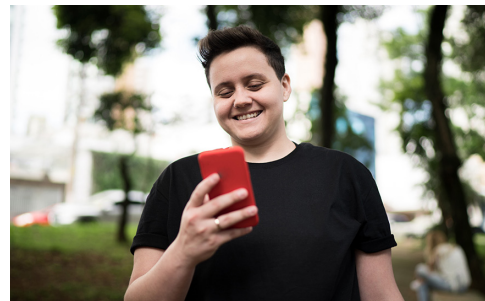


Gender-Diverse & Transgender na Mga Bata

Ni: Jason Rafferty MD, MPH, EdM, FAAP

Ang ilang mga bata ay may pagkakakilanlan ng kasarian na iba sa kanilang kasarian na itinalaga sa kapanganakan, at marami ang may mga interes at libangan na maaaring umaayon sa ibang kasarian.

Ang ilang mga bata, tulad ng pinaliwanag ng American Academy of Pediatrics, ay hindi kumikilala sa alinmang kasarian. Maaaring pakiramdam nila ay nasa pagitan sila o walang kasarian. Likas sa mga magulang na magtanong kung ito ay “isang yugto lamang.” Ngunit, walang madaling sagot.



Mga Kahulugan

- **Gender diverse:** Isang sumasaklaw na termino upang ilarawan ang isang patuloy na umuusbong na hanay ng mga label na maaaring ilapat ng mga tao kapag ang kanilang pagkakakilanlan ng kasarian, pagpapahayag, o kahit na pananaw ay hindi umaayon sa mga pamantayan at stereotype na inaasahan ng iba.
- **Pagkakakilanlang kasarian:** Ang panloob na pakiramdam ng isang tao kung sino siya, batay sa isang interaksyon ng mga biyolohikal na katangian, mga impluwensya sa pag-unlad, at mga kondisyon sa kapaligiran. Maaaring ito ay lalaki, babae, sa isang lugar sa pagitan, kumbinasyon ng pareho o hindi alinman. Ang pagkilala sa sarili sa pagkakakilanlan ng kasarian ay nabubuo sa paglipas ng panahon, katulad ng paraan ng pisikal na katawan ng isang bata.
- **Seksuwal na oryentasyon:** Ang sekswal na pagkakakilanlan ng isang tao na nauugnay sa kung kanino siya umiibig o naaakit. Ang isang taong transgender ay kinikilala pa rin bilang straight, gay, bisexual o iba pa. Tulad ng pagkakakilanlan ng kasarian, ang pisikal at emosyonal na pagkahumaling ng isang indibidwal sa isang miyembro ng pareho o kabaligtaran ng kasarian ay hindi mababago at napakahirap hulaan sa maagang pagkabata.
- **Transgender:** Karaniwang ginagamit kapag ang mga katangian ng magkakaibang kasarian ay nananatiling paulit-ulit, pare-pareho, at mapilit sa paglipas ng panahon.

Pagtanggap sa pagkakakilanlan na gender-diverse ng iyong anak

Minumungkahi ng pananaliksik na ang kasarian ay bagay na pinanganak tayong mayroon; hindi ito mababago ng anumang mga pamamagitan. Napakahalaga na madama ng mga bata na mahal sila at tinatanggap kung sino sila.

Kapag isiniwalat ang kanilang pagkakakilanlan na gender diverse, maaaring asahan ng ilang bata ang agarang pagtanggap at pag-unawa. Gayunpaman, may katibayan na ang mga miyembro ng pamilya ay dumaan sa kanilang sariling proseso ng pagiging mas komportable at pag-unawa sa pagkakakilanlan ng kasarian, pag-iisip, at damdamin ng isang bata. Iminumungkahi ng isang modelo na ang proseso ay kahawig ng mga yugto ng kalungkutan: pagkabigla, pagtangga, galit, pakikipagtawaran, at pagtanggap.

Kung paanong ang mga bata na may iba't ibang kasarian ay pinakamahusay na ginagawa kapag ang kanilang mga damdamin ay ginalugad at napatunayan, ang ilang mga magulang ay maaaring mangailangan ng kanilang sariling emosyonal na suporta. Maaaring marami rin silang katanungan sa paglalakbay ng kanilang anak.

Ano ang magagawa ng mga magulang:

- **Kapag ibinunyag ng iyong anak ang kanilang pagkakakilanlan sa iyo, tumugon sa isang nagpapatibay at sumusuportang paraan.** Unawain na bagama't hindi mababago ang pagkakakilanlan ng kasarian, kadalasang nabubunyag ito sa paglipas ng panahon habang natutuklasan ng mga tao ang higit pa tungkol sa kanilang sarili.

- **Tanggapin at mahalín ang iyong anak bilang sila.** Subukang unawain kung ano ang kanilang nararamdaman at nararanasan. Kahit na may mga hindi pagkakasundo, kakailanganin nila ang iyong suporta at pagpapatunay upang maging malusog na kabataan at matatanda.
- **Manindigan para sa iyong anak kapag sila ay minamaltrato.** Huwag bawasan ang panlipunang panggigipit o pananakot na maaaring kinakaharap ng iyong anak. Tingnan Kung Paano Mo Matutulungan ang Iyong Anak na Iwasan at Matugunan ang Bullying.
- **Gawing malinaw na ang mga paninira o biro batay sa kasarian, pagkakakilanlan ng kasarian, o oryentasyong sekswal ay hindi pinahihintulutan.** Ipahayag ang iyong hindi pag-apruba sa mga ganitong uri ng biro o paninira kapag nakatagpo mo sila sa komunidad o media.
- **Mag-ingat sa mga senyales ng panganib** na maaaring magpahiwatig ng pangangailangan para sa suporta sa kalusugan ng isip, tulad ng pagkabalisa, kawalan ng kapanatagan, depresyon, mababang pagpapahalaga sa sarili, at anumang emosyonal na problema sa iyong anak at sa iba pa na maaaring walang mapagkukunan ng suporta kung hindi man.
- **Ikonekta ang iyong anak sa mga organisasyon, mapagkukunan, at kaganapan ng LGBTQ.** Mahalagang malaman nila na hindi sila nag-iisa.
- **Ipagdiwang ang pagkakaiba-iba sa lahat ng anyo.** Magbigay ng access sa iba't ibang aklat, pelikula, at materyal—kabilang ang mga positibong kumakatawan sa mga indibidwal na magkakaibang kasarian. Ituro ang mga LGBTQ celebrity at role model na naninindigan para sa LGBTQ na komunidad, at mga tao sa pangkalahatan na nagpapakita ng katapangan sa harap ng social stigma.
- **Suportahan ang sariling ekspresyon ng anak mo.** Makipag-usap sa kanila tungkol sa kanilang mga pagpipilian ng damit, alahas, hairstyle, kaibigan, at dekorasyon sa silid.
- **Abutin ang edukasyon, mapagkukunan, at suporta** kung sa palagay mo ay kailangan mong palalimin ang iyong sariling pang-unawa sa mga karanasan ng kabataan sa LGBTQ. Tingnan ang Mga Pangsuportang Dulugan para sa Mga Pamilya ng Gender Diverse na Kabataan.

Pag-aalagang apirmatibo sa kasarian

Ang pag-aalagang apirmatibo sa kasarian ay batay sa paniniwala na ang lahat ng bata ay nakikinabang sa pagmamahal at suporta. Ang layunin ng pag-aalagang apirmatibo sa kasarian ay hindi paggamot; ito ay upang makinig sa isang bata at, sa tulong ng mga magulang at pamilya, bumuo ng pang-unawa.

Minsan, ang mga hindi pagkakasundo ay maaaring magdulot ng pagkainis. Pero, maaaring manatiling marespeto ang pag-uusap. Sa pamamagitan ng matibay, hindi mapanghusgang pakikipagsosyo sa mga pasyente at kanilang mga pamilya, ang mga pediatrician ay lumikha ng isang ligtas na kapaligiran kung saan ang mga kumplikadong emosyon, mga tanong, at mga alalahanin na may kaugnayan sa kasarian ay maaaring pahalagahan at tuklasin. Ang pag-aalagang apirmatibo sa kasarian ay pinakamabisa sa isang sistemang nagtutulungan na may access sa mga serbisyong medikal, kalusugan ng isip, at panlipunan, kabilang ang mga partikular na mapagkukunan para sa mga magulang at pamilya.

Suporta sa kalusugan ng isip para sa mga kabataang gender diverse

Ang suporta o pagtanggì sa huli ay may maliit na impluwensya sa pagkakakilanlang pangkasarian ng kabataan; gayunpaman, maaari itong lubos na makaapekto sa kakayahan ng kabataan na hayagang ibahagi o talakayin ang mga alalahanin tungkol sa kanilang pagkakakilanlan at damdamin. Ang mga pagkakakilanlan at ekspresyon ng gender-diverse ay hindi mga sakit sa pag-iisip, ngunit ang pagsugpo sa mga alalahanin sa kasarian ay maaaring makapinsala sa emosyonal na kalusugan at pag-unlad ng isang bata at posibleng mag-ambag sa mataas na antas ng depresyon, pagkabalisa, at iba pang mga isyu sa kalusugan ng isip.

Ang isang malaking proporsyon ng mga pagtatangkang magpakamatay ng mga teenager ay nauugnay sa mga isyu ng kasarian at seksualidad, partikular na ang mga damdamin ng pagtanggì. Maraming gay, lesbian, bisexual, at transgender na indibidwal ang sa kasamaang-palad ay nagtatangkang magpakamatay habang nabubuhay sila.

Bilang isang magulang, kahit na nahihirapan kang umunawa at maaaring hindi magkaintindihan, ang pinakamahalagang tungkulin mo ay mag-alok ng pang-unawa, paggalang, at walang pasubali na pagmamahal para sa iyong anak. Ito ay bumubuo ng tiwala at inilalagay ka sa isang mas mahusay na posisyon upang tulungan sila sa mga mahihirap na oras. **Ipinakita ng pananaliksik na kung ang isang transgender na teen ay may kahit isang taong sumusuporta sa kanilang buhay, ito ay lubos na nakakabawas sa kanilang panganib ng pagpapakamatay.**

Ang mga batang transgender at gender-diverse – tulad ng lahat ng bata – ay nangangailangan ng suporta, pagmamahal at pangangalaga mula sa pamilya, paaralan at lipunan. Kapag sinusupportahan at minamahal habang sila ay lumalaki at umuunlad, ang mga bata ay nagiging maligaya at malusog na matatanda. Nakahanda ang mga Pediatrician na tumulong sa malusog na pag-unlad ng mga batang transgender at magkakaibang kasarian.

Kailan kakausapin ang pediatrician ng anak mo

Kausapin ang pediatrician ng anak mo nang maaga at madalas. Inirekomenda na simulan ng mga pediatrician ang pakikipag-usap sa mga bata na kasing bata pa ng preschool tungkol sa kanilang mga katawan, damdamin, at relasyon. Matutulungan sila ng mga Pediatrician na maunawaan at pahalagahan ang mahihirap na damdamin at alalahanin.

Mahalagang makilala na ang mga cross-gender na kagustuhan at ang paglalaro ay karaniwang bahagi ng normal na bahagi ng pagalugad sa kasarian at mga relasyon para sa mga bata anuman ang kanilang pagkakakilanlan sa kasarian sa hinaharap. Ang mga nakagawiang pag-uusap tungkol sa kasarian ay lumilikha ng isang kapaligiran ng suporta at katiyakan upang ang mga bata ay makaramdam ng ligtas sa pagsasabi ng mga tanong at alalahanin. Ito rin ay magandang kasanayan para sa pagpapatuloy ng mga talakayang ito sa bahay. Ang pinakamahusay na diskarte, para sa mga magulang o pediatrician, ay ang walang paghuhusga na magtanong ng mga tanong na nagpapahintulot sa bata na pag-usapan ang tungkol sa kanilang karanasan at damdamin bago maglapat ng anumang mga label o pagpapalagay.

Kung ang iyong anak ay nahihirapan sa mga sintomas ng depresyon, pagkabalisa, pagbubukod, o iba pang emosyonal na alalahanin, maaaring kailanganin nilang magpatingin sa isang mental health professional na maaaring mag-alok ng karagdagang suporta. Kung binanggit ng iyong anak ang anumang pag-iisip ng pagpapakamatay, dapat itong ipaalam kaagad sa iyong pediatrician o mental health professional.

Para sa karagdagang impormasyon o tulong sa paghahanap ng grupo ng suporta para sa iyong sarili o sa iyong anak, mangyaring makipag-usap sa iyong pediatrician. Tanungin ang iyong pediatrician kung ang isang telehealth na pagpapatingin sa telepono o video call ay isang opsiyon. Maaaring maging mas kumportable ang anak mo na kausapin ang doktor nila mula sa tahanan.

Para sa mga teen, ang telehealth na pagpapatinging ay dapat maganap sa kasing pribadong lugar hangga't posible para maaari silang magkaroon ng one-on-one na pag-uusap sa doktor. Maaari kang gumawa ng plano sa doktor tungkol sa pakikipag-usap bago o makalipas nilang pribadong kausapin ang teen mo. Kung ito ay video call, at mas nais ng teen mo na naka-off ang camera, maaari nilang tanungin sa kanilang doktor kung okay iyon. Ang mga telehealth na pagbisita ay magagamit din para sa mga follow-up na pagbisita para suriin ang progreso ng anak mo.

Tungkol Kay Dr. Rafferty

Si Jason Rafferty, MD, MPH, EdM, FAAP, ay isang “Triple Board” residency na graduate na isang pediatrician at child psychiatrist sa Thundermist Health Centers, isang Patient-Centered Medical Home sa Rhode Island. Espesyalista siya sa adolescent substance use disorders at gender at sexual development, at nagpa-practice din sa mga kaugnay na specialty na klinika sa Hasbro Children’s Hospital at Emma Pendleton Bradley Hospital. Si Dr. Rafferty ay isang tagapagtanggol sa kanyang lokal na komunidad at sa pambansang lebel sa pamamagitan ng trabaho sa American Academy of Pediatrics sa mga isyu kasama ang emosyonal na kalusugan ng mga batang kalalakihan, access sa pag-aalaga sa LGBTQ na kabataan, at prebensiyon ng kawalan ng tirahan sa panahon ng kabataan.