



Trẻ em Đa dạng giới & Chuyển giới

Tác giả: Jason Rafferty MD, MPH, EdM, FAAP

Một số trẻ có bản dạng giới khác với giới tính được chỉ định sau sinh và nhiều trẻ có thể có sở thích và thú vui phù hợp với giới tính khác.

Theo giải thích của Viện Hàn lâm Nhi khoa Hoa Kỳ, một số trẻ rơi vào trường hợp rối loạn phân định giới tính. Trẻ có thể cảm thấy như đang ở đâu đó giữa hai giới hoặc không có giới tính. Đương nhiên, các bậc cha mẹ sẽ đặt câu hỏi “phải chăng đó chỉ là giai đoạn nhất thời của trẻ”. Thế nhưng thực sự rất khó để trả lời.



Các định nghĩa

- **Đa dạng giới:** Thuật ngữ chung dùng để chỉ những người có bản dạng giới, thể hiện giới hoặc thậm chí nhận thức về giới không phù hợp với các chuẩn mực và khuôn mẫu mà người khác mong đợi.
- **Bản dạng giới:** Là sự nhận thức chủ quan của một người về giới của bản thân họ, dựa trên các đặc điểm sinh học, các ảnh hưởng trong quá trình phát triển và điều kiện môi trường. Bản dạng giới của một người có thể là nam, nữ, ở đâu đó ở giữa hai giới, kết hợp cả hai hoặc không. Sự nhận thức chủ quan về bản dạng giới phát triển theo thời gian, giống như sự phát triển cơ thể của một đứa trẻ.
- **Xu hướng tình dục:** Là bản dạng tình dục của một người vì nó liên quan đến người mà người đó phải lòng hoặc bị thu hút. Một người đã chuyển giới vẫn có thể xác định mình là người thẳng, đồng tính nam, song tính hay gì đó khác. Giống như bản dạng giới, sự hấp dẫn về thể chất và tình cảm của một cá nhân đối với người cùng giới hoặc khác giới không thể thay đổi và rất khó đoán trước khi còn nhỏ.
- **Người chuyển giới:** Thường được sử dụng khi các đặc điểm đa dạng giới vẫn tồn tại, nhất quán và không đổi theo thời gian.

Hãy chấp nhận bản dạng đa dạng giới của con quý vị

Nghiên cứu cho rằng giới tính là thứ mà chúng ta sinh ra với và không thể bị thay đổi bởi bất kỳ sự can thiệp nào. Điều tối quan trọng là trẻ em cảm thấy được yêu thương và chấp nhận con người của chúng.

Khi quyết định tiết lộ bản dạng đa dạng giới của mình, trẻ thường mong đợi sự chấp nhận và thông cảm ngay lập tức. Tuy nhiên, thường thì các thành viên trong gia đình sẽ cần có thời gian để trở nên thoải mái hơn và thấu hiểu hơn về bản dạng giới, suy nghĩ và cảm xúc của trẻ. Quá trình này tương tự như các giai đoạn của đau buồn: sốc, từ chối, tức giận, mặc cả và chấp nhận.

Giống như ở trẻ đa dạng giới khi cảm xúc của chúng được khám phá và xác nhận, một số cha mẹ có thể cần đến sự hỗ trợ về mặt tinh thần. Họ cũng có thể có nhiều câu hỏi trong suốt hành trình của trẻ.

Cha mẹ có thể làm gì:

- **Khi con quý vị tiết lộ bản dạng giới của chúng với quý vị, hãy thể hiện rằng quý vị chấp nhận và ủng hộ trẻ.** Quý vị cần hiểu rằng mặc dù bản dạng giới là không thể thay đổi nhưng trẻ cần thời gian để khám phá sâu hơn về bản thân và sẽ tiết lộ khi chúng sẵn sàng.
- **Hãy chấp nhận và yêu thương con quý vị như chúng vốn có.** Cố gắng hiểu cảm xúc của trẻ và những gì trẻ đang trải qua. Ngay cả khi có bất đồng, trẻ sẽ cần sự hỗ trợ và chấp nhận của quý vị để trưởng thành một cách lành mạnh.
- **Hãy bình vực con quý vị khi trẻ bị ngược đãi.** Đừng tìm cách giảm áp lực xã hội hoặc sự bắt nạt mà con quý vị có thể phải đối mặt. Cách để giúp con quý vị tránh và Giải quyết Tình trạng Bắt nạt.

- **Hãy nói rõ rằng quý vị không chấp nhận những lời nói không đúng mực hoặc đùa cợt dựa trên giới tính, bản dạng giới hoặc khuynh hướng tình dục.** Hãy bày tỏ sự không đồng tình khi quý vị bắt gặp những hành vi đùa cợt hoặc chế diễu này trong cộng đồng hoặc trên phương tiện truyền thông.
- **Đề phòng các dấu hiệu nguy hiểm** cho thấy trẻ có thể cần đến sự hỗ trợ sức khỏe tâm thần, chẳng hạn như lo lắng, bất an, trầm cảm, lòng tự trọng thấp và bất kỳ vấn đề cảm xúc nào ở con quý vị và cả những người khác nếu họ cần sự hỗ trợ.
- **Kết nối con quý vị với các tổ chức, nguồn lực và sự kiện LGBTQ.** Điều quan trọng là trẻ phải biết chúng không đơn độc.
- **Đề cao sự đa dạng dưới mọi hình thức.** Hỗ trợ trẻ tiếp cận các loại sách báo, phim ảnh và tài liệu - bao gồm cả những tài liệu đại diện tích cực cho các cá nhân đa dạng giới. Kể về những người nổi tiếng thuộc giới LGBTQ, những hình mẫu ủng hộ cộng đồng LGBTQ và những người thể hiện bản lĩnh khi đối mặt với sự kỳ thị của xã hội.
- **Ủng hộ trẻ tự thể hiện bản thân.** Trò chuyện và thảo luận với trẻ về lựa chọn của trẻ đến cách ăn mặc, đồ trang sức, kiểu tóc, bạn bè và vật trang trí trong phòng.
- **Tiếp cận với tài liệu, nguồn lực và sự hỗ trợ** nếu quý vị cảm thấy cần tìm hiểu sâu hơn về trải nghiệm của giới trẻ LGBTQ. Xem Nguồn lực Hỗ trợ cho các Gia đình có Trẻ Đa dạng giới.

Chăm sóc chấp nhận giới

Chăm sóc chấp nhận giới dựa trên niềm tin rằng mọi trẻ em đều cần nhận được tình yêu thương và sự hỗ trợ. Mục tiêu của chăm sóc chấp nhận giới không phải là điều trị mà là lắng nghe trẻ và, với sự hỗ trợ của cha mẹ và gia đình, xây dựng sự hiểu biết.

Đôi khi, những bất đồng có thể khiến ta thất vọng. Thế nhưng, ta cần tiếp tục cuộc trò chuyện với sự tôn trọng. Dựa trên mối quan hệ gần gũi, không phán xét với bệnh nhân và gia đình của họ, bác sĩ nhi khoa tạo ra một môi trường an toàn cho phép khám phá và đánh giá những cảm xúc, câu hỏi và mối quan tâm phức tạp liên quan đến giới. Chăm sóc chấp nhận giới có hiệu quả nhất khi áp dụng trong một hệ thống hợp tác đảm bảo khả năng tiếp cận các dịch vụ y tế, dịch vụ sức khỏe tâm thần và dịch vụ xã hội, bao gồm các nguồn lực cụ thể dành cho cha mẹ và gia đình.

Hỗ trợ sức khỏe tâm thần cho trẻ đa dạng giới

Sự ủng hộ hay từ chối không ảnh hưởng nhiều đến bản dạng giới của trẻ, tuy nhiên, có thể khuyến khích hay ngăn cản trẻ chia sẻ hoặc thảo luận cởi mở về những mối quan tâm liên quan đến bản dạng và cảm xúc của trẻ. Bản dạng và thể hiện đa dạng giới không phải là bệnh rối loạn tâm thần, nhưng việc kìm nén những lo lắng về giới có thể gây hại cho sức khỏe tinh thần và sự phát triển của trẻ và có thể góp phần làm tăng tỷ lệ trầm cảm và các vấn đề sức khỏe tâm thần khác.

Một tỷ lệ lớn trẻ vị thành niên tìm cách tự tử xuất phát từ các lý do liên quan đến giới tính và tình dục, đặc biệt là cảm giác bị từ chối. Nhiều trẻ đồng tính nam, đồng tính nữ, song tính và chuyển giới từng tìm cách tự tử.

Là cha mẹ, ngay cả khi quý vị thấy khó chấp nhận và đồng tình với trẻ, vai trò quan trọng nhất của quý vị là thể hiện sự thấu hiểu, tôn trọng và tình yêu vô điều kiện. Điều này tạo dựng lòng tin và đặt quý vị vào vị trí tốt hơn để giúp trẻ vượt qua những giai đoạn khó khăn. **Nghiên cứu đã chỉ ra rằng nếu trẻ chuyển giới thậm chí chỉ cần có một người ủng hộ họ trong cuộc sống thì nguy cơ tự tử sẽ giảm đáng kể.**

Trẻ chuyển giới và đa dạng giới - giống như mọi trẻ khác - cần được gia đình, nhà trường và xã hội hỗ trợ, yêu thương và chăm sóc. Trẻ được hỗ trợ và yêu thương trong quá trình phát triển sẽ trở thành những người hạnh phúc và lành mạnh. Các bác sĩ nhi khoa luôn sẵn sàng hỗ trợ sự phát triển lành mạnh của trẻ chuyển giới và đa dạng giới.

Khi nào cần nói chuyện với bác sĩ nhi khoa

Hãy nói chuyện với bác sĩ nhi khoa của con quý vị sớm và thường xuyên. Bác sĩ nhi khoa nên bắt đầu các cuộc trò chuyện với trẻ khi còn nhỏ về cơ thể, cảm xúc và các mối quan hệ của chúng. Bác sĩ nhi khoa có thể giúp trẻ hiểu và đánh giá cảm giác khó khăn và lo lắng.

Điều quan trọng là phải nhận ra rằng việc trẻ có những sở thích và chơi những trò chơi khác giới là một phần bình thường của quá trình khám phá giới tính và các mối quan hệ của trẻ bất kể trẻ sẽ mang bản dạng giới gì trong tương lai. Các cuộc trò chuyện thường xuyên về giới tính tạo ra một môi trường hỗ trợ và trấn an để trẻ cảm thấy an toàn khi đưa ra các câu hỏi và mối quan tâm. Cha mẹ cũng nên tiếp tục các cuộc thảo luận này ở nhà. Đối với cả cha mẹ hoặc bác sĩ nhi khoa, cách tiếp cận tốt nhất là đặt những câu hỏi không mang tính phán xét để khuyến khích trẻ chia sẻ về trải nghiệm và cảm xúc của chúng trước khi gán nhãn hoặc đưa ra bất kỳ giả định nào về giới tính của trẻ.

Nếu con quý vị đang phải vật lộn với các triệu chứng trầm cảm, lo lắng, cô lập hoặc những mối quan tâm về cảm xúc khác, trẻ có thể cần đến gặp chuyên gia sức khỏe tâm thần để được hỗ trợ thêm. Nếu con quý vị hé lộ về ý định tự tử, thì quý vị nên đưa trẻ đến bác sĩ nhi khoa hoặc chuyên gia sức khỏe tâm thần ngay lập tức.

Nếu quý vị muốn biết thêm thông tin hoặc tìm nhóm hỗ trợ cho chính quý vị hoặc con quý vị, vui lòng nói chuyện với bác sĩ nhi khoa của quý vị. Hãy hỏi bác sĩ nhi khoa của quý vị xem liệu một cuộc thăm khám telehealth qua điện thoại hoặc cuộc gọi video có phải là một lựa chọn tốt không. Con quý vị có thể cảm thấy thoải mái hơn khi nói chuyện với bác sĩ từ nhà.

Đối với thanh thiếu niên, buổi thăm khám telehealth nên diễn ra ở một nơi càng riêng tư càng tốt để trẻ có thể trò chuyện trực tiếp với bác sĩ. Quý vị có thể cùng với bác sĩ lên kế hoạch về việc nên nói chuyện trước hay sau khi bác sĩ có buổi trò chuyện riêng với con quý vị. Nếu đó là một cuộc gọi video và con quý vị muốn tắt camera, trẻ có thể hỏi bác sĩ xem điều đó có ổn không. Quý vị có thể yêu cầu sử dụng điện thoại cho các lần tái khám để bác sĩ kiểm tra sự tiến bộ của con quý vị.

Giới thiệu về Tiến sĩ Rafferty

Jason Rafferty, MD, MPH, EdM, FAAP đã tốt nghiệp chương trình đào tạo bác sĩ nội trú “Triple Board”, hiện là bác sĩ nhi khoa và bác sĩ tâm thần trẻ em tại Trung tâm Y tế Thundermist ở Rhode Island. Tiến sĩ Rafferty có chuyên môn về rối loạn sử dụng chất kích thích và phát triển giới tính và tình dục ở tuổi vị thành niên. Ông đang hành nghề tại phòng khám chuyên khoa liên quan thuộc Bệnh viện Nhi Hasbro và Bệnh viện Emma Pendleton Bradley. Tiến sĩ Rafferty là nhà vận động chính sách trong cộng đồng địa phương và ở cấp quốc gia thông qua cộng tác với Viện hàn lâm Nhi khoa Hoa Kỳ về các vấn đề liên quan đến sức khỏe tinh thần của nam thanh niên, khả năng tiếp cận dịch vụ chăm sóc sức khỏe cho thanh thiếu niên LGBTQ và ngăn ngừa tình trạng trẻ em trở thành vô gia cư.