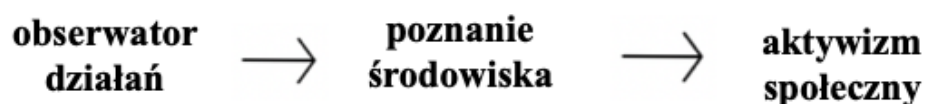
Druga droga wiąże się z brakiem zgody na obecną sytuację polityczną i społeczną w Polsce. Badani wskazywali między innymi rok 2015, kiedy w Polsce władzę objęła partia Prawo i Sprawiedliwość, w konsekwencji czego wzrosła liczba manifestacji, demonstracji i protestów:

u mnie się to zaczęło od Czarnego Protestu - taki aktywizm miejski - tak bym go nazwała, gdzie angażowałam się w rozmowy z konkretnymi grupami, z którymi możesz współpracować, planujesz wydarzenia, organizujesz życie społeczności lokalnej tak, żeby naświetlać problemy, ale myślę, że za sprawą tego, co pisałaś wcześniej albo jakie wydarzenia organizowałam z instytucjami, to zaczęło się trochę wcześniej (R10, K)

Osoby, które zaangażowały się społecznie jeszcze przed osiągnięciem pełnoletności, wspominały, że już w szkole podstawowej lub ponadpodstawowej angażowały się w różne działania. Wszyscy działali na rzecz zmiany - mniejszej lub większej. Przeważają jednak głosy, że to aktualna sytuacja polityczna w Polsce bezpośrednio wpłynęła na decyzję o zaangażowaniu się w aktywizm społeczny. Walka o równość i różnorodność społeczną stały się ważne. Osoby badane podkreślały, że rzadko stawały się aktywistkami/aktywistami z dnia na dzień. Z perspektywy czasu zaczynały postrzegać siebie jako osobę zaangażowaną w aktywizm - zaczęły doceniać i zauważać swoje zasoby, twarde i miękkie umiejętności, które umożliwiły im samookreślenie siebie jako aktywisty/aktywistki. Czytanie literatury, zwiększanie wiedzy w tym zakresie, poznanie siebie i obserwowanie różnych niepokojących zjawisk, jak twierdzili, prowadziły do buntu i braku zgody na obecną sytuację.

Choć respondentki i respondenci angażowali się w różne konkretne inicjatywy, grupy i środowiska, ze względu na poznanie innych działaczek i działaczy społecznych, zawsze był to bardzo zbliżony proces w życiu każdej/każdego z nich - od biernego odbiorcy po aktywnego działacza/działaczkę, co przedstawia zaprojektowany przeze mnie model (rys. 1).

Rysunek 1. Proces zostania aktywistą/aktywistką



Źródło: Opracowanie własne

W przedstawionym modelu obserwator działań oznacza osobę, która uczestniczy w demonstracjach, marszach, śledzi wydarzenia oraz sytuację polityczno-społeczną, obserwuje

zaangażowanie innych osób, kreuje swoje poglądy itp. Poznanie środowiska to etap, w którym potencjalny aktywista i potencjalna aktywistka wchodzi w środowisko osób zaangażowanych, rozwija swoje umiejętności przy projektach, inicjatywach czy będąc członkinią/członkiem organizacji pozarządowej. Bycie aktywistką/aktywistą dla badanych przejawia się w działaniu w świecie realnym i wirtualnym i, aktywizacji innych, walce z wykluczeniem i dyskryminacją, niezgodą na zmiany i istniejący stan, stawaniu po stronie opresjonowanych, organizowaniu i braniu udziału w marszach, manifach i demonstracjach - już nie tylko jako bierny słuchaczka/słuchacz, ale mówczyni/mówca, osoba organizacyjna, pomocnicza.

Aktywizm społeczny staje się wyborem, który powinien to być wybór przemyślany oraz odpowiedzialny. Osoba chcąca się zaangażować w działania na rzecz zmiany powinna być, w opinii badanych, świadoma dobrych i złych stron aktywizmu oraz wszystkich jego osobistych i społecznych konsekwencji.

Dobre strony aktywizmu społecznego

Zaangażowanie społeczne daje duże pole do stawiania sobie wyzwań, samorozwoju, budowania własnego kapitału społecznego, poznawania wielu osób, rozwinięcia miękkich umiejętności takich jak: radzenie sobie ze stresem, budowanie relacji, liderowanie czy wypowiadanie własnego zdania i rzecznictwa w wielu sytuacjach.

Aktywizm pomaga również w odkrywaniu w sobie wcześniej nieznanymi cech oraz testowaniu siebie w sytuacjach trudnych i kryzysowych. Wśród wymienianych plusów aktywizmu osoby badane wskazywały również dużą satysfakcję z wykonywania swojej pracy:

Dla osoby, która się angażuje, jest to bardzo szybkie rozwijanie wielu kompetencji - szczególnie wtedy, kiedy wszystko się powiedzie. Testowanie siebie również w dość granicznych sytuacjach. Jak idziemy na protest, to nie mamy tego poczucia, że ktoś zapewnia nam bezpieczeństwo. Mając takie poczucie, że tworzymy wydarzenie na tysiąc czy kilka tysięcy osób i za nich odpowiadamy i nagle to wydarzenie się uda, to naprawdę można być pod wrażeniem swoich działań i móc sobie powiedzieć: WOW, JA TO ZROBIŁEM (R03,M).

(...) można się bardzo dużo nauczyć miękkich kompetencji, np. umiejętność rozmowy z różnymi osobami oraz umiejętności twardych. Można się nauczyć pokory, bo tak naprawdę walka, którą prowadzimy to walka z wiatrakami, ale wierzymy w jej sens - cierpliwość to kolejna rzecz, której uczy aktywizm (R8,K).

Ruchy emancypacyjne dają poczucie sprawczości w sytuacjach trudnych i przemocowych. Działania we wspólnocie podnoszą morale grupy osób niezgadzających się na zaistniały stan rzeczy, dzięki czemu czują się częścią społeczności:

Myślę, że nie bez powodu takie zrywy aktywistyczne dzieją się w momentach, kiedy są jakieś kryzysy społeczne i ten aktywizm, wspólne zaangażowanie daje poczucie sprawczości w sytuacjach opresyjnych. (...) ludzie mają poczucie, że bez środków finansowych, bez miejsca w strukturach władzy są w stanie zmieniać i naginać rzeczywistość (R10, K)

Dzięki pracy aktywistek i aktywistów uświadamia się wiele osób o istniejących problemach (np. związanych z dyskryminacją osób LGBTQ+, kryzysie polityk migracyjnych czy łamaniu praw kobiet), co inicjuje dyskusje, w których osoby zaangażowane są odważnym głosem i są reprezentantami osób wykluczonych, jednocześnie będąc wsparciem dla tych, których problem dotyczy.

Organizacje, które działają na rzecz mniejszości społecznych i osób dyskryminowanych i narażonych na wykluczenie wypełniają przestrzenie, które nie są realizowane przez państwo i instytucje rządowe. Oddolnie dają wsparcie grupom opresjonowanym i występują w ich interesie. Jednocześnie tworzą miejsca przyjazne m.in. osobom LGBTQ+, w których można czuć się bezpiecznie:

my na przykład oferujemy pomoc prawną czy pomoc psychologiczną dla osób LGBTQ+, gdzie sam problem np. dyskryminacji i nienawiści ze względu na orientację seksualną nie jest widziany przez państwo, a co dopiero mówić o zagospodarowaniu tego tematu (R06, K).

Działanie mające na celu poprawę zdrowia psychicznego dla osób o orientacji innej niż heteroseksualna jest ważnym tematem, ponieważ szacuje się, że 2/3 młodzieży LGBTQ+ miała myśli samobójcze (*Sytuacja społeczna osób LGBTA w Polsce...*, 2017). Poznańska Grupa Stonewall organizuje m.in. porady indywidualne oraz grupowe, które są dedykowane młodzieży oraz osobom dorosłym.

Współpraca oraz sieciowanie aktywistek i aktywistów z lokalnymi działaczami, animatorkami i społecznikami wpływa na wzajemne wsparcie przy organizacji różnych wydarzeń. Tworzone sojusze, widoczne wsparcie i zaangażowanie różnych ruchów społecznych przyczyniają się do zwiększenia widoczności działania w danej sprawie, jak np. sojusz ruchów LGBTQ+ i feministek, który można zauważyć podczas organizacji wspólnych demonstracji czy obecność tęczyowych flag podczas protestów w obronie sądownictwa.

Perspektywa ciągłych zmian, testowanie siebie, rozwój i zwiększanie sojuszy są potrzebne w działaniu: jeśli wiem, że znam prawników i prawniczki, to rozmawiam z nim/nią na różne tematy i wiem, że mogę liczyć, że w obronie innych będą pełnić swoją pracę pro bono - to jest podstawa strategii (R01, K).

Zagrożenia (dla) aktywizmu społecznego

Konkretne działania nie zawsze przynoszą pożądane efekty oraz nie są przyjmowane entuzjastycznie przez ogół społeczeństwa. Aktywistki i aktywiści poświęcają dużo energii, czasu i siły w swoje działania, a brak namacalnych rozwiązań albo skutek odwrotny do zamierzonego może przyczynić się do zmniejszenia chęci i motywacji. Szczególnie narażone na wypalenie, zdaniem badanych, są osoby mające skłonności do oceniania swoich działań i błędów:

Dla mnie największym problemem jest teraz bardzo częste punktowanie sobie rzeczy, które robimy źle wewnątrz środowiska. Czy to się dzieje wśród osób działających w jednej sprawie, czy ściągających się, ale różniących się w podejściu - nie poglądach (...) środowisko aktywistów lewicowych konkretnie, ze względu na naturę kwestionowania rzeczy i zastanawiania się nad tym, bardzo często popada w krytykanctwo i tzw. zgniły konserwatyzm i to brzmi absurdalnie w kontekście myśli lewicowej, ale próbuje się sobie udowodnić kto ma bardziej radykalne poglądy i osoby, które są mniej radykalne są z góry krytykowane (...); zdecydowanie aktywizm skupia się za mało na narzędziach i obserwowaniu strategii przeciwnika, które prawica ma mocno rozpracowane (R10, K).

Działaczki i działacze społeczni w swojej pracy poznają dużo osobistych historii, zdarzeń z życia zarówno innych zaangażowanych osób, jak i tych, w imieniu których działają i których wspierają. Relacje tych osób oparte są na różnych, przyjemnych często trudnych doświadczeniach - jeśli nie będą one przepracowane, mogą doprowadzić do dużego obciążenia emocjonalnego i przyczynić się do wypalenia lub do pogorszenia stanu zdrowia psychicznego oraz rodzić bezradność:

W pewnym momencie zaczęłam leczyć się lekami psychotropowymi, chociaż nigdy nie pomyślałabym, że mnie może spotkać depresja, a jednak okazało się, że zestaw tych historii, zestaw tych doświadczeń doprowadził do tej sytuacji (R01, K).

Wszystkie negatywne strony zaangażowania społecznego mogą przyczynić się w pośredni lub bezpośredni sposób do zmniejszenia motywacji oraz energii potrzebnej w działaniu. Aktywistki i aktywiści narażeni są na złe emocje, które mogą skutkować wypaleniem, które może finalnie doprowadzić do rezygnacji z działalności i zaangażowania.

Tłumienie w sobie negatywnych emocji czy brak wsparcia może doprowadzić do całkowitego braku chęci angażowania się w działanie. Wypalenie aktywistyczne jest podobne do wypalenia zawodowego i składa się z trzech różnych elementów. Pierwszy to *wyczerpanie emocjonalne*, które wiąże się z indywidualnym poziomem energii, a objawia się słabszym samopoczuciem oraz wyczerpaniem emocjonalnym i fizycznym, co uniemożliwia kontynuowanie postawionych sobie celów związanych z aktywizmem. Drugim elementem jest *depersonalizacja* rozumiana jako obojętność i dystansowanie się wobec aktywistycznego działania.

Cechuje ją brak empatii, która przeradza się w cynizm wobec osób, dla których się działa. Zagrożenie, które występuje przy drugim elemencie, szczególnie przy pracy aktywistycznej, jest niebezpieczne, ponieważ trudno ją wykonywać bez entuzjazmu, pasji i chęci, które determinują nasze zaangażowanie na początku. Ostatni z elementów to *poczucie obciążonych osiągnięć*, co odnosi się do negatywnej oceny własnych działań, o czym wspomniała jedna z aktywistek. Kwestionowanie swoich aktywistycznych osiągnięć może skutkować całkowitą rezygnacją (Maslach i Gomes 2006, s. 155-172).

Zakończenie

Celem artykułu była analiza społeczności aktywistycznej działającej na rzecz równości i równouprawnienia osób LGBTQ+ na wielu płaszczyznach życia społecznego i politycznego. Każda aktywistka i każdy aktywista społeczny ma różną definicję społecznej aktywności społecznej, ale wszystkim przyświecają podobne idee i cele. Aktywizm wymaga podejmowania odpowiedzialnych decyzji, ponieważ mogą one być odbierane negatywnie przez całe społeczeństwo lub jego część. Z drugiej strony aktywizm jest przekraczaniem wyznaczonych granic, więc niektóre zachowania, choć pozornie kontrowersyjne, mogą przynieść pozytywne skutki.

Różne są powody, dla których osoby decydują się zaangażować w sprawy społeczne. Nierówności społeczne, przejawy dyskryminacji i łamanie praw człowieka oraz rosnące nastroje homofobiczne, nacjonalistyczne i ksenofobiczne skłaniają osoby niemające w sobie zgody na taką rzeczywistość do zaangażowania się w aktywizm społeczny. Wśród innych przesłanek determinujących do aktywizmu społecznego respondentek i respondentów, wymienione zostały osobiste doświadczenia, które nie zawsze są związane z orientacją seksualną, ale np. z doświadczeniem życia jako kobieta czy osoba pochodząca z biednej rodziny.

Bardzo podobnie wyglądał wśród uczestniczek/uczestników badania jest proces zostania aktywistką/aktywistą. Prawie zawsze wiąże się to z początkową obserwacją i uczestnictwem w protestach czy demonstracjach, śledzeniem obecnych wydarzeń i sytuacji polityczno - społecznych. Następnym etapem jest poznanie środowiska, a następnie stanie się jego częścią i początki aktywizmu społecznego.

Zaangażowanie społeczne, oprócz zmian dla społeczeństwa i grup mniejszościowych przynosi korzyści dla działaczek i działaczy społecznych. Dzięki działaniu na rzecz zmiany społecznej można podnieść swoje kompetencje i umiejętności miękkie. Niestety aktywiści i aktywistki społeczne_ni narażone_i są na wypalenie aktywistyczne, co często było podkreślane przez respondentki i respondentów.

Wypalenie aktywistyczne i pogorszenie swojego zdrowia psychicznego jest zagrożeniem dla osób społecznie zaangażowanych. Chęć zmiany rzeczywistości może zostać przyćmiona złymi emocjami, trudnymi historiami i brakiem wsparcia. Ważne w zachowaniu balansu emocjonalnego jest znalezienie czasu na odpoczynek oraz przestrzeń na działania inne niż aktywistyczne. Aktywistki i aktywiści mierzą się z wieloma trudnościami, ale mimo to dostrzegają pozytywne strony działania społecznego, dzięki czemu nie rezygnują ze swoich praktyk.

Wypalenie aktywistyczne staje się coraz powszechniejsze, a dla aktywistek i aktywistów organizowane są warsztaty oraz webinaria dotyczące zjawiska. Na przykład *Amnesty International* zorganizowało w maju 2019r. spotkanie, którego celem było wypracowanie skutecznych i zrównoważonych sposobów na działania zapobiegające wypaleniu, podobne spotkanie zorganizował *Inny Świat* oraz inne lokalne inicjatywy. W internecie można znaleźć (np. na *Facebooku* oraz forach internetowych) grupy wsparcia dla aktywistek i aktywistów.

Temat aktywizmu społecznego jest ważny z kilku powodów. Przede wszystkim dlatego, że działania aktywistyczne są dynamiczne i zależne od sytuacji politycznych, społecznych i kulturowych, a ich konsekwencją mogą być zmiany społeczne. Aktywistki i aktywiści społeczni działają w różnych obszarach, dlatego ciekawą wydaje się być analiza działań konkretnych kategorii oraz sojuszy między działaczami i działaczkami. Równie wartościowe byłoby zbadanie dyskryminacji wewnątrz grupy oraz braku inkluzywności w grupach aktywistycznych oraz postulatach, o które walczą. Przedstawione badania zrealizowane zostały na niewielkiej grupie respondentek i respondentów, ale warto byłoby je poszerzyć - zwiększyć próbę badawczą, bardziej ją zróżnicować oraz skupić się na poszczególnych częściach (np. motywacji, doświadczeń oraz dokonać analizy SWOT z perspektywy osób badanych). Również temat wypalenia aktywistycznego i sposobów na przeciwdziałanie mu jest problemem badawczym wartym podjęcia, zarówno od strony naukowej, jak i społecznej w perspektywie zmieniających się nastrojów społecznych i politycznych.

Bibliografia

- Besta T., Jaśko K., Grzymała - Moszczyńska J. Górka P. red. 2019. *Walcz, protestuj, zmieniaj świat*. Sopot: Smak Słowa
- Bilewicz M., Bulska D., Hansen K., Solar W., Świdorska A. Wiśniewski M. red. 2017. *Mowa nienawiści. Mowa pogardy. Raport z badań przemocy werbalnej wobec grup mniejszościowych*. Warszawa: Fundacja im. Stefana Batorego.
- Count Love. 2018. *Demonstration Across the Country*. <http://countlove.org>. Dostęp: 25.02.2020
- Chuboda E. 2011. *Literatura i Homoseksualność*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN
- Karpieszuk W. 2017. Manifa w Warszawie. Było więcej osób niż w zeszłym roku. „Szukam lekarza bez sumienia”. *Gazeta Wyborcza*, 5.03.2017. <https://warszawa.wyborcza.pl/warszawa/7,54420,21455935,manifa-w-warszawie-kobiety-wychodza-na-ulice.html>. Dostęp: 17.03.2020
- Kochanowski J(2013). *Socjologia Seksualności*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN
- Kubicki P. 2017. Od miejskiego aktywizmu do miejskich ruchów społecznych. *Annales Universitatis Mariae Curie - Skłodowska, sectio K- Politologia, Vol 26, No2*:. 174 - 180 (DOI:10.17951/k.2017.24.2.173)
- Lizurej M. 2011. *Sytuacja ruchów LGBT w Polsce*. Warszawa: Interalli
- Maslach C., Leiter M. P.2005. Reversing burnout: How to rekindle your passion for your work. *Stanford Social Innovation Review*, Winter 2005: 43-49.
- Nowak S. 2014. *Homofobia W: Encyklopedia Gender*. Warszawa: Czarna Owca, s. 198-200
- Podemski K. 2017. Manifestacje w polskiej kulturze politycznej. *Czas Kultury*, 4:6-11.
- Parada i Marsze Równości - Kalendarz*. 2019. <https://mnw.org.pl/parada-i-marsze-rownosci-2019/>. Dostęp: 29.03.2020
- Rodzoń - Malek J. 2012. *W jaki sposób mówi się w polszczyźnie o homoseksualizmie i osobach homoseksualnych? Analiza leksyki na podstawie danych leksykograficznych i tekstowych*. Praca doktorska. Warszawa: Uniwersytet Warszawski, Wydział Polonistyki.
- Skitka L. 2010. The psychology of moral conviction. *Social and Personality Psychology Compass*, 4: 267-281 (DOI: 10.1111/j.1751-9004.2010.00254)
- Sztompka P. 2015. *Socjologia zmiany społecznej*. Kraków: Wydawnictwo Znak.

Świder M., Winiewski M. red. 2017. *Sytuacja społeczna osób LGBTA w Polsce. Raport za lata 2015-2016*. Warszawa: Kampania Przeciw Homofobii

Tomasik K. 2018. Jak warszawskiego Ruchu Homoseksualnego nie zarejestrowano. *Queer.pl*, 3.08.2018 <https://queer.pl/arttykul/201630/fragment-nowego-wydania-gejerel-mniejszosci-seksualne-w-prlu-krzysztof-tomasik>. Dostęp: 29.03.2020