

Trans 101

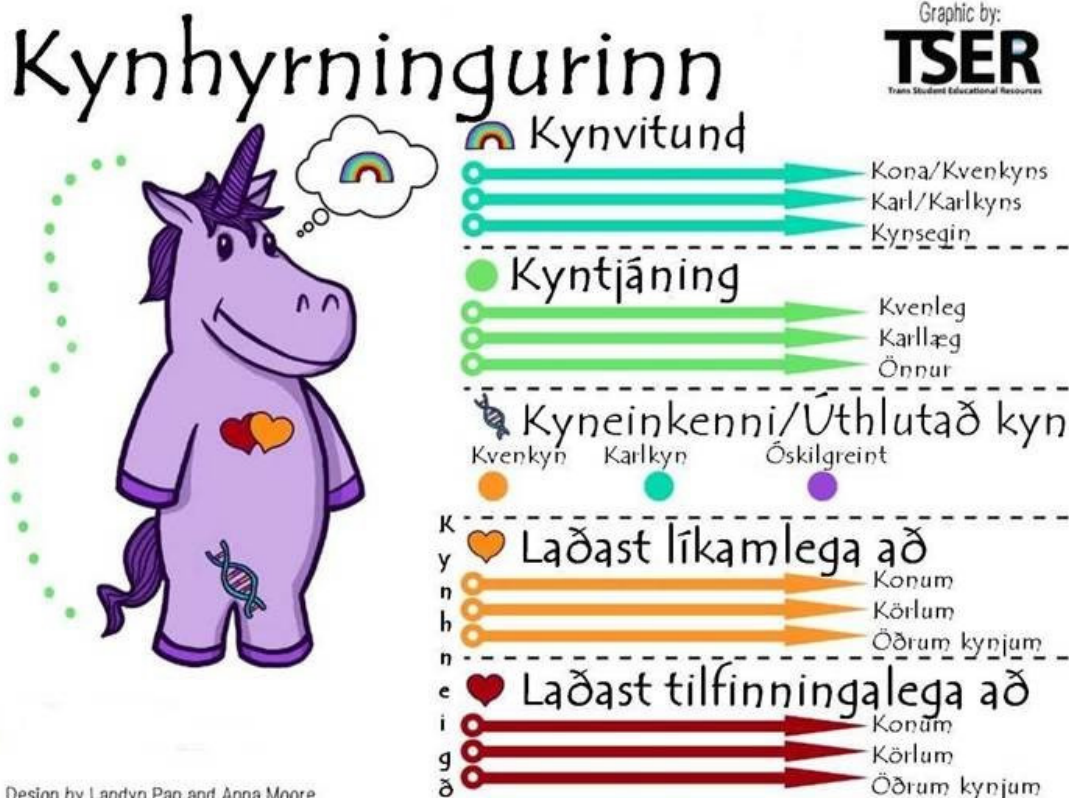
Í þessum texta verður farið yfir nokkur hugtök sem tengjast hinseginleikanum, með sérstaka áherslu á kynvitund og kyntjáningu.

Hinsegin regnhlífin

Á Íslandi er hinsegin oft notað sem regnhlífarhugtak yfir öll þau sem eru ekki gagnkynhneigð eða falla ekki inn í það sem samfélagið hefur skilgreint sem hefðbundið kyn, eru með öðruvísi kyntjáningu eða er með annað kynhlutverk en samfélagið hefur áætlað.

Samfélagsleg skilgreining á því hvað er hefðbundið, hvort sem það tengist kyni eða öðrum þáttum, er breytileg. Undir hinsegin regnhlífinni eru mörg hugtök og orð sem tengjast til dæmis kynhneigð, kynvitund og kyneinkennum. Flest tengjast sjálfsmynd fólks en fólk er fjölbreytt og misjafnt. Tungumálið tekur sífelldum breytingum og þróast. Því er ómögulegt að gera tæmandi lista yfir öll orð og hugtök, sem samkomulag er um að séu rétt og sameiginlegur skilningur um.

Manneskjan sem notar ákveðin orð til að lýsa sínum veruleika og sinni sjálfsmynd hefur alltaf rétt fyrir sér, sama þótt aðrir hafi lært að hugtakið þýði eitthvað annað eða sé lítið notað í dag. Sjá mynd 1 af kynhyrningnum.



Mynd 1. Kynhyrningurinn

Kynhneigð (sexual orientation)

Kynhneigð snýst um það hverjum við löðumst að, hvort sem það er kynferðislega, rómantískt eða af öðrum ástæðum. Kynhneigð getur verið fastmótuð frá því að maður uppgötvar hana fyrst, eða breyst, verið flæðandi eða tekið breytingum eftir tímabilum. Það eru til fjölmörg orð til þess að lýsa kynhneigð. Algengustu orðin eru samkynhneigð, tvíkynhneigð og gagnkynhneigð.

Kynvitund (gender identity)

Kynvitund snýst um það hvernig fólk upplifir sitt kyn og hvernig það vill vera í sínu kyni. Kynvitund vísar ekki til kynfæra eða líffræði heldur lýsir það innri upplifun fólks af eigin kyni. Öll höfum við kynvitund þó svo að mörg hafi aldrei hugsað um það hvernig þau upplifa sitt kyn.

Kyntjáning (gender expression)

Kyntjáning vísar til þess hvernig fólk tjáir kynið sitt dags daglega, til dæmis með, fasi, klæðaburði, líkamstjáningu, hárgreiðslu og öðru.

Kyneinkenni (sex characteristics)

Hér má nefna líkamleg atriði, til dæmis litninga, kynkirtla, æxlunarfæri, innri og ytri kynfæri, hormónastarfsemi og fleira. Intersex er hugtak sem er notað yfir fólk sem fæðist með náttúrulegan breytileika í þessum líkamlegu þáttum sem passa ekki í þær stöðluðu hugmyndir sem samfélagið hefur um líkama karla og kvenna.

Samfélagið

Samfélagslega mótuð hugtök snerta líf okkar allra á einn eða annan hátt. Samfélög eru misjöfn, til dæmis vegna landfræðilegra, pólitískra eða trúarlegra þátta. Þau breytast líka með tímanum. Þau samfélagslega mótuðu hugtök sem snerta trans fólk og þjónustu við trans fólk mest eru eftirfarandi hugtök.

Kynjativíhyggja (gender binary)

Algengt er að það sé talað um að það séu bara til tvö kyn, karl og kona. Flest í samfélaginu okkar er flokkað eftir þessari tvíhyggju, til dæmis salerni, búningaklefar, föt í fataverslunum og markaðssetning leikfanga.

Samfélagsleg viðmið (norms)

Samfélagsleg viðmið eða norm er það sem samfélagið hefur skilgreint sem venjulegt, eðlilegt eða dæmigert hverju sinni. Það getur verið misjafnt eftir menningarheimum, tíma og samhengi. Til dæmis eru gagnkynhneigðir innan normsins en aðrar kynhneigðir eru það ekki. Það hvað telst norm hverju sinni getur verið tengt löggjöf en þarf ekki að vera það. Til dæmis hefur trans karl sem hefur breytt kynskráningu sinni í Þjóðskrá sömu lagalegu réttindi og aðrir karlar þó að það að vera trans karl sé utan norms.

Kyngervi (gender)

Stundum er talað um félagslegt kyn eða félagslega mótað kyn. Það vísar til þeirra væntinga sem samfélagið hefur til karla, kvenna, kvára og annarra kynja, varðandi kyntjáningu, hegðun og fleira. Það er misjafnt eftir menningarheimum og tímum hverjar væntingarnar eru og þær eru oft mótsagnakenndar. Oft er þessu ruglað saman við líffræðilegt kyn (sex) sem vísar til líffræðilegra þátta. Kyngervi er hægt að lýsa sem kvenlegu, karlmannlegu, kynhlutlausu og fleira.

Kynhlutverk (gender role)

Þau hlutverk sem að samfélagið ætlar fólki eftir því hvaða kyn það er. Dæmi um kynhlutverk eru útlit, hegðun, störf og aðrir kyngerðir eiginleikar. Samfélög mynda sér mismunandi hlutverk milli kynja sem geta verið mismunandi eftir svæðum og tíma.

Staðalmyndir (stereotypes)

Fyrir fram ákveðnar hugmyndir um útlit eða eiginleika fólks sem tilheyrir ákveðnum hópi innan samfélagsins. Það getur verið til dæmis hvernig það eigi að hegða sér, hvernig það eigi að klæða sig og hvaða störf séu við hæfi. Staðalmyndir eru ekki endilega neikvæðar en neikvæðar staðalmyndir geta haft mikil og skaðleg áhrif á líf fólks, sérstaklega ef fólk tilheyrir hópi sem hefur sterkar staðalmyndir.

Fordómar á félagslega hópa (social stigma)

Neikvæðar staðalmyndir og lægri félagsleg staða manneskju eða hópa byggt á fyrir fram ákveðnum hugmyndum um eiginleika sem aðskilja þau frá öðrum meðlimum samfélagsins.

Minnihlutahópastreita (minority stress)

Viðvarandi streita sem fólk sem tilheyrir minnihlutahópum verður fyrir. Minnihlutahópastreita er aðgreind frá almennri streitu, það er að segja streitu sem öll geta upplifað, vegna þess að minnihlutahópastreita á rætur að rekja til fordóma og skammar.

Að koma út (coming out)

Ferlið sem manneskja gengur í gegnum við að viðurkenna og samþykkja fyrir sjálfri sér sína eigin kynvitund eða kynhneigð (að koma út fyrir sjálfum sér), og ferlið við að deila með öðrum kynvitund sinni eða kynhneigð, það er að koma út fyrir vinum, fjölskyldu og svo framvegis.

Persónufornöfn (pronoun)

Fornöfn eru orð sem fólk notar til þess að vísa til manneskju án þess að nota nafn viðkomandi. Á íslensku er til dæmis notað „hann“, „hún“ eða „hán“. Hægt er að spyrja fólk „Hvaða fornafn notar þú?“ eða einfaldlega kynna sig með fornafni „Hæ, ég heiti Alexander og nota fornafnið hann“, og gefa þannig hinni manneskjunni tækifæri til að kynna sitt fornafn líka.

Rangkynjun (misgender)

Að vísa til manneskju með fornafni eða á annan kynjaðan hátt sem er á skjön við kynvitund einstaklingsins.

Hvað er trans?

Trans er regnhlífarhugtak sem nær yfir öll þau sem upplifa misræmi milli kynvitundar og þess kyns sem þau fengu úthlutað við fæðingu. Á íslensku er orðið trans notað sem lýsingarorð með öðrum orðum (til dæmis, trans maður) eða eitt og sér.

Úthlutað kyn við fæðingu (assigned gender/sex at birth)

Þegar barn fæðist er oftast tilkynnt og skráð hvort hafi fæðst piltur eða stúlka. Þetta hefur verið kallað úthlutað kyn við fæðingu og er byggt á útliti ytri kynfæra. Stundum eru notaðar skammstafanirnar AMAB (assigned male at birth), yfir þau sem fengu úthlutað karlkyni við fæðingu og AFAB (assigned female at birth), yfir þau sem fengu úthlutað kvenkyni við fæðingu.

Kynmisræmi (gender incongruence)

Misræmi sem manneskja upplifir milli kynvitundar og úthlutaðs kyns. Einnig þýðingin á greiningu í ICD-11 flokkunarkerfinu (kóði HA6Z).

Við höfum öll kynvitund og upplifum öll kynið okkar á ákveðinn hátt. Meirihluti þeirra sem fæðst hafa í heiminum hafa kynvitund sem að samræmist því kyni sem þau fengu úthlutað við fæðingu.

Sís (cisgender)

Manneskja sem hefur kynvitund sem er í samræmi við það kyn sem þau fengu úthlutað við fæðingu. Dæmi um það er manneskja sem fékk kvenkyni úthlutað við fæðingu og upplifir kynvitund sína sem kona.

Trans (transgender)

Manneskja sem upplifir misræmi milli kynvitundar og þess kyns sem þau fengu úthlutað við fæðingu. Þetta kyn-misræmi getur haft ýmsar birtingarmyndir og snert líf fólks á mismunandi sviðum. Til dæmis manneskja sem fékk úthlutað karlkyni við fæðingu en skilgreinir sig sem konu. Trans vísar einnig til fólks sem hefur kynvitund sem er utan kynjatvíhyggjunnar, til dæmis fólk sem er kynsegin.

Trans kona (trans woman/transgender woman)

Trans manneskja sem hefur kynvitund konu og notar þessi orð til að lýsa sér. Sum nota einungis orðið kona til að lýsa sér.

Trans maður (trans man/transgender man)

Trans manneskja sem hefur kynvitund karlmanns og notar þessi orð til að lýsa sér. Sum nota einungis orðið maður til að lýsa sér.

Kynsegin (non-binary, gender-diverse)

Regnhlífarhugtak yfir fólk sem hefur kynvitund sem fellur utan kynjatvíhyggjunnar.

Kynstaðfestandi þjónusta

Sumt trans fólk upplifir kynama vegna misræmis milli kynvitundar og úthlutaðs kyns.

Kynami (gender dysphoria)

Öll þau óþægindi eða vanlíðan sem trans fólk getur upplifað vegna kynmisræmis. Gróflega er hægt að flokka kynama í tvennt, það er félagslegan og líkamlegan kynama. Líkamlegur kynami er vanlíðan vegna eigin líkama og kyneinkenna. Félagslegur kynami er vanlíðan sem getur skapast vegna þess hvernig félagslega umhverfið tekur við manneskju eða upplifir hana, byggt á því kyni sem það sér hana sem. Fólk upplifir kynama á mjög misjafnan hátt, mismikinn og við mismunandi aðstæður.

Kynami hefur ótal birtingarmyndir. Þar má nefna óöryggi, depurð, kvíða, reiði, óþolinmæði og þunglyndi og getur það leitt til sjálfsskaða, sjálfsvígshugsana og jafnvel sjálfsvígs. Í mörgum tilfellum er kynami eins og stöðugt áreiti á hugann og getur verið verulega íþyngjandi. Ekki allt trans fólk upplifir kynama.

Persónuleg reynsla frá trans manni:

„Ég man að þegar ég var fyrst að koma út og ekki byrjaður á hormónum að ég hafði miklar áhyggjur af því að það hljómaði ekki rétt þegar ég var að pissa. Vegna þess að það hljómar ekki eins þegar maður pissar sitjandi eða standandi. Þetta varð það mikill ótti hjá mér að í örugglega fjögur ár þá pissaði ég bara heima hjá mér. Þið getið rétt ímyndað ykkur hversu mikinn undirbúning þarf til að gera það. Ég var eiginlega krónískt ofþornaður, vegna þess að ég drakk varla vökva annars staðar en heima hjá mér, til að ég þyrfti ekki að pissa á almenningssalernum. Hafið þið einhvern tímann þælt í því hvernig það hljómar fyrir öðrum þegar þið pissið? Þetta er sturlun eftir á að hyggja en raunverulegur ótti þegar maður er þar.“

Sum vilja fara í aðgerðir eða fá hormóna til að breyta líkama sínum og útliti og samræma það við kynvitund sína. Það er kallað kynstaðfestandi þjónusta. Ekki öll kjósa eða þurfa kynstaðfestandi þjónustu en skilgreina sig samt sem trans.

Kynstaðfesting (gender affirmation)

Ferlið við að gera félagslegar, lagalegar eða læknisfræðilegar breytingar til þess að viðurkenna, samþykkja og tjá kynvitund sína. Félagslegar breytingar geta til dæmis verið að breyta nafni, fornafni, hárgreiðslu og fatnaði sem fólk notar. Lagalegar breytingar geta verið að breyta nafni og kynskráningu í Þjóðskrá. Læknisfræðilegar breytingar geta verið að fara í kynstaðfestandi hormónamedferð eða skurðaðgerðir.

Kynstaðfestandi hormónamedferð (gender-affirming hormone therapy): Hormónamedferð til þess að samræma líkama manneskju við kynvitund hennar. Getur verið byggt á testósteróni eða estrógeni.

Kynstaðfestandi skurðaðgerðir (gender-affirming surgery)

Skurðaðgerðir til þess að gera breytingar á líkama manneskju til þess að samræma líkama hennar við kynvitund. Það eru til ýmsar kynstaðfestandi skurðaðgerðir til dæmis brjóst (bæði brjóstnám og brjóstuppbygging), kynfæra-, andlits- og líkamslögun. Sumar aðgerðir eru gerðar á Íslandi en aðrar ekki. Sumar eru niðurgreiddar af Sjúkratryggingum Íslands en aðrar ekki.

Kynstaðfestandi brjóstaaðgerðir (gender-affirming chest surgery)

Skurðaðgerðir til þess að fjarlægja eða byggja upp brjóst til þess að samræma brjóstkassa við kynvitund. Stundum talað um topp aðgerð eða efri aðgerð (top surgery).

Kynstaðfestandi kynfæraaðgerðir (gender-affirming genital surgery)

Skurðaðgerðir til þess að samræma kynfæri við kynvitund manneskju og í sumum tilfellum til að hafa áhrif á hormónaframleiðslu líkamans. Stundum er talað um neðri aðgerð (bottom surgery) Til dæmis legnám, brotnám eistna, uppbygging legganga (vaginoplasty), uppbygging lims með stækkun sníps (metoidioplasty) og uppbygging lims (phalloplasty).

Sumt trans fólk kys að nota orðið trans um sjálf sig á meðan annað fólk sem upplifir kynmisræmi kys að nota það ekki. Það geta verið ýmsar ástæður fyrir því. Sum upplifa það að vera trans, upplifa kynmisræmi og fara í gegnum kynstaðfestandi ferli. Þau getur reynst mótandi þáttur í þeirra sjálfsmynd og mikilvægt að nota orðið trans um sig sjálf. Hjá öðrum er það að vera trans ekki miðlægur þáttur í þeirra sjálfsmynd, jafnvel þannig að þau vilja síður að annað fólk viti að það sé trans. Það er mikilvægt að virða val hvers og eins.

