

## 您的孩子与性/性别多样性

**如果您的孩子是女同性恋、双性恋、男同性恋或变性人怎么办？家长手册。**

可交付成果 PR3.4，版本 GALE 6-11-2023

彼得-丹克梅耶尔

## 报告标题

## 可交付成果 Dx.x

作者一1 , 作者二2

 1 第一个组织名称、地址
2 第二个组织名称、地址

## 什么是性和性别多样性？

许多父母都希望自己的孩子长大后成为一个男人、一个女人，并最终与另一性别的人结婚。然而，在某些情况下，情况并非如此。这与他们的性特征、性别认同和性取向的发展有关。

#### 性征

您知道有些孩子生来就具有非男非女的遗传特征吗？这些特征被称为*双性变异*。由于社会期望儿童成为男性或女性，因此天生的双性变异可能会带来社会问题。父母和孩子必须为这种社会期望找到解决方案。

#### 性别认同

还有一些孩子天生具有遗传特征，在生物学上完全是男性或女性，但他们仍然明显*感觉到自己*与众不同。他们对自己的身体不满意。父母会按照与他们生理性别相关的期望来抚养这些孩子。这就是所谓的 "*顺性别"*；按照出生时的生理性别行事。但是，从小接受顺性别教育的孩子虽然感觉与众不同，但长大后可能会感到困惑或沮丧。最终，他们可能会决定要改变自己的身体或身体的一部分，以适应他们所感觉到的性别。这就是所谓的*变性*：改变成自己感觉到的性别。

#### 性取向

然后，有些孩子可能会在青春期发现，其他年轻人会被另一种性别所吸引（这就是所谓的*异性恋*），而自己却不会。也许他们只对同性有好感（这叫*同性恋*，男孩叫男同性恋，女孩叫女同性恋），或者有时对男人有好感，有时对女人有好感（这叫*双性恋*）。

如今，许多人对此*或多或少都有所*了解，但许多人只掌握了部分或偏颇的信息。有些人可能不喜欢这种差异，因为他们从小接受的传统就是不喜欢这种多样性。这就造成了许多关于性和性别多样性的偏见和误解。这些误解可能会对儿童造成伤害。

#### 不同的父母，不同的感受

家长有不同的方法来处理这些差异。有些家长对社会的多样性有经验，他们的心态有助于他们更好地接受这些差异。也许他们已经了解性特征、性别认同和性取向，也许他们并不了解。对他们来说，这并不重要，他们是*接受者*。他们的主要问题是：我能做什么来支持我的孩子？

还有一些家长对此不知如何是好。一方面，他们无论如何都想支持自己的孩子，但另一方面，他们又觉得模棱两可，没有安全感。他们有很多问题，比如：别人会接受我的孩子吗？他们会不会受到歧视，在社会上的机会会不会减少？性病怎么办？这些父母需要处理大量的感受和新信息，因此我们称他们为 "*处理者"*。

最后，还有一些父母认同更传统的社会期望，即你要么是严格意义上的男性，要么是严格意义上的女性，你应该是异性恋。这样的父母可能很难接受自己的孩子与众不同。他们是*不赞成者*。

你认为自己是什么样的人？是接受者、处理者还是反对者？还是介于两者之间？阅读以下章节，了解更多信息，并获得一些建议。

## 接受者：我该如何支持我的孩子？

作为一个乐于接受的家长，您可能希望除了您的孩子之外也这样做，但仍然会看到一些挑战。并不是所有的孩子都愿意与父母分享他们在性关系方面最私人的感受或经历。这很正常。

孩子们可能会觉得父母在生活中做出了自己明确的选择，并希望他们的孩子也做出同样或类似的选择。即使你不想把自己的选择强加给他们，孩子们仍然会觉得这是一种风险。研究表明，孩子们通常会向朋友而不是父母倾诉个人的疑虑和经历，如果他们向父母倾诉，往往更多的是向母亲倾诉。亲子关系不可能在一夜之间改变，作为父母，你唯一能做的就是明确表示你愿意倾听他们的心声，支持他们做出自己的选择。同时，你要尽量避免根据自己的经验和观点，而不是根据与孩子相关和对孩子有益的事情，给他们提出建议。

这种对话可称为 "非暴力沟通"。如何进行非暴力沟通？首先，让孩子告诉你他们的*感受。*倾听时不要打断孩子，当孩子准备好了，你就可以问他们*需要*什么。请注意，*需求*比感觉或情绪更深层次。它们是诸如安全感、被接纳或归属感之类的东西。需求是你想要的东西，但它们是抽象的，而不是具体的物体或行为。在进一步了解他们更深层次的需求后，问问他们如何才能满足这些需求。您可以和孩子一起探讨满足他们需求的不同方式的利弊。不要试图发表自己的意见，把自己的判断强加给孩子可能不会受到他们的欢迎。在结束对话时，您可以问孩子您能做些什么来帮助他们满足自己的需求。

## 处理器：我该如何看待这个问题？

大多数父母对性征、性别认同和性取向知之甚少。他们自己年轻的时候，往往没有在学校或父母那里接受过良好的性教育。即使有，这些性教育也大多局限于异性约会和预防怀孕的信息。即使他们听说过同性恋的存在，也可能对其知之甚少。也许这些信息掺杂着偏见，会造成恐惧。

很多处理问题的父母都会问：我的孩子怎么能确定呢？这可能只是一个阶段吗？不妨问问自己为什么会有这样的担心。如果您的孩子有这种感觉，为什么不允许他们尝试并找到自己的方式呢？如果他们愿意，您可以在他们身边支持他们，让他们以安全的方式发展自己的个性。

在处理过程中，家长们经常会担心的另一个问题是，他们的孩子会被边缘化或受到歧视。当然，这是可能的。遗憾的是，我们生活的社会仍然存在偏见和无法应对多样性的现象。但你能做些什么呢？你愿意为了被所有人接受而改变我们的个性吗？这对你的心理健康有害无益。更好的解决办法是支持孩子的选择，帮助他们站出来反对冒犯或排挤他们的人。作为父母，您自己也可以这样做。如果您的家人、邻居或社区成员发出惊讶或难听的评论，不要保持沉默。只需告诉他们，多样性是正常的，而且无处不在。

许多加工父母担心他们的孩子会接触到危险的亚文化。也许你担心孩子会面临性病、人际关系破裂或被社会排斥的风险。如果您有这种感觉，不妨去探究一下女同性恋、男同性恋、双性恋、变性人或双性人的真实生活状态。您也可以与孩子讨论这些问题。尽量表现得好奇，但不要麻木或冒犯。

这可能需要一些研究和对话，但你会发现，随着时间的推移，许多你以前不清楚的问题会变得更加清晰，你会在与孩子的关系中感到更加安全。

## 不认可：对我的孩子有什么影响？

如果你不赞成性和性别的多样性，那么你可能是一个男孩必须成为一个真正的男人，女孩必须成为一个合格的女人的社会的一部分。人们可能期望你们的孩子成为异性恋，结婚生子，维持家族血脉。您的期望可能得到了宗教典籍和传统的支持。您可能知道，行为与众不同的人可能会被赶出社区。这种与众不同的行为可能会被称为罪恶、病态或给家庭和社区带来耻辱的错误选择。

对于不赞成的父母，最好考虑一下他们为什么以及如何想保持自己的传统和社会地位，并认识到大多数子女都想孝敬父母，保持与父母和社会的关系。他们并不是想反对你，也不是想损害你的社会地位。只是他们觉得自己*太与众不同了*，以至于不可能遵守传统。他们有可能试图遵守传统，但这种试图否认自己感受的做法让他们感到恶心和抑郁。有些孩子在感到绝望和无法改变自己的处境时甚至会自杀。

当你意识到这一点时，你可能必须在你的信念和孩子的福祉之间取得平衡。我们知道，这是一个艰难的选择。不要对自己太苛刻。可能无法做出明确的取舍。

选择完全断绝与自己孩子的联系，或者谴责其他不同性取向和性别的孩子，是一件很残酷的事情。而且，这往往不符合您的宗教经文，尽管有些传教士可能会这么说。请注意，在欧洲国家，仇恨言论和（煽动）暴力已经超越了可接受行为的界限。

有些人可能会说，所有的多样性都是上帝创造的，因此信徒不应该质疑这种美丽的创造。但你可能会觉得，完全接受孩子的性或性别多样性也太困难了。

中间道路可以是*双重约束*。这是一种既容忍、接受或支持孩子，同时又不违背自己的宗教信仰或社区的解决方案。在寻找适合自己情况的*双重约束*解决方案时，最好能与情况类似的家长进行交流。