

性別多樣化和跨性別兒童

作者：Jason Rafferty MD, MPH, EdM, FAAP

有些兒童的性別認同與其出生時指定的性別不同，他們有很多可能與另一種性別一致的興趣和愛好。

有些兒童，如美國兒科學會（American Academy of Pediatrics）的解釋，不認為自己屬於兩種性別之一。他們可能感覺自己屬於兩者之間的某處或者沒有性別。父母會問這是否「只是一個階段」是很自然的。但是，並沒有一個簡單的答案。

定義

性別多樣化：用於描述當人們的性別認同、表達或甚至是感知與其他人期待的常態和刻板印象不一致時，人們可能應用的一組不斷演變發展的標籤的傘式術語。

性別認同：某人對自己是誰的內在感知，以生物學特徵、發展影響和環境條件的相互作用為基礎。這可能是男性、女性、兩者之間、兩者的組合或兩者皆非。性別認同的自我認知隨著時間的推移發展，與兒童身體發展的方式基本相同。

性取向：某人的性認同與某人愛上誰或被誰吸引有關。是跨性別者的人依然可以認為自己是異性戀者、同性戀者、雙性戀者或其他。與性別認同一樣，某人認為相同或不同性別之成員在身體和情感上有吸引力是不可改變的，並且很難在童年早期預期。

跨性別者：通常在性別多樣化特徵隨著時間的推移保持不變、一致且很堅持時使用該術語。

接受您孩子的性別多樣化認同

研究表明，性別是我們與生俱來的；它不會因為任何干預行為有變化。非常重要的一點是，一定要讓您的孩子感覺他們因為最真實的自己被愛、被接受。

當披露他們的性別多樣化認同時，有些孩子可能期待即刻的接受和理解。但也有證據顯示，家庭成員會經歷他們自己的過程，對孩子的性別認同、想法和感受變得越來越沒有問題、可以理解。一個模型建議，這個過程類似於悲傷的幾個階段：震驚、否認、憤怒、討價還價和接受。

與性別多樣化兒童在他們的感受到探究和驗證時表現最好一樣，一些父母也可能需要他們自己的情緒支援。他們還可能在孩子的旅程中有很多問題。

Formatted: Font color: Red

Formatted: Font color: Red

Formatted: Font color: Red

父母可以做的事情有：

當您的孩子向您披露他們的認同時，以一種肯定、支援的方式回應。理解雖然性別認同無法改變，但其經常會隨著人們對他們自己有更多的瞭解逐漸透露出來。

接受和愛您的孩子，接受真實的他/她。嘗試理解他們在感受和經歷的事情。即使有不同意見，他們還是將需要您的支援和認可，以發展成健康的青少年和成年人。

在您的孩子被不當對待時為孩子挺身而出。不要使您的孩子可能面臨的社交壓力或欺凌顯得不重要。參閱您可以如何幫助您的孩子避免和應對欺凌。

明確說明基於性別、性別認同或性取向的詆毀或笑話是不會被容忍的。當您在社區或媒體上遇到這些類型的笑話或詆毀時，表達您對這些內容的不滿。

留意可能表明需要心理健康支援的危險跡象，包括您的孩子和其他可能沒有支持來源之人有的焦慮、沒有安全感、抑鬱、自卑以及任何情緒問題。

幫助您的孩子瞭解 LGBTQ 組織、資源和活動。他們知道自己不是獨自一人很重要。

以各種形式歌頌多樣化。提供獲得書籍、電影和材料的機會——包括那些積極代表性別多樣化個人的材料。指出為 LGBTQ 社區挺身而出的 LGBTQ 名人和榜樣，以及在面對社會汙名時表現地很勇敢的普通人。

支持您孩子的自我表達。與他們展開關於他們選擇的話題的對話，包括著裝、首飾、髮型、朋友和房間裝飾。

如果您感覺有必要加深您自己對 LGBTQ 青年體驗的理解，可主動聯繫教育、資源和支持。參與給性別多樣化青年家庭的資源。

性別肯定護理

性別肯定護理以相信所有兒童均可從愛和支持中獲益為基礎。性別肯定護理的目標不是治療，而是傾聽兒童，並且在父母和家庭的幫助下，建立理解。

Formatted: Font color: Red

Formatted: Font color: Red

有的時候，意見不同可能導致焦躁無奈。但對話依然可以是相互尊重的。通過與患者和他們的家庭建立非判斷性的牢固夥伴關係，兒科醫師可打造一個安全的環境，與性別相關的複雜情緒、疑問和擔心可在這個環境下得到重視和探究。性別肯定護理在與可獲得醫療、心理健康和社會服務的合作系統中最有效，包括為父母和家庭提供特定資源。

提供給性別多樣化青年的心理健康支援

支持或拒絕最終對青年的性別認同有極小的影響；但它可能會在很大程度上影響青少年是否能夠開誠佈公地分享或討論他們對自己的認同和感受有的擔心。性別多樣化認同和表達不是心理障礙，但壓制性別擔心可以傷害兒童的情緒健康和發展，很有可能引發高比例的抑鬱症、焦慮和其他心理健康問題。

很大比例的青少年自殺嘗試與性別和性欲問題有關，尤其是感覺被拒絕。很多男同性戀、女同性戀、雙性戀和跨性別之人很不幸地在他們一生中嘗試自殺。

作為父母，即使當您很難理解並且可能無法有一致的看法時，您需要履行的最重要的職能是表示理解、尊重和無條件地愛您的孩子。這能建立信任，使您處在更好的位置，以幫助他們度過艱難時刻。研究表明，如果跨性別青少年在他們的生活中即使僅有一位支持人員，也會在很大程度上降低他們自殺的風險。

跨性別和性別多樣化兒童——與所有兒童一樣，需要家庭、學校和社會的支援、愛和關懷。當他們在成長和發展的過程中有支持、有被愛時，孩子會逐漸長大成為快樂健康的成年人。兒科醫師在一旁做好準備，隨時協助跨性別和性別多樣化兒童的健康發展。

何時與您孩子的兒科醫師交談

儘早且經常與您孩子的兒科醫師交談。建議兒科醫師在孩子還在上學前班時便開始與他們展開關於身體、感受和關係的對話。兒科醫師可以幫助他們理解和重視困難的感受和擔憂。

一定要認識到的一點是，跨性別偏好和遊戲是兒童探索性別和關係過程中的正常組成部分，不管他們在今後的性別認同是什麼。關於性別的常規對話可營造一個支援、使他們放心的環境，以使兒童感覺可以安心地提出問題和擔憂。在家繼續這些對話也是一個很好的做法。對於父母或兒科醫師來說，最好的方法是非判斷性地提出問題，在貼上任何標籤或有假定之前，使孩子能夠談論他們的體驗和感受。

Formatted: Font color: Red

Formatted: Font color: Red

如果孩子有困難，表現出抑鬱、焦慮、孤立或其他情緒問題，他們可能需要見可提供額外支援的心理健康專業人士。如果您的孩子提及任何自殺想法，則應該立即將其告知您的兒科醫師或心理健康專業人士。

如需瞭解更多資訊或需要為您自己或孩子找到支持小組的幫助，請與您的兒科醫師交談。詢問您的兒科醫師通過電話或視頻電話的遠程醫療問診是否是一個選項。您的孩子可能會感覺在家中更願意與他們的醫生聊天。

對於青少年來說，遠程醫療問診應該在一個盡可能私密的地方進行，以使他們能夠與醫生有一對一的對話。您可以與醫生做好計劃，安排好他們與您家的青少年私下交流之前或之後進行交談。如果使用的是視頻電話，而您的孩子或青少年希望關閉攝像頭，他們可以詢問醫生是否可以這麼做。遠程醫療問診還可以被用於跟進問診，以檢查您的孩子的進展。

關於 Rafferty 醫生：

Jason Rafferty (MD、MPH、EdM、FAAP) 是一名「Triple Board」實習醫生畢業生，其是 Rhode Island 的一家以患者為中心的醫療之家 — Thundermist Health Centers 的兒科醫師兼兒童精神病學家。Rafferty 醫生專攻青少年用藥精神障礙以及性別和性發展，還在 Hasbro Children's Hospital 和 Emma Pendleton Bradley Hospital 從事相關的專科臨床工作。Rafferty 醫生在他當地的社區和全國水平是一名倡導者，通過與美國兒科學會 (American Academy of Pediatrics) 合作，解決年輕男性的情緒健康、LGBTQ 青年獲得保健、預防童年無家可歸等問題。

Formatted: Font color: Red