



## Sálfræði virkar – fræðsluefni: Kynami hjá fullorðnum og ungmennum.

Skilningur okkar á kyni og kynama er í stöðugri þróun. Það sem hér fer á eftir er samantekt á núverandi skilningi okkar samkvæmt núverandi hugmyndum og rannsóknum. Þessar upplýsingar munu verða endurskoðaðar reglulega svo að þær innihaldi nýjar kenningar og gögn.

### Hvað er kynami?

Flestir eru í litlum vafa um kyn sitt og sjá sig sem annað hvort karlkyns eða kvenkyns. Hins vegar hafa margir flæðandi tilfinningu fyrir kyni sínu. Aðrir upplifa ósamræmi á milli sinnar innri tilfinningu fyrir kyni (kynvitund) og líkamlegu kyni (sem almennt passar við það kyn sem var ákvarðað við fæðingu). Til dæmis að hafa karlkyns kynfæri og hafa alist upp sem karl en skilgreina sig frekar sem kvenkyns.

Kynami vísar til vansældar sem sumir finna fyrir gagnvart líkamlegu kynferði og/eða kynhlutverki. Hugtakið trans (transgender) vísar til margra ólíkra leiða sem manneskja getur upplifað kynvitund sína utan hinna einföldu flokka kvenkyns eða karlkyns.

Margir efast um hugmyndina um að karlkyn og kvenkyn séu stöðugar andstæður og sjá þessa flokka sem ófullnægjandi til að lýsa þeirra eigin reynslu. Fræðimenn hafa lagt til að það gæti verið meira við hæfi að hugsa um kyn á rófi eða í mörgum flokkum. Aðrir hafa lagt til kynhlutleysi og færa rök fyrir því að eiginleikar, hegðun og hlutverk ættu að vera aðskilin frá kyni.

### Kynami hjá unglíngum

Kynami hjá unglíngum getur haft í för með sér þunglyndi, kvíða og hegðunarvanda, sem getur allt aukið á tilfinningalegan vanda unglíngsins.

Meðferðarstaðlar sem eru settir fram af Heimssamtökun fagfólks fyrir transgender heilbrigði (WPATH, áður The Harry Benjamin International Gender Dysphoria Association; Meyer et al., 2001) taka skýra afstöðu gegn líkamlegum inngripum fyrir 16 ára aldur. Þeir leggja til að skurðaðgerðir séu aðeins framkvæmdar eftir 18 ára aldur og eftir að einstaklingurinn hefur lifað í því kyngervi sem hann óskar í að minnsta kosti tvö ár. Kynþroskabælandi hormón eru stundum notuð fyrir unglínga til þess að þeir hafi meiri tíma til að kanna kynvitund sína áður en þeir upplifa líkamlegar breytingar sem fylgja kynþroska (Cohen- Kettenis, Delemarre-van de Waal, & Gooren, 2008).



## Kynami hjá fullorðnum og breytingaferlið

Ýmsir valkostir eru í boði fyrir fullorðna með kynama. Einhverjir velja að lifa samkvæmt ákvörðuðu/líkamlegu kyni og leggjast ekki í neinar líkamlegar breytingar. Aðrir velja að lifa samkvæmt eigin kynvitund en án þess að gera neinar líkamlegar breytingar.

Margt fólk með kynama kemur aðeins fyrir á þann hátt sem samræmist tilfinningu þeirra fyrir kyni (kynvitund), í vissum aðstæðum eins og til dæmis innan um ákveðinn vinahóp. Þetta er reyndar það sem við gerum flest á mörgum sviðum lífs okkar. Til dæmis eru margir sem sýna frekar íhaldssamari hlið á sér innan um vinnufélaga sína en þeir gera innan um nána vini. Sumt fullorðið fólk með kynama velur að gera breytingar á líkama sínum. Það getur gert það með hormónameðferð, háreyðingu, skurðaðgerð á bringu/brjóstum, öðrum februnaraðgerðum eða skurðaðgerð á kynfærum.

Til þess að fólk geti farið í líkamleg inngríp þar sem líkama er breytt í samræmi við kynvitund þarf að ganga í gegnum mat hjá geðheilbrigðisstarfsmanni með sérþekkingu á þessu sviði. Greiningarviðmið fyrir kynáttunarfanda þarf einnig að uppfylla. Greiningar- og tölfræðihandbókin um geðraskanir (The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders / DSM-IV TR; American Psychiatric Association, 2000) skilgreinir greiningarviðmiðin á eftirfarandi hátt: (a) Sterk og viðvarandi þrá eftir að tilheyra hinu kyninu; (b) Viðvarandi óþægindi með eigið ákvarðað kyn eða tilfinning fyrir því að það kynhlutverk sé óviðeigandi; (c) Manneskjan er ekki intersex<sup>1</sup>; og (d) Manneskjan upplifir greinilegt álag eða skerðingu félagslega, í vinnu eða á öðrum sviðum lífsins sem afleiðingu kynama síns.

Klínískar leiðbeiningar, The Standards of Care, (Meyer et al., 2001) mæla með því að hormónameðferð og skurðaðgerðir verði aðeins gerðar ef meðmæli liggja fyrir frá geðheilbrigðisstarfsfólki með sérþekkingu í kynsemdarröskunum. Oft er krafist meðmæla frá tveimur slíkum geðheilbrigðisstarfsmönnum.

Kröfurnar eru hins vegar mismunandi á milli landa/svæða og fólki sem er að íhuga líkamleg inngríp er ráðlagt að ráðfæra sig við geðheilbrigðisstarfsfólk í sinni byggð sem hefur sérþekkingu á þessu sviði. Hérlandis getur Transteymi Landspítalans orðið að liði.

Fólk sem velur breytingaferli (að breyta útliti sínu í samræmi við kynvitund) gerir það í nokkrum skrefum. Þessi skref fela eftirfarandi í sér: (a) Hormónameðferð til að gera

---

<sup>1</sup> Intersex ástand eða röskun á kynþroska, vísar til fjölbreytileika í erfðum og fósturþroska sem geta gert það erfitt að ákvarða kyn við fæðingu.



líkamann karlmannlegri eða kvenlegri; (b) „Lífsreynsluna“, þar sem manneskjan aðlagast sínu nýja kynhlutverki eða kynhlutverki í þróun, í sínu daglega lífi og (c)

Kynleiðréttingaraðgerð þar sem líkama er breytt með skurðaáðgerð til að endurspeglar kynvitund þeirra.

Hugtökin „karl-í-konu“ og „kona-í-karl“ eru helst notuð í fræðiheimum til að auðkenna í hvaða átt breytingarnar eru og kynhlutverkið sem manneskjan hefur valið. Einstaklingur sem er fæddur með líkamleg einkenni karls sem skilgreinir sig kvenkyns, er vísað til sem karl-í-konu transgender einstaklings eða transkonu. Þeir sem fæddir eru með líkamleg einkenni konu sem skilgreina sig sem karlkyns er vísað til sem konu-í-karl transgender einstaklings eða transmanns. Flest transfólk kys sjálf að nota hugtökin transkona og transmaður og þykir óviðeigandi að vísa til þess kyns sem var ákvarðað við fæðingu þeirra.

Hlutverk sálfræðings sem vinnur með fullorðnum með kynáttunarvanda felur venjulega eftirfarandi í sér: Að greina kynama skjólstaðingsins, að greina og veita meðferð við hverskonar geðrænum vanda sem er samhliða kynama, eins og kvíða eða lyndistengdum vanda, veita ráðgjöf og fræðslu í sambandi við möguleg meðferðarúrræði og hvað þau fela í sér, ákvarða hvenær viðkomandi er tilbúinn til að undirgangast hormónameðferð eða skurðaáðgerð (ef um alvarlegt þunglyndi eða ranghugmyndir er að ræða er ekki mælt með óafturkræfum læknisfræðilegum inngripum), að fylgja eftir skjólstaðingum og aðstoða þá við að aðlagast breytingum á lífi sínu í ferlinu og að upplýsa og fræða fjölskyldumeðlimi, vinnuveitendur og stofnanir um kynama.

### **Hversu algengur er kynami?**

Um aldamótin var staðan sú að um það bil 1 af hverjum 11.000 (0.009%) körlum og 1 af 30.000 (0.003%) konum leitaði sér meðferðar vegna kynama á sérhæfðum meðferðarstöðum (Bakker, van Kesteren, Gooren, & Bezemer, 1993; Cohen-Kettenis & Gooren, 1999). Þessar tölur hafa breyst nokkuð og voru töluvert vanmat á þeim fjölda fólks sem fann fyrir einhvers konar kynama. Undanfarin ár hefur verið stöðug aukning á fjölda þeirra sem leita sér aðstoðar vegna þessa. Dregið hefur úr kynjamun og fjöldi líffræðilegra kvenna sem leitar sér aðstoðar vegna kynama hefur stóraukist á síðustu árum. Stór hópur fólks með kynama leitar sér aldrei meðferðar, líklega að hluta til, vegna neikvæðra viðhorfa sem er tengjast vandanum.

### **Hvað veldur kynama?**

Nákvæm orsök kynama er óþekkt. Vísindamenn hafa reynt að komast að því hversu stór hluti kynama er af náttúrulegum orsökum (líffræðileg áhrif) annarsvegar eða vegna umhverfisins (félagsleg eða umhverfisáhrif) hins vegar. Gögn benda til þess að hvort tveggja hafi áhrif. Til dæmis sýna rannsóknir að erfðaþættir og hormónáhrif í fósturumhverfi geti



haft áhrif á kynvitund. Hins vegar virðist kynvitund líka verða fyrir áhrifum þess umhverfis sem barn er alið upp í. Í reynd mótum við félagslega hegðun barna með tilliti til kyns allt frá fæðingu.

Mikilvægt er að taka fram að mörgum með fjölbreytilega kynvitund líður vel með kynvitund sína, myndi ekki uppfylla greiningarviðmið fyrir kynsemdarröskun og aldrei leita sér meðferðar.

Þó að kynami hafi verið álitinn geðheilbrigðisvandi í nútímasögunni hefur það ekki alltaf verið þannig. Í skráðri sögu má finna margar lýsingar á fólki, úr mörgum menningarheimum, sem þösuðu ekki í einfalda flokkun karla eða kvenna. Í sumum tilvikum var þetta fólk mikils metið og álitíð heilagt fyrir þá dyggð sína að hafa innsæi í bæði karllæga og kvenlega heima. Það er mikilvægt að muna að hugmyndin um tvö andstæð kyn gæti verið nýleg vestræn hugmynd.

## Úrræði

Transteymi Landspítalans sinnir greiningu, ráðgjöf og meðferð transfólks. Í teyminu eru geðlæknir, sálfræðingar, félagsráðgjafi/fjölskylduráðgjafi, talmeinafræðingur, innkirtlasérfræðingar og skurðlæknar.

## Hvar get ég nálgast meiri upplýsingar?

Þú getur haft samband við Transteymi Landspítalans, Samtökin '78 og Trans Ísland.

## Heimildir

American Psychiatric Association. (2000). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (4th ed., Text Revision). Washington, DC: Author.

Bakker, A., van Kesteren, P. J., Gooren, L. J., & Bezemer, P. D. (1993). The prevalence of transsexualism in The Netherlands. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 87, 237-238. Adolescents and Adults

Cohen-Kettenis, P. T., Delemarre-van de Waal, H. A., & Gooren, L. J. G. (2008). The treatment of adolescent transsexuals: Changing insights. *Journal of Sexual Medicine*, 5, 1892-1897.

Cohen-Kettenis, P. T., & Gooren, L. J. G. (1999). Transsexualism: A review of etiology, diagnosis, and treatment. *Journal of Psychosomatic Research*, 46, 315-333.



Meyer, W., Bockting, W. O., Cohen-Kettenis, P., Coleman, E., DiCeglie, D., Devor, H., et al. (2001). The Harry Benjamin International Gender Dysphoria Association's Standards of Care for Gender Identity Disorders, 6th version. *Journal of Psychology and Human Sexuality*, 13, 1 – 30.

[www.gedheilsa.is](http://www.gedheilsa.is)

Þýtt og staðfært af [www.mymh.ca](http://www.mymh.ca) fyrir Sálfræðingafélag Íslands með leyfi frá kanadíska sálfræðingafélaginu. Upprunalegur texti: "Psychology Works" Fact Sheet: Gender Dysphoria in Adolescents and Adults, höfundar: Jacqueline N. Cohen, Ph.D., R.Psych., East Coast Forensic Hospital, Dartmouth, NS and Kevin G. Alderson, Ph.D., R.Psych., University of Calgary, Calgary, AB.

Ef þú hefur spurningar eða ábendingar varðandi efni síðunnar hafðu þá samband við okkur á [gedheilsa@sal.is](mailto:gedheilsa@sal.is)

Sálfræðingafélag Íslands

Borgartúni 6

105 Reykjavík

[www.sal.is](http://www.sal.is)