

**Sasha Ayad, Lisa Marchiano** in **Stella O'Malley** so terapevtke z obsežnimi izkušnjami in svežimi pogledi na spol. Poleg svetovanja tisočim družinam so sodelovale pri več pomembnih pobudah. Pomagale so ustanoviti GETA, mednarodno zvezo terapevtov, ki si prizadevajo zagotoviti premišljene oblike zdravljenja za utemeljene skrbi glede psihičnega zdravja, brez vsiljevanja ideoloških ali političnih ciljev. Poleg tega je Stella ustanoviteljica ustanove Genspect, mednarodne zveze profesionalcev, transspolnih oseb, oseb, ki so opravile detranzicijo, starševskih skupin in drugih, ki si prizadevajo za zdrav pristop do vprašanj o spolu.

---

Avtoricam je uspelo zagotoviti razumljiv vodnik o spolni identiteti, namenjen staršem in tistim, ki skrbijo za otroke in mladostnike. Našle so način, kako na zelo neposreden način govoriti o tem zapletenem vprašanju ter ohraniti povezanost/skladnost brez poenostavljanja. Vseh pogosto zastavljenih vprašanj in dilem se lotevajo na načine, ki se bodo izkazali za izjemno koristne. V žalostni zgodovini tega vprašanja so bili starši s strani ponudnikov »zdravstvene oskrbe« otrok in mladostnikov pogosto odrinjeni na rob, kar je bilo izredno škodljivo. Ta knjiga to popravlja. Poleg odgovora na resnične potrebe družin in skrbnikov, bi jo morali prebrati tudi poklicni strokovnjaki, ki se ukvarjajo z otroki in mladostniki, ne glede na to, ali je spolna identiteta njihovo področje zanimanja ali ne.

Dr. David Bell, upokojeni psihiater svetovalec  
in nekdanji guverner ustanove Tavistock and Portman NHS Trust

Modra in sočutna pomoč za starše, ki se spopadajo z izjemno težkim starševstvom, temelji na bogatih izkušnjah avtoric kot terapevtk za mlade z disforijo spola. Božji dar za osamljene in obupane starše, ki poskušajo narediti najboljše za svojega trans-identificiranega otroka.

Kathleen Stock, avtorica knjige *Material Girls*

Starši otrok, ki izrazijo transspolno identiteto, se pogosto znajdejo v svetu zmede in nasprotij. Te izvrstne avtorice z jasnim pogledom – vse z bogatimi kliničnimi izkušnjami – so napisale priročnik za družine za preživetje v nujnih primerih.

Abigail Shrier, avtorica knjige  
*Irreversible Damage: Teenage Girls and the Transgender Craze*

Ta sočutna in z dokazi podprta knjiga je ključna protiutež vseprisotni miselnosti o »trans-otročih«, ki je zavedla toliko ljubečih staršev, da so nevede škodovali svojim otrokom, ki so imeli težave s svojo spolno identiteto.

Helen Joyce, avtorica knjige *Trans*

Danes najbrž ni nobenega bolj zapletenega, obremenjenega in zmedenega vprašanja, kot je nenadno povečanje spolne disforije med mladimi. Starši, ki se s tem vprašanjem srečujejo prvič, bodo soočeni z množico nasprotujočih si mnenj, teorij in »strokovnjakov«, ki so sicer dobronamerni, vendar jih vodi neskladna in potencialno škodljiva ideologija. Knjiga ne bi mogla priti ob bolj pravem času. Njene avtorice so vodilne osebnosti v prizadevanjih za vnos razuma in racionalnosti v razpravo. Poleg tega so izkušene klinične strokovnjakinje, ki razumejo, da si mladostniki s spolno disforijo zaslužijo smiselno psihoterapevtsko zdravljenje, ne pa slepo odobravanje na internetu. Za vse starše, ki se podajajo na pot spoznavanja spolne identitete, naj bo knjiga Ko otroci rečejo, da so trans prva postaja na tej poti.

Meghan Daum, voditeljica podkasta *The Unspeakable Podcast* in avtorica knjige  
*The Problem with Everything: My Journey Through the New Culture Wars*

# KO OTROCI REČEJO, DA SO TRANS

Vodnik  
za skrbne starše

Sasha Ayad, Lisa Marchiano & Stella O'Malley

SLOVENSKI PREVOD  
Marko Nzobandora

**salve**

*Vsem materam in očetom, ki ljubijo svoje otroke in se  
sprasujejo, kaj je resnicni vzrok za njihovo stisko glede spola.  
In staršem, ki menijo, da nimajo nikogar, s komer bi lahko  
delili svoje skrbi. Ta knjiga je za vas.*

# VSEBINA

<i>Predgovor</i> .....	IX
<b>1</b> Je moj otrok trans?.....	1
<b>2</b> Socialna nalezljivost in hitro nastopajoča spolna disforija (ROGD).....	19
<b>3</b> Spolnost.....	41
<b>4</b> Alternative potrjevanju pri vzgoji otrok.....	57
<b>5</b> Socialni prehod.....	70
<b>6</b> Medicinski posegi.....	85
<b>7</b> Odnosi s terapevti, šolami, univerzami in drugimi strokovnjaki.....	108
<b>8</b> Družinski slogi in dinamika.....	123
<b>9</b> Obvladovanje konfliktov z vašim otrokom.....	140
<b>10</b> Starševska skrb zase.....	159
<b>11</b> Odtujenost in oddaljenost.....	175
<b>12</b> Opuščanje.....	188
<b>13</b> Detranzicija.....	203
<b>14</b> Kako se po potrditvi vrniti nazaj.....	213
<b>15</b> V resnici ne gre za spol.....	226
<b>Priloga 1</b> Kaj je spol?.....	233
<b>Priloga 2</b> Družbena in kulturna gibanja, ki lahko vplivajo na stisko, povezano s spolom.....	238
<b>Priloga 3</b> Spolna disforija: diagnoza in definicije.....	242
<b>Priloga 4</b> Pristopi k obravnavi.....	247
<b>Priloga 5</b> Razvoj otrok in mladostnikov.....	252
<b>Priloga 6</b> Pogoste sočasne bolezni in stanja.....	257
<i>Slovar</i> .....	263
<i>Viri</i> .....	269
<i>Reference</i> .....	273
<i>Zahvale</i> .....	287
<i>Stvarno kazalo</i> .....	289
<i>Vsebinsko kazalo</i> .....	299

# PREDGOVOR

Ta knjiga je namenjena staršem in je izrecno na njihovi strani. Smo tri psihoterapevtke, dve od teh sva mami, ki smo v svoji karieri svetovale stotinam staršem. V zadnjem času so starši deležni izjemno slabega mnenja, zlasti ko gre za vroče kulturne teme, kot je spol. Zavedamo se, da na svetu obstajajo resnično grozni starši. Težko je biti terapevt in se tega dejstva ne zavedati, saj se mnogi odločijo za zdravljenje, da bi se spopadli z otroškimi izkušnjami, ki so jih travmatizirale ali jim povzročajo težave. Kljub temu pa je velika večina mater in očetov dobrih staršev, ki ljubijo svoje otroke in iskreno želijo zanje najboljše. Na splošno starši ali skrbniki poznajo svoje otroke bolje kot kdor koli drug – bolje kot zdravniki, učitelji, terapevti ali športni trenerji. Starši svoje otroke ljubijo bolj kot kdorkoli drug. Običajno na svetu ni nikogar, ki bi bil bolj zainteresiran za uspeh svojih otrok kot oni. Ko se v življenju otrok nekaj pokvari, so njihovi starši tisti, ki se pojavijo in opravijo potencialno boleče delo, da jim pomagajo ponovno sestaviti koščke v celoto. Ko nekaj poteka dobro, nihče ni bolj navdušen, srečen in ponosen kot starši. Če ste skrbnik ali širši družinski član, ki skrbi za otroka, boste prav tako zelo vpeti v njegovo dobrobit in ga boste želeli voditi k pravim odločitvam, še posebej, če je otrok v preteklosti doživel travmo.

Ko so otroci majhni, so starši po navadi najboljša avtoriteta za svoje otroke. Starši poznajo otrokovo preteklost, izzive in težave. Ko otroci odraščajo in postajajo samostojni, postanejo strokovnjaki o sebi, vendar to zahteva čas, zato je koristno imeti podporo in vodstvo nekoga, ki jih dobro pozna. Ko zdravniki, terapevti, šole ali druge institucije posredujejo med otrokom in njegovimi starši, rezultat običajno ni optimalen, razen v skrajnih (in na srečo redkih) primerih.

Prvo pravilo te knjige je torej, da morajo starši zaupati svojim instinktom – tistemu globokemu, notranjemu vedenju, ki ga pogosto imamo o neki situaciji. Pri »instinktu« razlikujemo med impulzivnim odzivom na čustveni sprožilec in upoštevanjem tistega majhnega, vztrajnega glasu, ki nam pravi, kaj je za nas pravilno. Veliko tega, kar se razglaša o otrocih in spolu, spodbuja starše, da to instinktivno znanje ignorirajo ali utišajo. Rečejo nam, da je naš otrok z ženskim telesom fant in da tega prej nismo nikoli opazili. Od nas se zahteva, da svojo avtoriteto prepustimo drugim, vključno z neznanci na internetu, ki morda niso niti starejši od našega otroka. Nam pa se posmehujejo ali nas demonizirajo, ker ne opustimo tega, kar vemo o svojem otroku in o resničnosti sami.

Vi ste največji strokovnjak za svoje otroke na svetu in verjetno veste več o njih kot kdor koli drug. O svojem otroku zagotovo veste več kot me tri! Na naslednjih straneh smo zbrale nasvete in informacije, ki temeljijo na najnovejših raziskavah ter na naših lastnih izkušnjah z mladimi, ki se sprašujejo o svoji spolni identiteti, in njihovimi družinami. Morda vse to ne bo popolnoma ustrezalo vaši družini ali vašemu otroku. Izberite tisto, kar se vam zdi primerno, vendar ne dopustite, da bi karkoli tukaj prevladalo nad vašim instinktom glede tega, kar potrebujete vi ali vaš otrok.

Razprava o socialni in medicinski tranziciji otrok se hitro razvija. Nove raziskave skoraj vsak teden dopolnjujejo naše znanje. Po več letih dela z mladimi, ki se sprašujejo o svoji spolni identiteti, in njihovimi družinami, pogovorih z akademiki in raziskovalci ter seznanjanju z vsemi vidiki te razprave menimo, da glede na trenutno znanje o tveganjih in koristih socialna in medicinska tranzicija otroka ni priporočljiva. Glede na trenutno stanje je medicinska tranzicija mladostnikov v najboljšem primeru eksperimentalna.

Medicinska tranzicija škoduje telesu. Jemanje hormonskih pripravkov za spremembo spola prinaša znana in neznan tveganja. Če rojena (biološka) ženska v adolescenci ali zgodnji odraslosti opravi tranzicijo, bo morda morala jemati testosteron več desetletij. Transspolne operacije uničujejo zdravo tkivo in biološko delovanje. Ne glede na to, kaj si kdo misli o kozmetični kirurgiji, in vsekakor nas skrbi, da se takšne operacije izvajajo na mladih ljudeh, so transspolne operacije – včasih imenovane tudi operacije »potrditve spola« – po navadi bolj invazivne in lahko povzročijo neplodnost ali okvaro spolne funkcije. Povečanje

prsi običajno nima tako škodljivih posledic, čeprav priporočamo izredno previdnost pri mladih osebah, ki se odločijo za ta poseg, saj vemo, da odrasli lahko sprejmejo fizično značilnost, ki je bila za njihov najstniški jaz nesprejemljiva pomanjkljivost. Za upravičenje invazivnih medicinskih posegov, ki trajno škodujejo telesu, je potrebno dokazati, da koristi prevladajo nad škodo. Trditev, da je vaš otrok nasprotnega spola, kot ga poznate, in da potrebuje postopke, ki bodo spremenili njegovo življenje, da bo lahko uspešno rasel, ni podprta z dobrimi dokazi, še manj pa z izjemnimi dokazi, ki jih taka trditev zahteva.

Ko znanost ne more dati jasnih odgovorov glede zdravja otrok, postane presoja staršev še pomembnejša. Zaslužite si, da dobite vse razpoložljive informacije o možnih oblikah zdravljenja in da se vam omogoči, da si vzamete čas in sprejmete odločitev, za katero menite, da je prava za vašo družino in vašega otroka, brez vlijanja strahu, groženj s hudimi posledicami ali neprimerne vplivanja.

Zavedamo se, da se bodo nekateri starši otrok in mladostnikov s spolno disforijo odločili, da je socialna in medicinska tranzicija najboljša možnost. Ta knjiga vam bo morda v pomoč, ko razmišljate o možnostih in se poskušate odločiti, katero pot izbrati. Pošteno opozorilo: dokazi v tej knjigi vas bodo na splošno odvrnili od spolne tranzicije vašega otroka. Če se odločite za tranzicijo svojega otroka, vam ta knjiga verjetno ne bo v veliko pomoč. Obstaja veliko knjig, namenjenih staršem, ki otroku pomagajo pri prehodu med spoloma, vendar je le malo knjig, če sploh kakšna, namenjenih staršem, ki menijo, da socialni in/ali medicinski prehod ni najboljša možnost za njihovega otroka. Mnogi, ki so se odločili za takšen pristop, so bili v medijih in na spletu obrekovani. Povedali so jim, da bodo njihovi otroci postali samomorilni. Bilo je le malo krajev, kjer so lahko našli podporo.

Ta knjiga želi popraviti to neravnovesje. To je izrecno vir za starše, ki želijo, da bi njihovi otroci uspevali, vendar ne verjamejo, da je prenatgla medicinska obravnava najboljši način za zagotavljanje njihovega zdravja in blaginje. To je knjiga za starše, ki bi radi podprli otrokovo iskanje identitete, vendar menijo, da ni primerno, da se to iskanje konkretizira z nepovratnimi zdravili in operacijami. Je vodnik za starše, ki potrjujejo čudovito, edinstveno osebnost svojega otroka, ne da bi verjeli, da bi morala biti »spolna identiteta« privilegirana pred drugimi vidiki.

Za starše, ki želijo potrditi spol, ki ga je izbral otrok, obstajajo počitniški klubi, poletne šole, organizacije, delovni zvezki, Facebook strani in klinike. Če želite pomoč strokovnjaka pri socialni ali medicinski tranziciji vašega otroka, boste imeli veliko izbire. Če pa želite upočasniti otrokovo naglico, da se podvrže življenjsko spreminjajočim medicinskim posegom, ali zagotoviti, da je otrok najprej deležen temeljitega procesa, boste morda ugotovili, da je strokovna pomoč težko dostopna. Vsak dan me tri prejemamo klice obupanih staršev, ki iščejo terapevte, ki bi otroku pomagali preučiti vse možne posledice takšne odločitve.

A pomagati otroku, da spozna samega sebe, ni naloga, ki jo lahko prepustite strokovnjakom. Starši, ki so svojim otrokom uspešno pomagali premagati stisko zaradi spola, ne da bi se zatekli k operaciji in hormonom, so to storili tako, da so prevzeli krmilo in niso čakali, da bi našli pravega terapevta ali zdravnika. To zmorete. Vi ste oseba, ki jo najbolj zanima razvoj vašega otroka. Imate najširši pogled na njegovo ali njeno prihodnost in preteklost. Ker zdaj ni veliko virov, boste morali sami postati svoj strokovnjak. Ta knjiga vam bo pri tem pomagala.

V naslednjih poglavjih bomo raziskali spolno identiteto, imenovano tudi »spol« [angl. *gender*, op. p.]. Kako razumemo povečano zanimanje za to temo v zadnjih letih in kako to vpliva na otroke in mlade? Pregledali bomo trenutno znana dejstva o posegih pri spolni disforiji (nelagodje zaradi spolnega telesa) in ponudili nasvete, kako se odločiti med različnimi možnostmi.

Preučili bomo vpliv, ki ga ima otrok, ki se sprašuje o svoji spolni identiteti, na dolgoročno partnerstvo ali na vaš odnos z bivšim partnerjem, na brate in sestre, na prijateljstva in na širšo družino. Raziskali bomo najboljše strategije za vzgojo otrok in pregledali vse možne rezultate. Na koncu bomo ponudili predloge, kako prebroditi vihar. Na koncu knjige smo priložili tudi seznam virov, kjer lahko poiščete dodatne informacije.

Vse tri imamo edinstvene zgodbe, ki so nas pripeljale v ta svet spola, in imamo veliko izkušenj z delom s starši. Od leta 2021 naša organizacija Wider Lens Consulting ponuja odmike za starše trans-identificiranih otrok, kjer jim pomagamo obnoviti energijo, prisluhnemo njihovim izkušnjam in jim ponudimo praktično pomoč pri obvladovanju vprašanj, povezanih s spolno identiteto njihovih otrok. Naše delo s starši nam je prineslo dragocene vpoglede v izkušnje starševstva trans-identificiranega otroka.

Stella je irska psihoterapevtka, ki je kot otrok imela lastne intenzivne izkušnje z vprašanjem spola, rešitev njenih težav v zvezi s spolom pa jo je navedla k raziskovanju modrosti zgodnjega posredovanja. Bila je voditeljica dokumentarnega filma programa Channel 4 na to temo, *Trans Kids: It's Time to Talk* (2018) [Trans-spolni otroci: čas je za pogovor, op. p.]. Poleg tega, da vodi spletno stran za starševsko svetovanje, kjer nudi praktično pomoč staršem, ki se spopadajo z otrokovo stisko, povezano z spolom, je Stella tudi direktorica mednarodne organizacije Genspect, ki ponuja zdrav pristop k spolnosti in spolu.

Lisa je psihoterapevtka in jungovska analitičarka, ki deluje v Združenih državah Amerike. Lisa je opazila vzporednice med raziskovanjem spola in drugimi družbenimi pojavi, zato je začela preiskovati, kaj bi lahko prispevalo k naraščanju števila najstnikov, ki se identificirajo kot trans-spolne osebe. V svoji zasebni praksi je delala z desetimi staršev trans-identificiranih mladih in tudi s strankami, ki so se odločile za detranzicijo in obžalovale svoje medicinske posege v zvezi s spolom.

Medtem ko je delala kot šolska svetovalka, je Sasha ustanovila prvo GSA (gay-straight alliance, zvezo hetero in homoseksualcev) na svoji šoli, da bi ustvarila varen prostor za LGBT otroke, kjer bi lahko razpravljali o svojem razvijajočem se občutku identitete in spolne usmerjenosti. Opazila je, da se v nekaterih primerih spolna disforija pojavi šele potem, ko mladi sprejmejo trans identiteto, in ne obratno – zlasti po intenzivni uporabi družbenih medijev in interneta. Leta 2016 je začela zasebno prakso, ki se od takrat posveča izključno vprašanju spolne identitete. Sasha vodi tudi močno spletno skupino članov, ki staršem pomagata razumeti raziskovanje identitete njihovih otrok z razsodnostjo, modrostjo in sočutjem.

Svetovale smo stotinam družin, na ducate mladim, ki se sprašujejo o svoji spolni identiteti, in številnim osebam, ki so se odločile za detranzicijo. Ponujamo sočuten, na dokazih temelječ pristop k vzgoji otroka, ki se sprašuje o svoji spolni identiteti. Ta pristop temelji na najnovejših raziskavah in se obenem opira na starodavno modrost o tem, kaj pomeni biti človek.

Beseda o jeziku: ne verjamemo, da obstaja nekaj takega kot »trans otrok«. Ni dokazov, da se otroci lahko rodijo v napačnem telesu ali da se nekateri otroci rodijo s prirojenim spolom, ki ni v skladu z njihovim

biološkim spolom. Vemo, da obstajajo otroci, ki trpijo zaradi spolne disforije, in priznavamo, da se jim ponujajo medicinski posegi v prepričanju, da bodo ti lajšali njihovo stisko. Kljub temu pa sprememba spola ni mogoča. Ker ne verjamemo, da obstaja ločena kategorija ljudi, ki so po naravi transspolne osebe, uporabljamo zaimke, ki temeljijo na spolu. Nanašamo se na biološki spol otrok in ne na njihovo spolno identiteto, zato ne uporabljamo izrazov, kot je »trans fant«, ampak raje natančen izraz »ženska, ki se identificira kot transspolna«. Opozarjamo, da izraz »trans otroci« ni uporabljen v Cass Review, poročilu, ki ga je naročila britanska nacionalna zdravstvena služba (NHS) o storitvah za otroke v zvezi z spolno identiteto v Združenem kraljestvu: »Nekateri otroci in mladi bodo ostali fluidni v svoji spolni identiteti vse do zgodnjih do srednjih dvajsetih let, zato obstaja omejitev glede tega, koliko gotovosti je mogoče doseči v poznih najstniških letih.«<sup>1</sup> Mnogi mladi se identificirajo kot nebinarni, spolno fluidni ali nekaj drugega kot »transfant« ali »transdeklica«. Besedo »trans« uporabljamo za vse spolne identitete.

Nekateri ljudje po prehodu uspevajo. Strastno verjamemo, da si trans-identificirane osebe zaslužijo pravice, zaščito, sočutje in dostojanstvo. Kljub temu menimo, da bi o tako drastičnem posegu smeli razmišljati le odrasli, katerih možgani so dosegli čustveno zrelost. Poleg tega je treba pri pomoči ljudem pri odločanju, ali je medicinski prehod zanje primeren, upoštevati tudi komorbidnosti (predhodno obstoječe duševne motnje) in morebitno travmatično preteklost. Biti človek je izredno zapletena zadeva, zato slavimo nešteto ustvarjalnih prilagoditev, ki jih ljudje izvajajo, da bi živeli čim bolj polno. Kot vsak poseg pa lahko tudi prehod reši nekatere probleme, a hkrati ustvari nove. Vsakdo, ki razmišlja o takšnih pomembnih postopkih, si zasluži nevtralen prostor, v katerem lahko preuči vse vidike takšne odločitve in dobi dostop do zanesljivih informacij o možnih tveganjih in koristih.

Skozi svoje delo smo se vse zblížale s trans odraslimi. Njihova modrost vpliva na naše delovanje in za to smo jim hvaležne. Mnogi trans odrasli so se nam pridružili in izrazili zaskrbljenost zaradi hitre medikalizacije otrok in mladih. Pridružili so se vse večjemu številu posameznikov iz vseh družbenih slojev in vseh delov političnega spektra, ki zagovarjajo otroke in mlade v njihovi celovitosti in kompleksnosti, namesto da bi jih skrčili na omejevalno, medicinsko pojmovanje spola. Njihova

podpora je obogatila naše razumevanje te teme in nam pomagala, da vam lahko ponudimo pomembne ugotovitve.

Ta knjiga slavi starševsko ljubezen kot moč, ki ustvarja temelj, ki ga otroci potrebujejo, da se odpravijo v svet. Sčasoma morate otrokom dopustiti, da najdejo svojo pot in delajo svoje napake, vendar pa ste vi tisti, ki jim lahko najbolj pomagata in jih podpirate, ko odraščajo.

## KAJ POMENI »TRANS«?

Kot psihoterapevtke, ki se ukvarjamo z motnjami, povezanimi s spolno identiteto, nas starši pogosto sprašujejo, ali menimo, da je njihov otrok »resnično trans«. V tem vprašanju se skriva implicitna domneva, da se strinjamo s teorijo spolne identitete: prepričanjem, da imajo nekateri ljudje nepoznano, nepreverljivo notranje bistvo, ki jih dela »trans« in ki od njih lahko zahteva tranzicijo, preden lahko postanejo srečni (več o tem v Prilogi 1: Kaj je spol?). Me ne gledamo na spolno disforijo na ta način; namesto tega imamo razvojno razumevanje tega pojava. Obstaja veliko različnih razlogov, zaradi katerih se lahko pri neki osebi razvije stiska, povezana s spolom, in prav tako obstaja veliko načinov, kako lahko to stisko ublažimo. Medicinski prehod razumemo kot življenjsko strategijo, ki zahteva določeno ceno. Odločitev za medicinsko tranzicijo je poskus prilagajanja – ali je to najboljša možna strategija, je predmet razprave in se razlikuje od osebe do osebe.

Starši pogosto menijo, da je terminologija, povezana z vprašanji spola, zapletena, zato je lahko koristno, da se naučite različnih izrazov, da to ne postane ovira za povezovanje z vašim otrokom. Medtem ko naš »spol« predstavlja naše rojstno telo, naš občutek »spolne identitete« opisuje vrsto značilnosti, povezanih z ženskostjo in moškostjo, ki jih lahko oseba doživlja. Da bi stvari še bolj zapletli, pojem spolne identitete vključuje tudi tiste, ki čutijo, da delujejo zunaj binarnega sistema ženskosti in moškosti. Bralci, ki želijo izvedeti več, lahko pogledajo v slovarček na koncu knjige. Šest prilog pojasnjuje tudi ključne pojme, sočasne duševne motnje in terminologijo.

Domneve, da ima vsakdo spolno identiteto [angl. *gender identity*] in da je spol [angl. *gender*] prirojena lastnost, so nove in nedokazane teorije, ki pogosto ne upoštevajo drugih dejavnikov, ki lahko prispevajo k spolni disforiji posameznika. Nekateri menijo, da tedaj, ko je otroku postavljena klinična diagnoza spolne disforije, ni druge možnosti kot medicinski prehod, a to ne drži. Študije kažejo, da večina otrok to preraste: spolna<sup>2</sup> disforija pri približno 80 % otrok naravno izgine med puberteto ali v zgodnji odraslosti.<sup>2</sup> Delale smo z mnogimi strankami, ki so premagale spolno disforijo, in kot smo že omenile, je ena izmed nas v otroštvu trpela zaradi nje. Nekateri so ugotovili, da jim je terapija

pomagala sprejeti svoje telo in svoje mesto v svetu. Drugi so ugotovili, da je globoko zanimanje za druge vidike življenja zmanjšalo in sčasoma odpravilo njihovo disforijo: pogosto se omenjajo globlja prijateljstva in ljubeči odnosi. Mnogi ljudje, ki so opravili medicinsko tranzicijo, so zadovoljni, da so to storili, drugi pa to obžalujejo in poskušajo proces obrniti z »detranzicijo« (glej slovar za opredelitve). Nekateri se naučijo živeti s svojo spolno disforijo, tako kot milijoni ljudi z drugimi motnjami, in uporabljajo različne strategije za uravnavanje svojih čustev, da lahko živijo polno življenje.

Zelo je sporno, da oseba potrebuje zdravila celo življenje (kar medicinska preobrazba zahteva), da bi postala svoj »pravi jaz«. Mnogi mladi, ki se identificirajo kot transspolne osebe, se osredotočajo na pojme, kot so »moj pravi jaz«, »pustite mi biti to, kar resnično sem« in »rodil sem se v napačnem telesu«. Vendar nihče od nas ni »rojen v napačnem telesu« – rojeni smo v svojih telesih in to so naša telesa; ni druge možnosti. Umremo, ko umre naše telo; kaj se zgodi potem, pa je predmet razprave. Ni dokazov, ki bi nakazovali, da imamo na izbiro druga telesa.

Poleg tega, kdo je vaš pravi jaz? Je to oseba, ki si bila pri šestnajstih? Ali pri petintridesetih? O tem ni nekega soglasja. Angleški psihoanalitik Donald Winnicott je izraz »pravi jaz« uporabil za opis avtentičnega jaza: naš »lažni jaz« je ustvarjen kot obrambna fasada, ki lahko pri posamezniku povzroči občutek mrtvosti in praznine v notranjosti.<sup>3</sup> Ameriški psiholog Carl Rogers pa se je osredotočil na »resnični jaz« (ki uteleša resnične lastnosti posameznika) in »idealni jaz« (lastnosti, ki si jih posameznik želi imeti): razlika med našim resničnim in idealnim jazom je vir naših konfliktov. Za vas in vaše otroke je koristno poznati te teorije, saj ponujajo bogate možnosti za raziskovanje narave jaza. Te ideje lahko uporabite za spodbujanje pogovorov z otrokom, ki lahko pripeljejo do globljega razumevanja. Veliko posameznikov, ki se spopadajo z vprašanji spolne identitete, ima koristi od psihološke in filozofske analize človeške narave, zavestnega in nezavednega uma ter možnosti, ki so na voljo za reševanje kakršnekoli stiske. Ne glede na to, kako intenzivno je trpljenje, je premišljeno in sočutno raziskovanje tega, kdo smo in kdo želimo biti, pogosto dragoceno.

Ali je torej vaš otrok transspolna oseba? Če mislite, ali ima vaš otrok prirojeno, nepreverljivo notranjo lastnost, zaradi katere mora prestat socialno ali medicinsko preobrazbo, da bi preživel in se razvil, je odgovor, po našem mnenju – ne. Po drugi strani pa je stiska vašega otroka, povezana z njegovo spolno identiteto, verjetno resnična in močno občutena. Vaš otrok morda izpolnjuje merila za diagnozo spolne disforije. Toda kaj točno to pomeni?

## KAJ JE SPOLNA DISFORIJA?

Obstaja razlika med klinično diagnosticirano spolno disforijo in transspolnostjo. Beseda »trans« se uporablja kot krovni izraz za opisovanje ljudi, katerih spolna identiteta ni enaka njihovemu biološkemu spolu ali se z njim ne ujema. Biti »trans« ni diagnoza in vsakdo se lahko identificira kot trans, medtem ko je spolna disforija duševno zdravstveno stanje, ki se lahko diagnosticira. A nič v zvezi s to temo ni preprosto, različne organizacije pa zavzemajo različna stališča. V bistvu, z laičnimi besedami, je spolna disforija stiska, povezana z nelagodjem v lastnem telesu in/ali s stereotipnimi vlogami, povezanimi z lastnim spolom.

Spolna disforija ni samo ena stvar. Zakaj se pri nekemu razvije, je predmet številnih razprav. Na primer, izkušnja in izražanje spolne disforije bo drugačna pri heteroseksualnem moškem srednjih let in pri najstnici, ki jo privlačijo ženske, ali med majhnim dečkom, ki rad nosi obleke, in najstnico z več duševnimi težavami in diagnozo avtizma.

Stanje bo verjetno videti različno v različnih populacijah. V prilogah smo vključile več informacij o tem, kako se spolna disforija pojmuje na različne načine, ter o tem, kako se je naše razumevanje tega stanja razvijalo v zadnjih letih. Za zdaj je pomembno opozoriti, da obstaja veliko teorij v zvezi s pojmom »spol« [angl. *gender*] in da merila za diagnosticiranje spolne disforije temeljijo na zastarelih seksističnih stereotipih.

Nekateri menijo, da imajo vsi ljudje prirojen občutek za spol, ki je lahko enak njihovemu biološkemu spolu ali pa se od njega razlikuje. Ta prirojena spolna identiteta naj bi bila izvor spolne disforije ali trans identifikacije, kadar ne ustreza biološkemu spolu. Vendar pa ni nobenih trdnih dokazov, da so vsi ljudje rojeni z vrojeno spolno identiteto. Menimo, da je spolna disforija rezultat kompleksnega prepletanja bioloških,

psiholoških in socialnih dejavnikov, toda njeni vzroki, pojavne oblike in učinki se med posameznimi osebami, ki trpijo za njo, precej razlikujejo. Ljudje, ki imajo takšno razvojno razumevanje spolne disforije, po navadi raziskovanje identitete obravnavajo kot pomembno fazo, ki se dogaja v adolescenci in se je treba z njo spoprijeti, če želi oseba postati popolnoma usposobljen zrel odrasel človek.

Ko se je Chloe pri petnajstih letih nenadoma identificirala kot transspolna, čeprav prej nikoli ni pokazala znakov neskladja s spolno identiteto, so bili njeni starši zaskrbljeni, da je sprejela napačno odločitev. Zato so se odločili, da bodo počasi, a zanesljivo spregovorili o različnih vidikih svoje nacionalnosti, rase, vere, spolne usmerjenosti, socialnega razreda, misli, prepričanj in izkušenj, da bi Chloe pokazali, kako pomemben vpliv lahko imajo ti vidiki na identiteto. Chloe je bila mešane rase in nikoli prej ni veliko razmišljala o tej strani svoje osebnosti – spletni test, ki je njen DNK povezal z Indijo in Brazilijo, pa je razširil njen pogled na lastno identiteto in zmanjšal njeno obsedenost in stisko zaradi spola.

## JE MOJ PREDPUBERTETNI OTROK TRANSSPOLEN?

Pred nedavnim porastom števila najstnikov, ki so se javno izpostavili kot transspolne osebe, se je spolna disforija najpogosteje pojavljala v dveh skupinah – pri moških srednjih let in pri mladih, predpubertetnih otrocih, zlasti pri dečkih. Vedno je obstajala majhna skupina otrok – Stella je bila med njimi –, ki so že v zelo zgodnji starosti močno zavračali svoj biološki spol. Tako kot pri drugih starostnih skupinah lahko na spolno disforijo pri majhnih otrocih vplivajo biološki, socialni in psihološki dejavniki.

Ko otrok trpi za spolno disforijo, ki se pojavi v otroštvu, o tem ve cela ulica. To se običajno pojavi med tretjim in sedmim letom, ko otrok spozna, da ima družba določena pričakovanja glede spola, vendar še preden postane preveč sramežljiv. Otroci se pri tej starosti pogosto predajajo čarobnim mislim, zato s precejšnjo lahkoto verjamejo, da so v resnici nasprotnega spola. Njihova sposobnost prevzeti vlogo nasprotnega spola je lahko izjemno vztrajna, dosledna in trdna, vendar se pogosto opira na zastarele stereotipe. Moč osebnosti pri mnogih od teh otrok je lahko odločilni razlog, zakaj nekateri starši to jemljejo tako resno.