

पीडियाट्रिक एंडोक्रिनोलॉजी तथ्य चार्ट

ट्रांसजेंडर और लिंग-विस्तारित बच्चों और युवकों को माता-पिता का समर्थन

बच्चों को उनकी लिंग-पहचान में सहायता करना: परिवारों के लिए मार्गदर्शन

लिंग-पहचान क्या है ?

लिंग पहचान एक व्यक्ति की स्वयं की आंतरिक अवधारणा है, जो पुरुष, महिला, दोनों, दोनों में से कोई नहीं या कुछ और हो सकती है। कभी-कभी एक बच्चे की लिंग-पहचान जन्म के समय सौंपे गए लिंग से मिल सकती है और कभी नहीं भी मिल सकती है। उदाहरण के लिए, किसी बच्चे को जन्म के समय पुरुष लिंग निर्धारित किया गया हो, लेकिन वह स्वयं की अवधारणा महिला के रूप में करता हो, और किसी बच्चे को जन्म के समय नारी लिंग निर्धारित किया गया हो, लेकिन वह स्वयं की अवधारणा पुरुष के रूप में करती हो। कुछ युवा व्यक्त करते हैं कि उनका लिंग तरल है और समय के साथ बदलता है, जबकि अन्य युवाओं को लगता है कि यह स्थिर रहता है। कुछ बच्चे अभी भी अपने लिंग की पहचान करने की प्रक्रिया में हो सकते हैं। हम उन बच्चों का वर्णन करने के लिए “लिंग विस्तारन” का उपयोग करेंगे जो जन्म के समय सौंपे गए लिंग के अलावा किसी अन्य लिंग से स्वयं की पहचान करते हैं (या खोज रहे हैं)।

हम युवाओं को समर्थन देने के बारे में क्या जानते हैं?

माता-पिता और परिवार के अन्य सदस्यों की उनके लिंग-विस्तारक बच्चों के जीवन में महत्वपूर्ण और प्रभावशाली भूमिका होती है। अनुसंधान से पता चला है कि जब परिवार के सदस्य अपने बच्चों की लिंग पहचान को स्वीकार करते हैं, तो यह समर्थन उनके बच्चों के मानसिक स्वास्थ्य को बहुत सकारात्मक तरीके से प्रभावित कर सकता है। दूसरी ओर, यदि परिवार का समर्थन न हो, तो बच्चों का आत्मसम्मान कम हो सकता है और वे चिंतित या उदास महसूस कर सकते हैं, या आत्महत्या करने की सोच सकते हैं। सभी बच्चे तभी पनपते हैं, जब वे खुद को सुरक्षित, समर्थित और आत्मविश्वासी महसूस करते हैं। यह महत्वपूर्ण है कि परिवार के सदस्य अपने बच्चों की लिंग-पहचान को समर्थित करें।

बच्चों को उनकी लिंग-पहचान में सहायता करने के लिए परिवार क्या कर सकते हैं?

क्या करना चाहिए:

- अपने बच्चों को व्यक्त करें कि आप उनसे प्यार करते हैं
- ऐसा पारिवारिक वातावरण बनाएँ जहाँ आपका बच्चा अपने लिंग को खुलकर व्यक्त करने में सुरक्षित महसूस करे
- प्रत्येक परिवार के सदस्य के लिंग का सम्मान करें
- अपने बच्चे के साथ खुलकर बातचीत करें
- अपने बच्चे की बात सुनें जब वे आपको उनके लिंग के बारे में कुछ बता रहे हों
- यदि आपके बच्चे उनके लिंग की पहचान करने में कुछ अनिश्चितता व्यक्त करें, तो अपने बच्चे को उनके लिंग की पहचान करने में मदद करें
- अपने बच्चे को उनके चुने हुए नाम से पुकारें
- उन लिंग सर्वनामों का उपयोग करें जो आपके बच्चे के लिए सबसे उपयुक्त महसूस हों
- अपने बच्चे को लिंग-विस्तारक साथियों और सहायक संगठनों से जुड़ने की अनुमति दें
- समुदाय में अपने बच्चे के लिए लिंग-समर्थक बनें (सुरक्षित रहते हुए)
- यह सुनिश्चित करें कि आपके बच्चे के लिए लिंग-समर्थित चिकित्सक हों
- अपने बच्चे के लिंग के बारे में अन्य महत्वपूर्ण लोग (जैसे, विस्तारित परिवार, शिक्षक) को बताएं अगर यह सुरक्षित है और आपका बच्चा सहमत है
- मजबूत माता-पिता बनने में आपकी मदद करने के लिए अपना खुद का समर्थन खोजें (माता-पिता समूह, संगठन आदि)
- अपनी संस्कृति पर विचार करके यह तय करें कि अपने बच्चे का समर्थन कैसे कर पाएँगे
- अपने बच्चे और परिवार के मार्गदर्शन के लिए एक लिंग-जानकार चिकित्सक से परामर्श करें

क्या नहीं करना चाहिए:

- अपने बच्चे को उनके लिंग के बारे में शर्मिंदगी महसूस न करवाएँ और न ही सजा दें
- अपने बच्चे को यह न बताएं कि उनकी लिंग-पहचान या व्यवहार, कपड़े या रहने की शैली गलत हैं, भले ही वे दूसरों को परेशान करते हों
- अपने बच्चे को उन तरीकों का व्यवहार करने के लिए दबाव न डालें जो उनकी अद्वितीय लिंग-पहचान और अभिव्यक्ति के अनुरूप न हो (जैसे की, कपड़े, काम-काज आदि)
- अपने बच्चे को यह न बताएं कि वे अपने लिंग के बारे में किसी से बात नहीं कर सकते हैं और इसे गुप्त रखें (जब तक यह सुरक्षित है)
- अपने बच्चे को उनके लिंग के बारे में “मन बनाने” का दबाव न डालें
- अपने बच्चे को लिंग-विस्तारित दोस्त बनाने से न रोकें या लिंग विस्तारक संगठनों में भाग लेने से न रोकें
- अपने बच्चों को यह न बताएं कि अगर कोई उनकी खिल्ली उड़ाए या उनका मजाक बनाए, तो वह लिंग-विस्तारक होने की वजह से उन्हीं की गलती है
- जब अन्य लोग आपके बच्चे के लिंग के कारण अनादरपूर्वक व्यवहार करें, तो उन्हें अनुमति न दें और हस्तक्षेप करें

यह जानकारी पीडियाट्रिक एंडोक्राइन सोसायटी के मरीज शिक्षा अनुभाग की सहायता से छपी है।