

性别多样化和跨性别儿童

作者：Jason Rafferty MD, MPH, EdM, FAAP

有些儿童的性别认同与其出生时指定的性别不同，他们有很多可能与另一种性别一致的兴趣和爱好。

有些儿童，如美国儿科学会（American Academy of Pediatrics）的解释，不认为自己属于两种性别之一。他们可能感觉自己属于两者之间的某处或者没有性别。父母会问这是否“只是一个阶段”是很自然的。但是，并没有一个简单的答案。



定义

性别多样化：用于描述当人们的性别认同、表达或甚至是感知与其他人期待的常态和刻板印象不一致时，人们可能应用的一组不断演变发展的标签的伞式术语。

性别认同：某人对自己是谁的内在感知，以生物学特征、发展影响和环境条件的相互作用为基础。这可能是男性、女性、两者之间、两者的组合或两者皆非。性别认同的自我认知随着时间的推移发展，与儿童身体发展的方式基本相同。

性取向：某人的性认同与某人爱上谁或被谁吸引有关。是跨性别者的人依然可以认为自己是异性恋者、同性恋者、双性恋者或其他。与性别认同一样，某人认为相同或不同性别之成员在身体和情感上有吸引力是不可改变的，并且很难在童年早期预期。

跨性别者：通常在性别多样化特征随着时间的推移保持不变、一致且很坚持时使用该术语。

接受您孩子的性别多样化认同

研究表明，性别是我们与生俱来的；它不会因为任何干预行为有变化。非常重要的一点是，一定要让您的孩子感觉他们因为最真实的自己被爱、被接受。

当披露他们的性别多样化认同时，有些孩子可能期待即刻的接受和理解。但也有证据显示，家庭成员会经历他们自己的过程，对孩子的性别认同、想法和感受变得越来越没有问题、可以理解。一个模型建议，这个过程类似于悲伤的几个阶段：震惊、否认、愤怒、讨价还价和接受。

与性别多样化儿童在他们的感受得到探究和验证时表现最好一样，一些父母也可能需要他们自己的情绪支持。他们还可能在孩子的旅程中有很多问题。

父母可以做的事情有：

当您的孩子向您披露他们的认同时，以一种肯定、支持的方式回应。理解虽然性别认同无法改变，但其经常会随着人们对他们自己有更多的了解逐渐透露出来。

接受和爱您的孩子，接受真实的他/她。尝试理解他们在感受和经历的事情。即使有不同意见，他们还是将需要您的支持和认可，以发展成健康的青少年和成年人。

在您的孩子被不当对待时为孩子挺身而出。不要使您的孩子可能面临的社交压力或欺凌显得不重要。参阅您可以如何帮助您的孩子避免和应对欺凌。

明确说明基于性别、性别认同或性取向的诋毁或笑话是不会被容忍的。当您在社区或媒体上遇到这些类型的笑话或诋毁时，表达您对这些内容的不满。

留意可能表明需要心理健康支持的危险迹象，包括您的孩子和其他可能没有支持来源之人有的焦虑、没有安全感、抑郁、自卑以及任何情绪问题。

帮助您的孩子了解 LGBTQ 组织、资源和活动。他们知道自己不是独自一人很重要。

以各种形式歌颂多样化。提供获得书籍、电影和材料的机会—包括那些积极代表性别多样化个人的材料。指出为 LGBTQ 社区挺身而出的 LGBTQ 名人和榜样，以及在面对社会污名时表现地很勇敢的普通人。

支持您孩子的自我表达。与他们展开关于他们选择的话题的对话，包括着装、首饰、发型、朋友和房间装饰。

如果您感觉有必要加深您自己对 LGBTQ 青年体验的理解，可主动联系教育、资源和支持。参与给性别多样化青年家庭的资源。

性别肯定护理

性别肯定护理以相信所有儿童均可从爱和支持中获益为基础。性别肯定护理的目标不是治疗，而是倾听儿童，并且在父母和家庭的帮助下，建立理解。

有的时候，意见不同可能导致焦躁无奈。但对话依然可以是相互尊重的。通过与患者和他们的家庭建立非判断性的牢固伙伴关系，儿科医师可打造一个安全的环境，与性别相关的复杂情绪、疑问和担心可在这个环境下得到重视和探究。性别肯定护理在与可获得医疗、心理健康和社会服务的合作系统中最有效，包括为父母和家庭提供特定资源。

提供给性别多样化青年的心理健康支持

支持或拒绝最终对青年的性别认同有极小的影响；但它可能会在很大程度上影响青少年是否能够开诚布公地分享或讨论他们对自己的认同和感受有的担心。性别多样化认同和表达不是心理障碍，但压制性别担心可以伤害儿童的情绪健康和发展，很有可能引发高比例的抑郁症、焦虑和其他心理健康问题。

很大比例的青少年自杀尝试与性别和性欲问题有关，尤其是感觉被拒绝。很多男同性恋、女同性恋、双性恋和跨性别之人很不幸地在他们一生中尝试自杀。

作为父母，即使当您很难理解并且可能无法有一致的看法时，您需要履行的最重要的职能是表示理解、尊重和无条件地爱您的孩子。这能建立信任，使您处在更好的位置，以帮助他们度过艰难时刻。研究表明，如果跨性别青少年在他们的生活中即使仅有一位支持人员，也会在很大程度上降低他们自杀的风险。

跨性别和性别多样化儿童—与所有儿童一样，需要家庭、学校和社会的支持、爱和关怀。当他们在成长和发展的过程中有支持、有被爱时，孩子会逐渐长大成为快乐健康的成年人。儿科医师在一旁做好准备，随时协助跨性别和性别多样化儿童的健康发展。

当您与孩子的儿科医师交谈时

尽早且经常与您孩子的儿科医师交谈。建议儿科医师在孩子还在上学前班时便开始与他们展开关于身体、感受和关系的对话。儿科医师可以帮助他们理解和重视困难的感受和担忧。

一定要认识到的一点是，跨性别偏好和游戏是儿童探索性别和关系过程中的正常组成部分，不管他们在今后的性别认同是什么。关于性别的常规对话可营造一个支持、使他们放心的环境，以使儿童感觉可以安心地提出问题和担忧。在家继续这些对话也是一个很好的做法。对于父母或儿科

医师来说，最好的方法是非判断性地提出问题，在贴上任何标签或有假定之前，使孩子能够谈论他们的体验和感受。

如果孩子有困难，表现出抑郁、焦虑、孤立或其他情绪问题，他们可能需要见可提供额外支持的心理健康专业人士。如果您的孩子提及任何自杀想法，则应该立即将其告知您的儿科医师或心理健康专业人士。

如需了解更多信息或需要为您自己或孩子找到支持小组的帮助，请与您的儿科医师交谈。询问您的儿科医师通过电话或视频电话的远程医疗问诊是否是一个选项。您的孩子可能会感觉在家中更愿意与他们的医生聊天。

对于青少年来说，远程医疗问诊应该在一个尽可能私密的地方进行，以使他们能够与医生有一对一的对话。您可以与医生做好计划，安排好在他们与您家的青少年私下交流之前或之后进行交谈。如果使用的是视频电话，而您的孩子或青少年希望关闭摄像头，他们可以询问医生是否可以做。远程医疗问诊还可以被用于跟进问诊，以检查您的孩子的进展。

关于 Rafferty 医生：

Jason Rafferty (MD、MPH、EdM、FAAP) 是一名“Triple Board”实习医生毕业生，其是 Rhode Island 的一家以患者为中心的医疗之家—Thundermist Health Centers 的儿科医师兼儿童精神病学家。

Rafferty 医生专攻青少年用药精神障碍以及性别和性发展，还在 Hasbro Children's Hospital 和 Emma Pendleton Bradley Hospital 从事相关的专科临床工作。Rafferty 医生在他当地的社区和全国水平是一名倡导者，通过与美国儿科学会 (American Academy of Pediatrics) 合作，解决年轻男性的情绪健康、LGBTQ 青年获得保健、预防童年无家可归等问题。