



## Sálfræði virkar – fræðsluefni: Kynfjölbreytileiki hjá börnum

### Hvað er kynfjölbreytileiki?

Flestir eru í litlum vafa um kyn sitt og sjá sig sem annað hvort karlkyns eða kvenkyns. Flestir upplifa samræmi á milli fæðingar- eða ákvarðaðs kyns síns og líkamlegs kyns og kynvitundar.

Margir efast um hugmyndina um að karlkyn og kvenkyn séu stöðugar andstæður. Fræðimenn hafa lagt til að það gæti verið meira við hæfi að hugsa um kyn á rófi eða að það hafi marga flokka. Aðrir hafa lagt til afstöðu til kynhlutleysis og færa rök fyrir því að eiginleikar, hegðun og hlutverk ættu að vera aðskilin frá kyni.

Vert er að hafa í huga að hugmyndin um tvö andstæð kyn gæti verið nýleg vestræn hugmynd. Í skráðri sögu má finna ýmsar lýsingar á fólki, úr mörgum menningarheimum, sem passaði ekki í einfalda flokkun karla eða kvenna. Í sumum tilvikum var þetta fólk mikils metið og álitit heilagt fyrir þá dyggð sína að hafa innsæi í bæði karllæga og kvenlega heima.

Mörg hugtök hafa verið sett fram til að lýsa börnum og unglingum sem ögra kynjaviðmiðum, þar á meðal kynfjölbreytileiki, fljótandi kyn, skapandi kyn og kynsjálfstæði. Margir líta svo á að fjölbreytileiki í kynvitund barna sé hluti af fjölbreytileika mannkynsins en ekki sjúklegt ástand eða röskun (e.g., Pyne, 2014). Að vera kynsegin (gender non-conforming) er ekki geðheilbrigðisvandí. Það er ekkert rangt eða skaðlegt við að hafa eiginleika og hegðun sem samsvarar ekki kynjaviðmiðum.

Það er mikilvægt að greina á milli fjölbreytileika í kyni/kynsjálfstæði og kynnama. Kynsjálfstæð börn geta verið sáttt við fæðingarkyn sitt en ögra og færa mörk félagslegra karla/stráka og kvenna/stúlkna kynhlutverka. Þau gætu hafnað karla/stráka og kvenna/stúlkna tvíhyggju alfarið eða skilgreint sig skýrt og greinilega í samræmi við kyn sem er annað en fæðingarkyn þeirra (Pyne, 2014). Hugtakið transgender er líka stundum notað til að vísa til barna sem stöðugt og viðvarandi tjá kynvitund gagnstæðs kyns og upplifa að kynferði þeirra sé ólíkt þeirra fæðingar- eða ákvörðuðu kyni. Transgender börn og unglingar gætu verið líklegri til að tjá kynnama (þ.e. vansæld tengda líkama eða því að fæðingarkyn samræmist ekki þeirra innri tilfinningu fyrir kynferði).

### Hvað er kynami?

Fólk með kynama upplifir ósamræmi á milli þess kyns sem það hefur fengið ákvarðað (oftast við fæðingu og vísað er til sem fæðingarkyns) og kynvitundar/kynþjáningar sinnar (APA, 2013). Kynami vísar til vansældar eða þjáningar vegna þessa misræmis.



Kynami er geðgreining sem kemur í stað hinnar (að sumra mati meira sjúkdómsgerandi) DSM-IV greiningar kynáttunarvandi (Gender Identity Disorder). Greiningar- og tölfræðihandbókin um geðraskanir, 5. útgáfa (DSM-5; American Psychiatric Association, 2013) gerir grein fyrir viðmiðum fyrir kynama hjá börnum á eftirfarandi hátt: (A) Ber merki um ósamræmi á milli eigin upplifunar og tjáningar á kyni og ákvörðuðu kyni (hefur varað í a.m.k. 6 mánuði) og (B) Klínískt marktæk þjáning eða skerðing í félagslífi, skóla eða öðru sviði virkni tengd þessu ósamræmi.

Síðasta skilyrðið er mjög mikilvægt: Formleg greining krefst þess að ósamræmi á kyni leiði til umtalsverðrar þjáningar og/eða vandamála fyrir einstaklinginn. Að vera með fljótandi kyn, kynsjálfstæð, kynfjölbreytt, kynskapandi eða kynsegin en ekki endilega tengt þjáningu og ætti sem slíkt ekki að vera talin röskun.

Að meta tíðni kynsjálfstæðis og kynama meðal barna og unglunga er erfitt vegna hindrana tengdum rannsóknum, meðferð og birtingu (Meier og Harris, APA upplýsingablað). Það er ekki hægt að spá fyrir um hvort kynsjálfstæð börn komi til með að skilgreina sig sem ciskynja (ekki-trans) fullorðnir, kynfljótandi/kynsegin á fullorðinsárum eða sem transgender einstaklingar sem sækjast eftir félagslegri og/eða læknisfræðilegri breytingu (Pyne, RHO upplýsingablað). Sumar rannsóknir gefa til kynna að kynfjölbreytileiki minnki með aldrinum en þó gæti þetta stafað af þrýstingi til að samræmast kynhlutverkum fremur en raunverulegum breytingum á kynvitund.

Rannsóknir gefa til kynna svo ekki verður um villst að börn „verða fyrir skaða vegna höfnunar frá fjölskyldu og samfélaginu og vegna tilrauna til að breyta kynvitund þeirra og kyntjáningu" (Minter, 2012, p. 422). Sálfræðingar ættu að vera meðvitaðir um að Heimssamtök fagfólks transgender heilbrigðis (WPATH) hafa lýst því yfir að meðferðir sem miðast að því að breyta kynvitund einstaklings (stundum vísað til sem „viðsnúningsmeðferð") eru ekki siðferðislega réttar. Reyndar gefa rannsóknarniðurstöður í auknum mæli til kynna að tilraunir til að breyta kynvitund fólks valdi skaða.

Meðferðarlíkön sem staðfesta kyn, sem miðast við að afbrennimerkja kynfjölbreytileika, hjálpa börnum að byggja upp seiglu og verða sáttari með sig og sjálfsmýnd sína og hjálpa foreldrum að styðja barnið sitt, tengjast betri útkomu á geðheilbrigði.

Sumir (en ekki allir) kynbreytilegir/kynsjálfstæðir/kynfljótandi/kynsegin unglingar munu vilja eða þurfa breytingar, sem geta falið í sér félagslegar breytingar (breyttur klæðaburður, nafn, fornafn) og fyrir eldri ungmenni og unglunga, læknisfræðilegar breytingar (hormóna, skurðaðgerðir) (RHO upplýsingablað). Meðferðin getur verið stopphormón, krosshormón eða skurðaðgerð með það að markmiði að breyta líkamanum svo hann verði í samræmi við kynvitund þeirra. Getan til að gera breytingar (félagslega og læknisfræðilega) er oft nauðsynleg í meðferð kynama.



## Hvert er hlutverk sálfræðingsins?

Sálfræðingurinn getur aðstoðað við að gera mat til að skýra greiningu á kynama og til að útiloka eða taka með í reikninginn önnur áhyggjuefni tengd geðheilbrigði.

Sálfræðingar geta hjálpað börnum og fjölskyldum þeirra við að takast á við þjáningar tengdum kynama og tengdum vandamálum og aðstæðum þar sem aðrir hafa minni skilning á sjálfstjáningu barnsins og hegðun. Börnum með kynama og fjölskyldum þeirra gæti nýst sálfræðileg meðferð sem miðar að því að hjálpa þeim með lyndis- og kvíðatengd vandamál, sem eru ekki óalgeng, en geta og geta ekki verið tengd kynjamálum. Sálfræðingurinn getur líka hjálpað barninu og fjölskyldu að stýra ákvörðunum tengdum tímasetningum og umfangi félagslegra breytinga ef þau óska að fylgja því. Sálfræðingur getur líka hjálpað barninu að takast á við hvers konar erfiðleika sem stafa af því að tjá kyn sitt ólíkt félögum sínum.

Að lokum hefur fjölskyldan í auknum mæli verið skilgreind sem mikilvægur hluti íhlutunar. Mikilvægi stuðnings frá fjölskyldu og samþykkis fyrir transgender ungmenni með tilliti til betri geðheilsu, sjálfsmats og marktækrar lækkunar á sjálfsvígstíðni hefur komið fram í nýlegum rannsóknum (e.g., Veale et al., 2015). Sálfræðingar geta veitt foreldrum aðstoð með tilliti til þess að hjálpa þeim að komast að því með hvaða hætti þeir geti best stutt barn sitt og kyntjáningu þess.

Sálfræðingar geta einnig þjónað hlutverki málsvara fyrir börn og fjölskyldur þeirra til að tryggja að skólaumhverfið samþykki það og komi til móts við kynfjölbreytileika ungmenna og kyntjáningu þeirra.

## Úrræði hérlendis:

Þú getur leitað til Barna- og unglingsgeðdeildar Landspítalans (BUGL) til að fá upplýsingar um tilvísun, greiningu og meðferð barna og unglinga.

Samtökin '78 og Trans Ísland get einnig veitt upplýsingar og fræðslu.

## Heimildir:

American Psychiatric Association. (2003). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (, DC: Author. Meier, C., & Harris, J. APA Fact Sheet: Gender diversity and transgender identity in children.

Minter, S. (2012). Supporting transgender children: New legal, social, and medical approaches. *Journal of Homosexuality*, 59, 422-433.



Pyne, J. (2014). Gender independent kids: A paradigm shift in approaches to gender non-conforming children. *Canadian Journal of Human Sexuality*, 23(1), 1-8.

Pyne, J., and Rainbow Health Ontario (2015). RHO Fact Sheet: Supporting gender independent children and their families.

Veale, J. Saewyc, D., Frohard-Dourlent, H., Dobson, S., Clark, B & the Canadian Trans Youth Health Survey Research Group (2015). *Being safe, being me: Results of the Canadian Trans Youth Health Survey*. Vancouver, BC: Stigma and Resilience Among Vulnerable Youth Centre, School of Nursing, University of British Columbia.

[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 Children, höfundur: Jennifer Ducharme, Ph.D., C Psych., University of Manitoba, fyrir kanadíska sálfræðingafélagið, 2015.

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)