NGUYỄN QUỐC ANH

NHỮNG ĐỨA CON CỦA CHÚNG TA

HỎI - ĐÁP DÀNH CHO PHỤ HUYNH CỦA NGƯỜI CHUYỂN GIỚI

NHÀ XUẤT BẢN GIAO THÔNG VẬN TẢI

VỀ CẨM NANG NÀY

Những đứa con của chúng ta: Hỏi - Đáp dành cho Phụ huynh của Người Chuyển giới là một phần trong bộ cẩm nang những kiến thức cơ bản về đa dạng tính dục và người đồng tính, song tính, chuyển giới.

Nguyễn Quốc Anh đã phối hợp với ICS hệ thống và đơn giản hóa các kiến thức về người chuyển giới phù hợp hóa với ngữ cảnh Việt Nam và phục vụ cho quá trình vận động vì quyền của người chuyển giới. Đồng thời, tài liệu cũng được tổng hợp từ lời khuyên của các chuyên gia tâm lý trong quá trình làm việc và tư vấn cho những phụ huynh có con là người chuyển giới.

***Bộ cẩm nang về đa dạng tính dục và người đồng tính, song tính, chuyển giới** được đăng tải miễn phí tại: thuvien.lgbt*

Sinh ra để yêu thương

NỘI DUNG

THUẬT NGỮ 6

THUẬT NGỮ CHUYÊN BIỆT VỀ NGƯỜI CHUYỂN GIỚI 8

NHỮNG CÂU HỎI THƯỜNG GẶP VỀ NGƯỜI CHUYỂN GIỚI 10

Chuyển giới là gì? Chuyển giới khác gì với đồng tính? 11

Tại sao con của tôi lại là người chuyển giới? 12

Liệu con của tôi có đang theo trào lưu hoặc ngộ nhận hoặc bị ảnh hưởng bởi bạn bè cùng chơi? 13

Con của của tôi có bình thường không? Có phải nó bị bệnh hay bị rối loạn giới tính không? 14

Con tôi yêu ai? 16

Cơ thể của con tôi có bình thường không? Con của tôi có phải người liên giới tính không? 18

NHỮNG VẤN ĐỀ Y TẾ CỦA NGƯỜI CHUYỂN GIỚI 20

Tại sao con tôi lại cảm thấy trầm cảm, bức bối với cơ thể của mình? 21

Tại sao con tôi lại quyết định sử dụng hoóc-môn hoặc phẫu thuật? 22

Liệu con tôi có hối hận sau khi can thiệp y tế không? 23

Chuyển giới có đắt không? 25

Sử dụng hoóc-môn có làm suy giảm tuổi thọ của con tôi? 26

Các dịch vụ chăm sóc sức khỏe cho con tôi ở Việt Nam hiện như thế nào? 28

Con tôi cần chuẩn bị những thông tin gì trước khi quyết định phẫu thuật can thiệp định giới? 30

NHỮNG VẤN ĐỀ XÃ HỘI - LUẬT PHÁP CỦA NGƯỜI CHUYỂN GIỚI 31

Con của tôi có được pháp luật công nhận và bảo vệ không? 32

Nếu chưa có Luật Chuyển đổi giới tính thì bấy lâu nay con của tôi đang phải đối mặt với những thách thức nào? 34

Tôi có thể đồng hành thêm với con bằng cách nào? 37

Luật Chuyển đổi giới tính sẽ giúp được gì cho con của tôi? 38

Những quốc gia khác có Luật Chuyển đổi giới tính để bảo vệ quyền lợi cho những người giống như con tôi không? 40

NHỮNG KHÓ KHĂN CỦA PHỤ HUYNH, NGƯỜI THÂN, BẠN BÈ CỦA NGƯỜI CHUYỂN GIỚI 44

Tôi vẫn bàng hoàng quá, tôi cần phải làm thế nào? 45

Tôi cần phải ứng xử như thế nào với con tôi khi tôi cần thời gian? 46

Tôi cần phải giao tiếp với con tôi như thế nào khi nó từ chối giao tiếp? 47

Tôi phải giải thích như thế nào với gia đình và bạn bè? 48

Tôi phải làm gì để giúp con tôi? 50

CÂU CHUYỆN CÓ THẬT: "TÔI LÀ MỘT PHỤ HUYNH, LÀ ĐỒNG MINH CỦA CON MÌNH - MỘT NGƯỜI CHUYỂN GIỚI NỮ" 53

PHỤ LỤC 1: TÀI LIỆU THAM KHẢO 56

PHỤ LỤC 2: DANH SÁCH CÁC TỔ CHỨC, HỘI NHÓM CỦA CỘNG ĐỒNG LGBT (ĐỒNG TÍNH, SONG TÍNH, CHUYỂN GIỚI) 58

THUẬT NGỮ

Các thuật ngữ dưới đây được định nghĩa một cách vắn tắt, dựa trên những tài liệu khoa học đã được công nhận rộng rãi và chỉnh sửa lại cho phù hợp với Việt Nam.

GIỚI

Tùy vào ngữ cảnh, giới có thể đề cập đến bản dạng giới, thể hiện giới hoặc vai trò xã hội về giới, bao gồm những hiểu biết và kỳ vọng về văn hóa liên quan đến những người được gán là nam hoặc nữ từ khi mới sinh để chỉ những vai trò, hành vi, hoạt động, và các thuộc tính được xem là chuẩn mực cho con trai/đàn ông hay con gái/đàn bà.

Những bản dạng giới khác ngoài nam và nữ bao gồm người chuyển giới, người liên giới tính, giới tính trung tính, người vô giới, người linh hoạt giới và nhiều loại giới tính khác được công nhận trên khắp thế giới.

ĐA DẠNG TÍNH DỤC

Tính dục là năng lực giới tính, thể chất, tâm lý, và sinh dục, bao gồm mọi khía cạnh đặc trưng của một cá nhân.

Tính dục là một khái niệm có nội hàm rộng, vừa phản ánh mối quan hệ giới tính, vừa chứa đựng những yếu tố hữu hình và vô hình của cá nhân.
Ở Việt Nam, tính dục dễ bị nhầm lẫn với tình dục. Tình dục thường chỉ hành vi quan hệ tình dục, còn tính dục là một khái niệm rộng hơn về tình cảm, giới, giới tính, vai trò giới...

Đa dạng giới và tính dục (Gender and sexual diversity - GSD), hay đơn giản hơn là đa dạng tính dục, chỉ tất cả những sự đa dạng liên quan tới các đặc điểm giới tính, xu hướng tính dục và bản dạng giới mà không nhất thiết phải làm rõ từng bản dạng, hành vi hay đặc điểm thuộc mỗi cụm đó.

SOGIESC

SOGIE, hay đầy đủ là SOGIESC, viết tắt của 4 khái niệm liên quan đến giới và tính dục: Sexual Orientation - xu hướng tính dục, Gender Identity - bản dạng giới, Gender Expression - thể hiện giới, Sex Characteristics - Đặc điểm giới tính.

1. Xu hướng tính dục là sự hấp dẫn, thu hút về mặt tình cảm và/hoặc tình dục với một hoặc nhiều giới.

2. Bản dạng giới là cảm nhận của một người về bản thân, từ bên trong tiềm thức, rằng mình thuộc về giới nào. Bản dạng giới không dựa vào giới tính sinh học mà phụ thuộc vào nhận thức và nhận định của mỗi người.

3. Thể hiện giới là những cách một người chọn để thể hiện bản dạng giới của bản thân qua hành vi, giọng điệu, cách nói chuyện, danh xưng, phong cách ăn mặc, tóc tai, trang điểm,...

4. Đặc điểm giới tính hay còn gọi là giới tính khi sinh, hoặc giới tính (sex), là những đặc điểm di truyền của cơ thể, từ đó dẫn đến sự phân chia thành giới tính khi sinh nam (male) hay giới tính khi sinh nữ (female). Chúng bao gồm đặc điểm sơ cấp (nhiễm sắc thể, tuyến sinh dục, bộ phận sinh dục ngoài và trong, nội tiết tố,...) và đặc điểm thứ cấp, thể hiện rõ khi bước vào giai đoạn dậy thì (sự phát triển của cơ bắp, lông, vú, giọng nói, dáng người,...).

THUẬT NGỮ CHUYÊN BIỆT VỀ NGƯỜI CHUYỂN GIỚI

CHUYỂN GIỚI

NGƯỜI CHUYỂN GIỚI là thuật ngữ chung được sử dụng để mô tả những người có bản dạng giới và/hoặc thể hiện giới không tương thích với những gì thường được mong đợi cho giới tính mà họ được gán vào khi mới sinh. Cách nhận dạng của họ thường mang các đặc tính địa phương, xã hội, văn hóa, tôn giáo và tâm linh.

ĐA DẠNG GIỚI

ĐA DẠNG GIỚI là thuật ngữ mô tả bản dạng giới thể hiện sự đa dạng trong biểu hiện vượt ra ngoài khuôn khổ nhị nguyên của nam chuyển giới và nữ chuyển giới. Chẳng hạn, một người có giới tính khi sinh là nam nhưng thích may vá, trang điểm; một người có giới tính khi sinh là nữ nhưng thích mặc vest. Ngoài ra,thuật ngữ trên còn được dùng để chỉ một người có xu hướng đi ngược lại vai trò giới (gender role) được hình thành từ lâu đời, bởi một số vai trò giới mang tính áp bức và độc hại. Chẳng hạn, người nam với tính cách nhẹ nhàng, từ ái không được phép thể hiện ra ngoài vì bị xem là "quá nữ tính, nhu nhược", còn người nữ nếu quá mạnh mẽ, hoặc thích ăn mặc như nam giới thì bị chê trách là "thiếu nữ tính".

NGƯỜI CHUYỂN ĐỔI GIỚI TÍNH

Là những người chuyển giới có nhu cầu can thiệp y học để khẳng định giới tính của mình.

BỨC BỐI GIỚI

Bức bối giới mô tả một trạng thái căng thẳng hoặc không thoải mái có thể xảy ra khi bản dạng giới của một người khác với giới tính khi sinh ra. Không phải tất cả những người chuyển giới và đa dạng giới phải trải qua bức bối giới.

NGƯỜI ĐẢO TRANG/NGƯỜI HOÁN TRANG

Đó là những người mặc quần áo không theo đặc trưng của giới tính sinh học của họ mà theo đặc trưng của giới kia. Thường những người đảo trang/hoán trang thấy hài lòng với giới tính sinh học của mình và không

muốn thay đổi cơ thể gì cả. Đảo trang/hoán trang là một cách thể hiện giới, chứ không nhất thiết thể hiện về đời sống tình cảm, tình dục của một người. Nói cách khác, với một người đảo trang/hoán trang thì không thể kết luận gì về xu hướng tính dục của người đó.

NGƯỜI HỢP GIỚI

Là thuật ngữ để chỉ người không phải là người chuyển giới; tức là bản dạng giới và giới tính khi sinh ra của họ thống nhất với nhau, ví dụ: người sinh ra là nữ, nghĩ mình là nữ.

QUÁ TRÌNH ĐỊNH GIỚI

1. Can thiệp định giới
Bất kì thủ thuật y tế nào nhằm tăng cường sự tương thích giữa bản dạng giới và cơ thể của một người. Các thủ thuật y tế có thể bao gồm các liệu pháp hoóc-môn và phẫu thuật định giới: phẫu thuật tái tạo ngực (ví dụ: phẫu thuật cắt lưỡi gà đôi, phẫu thuật nâng ngực nữ tính), phẫu thuật tái tạo cơ quan sinh dục (ví dụ: cắt tinh hoàn, phẫu thuật đạo hội, phẫu thuật metoidioplasty, phẫu thuật phalloplasty), phẫu thuật tái tạo khuôn mặt nữ tính (ví dụ: phẫu thuật cắt tracheal, phẫu thuật cắt mũi, nâng mày), hoặc các thủ thuật khác (ví dụ: phẫu thuật dây thanh quản). Thuật ngữ này chính xác hơn thuật ngữ "phẫu thuật xác nhận giới tính" (GCS) vì giới tính không thể "được xác nhận" bằng cách phẫu thuật. Giới tính của một người cần phải được tôn trọng bất kể lịch sử/phương thức phẫu thuật hay tình trạng hiện tại của họ hoặc loại cơ quan sinh dục họ có hoặc đã từng có. Tốt nhất là tránh sử dụng các thuật ngữ như "pre-op" (chưa phẫu thuật), "non-op" (không phẫu thuật), hoặc "post-op" (đã phẫu thuật) vì chúng củng cố giả định rằng tất cả những người chuyển giới muốn hoặc sẽ có cơ hội để phẫu thuật.

2. Chuyển đổi xã hội
Các chuyển đổi phi y tế nhằm tăng cường sự tương thích giữa bản dạng giới và cơ thể của một người bao gồm: thay đổi tên, đại từ nhân xưng, trang phục, kiểu tóc và/hoặc cách di chuyển và nói chuyện.

NHỮNG CÂU HỎI THƯỜNG GẶP VỀ NGƯỜI CHUYỂN GIỚI

CHUYỂN GIỚI LÀ GÌ? CHUYỂN GIỚI KHÁC GÌ VỚI ĐỒNG TÍNH?

Một cách đơn giản, người chuyển giới là những người có bản dạng giới không hoàn toàn giống với giới tính mà họ được chỉ định khi sinh ra. Ví dụ, có những bạn trẻ sinh ra với thân thể nam nhưng lại cảm nhận mình là nữ, hoặc ngược lại. Hai khái niệm chúng ta thường thấy khi nói về người chuyển giới là "chuyển giới nam" và "chuyển giới nữ":

> ***Người chuyển giới nam*** là những người sinh ra là nữ nhưng có cảm nhận mình là nam và sống như một người nam, đồng thời có thể có mong muốn hoặc có thay đổi cơ thể của mình để giống như một người nam.
>
> ***Người chuyển giới nữ*** là những người sinh ra là nam nhưng có cảm nhận mình là nữ và sống như một người nữ, đồng thời có thể có mong muốn hoặc có thay đổi cơ thể của mình để giống như một người nữ.

Cụ thể hơn, người chuyển giới có thể bao gồm nhiều trường hợp khác nhau. Một số người có thể đã chuyển đổi giới tính của mình qua phẫu thuật, trong khi những người khác có thể chỉ đơn giản là ăn mặc hoặc thể hiện bản thân theo cách không theo chuẩn mực xã hội về giới.

Chuyển giới khác đồng tính ở chỗ chuyển giới là một bản dạng giới, còn đồng tính là một xu hướng tính dục. Đây là hai khái niệm hoàn toàn khác nhau. Hãy cùng chúng tôi tìm hiểu rõ hơn nhé.

Nếu bản dạng giới giúp con trả lời câu hỏi "Con là nam hay nữ?" thì xu hướng tính dục sẽ giúp con trả lời câu hỏi "Con yêu ai, thích ai, thấy có thu hút với ai?". Bản dạng giới là suy nghĩ bên trong của con, là cách con nhận định mình, còn xu hướng tính dục liên quan đến việc các con cảm thấy thu hút với ai về mặt tình cảm, cảm xúc và tình dục.

Khi con nói con là người chuyển giới, thì con đang nói với bạn rằng con nghĩ mình khác với giới tính khi sinh. Nếu con nói con là người đồng tính, nghĩa là con thấy thích người cùng giới. Chúng ta sẽ cùng tìm hiểu sâu hơn về sự giao thoa giữa bản dạng giới và xu hướng tính dục ở những trang tiếp theo.

TẠI SAO CON CỦA TÔI LẠI LÀ NGƯỜI CHUYỂN GIỚI?

Có lẽ trong xã hội hiện nay, nhiều người vẫn còn tranh cãi về việc liệu "người chuyển giới" là một hiện tượng tự nhiên hay do ảnh hưởng của nuôi dạy. Thậm chí, khi biết rằng con cái mình là người chuyển giới, có những cha mẹ còn day dứt và dằn vặt liệu mình có làm điều gì đó không đúng khi mang thai dẫn đến các thay đổi của con cái sau này hay không. Đây là một lo lắng rất tự nhiên của nhiều bậc cha mẹ có con là người chuyển giới, và cũng là vấn đề phức tạp và thú vị mà đã thu hút sự chú ý của các nhà khoa học. Họ đã tiến hành nhiều nghiên cứu, trong đó có việc sử dụng công nghệ hình ảnh não bộ, để tìm hiểu xem liệu có những khác biệt nào trong cấu trúc não của những người chuyển giới so với giới tính mà họ được chỉ định khi sinh ra hay không.

Trong các cuộc nghiên cứu này, một số kết quả ban đầu đã chỉ ra rằng não bộ của phụ nữ chuyển giới dường như có những đặc điểm giống với não bộ của những phụ nữ hợp giới (tức là những người nhận định mình giống với giới tính sinh học của họ). Tuy nhiên, cần lưu ý rằng các nghiên cứu này thường có kích thước mẫu nhỏ, nên kết luận vẫn cần được xem xét cẩn thận. Trên thực tế, không có nghiên cứu hợp lệ nào chỉ ra một cách thuyết phục bất kỳ "nguyên nhân" di truyền hoặc sinh học nào khiến một người là người chuyển giới.

Điều quan trọng là hãy nhớ rằng mỗi cá nhân có hành trình riêng, và không phải tất cả mọi thứ đều có thể được giải thích hoàn toàn bằng khoa học. Mặc dù chúng ta có thể vẫn tò mò, thắc mắc, nhưng việc tìm hiểu nguyên nhân thật ra không quan trọng bằng việc làm thế nào để giúp đỡ và yêu thương con cái hơn. Sự ủng hộ, thấu hiểu và tình yêu từ các bậc cha mẹ là yếu tố chính giúp cho những người chuyển giới cảm thấy được chấp nhận và tự tin trong việc khám phá bản thân. Hãy luôn mở lòng và tạo điều kiện cho các con có thể nói chuyện với các bạn về cảm xúc và những gì các con trải qua.

LIỆU CON CỦA TÔI CÓ ĐANG THEO TRÀO LƯU HOẶC NGỘ NHẬN HOẶC BỊ ẢNH HƯỞNG BỞI BẠN BÈ CÙNG CHƠI?

Có lẽ nhiều cha mẹ trong chúng ta đang tự hỏi về sự tồn tại của những người chuyển giới và những điều xung quanh các con, và liệu rằng các con có đang bị ảnh hưởng bởi các trào lưu trên mạng, hoặc do giao du với những người chuyển giới nên các con có bị lây không. Đây là một thắc mắc hoàn toàn chính đáng vì bất cứ cha mẹ nào cũng sẽ luôn cố gắng bảo vệ con của mình khỏi những tác nhân có nguy cơ ảnh hưởng xấu đến con. Tuy nhiên các bậc phụ huynh hoàn toàn có thể yên tâm vì chắc chắn **"người chuyển giới" không thể lây được, và người LGBT nói chung không phải một "ảnh hưởng xấu" với bất kỳ ai.**

Khoa học đã chứng nhận rằng những người chuyển giới đã có mặt trong nhiều nền văn hóa và xã hội khác nhau, từ thời cổ đại cho đến hiện tại. Người chuyển giới ở Việt Nam đến từ mọi loại gia đình thuộc mọi tôn giáo, dân tộc và hoàn cảnh kinh tế xã hội khác nhau. Những người giống như con bạn sống ở khắp mọi nơi, cả ngoại ô và thành thị. Điều này cho thấy rằng việc chuyển giới không phải chỉ là một trào lưu của giới trẻ ngày nay, mà là một phần tự nhiên của sự đa dạng trong con người.

Gần đây, vào ngày 3 tháng 8 năm 2022, tại Boston, Mỹ, một nghiên cứu lớn được công bố trên tạp chí Pediatrics đã cung cấp thêm bằng chứng cho thấy những thanh thiếu niên tự nhận mình là người chuyển giới không phải chỉ đơn thuần là do những ảnh hưởng từ xã hội. Nghiên cứu này cho thấy tỷ lệ thanh thiếu niên tự xác định là người chuyển giới hoặc có bản dạng giới đa dạng không hề tăng lên từ năm 2017 đến 2019. Điều này đã giúp bác bỏ giả thuyết gây tranh cãi rằng việc nhận diện bản thân là người chuyển giới có thể do "lây nhiễm xã hội".

CON CỦA CỦA TÔI CÓ BÌNH THƯỜNG KHÔNG? CÓ PHẢI NÓ BỊ BỆNH HAY BỊ RỐI LOẠN GIỚI TÍNH KHÔNG?

Con của bạn hoàn toàn bình thường, bởi chuyển giới là một phần tự nhiên của sự đa dạng trong con người. Chúng ta cần hiểu rằng, từ khi còn rất nhỏ - chỉ mới 2 đến 3 tuổi, nhiều trẻ em chuyển giới đã bắt đầu thể hiện bản sắc giới tính riêng của mình. Trong suốt thế kỷ 20, nhiều nhà tâm lý học và nhà tâm thần học đã nghĩ rằng bản dạng giới chỉ là một ảo tưởng, là một bệnh tâm thần cần phải được "chữa trị". Những liệu pháp và điều trị cho trẻ em chuyển giới thời đó thường dựa trên giả định rằng mẹ của những người này đã có những thiếu sót hoặc có hành vi lạm dụng nên đứa trẻ mới có tổn thương và sau đó muốn chuyển giới.

Có một tin vui đáng chú ý muốn chia sẻ cùng mọi người. Vào thứ Bảy, ngày 25 tháng 5 năm 2019, Tổ chức Y tế Thế giới (WHO) đã chính thức bỏ chuyển giới ra khỏi Phân loại thống kê Quốc tế về bệnh tật và các vấn đề liên quan về sức khỏe (ICD), tạo nên phiên bản sửa đổi thứ 11 (ICD-11). Theo đó, WHO đã không còn coi bản dạng giới là một căn bệnh tâm thần nữa.

Trong ICD-11, các danh mục về "rối loạn giới tính" đã hoàn toàn bị loại bỏ. Việc xác định mình là người chuyển giới và có mong muốn được phẫu thuật chuyển đổi giới tính không còn được coi là bệnh lý. Thay vào đó, ICD-11 mô tả cảm giác không thoải mái với giới tính là một trạng thái sức khỏe tình dục, gọi là Không tương thích về giới (Gender Incongruence).

Điều này cho thấy sự tiến bộ và nhận thức mới mẻ hơn về vấn đề này, giúp chúng ta có cái nhìn nhân văn và thông cảm hơn với con mình. Tuy nhiên, tại Việt Nam, tài liệu ICD-11 vẫn đang trong quá trình dịch thuật và cân nhắc áp dụng. Do đó, trong các bệnh viện vẫn còn sử dụng các mã bệnh liên quan đến rối loạn nhận thức về giới.

Dù vậy, vào tháng 8 năm 2022, Bộ Y tế đã ban hành Công văn 4132/BYT-PC, quán triệt các cơ sở khám, chữa bệnh trên toàn quốc "không coi đồng tính, song tính, chuyển giới là một bệnh". Bạn có thể yên tâm rằng các chuyên gia y tế hàng đầu trên thế giới và ở Việt Nam đều đã khẳng định chuyển giới không phải là bệnh, cũng không phải là một rối loạn tâm thần hay rối loạn giới tính.

CON TÔI YÊU AI?

Thông thường, các con sẽ nảy ra các thắc mắc về bản dạng giới trước, có lẽ là vào lần đầu tiên các con soi mình vào gương và đặt câu hỏi "người trong gương có phải là mình không?", sau đó khi bước vào tuổi dậy thì, các con sẽ trải nghiệm cảm giác băn khoăn về xu hướng tính dục (mình thích ai?). **Việc con thích ai không phụ thuộc vào việc con nghĩ mình là nam hay nữ.** Điều này có nghĩa là con bạn có thể là người chuyển giới và có tình cảm với nam, nữ, cả hai hoặc không ai cả, tương tự như người hợp giới vậy.

Người chuyển giới xác định xu hướng tính dục dựa trên giới tính mong muốn của mình.

Ví dụ, một người chuyển giới nữ (sinh ra là nam, nghĩ mình là nữ) thấy hấp dẫn với với phụ nữ thì xu hướng tính dục của người đó là đồng tính nữ. Tương tự, một người chuyển giới nam (sinh ra là nữ, nghĩ mình là nam) cảm thấy hấp dẫn với phụ nữ thì được xem là dị tính nam.

Dưới đây là một bảng thông tin đơn giản hóa về các xu hướng tính dục khác nhau của người chuyển giới:

	Người chuyển giới nam (sinh ra là nữ, nghĩ mình là nam)	Người chuyển giới nữ (sinh ra là nam, nghĩ mình là nữ)
Chỉ thích nam	Đồng tính	Dị tính
Chỉ thích nữ	Dị tính	Đồng tính
Thích cả nam và nữ, hoặc không quan tâm giới tính người mình thích là gì	Song tính/ Toàn tính	Song tính/ Toàn tính
Ít hoặc không cảm thấy thu hút tình dục với người khác	Vô tính	Vô tính

Việc tiếp nhận nhiều thông tin về các thuật ngữ tính dục mới có thể khiến phụ huynh cảm thấy bối rối, điều này là rất bình thường. Bạn hoàn toàn có thể dành thời gian tìm hiểu từ từ, các kiến thức về tính dục là những kiến thức có thể học ở bất cứ độ tuổi nào. Con bạn cũng có thể trợ giúp bạn trong quá trình tìm hiểu về các khái niệm mới mẻ này. Điều quan trọng nhất là, các thuật ngữ này không quan trọng bằng việc bạn giữ một thái độ cởi mở, tôn trọng với con khi con chia sẻ với bạn về cách con nhìn nhận bản thân và những người con yêu. Chỉ cần bạn cởi mở và sẵn sàng trò chuyện với con, mọi điều tưởng chừng như khó hiểu sẽ dần dần được giải đáp.

CƠ THỂ CỦA CON TÔI CÓ BÌNH THƯỜNG KHÔNG? CON CỦA TÔI CÓ PHẢI NGƯỜI LIÊN GIỚI TÍNH KHÔNG?

Một số cha mẹ đôi khi lẫn lộn giữa việc con mình là một người chuyển giới hay là người liên giới tính, bởi vì cả người chuyển giới lẫn liên giới tính đều có thể thực hiện các can thiệp y học để xác định lại giới tính. Bây giờ chúng ta sẽ cùng nhau phân biệt hai khái niệm này.

Người liên giới tính là người sinh ra với những đặc điểm giới tính (bao gồm cơ quan sinh dục ngoài, cơ quan sinh sản bên trong, nhiễm sắc thể giới tính) không điển hình của cơ thể nam hoặc cơ thể nữ. Những đặc điểm không điển hình này của người liên giới tính có thể được phát hiện từ lúc mới sinh, cũng có nhiều người lớn lên khi đi khám sức khỏe mới biết rằng mình có những đặc điểm liên giới tính. Một số tình trạng liên giới tính có thể kể đến như: mang nhiễm sắc thể XXY, có cả buồng trứng và tinh hoàn, v.v. Hiện tại, trong bối cảnh y khoa ở Việt Nam, liên giới tính bị coi là "rối loạn phát triển giới tính" hoặc "lưỡng tính", dù thực tế liên giới tính chỉ là những biến thể rất tự nhiên của cơ thể, nhiều trẻ em liên giới tính ngày nay đang phải trải qua các phẫu thuật và can thiệp y tế không cần thiết, gây đau đớn và ảnh hưởng tiêu cực tới cuộc sống của các em.

Việc xác định một người là liên giới tính sẽ dựa trên các đặc điểm giới tính sinh học của người đó. Trái lại, việc là người chuyển giới lại liên quan đến nhận thức bên trong về bản dạng giới của mình. Một người chuyển giới có thể có cơ thể sinh học điển hình của nam hoặc nữ, nhưng họ biết rõ bản dạng giới của mình không giống với giới tính của cơ thể mình.

Tuy nhiên, trong một số ít trường hợp, người liên giới tính cũng có thể đồng thời là người chuyển giới. Ví dụ, một người có nhiễm sắc thể XY (thông thường là nhiễm sắc thể của cơ thể nam), nhưng có cơ quan sinh dục nữ, như vậy người này là người liên giới tính. Người này được xác định giới tính khi sinh và trên giấy tờ là nữ, được gia đình nuôi dạy như con gái. Tuy nhiên, họ nhận định mình là một người nam. Điều này có nghĩa là giới mà họ tự nhận định (là nam) khác với giới tính khi sinh của họ (là nữ), vậy nên họ là người chuyển giới. Từ tất cả những thông tin trên, có thể nói họ vừa là người liên giới tính, vừa là người chuyển giới.

NHỮNG VẤN ĐỀ Y TẾ CỦA NGƯỜI CHUYỂN GIỚI

TẠI SAO CON TÔI LẠI CẢM THẤY TRẦM CẢM, BỨC BỐI VỚI CƠ THỂ CỦA MÌNH?

Có thể các bậc cha mẹ chưa biết rằng trước đây, nhiều người trong xã hội còn nhầm tưởng rằng khi ai đó cảm thấy họ thuộc về một giới tính khác với giới tính lúc sinh, đó là một bệnh tâm thần. Tuy nhiên, điều này không đúng. Người chuyển giới đơn giản là khi một người có cảm nhận và mong muốn bên trong khác với giới tính khi sinh ra. Điều này không liên quan đến sức khỏe tâm thần và không nên được coi là một bệnh.

Việc con bạn cảm thấy "bức bối giới" là điều hoàn toàn bình thường. Theo nhiều nghiên cứu và quan điểm của các nhà chuyên môn, "Bức bối giới" là cảm giác đau đớn, lo lắng mà một số người chuyển giới trải qua khi bản dạng giới của họ không phù hợp với giới tính khi sinh. Đây không phải là bệnh, mà là phản ứng tự nhiên đối với sự không nhất quán giữa bản dạng giới và cơ thể. Cảm giác này có thể thay đổi hoặc biến mất khi người chuyển giới có thể thể hiện giới của mình như mong muốn, hoặc nhận được sự hỗ trợ y tế, chẳng hạn như điều trị hoóc-môn hoặc phẫu thuật để cơ thể phù hợp hơn với bản dạng giới. **Hãy tưởng tượng nếu bạn phải sống cả đời trong một bộ quần áo quá chật hoặc quá rộng, bạn sẽ cảm thấy thế nào?**

Nếu con bạn là người chuyển giới và họ cảm thấy bức bối giới, điều này có thể do nhiều nguyên nhân. Một trong những nguyên nhân chính là thiếu thông tin và dịch vụ hỗ trợ để họ khám phá bản thân. Ngoài ra, xã hội chưa hoàn toàn thấu hiểu và chấp nhận người chuyển giới, dẫn đến kỳ thị, phân biệt đối xử và thậm chí bạo lực. Những yếu tố này làm gia tăng cảm giác bức bối giới của họ.

Một số người nhận ra từ rất sớm rằng họ không thể sống với giới tính khi sinh, và may mắn là một số ít nhận được sự chấp nhận và ủng hộ của gia đình. Tuy nhiên, nhiều người chuyển giới vẫn phải cố gắng thích nghi với những mong đợi của xã hội, dù cho điều đó làm họ đau khổ và chịu sự bức bối giới. Ban đầu, họ có thể chỉ bí mật ăn mặc theo giới mình mong muốn, và sau nhiều năm mới tiến hành quá trình định giới để sống thật với con người của mình. Thấu hiểu và đồng hành cùng con trong hành trình này sẽ giúp họ cảm thấy được yêu thương và chấp nhận, giảm bớt những nỗi đau và khó khăn mà con phải đối mặt.

TẠI SAO CON TÔI LẠI QUYẾT ĐỊNH SỬ DỤNG HOÓC-MÔN HOẶC PHẪU THUẬT?

Con của bạn đang trải qua một hành trình tìm kiếm bản thân rất đặc biệt. Giống như một bông hoa đang tìm kiếm ánh nắng để nở rộ, con bạn cũng đang tìm kiếm cách để được sống đúng với con người thật của mình.

Việc quyết định chuyển đổi giới tính là một quyết định không hề dễ dàng. Đó là cả một quá trình dài, đầy thử thách, đòi hỏi rất nhiều sự can đảm và quyết tâm. Con bạn có thể sẽ thay đổi diện mạo, phong cách, thậm chí là cả tên gọi. Những thay đổi này không phải là sự nổi loạn hay cố ý gây sốc, mà là cách **để con bạn được sống thật với giới tính mà con cảm thấy mình thuộc về.**

Việc lựa chọn sử dụng hoóc-môn hoặc phẫu thuật là một quyết định rất cá nhân, tùy thuộc vào hoàn cảnh và mong muốn của từng người. Điều quan trọng nhất là con bạn được sống một cuộc sống hạnh phúc và bình yên.

Trong suốt quá trình này, sự ủng hộ của gia đình là vô cùng quan trọng. Khi được gia đình yêu thương, thấu hiểu và chấp nhận, con bạn sẽ cảm thấy tự tin và an toàn hơn rất nhiều. Sự đồng hành của bạn sẽ giúp con vượt qua những khó khăn và trở ngại, để rồi một ngày nào đó, con có thể sống một cuộc sống trọn vẹn và ý nghĩa.

Hãy nhớ rằng, con bạn và bạn không hề một mình. Bạn luôn có thể tìm kiếm sự hỗ trợ từ các chuyên gia tâm lý, các tổ chức cộng đồng của người chuyển giới và LGBT để có thêm thông tin và lời khuyên.

Điều quan trọng nhất là hãy đặt mình vào vị trí của con bạn và cố gắng hiểu những gì con đang trải qua. Hãy cho con biết rằng bạn luôn yêu thương con và sẽ luôn ở bên cạnh con.

LIỆU CON TÔI CÓ HỐI HẬN SAU KHI CAN THIỆP Y TẾ KHÔNG?

Việc hối hận sau khi chuyển đổi giới tính là một vấn đề đáng được quan tâm. Một số người chuyển giới có thể trải qua những cảm xúc phức tạp và hối hận sau khi thực hiện các can thiệp về giới. Để quá trình chuyển đổi giới tính diễn ra suôn sẻ và ít rủi ro, người chuyển giới và gia đình nên có những cuộc trò chuyện cởi mở với bác sĩ để hiểu rõ về các can thiệp, những lợi ích và cả những hạn chế có thể xảy ra. Việc đặt ra những kỳ vọng thực tế sẽ giúp giảm thiểu cảm giác thất vọng sau này.

Một nghiên cứu thực hiện tại Hà Lan năm 2005 (do Yolanda Smith và cộng sự thực hiện) đã khảo sát 325 người trẻ và người trưởng thành có mong muốn định giới bằng can thiệp y tế. Kết quả cho thấy, sau khi trải qua các can thiệp y tế như hoóc-môn hoặc phẫu thuật, đa số người tham gia cảm thấy hài lòng và thoải mái hơn với giới tính của mình. Họ ít cảm thấy buồn bã, lo lắng và có chất lượng cuộc sống tốt hơn. Điều đáng chú ý là **tỷ lệ người hối hận về quyết định chuyển đổi giới tính là rất thấp**, chỉ khoảng 2%.

Ngoài các can thiệp về cơ thể, việc chuẩn bị tâm lý và xây dựng các mối quan hệ xã hội cũng rất quan trọng. Người chuyển giới có thể cần thời gian để thích nghi với những thay đổi trong cuộc sống và tìm kiếm sự hỗ trợ từ cộng đồng. Việc duy trì một lối sống lành mạnh, bao gồm cả việc chăm sóc sức khỏe tâm lý, sẽ giúp người chuyển giới đối phó tốt hơn với những khó khăn và cảm xúc tiêu cực. Mặc dù không phải là giải pháp duy nhất, can thiệp y tế đã được chứng minh là một bước tiến quan trọng trong việc giảm thiểu đáng kể chứng bức bối giới và nâng cao chất lượng cuộc sống của đa số người chuyển giới. Các nghiên cứu cho thấy, sau khi trải qua quá trình can thiệp, nhiều người cảm thấy hài lòng hơn với bản thân và giảm thiểu được các triệu chứng tiêu cực như trầm cảm, lo âu. Điều này góp phần đáng kể vào việc giảm nguy cơ tự tử và cải thiện sức khỏe tâm thần tổng thể.

Gia đình đóng vai trò vô cùng quan trọng trong quá trình chuyển đổi giới tính. Sự thấu hiểu, ủng hộ và tình yêu thương của gia đình sẽ giúp người chuyển giới cảm thấy an tâm và tự tin hơn. Việc cùng nhau tìm kiếm sự hỗ trợ từ các chuyên gia tâm lý và các tổ chức cộng đồng LGBT sẽ giúp mọi người có thêm kiến thức và kỹ năng để đối diện với những thách thức, cũng như chuẩn bị cho những thay đổi diễn ra trong quá trình này. Hãy nhớ rằng, mỗi người là một cá thể độc lập và quá trình chuyển đổi giới tính của mỗi người là khác nhau. Quan trọng nhất là tạo ra một môi trường sống an toàn và yêu thương để người chuyển giới được là chính mình.

CHUYỂN GIỚI CÓ ĐẮT KHÔNG?

Quá trình chuyển đổi giới tính là một hành trình dài và đòi hỏi nhiều nguồn lực, trong đó tài chính là một yếu tố quan trọng. Chi phí cho các can thiệp y tế, thuốc men, cũng như các chi phí sinh hoạt hàng ngày có thể khá lớn. Ví dụ, đối với nhóm chuyển giới nữ, một lần phẫu thuật tạo hình âm đạo có thể tốn hàng trăm triệu đồng, và liệu trình hoóc-môn có thể kéo dài suốt đời, dẫn đến chi phí liên tục. Tuy nhiên, đừng quá lo lắng! Với một kế hoạch tài chính cụ thể và sự hỗ trợ từ gia đình, bạn hoàn toàn có thể giúp con mình vượt qua giai đoạn này.

Cùng nhau lên kế hoạch tài chính là một bước quan trọng để hỗ trợ con bạn trong quá trình chuyển giới. Việc lập kế hoạch chi tiết sẽ giúp gia đình bạn chuẩn bị tốt hơn về mặt tài chính và giảm thiểu những khó khăn không lường trước. Hãy cùng con lập một bảng dự toán chi phí để có cái nhìn tổng quan về những gì cần chuẩn bị. Điều này sẽ giúp cả gia đình hình dung rõ hơn về quy mô của vấn đề và cùng nhau tìm ra giải pháp.

Ngoài các nguồn tài chính cá nhân, gia đình có thể tìm hiểu thêm về các tổ chức phi chính phủ, các quỹ hỗ trợ cộng đồng LGBT để tìm kiếm sự giúp đỡ. Nhiều tổ chức cung cấp các chương trình hỗ trợ tài chính, tư vấn tâm lý và các dịch vụ y tế cho người chuyển giới. Việc lên kế hoạch tài chính không chỉ là vấn đề về tiền bạc, mà còn thể hiện sự quan tâm và ủng hộ của gia đình đối với con. Khi cùng nhau vượt qua những khó khăn, tình cảm gia đình sẽ trở nên bền chặt hơn.

SỬ DỤNG HOÓC-MÔN CÓ LÀM SUY GIẢM TUỔI THỌ CỦA CON TÔI?

Liệu pháp hoóc-môn là một phần quan trọng trong quá trình chuyển đổi giới tính đó là việc đưa hoóc-môn nữ (estrogen) vào cơ thể người chuyển giới từ Nam sang Nữ và đưa hoóc-môn nam (testosterone) vào cơ thể người chuyển giới từ Nữ sang Nam (FTM) để phát triển những đặc điểm của giới mà họ mong muốn. Với một số người cảm giác của "lần dậy thì thứ hai" này giống như là được trở về nhà, trong khi một số khác thì phải đấu tranh với những thay đổi về tâm sinh lý nảy sinh trong quá trình nói trên. Trong quá trình sử dụng hoóc-môn, cơ thể sẽ trải qua những thay đổi rõ rệt.

NGƯỜI CHUYỂN GIỚI TỪ NỮ SANG NAM (FTM):

- Giọng nói trầm hơn
- Âm vật to lên
- Mọc lông mặt và cơ thể
- Kinh nguyệt ngừng lại
- Teo mô ngực
- Tăng cơ bắp, giảm mỡ

NGƯỜI CHUYỂN GIỚI TỪ NAM SANG NỮ (MTF):

- Phát triển ngực
- Giảm chức năng cương dương
- Tinh hoàn nhỏ lại
- Tăng mỡ, giảm cơ bắp

Tốc độ và mức độ thay đổi cơ thể do hoóc-môn phụ thuộc vào nhiều yếu tố như liều lượng, cách dùng, và chủng loại, tất cả được điều chỉnh theo mục tiêu và tình trạng sức khỏe của mỗi người. Không có bằng chứng rõ ràng nào cho thấy tuổi tác, lối sống, chủng tộc hay yếu tố gia đình ảnh hưởng đến kết quả liệu pháp nói trên hoặc sẽ làm suy giảm tuổi thọ của người chuyển giới.

Người sử dụng liệu pháp hoóc-môn cần theo dõi định kỳ để đánh giá hiệu quả và tác dụng phụ, điều chỉnh liều lượng khi cần thiết, đặc biệt là sau phẫu thuật loại bỏ tuyến sinh dục. Đánh giá tâm lý và cảm xúc cũng rất quan trọng, giúp giảm áp lực và đảm bảo người chuyển giới cảm thấy thoải mái với bản dạng giới của mình.

Thấu hiểu và đồng hành cùng con trong quá trình này sẽ giúp con cảm thấy an toàn và được yêu thương, điều này là đặc biệt quan trọng khi con của bạn đang trải qua nhiều thay đổi về mặt tâm sinh lý. Việc sử dụng hoóc-môn cũng có thể mang lại niềm hạnh phúc cho con của bạn, mà niềm vui được chia sẻ là niềm vui nhân đôi, hãy vui cùng con nhé.

CÁC DỊCH VỤ CHĂM SÓC SỨC KHỎE CHO CON TÔI Ở VIỆT NAM HIỆN NHƯ THẾ NÀO?

Các nghiên cứu chỉ ra rằng người chuyển giới có nhu cầu rất lớn trong việc sử dụng hoóc-môn và phẫu thuật định giới, nhưng do thiếu khung pháp luật chính thức, họ gặp nhiều khó khăn và nguy hiểm khi tiếp cận các dịch vụ này. Thường phải tự tìm hiểu thông tin trên Internet, người chuyển giới không phải lúc nào cũng nhận được hướng dẫn chính xác và an toàn.

Một số nhà thuốc hay cơ sở y tế có bán và cung cấp dịch vụ tiêm hoóc-môn, nhưng chi phí cao hơn nhiều so với việc mua từ chợ đen và tự sử dụng. Các bệnh viện có dịch vụ xét nghiệm hoóc-môn nhưng bác sĩ không có chuyên môn về sức khỏe người chuyển giới và không được phép tư vấn, kê đơn hoóc-môn trừ khi bệnh nhân mắc chứng rối loạn nội tiết. Điều này khiến nhiều người chuyển giới phải tự tiêm tại nhà, dựa vào lời khuyên từ bạn bè hoặc nguồn không chính thống, làm tăng nguy cơ sức khỏe.

Dịch vụ phẫu thuật chuyển giới ở Việt Nam còn phức tạp hơn. Một số cơ sở y tế cung cấp dịch vụ phẫu thuật chuyển giới một cách không chính thức, nhưng luật chỉ cho phép phẫu thuật cho người liên giới tính. Vì vậy, nhiều người chuyển giới phải đi ra nước ngoài để thực hiện phẫu thuật. Họ cũng lo ngại rằng nhân viên y tế trong nước không đủ hiểu biết và nhạy cảm về người chuyển giới, khiến họ cảm thấy bị xúc phạm và xấu hổ khi tiếp cận dịch vụ y tế.

Trong bối cảnh dự thảo Luật chuyển đổi giới tính đang được thảo luận sôi nổi và dự kiến sẽ được trình Quốc hội vào năm 2025, tương lai hứa hẹn sẽ mở ra nhiều cơ hội hơn cho cộng đồng chuyển giới. Việc hoàn thiện khung pháp lý sẽ tạo điều kiện thuận lợi để phát triển các dịch vụ y tế chuyên biệt, chất lượng cao, đáp ứng nhu cầu

của người chuyển giới. Bên cạnh đó, Hội Phẫu thuật Nhi Việt Nam cũng khẳng định khả năng thực hiện thành công các ca phẫu thuật xác định lại giới tính tại Việt Nam, đặc biệt là đối với những trường hợp giới tính bẩm sinh không rõ ràng nam hay nữ. Đây là những tín hiệu tích cực, cho thấy xã hội ngày càng quan tâm và ủng hộ quyền lợi của người chuyển giới. Để đồng hành cùng con trong hành trình này, các bậc phụ huynh nên chủ động tìm hiểu thông tin từ các tổ chức cộng đồng.

Vì thế, gia đình và người thân cần hiểu rõ những khó khăn này để có thể đồng hành và hỗ trợ người chuyển giới. Hãy giúp con tìm kiếm các nguồn thông tin chính xác và đảm bảo an toàn trong quá trình sử dụng hoóc-môn và can thiệp phẫu thuật. Sự hỗ trợ và hiểu biết của gia đình có thể giúp con vượt qua những thách thức này một cách an toàn và tự tin hơn.

CON TÔI CẦN CHUẨN BỊ NHỮNG THÔNG TIN GÌ TRƯỚC KHI QUYẾT ĐỊNH PHẪU THUẬT CAN THIỆP ĐỊNH GIỚI?

Khả năng tiếp cận phẫu thuật cho người chuyển giới không phải lúc nào cũng dễ dàng. Ở nhiều quốc gia, các phẫu thuật tạo hình âm đạo hay dương vật không có sẵn. Tuy nhiên, các phẫu thuật như cắt bỏ tử cung, buồng trứng, tinh hoàn, và phẫu thuật loại bỏ tuyến vú thường có sẵn vì chúng cũng được thực hiện cho những người hợp giới.

Điều quan trọng là người chuyển giới cần thảo luận với bác sĩ về ưu và nhược điểm của các can thiệp y tế và phẫu thuật để hiểu rõ các lựa chọn trước khi quyết định. Bác sĩ chăm sóc sức khỏe ban đầu cần có khả năng giải thích và tư vấn về các phẫu thuật cần thiết, như cắt bỏ tử cung/buồng trứng cho người chuyển giới từ nữ sang nam, hoặc các vấn đề về tiết niệu cho người chuyển giới từ nam sang nữ.

Bác sĩ cũng cần hiểu rõ tác động của từng phương pháp phẫu thuật lên cơ thể. Tuổi tác không phải là yếu tố ngăn cản việc chuyển đổi giới tính, nhưng phẫu thuật có thể nguy hiểm và không khả thi cho người lớn tuổi có tình trạng sức khỏe không đáp ứng yêu cầu cuộc mổ. Người chuyển giới lớn tuổi muốn phẫu thuật cần thảo luận chi tiết về phương pháp mổ, yêu cầu thể chất và thời gian hồi phục với bác sĩ phẫu thuật để đảm bảo an toàn và hiệu quả.

Sau khi phẫu thuật, việc chăm sóc sau phẫu thuật là rất quan trọng. Bác sĩ chăm sóc sức khỏe ban đầu có thể cung cấp dịch vụ chăm sóc sau phẫu thuật cho người đã phẫu thuật ở nước ngoài và vận động các hãng bảo hiểm hoặc chuyên gia khác cho nhu cầu y tế của khách hàng.

Hãy hiểu rằng con của bạn cần sự hỗ trợ và thấu hiểu trong suốt quá trình này. Sự đồng hành, lắng nghe và hỗ trợ của gia đình sẽ giúp con cảm thấy an toàn và được yêu thương. Việc tìm kiếm thông tin chính xác và làm việc với các chuyên gia y tế có kinh nghiệm sẽ đảm bảo con bạn có thể tiếp cận dịch vụ y tế an toàn và hiệu quả.

NHỮNG VẤN ĐỀ XÃ HỘI - LUẬT PHÁP CỦA NGƯỜI CHUYỂN GIỚI

CON CỦA TÔI CÓ ĐƯỢC PHÁP LUẬT CÔNG NHẬN VÀ BẢO VỆ KHÔNG?

Hiện nay, Việt Nam đã công nhận quyền chuyển đổi giới tính cho con của bạn. Điều đó được ghi nhận trong điều 28 và 37, Bộ luật Dân sự năm 2015. Bạn có thể đọc thêm về trích dẫn của chúng tôi dưới đây:

Điều 28. Quyền thay đổi tên

1. Cá nhân có quyền yêu cầu cơ quan nhà nước có thẩm quyền công nhận việc thay đổi tên trong

...

e) Thay đổi tên của người đã xác định lại giới tính, người đã chuyển đổi giới tính;

...

Điều 37. Chuyển đổi giới tính

Việc chuyển đổi giới tính được thực hiện theo quy định của luật. Cá nhân đã chuyển đổi giới tính có quyền, nghĩa vụ đăng ký thay đổi hộ tịch theo quy định của pháp luật về hộ tịch; có quyền nhân thân phù hợp với giới tính đã được chuyển đổi theo quy định của Bộ luật này và luật khác có liên quan.

Không chỉ thừa nhận hợp pháp, con của chúng ta cũng là người dân Việt Nam và cũng sẽ được đảm bảo các quyền lợi khác theo hiến pháp và pháp luật. Đặc biệt là những quyền không bị kỳ thị và phân biệt đối xử đã được nêu rõ trong Hiến pháp 2013. Có thể kể đến các quyền lợi cơ bản như:

Điều 16.

1. Mọi người đều bình đẳng trước pháp luật.

2. Không ai bị phân biệt đối xử trong đời sống chính trị, dân sự, kinh tế, văn hóa, xã hội.

Điều 20.

1. Mọi người có quyền bất khả xâm phạm về thân thể, được pháp luật bảo hộ về sức khỏe, danh dự và nhân phẩm; không bị tra tấn, bạo lực, truy bức, nhục hình hay bất kỳ hình thức đối xử nào khác xâm phạm thân thể, sức khỏe, xúc phạm danh dự, nhân phẩm.

Điều 26.

1. Công dân nam, nữ bình đẳng về mọi mặt. Nhà nước có chính sách bảo đảm quyền và cơ hội bình đẳng giới.

2. Nhà nước, xã hội và gia đình tạo điều kiện để phụ nữ phát triển toàn diện, phát huy vai trò của mình trong xã hội.

3. Nghiêm cấm phân biệt đối xử về giới.

Dù đã có nhiều hành lang pháp luật bảo vệ con của bạn nhưng thực tiễn hệ thống pháp luật đang còn thiếu một dữ kiện quan trọng đó là chưa có định nghĩa về người chuyển giới. Điều này dẫn đến việc **từ 2015 đến nay những chính sách, pháp luật về người chuyển giới vẫn chưa thể đi vào đời sống.**

Chúng tôi muốn chia sẻ một thông tin quan trọng về quá trình pháp lý liên quan đến việc chuyển đổi giới tính, điều này có thể giúp chúng ta hiểu rõ hơn và đồng hành cùng con cái mình trong hành trình này.

Vào năm 2017, Chính phủ đã giao cho Bộ Y tế nhiệm vụ soạn thảo một Luật về chuyển đổi giới tính. Đến năm 2023, Dự thảo luật này đã được chuyển giao cho Đại biểu Quốc hội, GS. Nguyễn Anh Trí, để tiếp tục làm việc. Tin vui là Dự thảo luật đã chính thức được đưa vào Chương trình xây dựng luật và pháp lệnh cho năm 2024.

Dự kiến, vào kỳ họp Quốc hội tháng 10 năm 2024, Dự thảo luật sẽ được trình để lấy ý kiến. Nếu mọi việc diễn ra theo kế hoạch, luật sẽ được Quốc hội biểu quyết thông qua vào kỳ họp tháng 5 năm 2025.

Thông tin này không chỉ là một bước quan trọng trong việc bảo vệ quyền lợi của những người chuyển giới mà còn là sự khẳng định rằng xã hội đang dần thay đổi và công nhận những quyền cơ bản của con chúng ta. Điều này có thể mang lại sự hỗ trợ pháp lý cần thiết cho con cái chúng ta và giúp các con có cuộc sống tốt đẹp hơn.

NẾU CHƯA CÓ LUẬT CHUYỂN ĐỔI GIỚI TÍNH THÌ BẤY LÂU NAY CON CỦA TÔI ĐANG PHẢI ĐỐI MẶT VỚI NHỮNG THÁCH THỨC NÀO?

Một thực tế đáng buồn là người chuyển giới vẫn đang đối mặt với các thách thức khi chưa thể thay đổi tên và giới tính trên giấy tờ. Những khó khăn gặp phải diễn ra mọi khía cạnh trong đời sống xã hội, bạn hãy cùng tôi lặng nhìn những con số biết nói dưới đây:

Đối với các kỳ thị, phân biệt đối xử trong lao động và xã hội:

Một nghiên cứu gần đây ở Việt Nam đã chỉ ra rằng có tới 85% nữ chuyển giới từng tham gia khảo sát đã phải bỏ học vì bị bắt nạt và bạo lực. Điều này không chỉ ảnh hưởng lớn đến khả năng học tập của họ mà còn tác động sâu rộng đến cơ hội việc làm trong tương lai.

Khi không có được nền tảng học vấn và kỹ năng cần thiết, nhiều người chuyển giới gặp khó khăn trong việc tìm kiếm việc làm và thường xuyên phải đối mặt với tình trạng thất nghiệp. Theo Viện nghiên cứu Kinh tế, Xã hội và Môi trường, vào năm 2023, tình hình rất đáng lo ngại: 10,5% nữ chuyển giới gặp khó khăn trong việc thăng tiến trong công việc, 21,4% bị yêu cầu mặc đồng phục không đúng với giới tính mà họ mong muốn, và 5,3% bị trả lương thấp hơn so với những người cùng vị trí công việc. Những con số này cho thấy rõ ràng rằng sự phân biệt đối xử vẫn là một rào cản lớn đối với người chuyển giới trong lao động và xã hội. Điều quan trọng là chúng ta cần hiểu và ủng hộ con cái mình, không chỉ về mặt pháp lý mà còn trong cuộc sống hàng ngày, để giúp con vượt qua những khó khăn và tìm kiếm cơ hội công bằng hơn. Sự đồng hành và hỗ trợ của chúng ta có thể tạo ra sự khác biệt lớn trong cuộc sống của họ.

Ngoài ra, không thể thay đổi được tên và giới tính trên giấy tờ, nhiều người chuyển giới có ngoại hình không tương thích với tên trên thẻ căn cước khiến giao dịch dân sự của họ gặp nhiều khó khăn.

Ví dụ như con của bạn đã có sự thay đổi về ngoại hình do sử dụng hoóc-môn và ngoại hình của con bạn hiện tại đã khác so với ảnh ở trên thẻ căn cước. Khi con ra ngân hàng để mở tài khoản cần cung cấp thẻ căn cước, nhân viên ngân hàng sẽ từ chối cung cấp dịch vụ do hình ảnh của con bạn không khớp với trên giấy tờ.

Đối với trải nghiệm về bạo lực:

Một nghiên cứu gần đây cho thấy rằng hơn 97% người chuyển giới tham gia khảo sát đã trải qua ít nhất một hình thức bạo lực liên quan đến bản dạng giới và xu hướng tính dục của họ. Những hình thức bạo lực này rất đa dạng, bao gồm bạo lực tinh thần, thể chất, tình dục và kinh tế. Điều này thật sự đáng lo ngại vì nó cho thấy một thực tế đau lòng: người chuyển giới phải đối mặt với sự phân biệt và tấn công rất lớn, nhiều hơn gấp 12 lần so với những người không phải chuyển giới.

Đối với tiếp cận các dịch vụ chăm sóc sức khoẻ và chăm sóc y tế chuyên biệt dành cho người chuyển giới:

Con của bạn hiện nay chưa thể được tư vấn sử dụng và can thiệp nội tiết, phẫu thuật một cách hợp pháp. Sở dĩ là do trong văn bản cho phép phẫu thuật xác định lại giới tính đối với người liên giới tính có điều khoản nghiêm cấm phẫu thuật giới tính cho những người đã hoàn thiện về giới tính được đề cập tại Điều 4, Nghị định 88/2008/NĐ-CP. Điều này đồng nghĩa với việc phẫu thuật định giới cho người chuyển giới là trái pháp luật. Do vậy, rất có thể con bạn chỉ có thể dùng dịch vụ một cách không chính thức như mua thuốc nội tiết của người buôn nước ngoài sau đó tự sử dụng hay phẫu thuật không chính thức hoặc sang các quốc gia khác.

Hiện tại, có rất nhiều nguy cơ mà con cái chúng ta có thể gặp phải khi tìm kiếm sự chăm sóc y tế. Đội ngũ y tế không phải lúc nào cũng hiểu rõ về người chuyển giới, và điều này có thể dẫn đến những trải nghiệm khó khăn và không công bằng cho các con.

Đáng tiếc, đã có những bệnh viện và chuyên gia y tế công khai tuyên bố rằng họ có thể "chữa khỏi" tình trạng chuyển giới hoặc đồng tính. Đây là thông tin hoàn toàn sai lệch và không có cơ sở khoa học. Chuyển giới không phải là bệnh và không thể chữa trị được. Điều quan trọng là chúng ta cần phải rất cẩn thận khi lựa chọn nơi khám chữa bệnh cho con cái mình.

Ngày 3 tháng 8 năm 2022, Bộ Y tế đã ban hành công văn số 4132/BYT-PC nhằm chấn chỉnh công tác khám chữa bệnh đối với người đồng tính, song tính và chuyển giới. Công văn này khẳng định rằng chuyển giới không phải là bệnh và không thể chữa trị hay thay đổi được.

Vì vậy, khi đưa con cái đi khám, chúng ta nên tìm hiểu kỹ lưỡng về chuyên môn của các bác sĩ và các cơ sở y tế. Đừng để những thông tin sai lệch và thiếu hiểu biết làm tổn hại đến sức khỏe và tâm lý của con cái chúng ta. Việc lựa chọn đúng đắn và bảo vệ con cái khỏi những thông tin sai lệch và phân biệt đối xử là trách nhiệm của chúng ta, và sự hỗ trợ của chúng ta có thể giúp họ có được sự chăm sóc y tế tốt nhất và xứng đáng.

Bạn có thể thấy rằng, người con của chúng ta đang phải gánh chịu rất nhiều sự kỳ thị, phân biệt đối xử trong những lĩnh vực khác nhau ở bên ngoài xã hội kia. Chính vì thực trạng đáng buồn này, chúng ta - những người thân cận với con của mình nhất hãy tạo cho các con sự an tâm bằng cách thể hiện sự ủng hộ, yêu thương từ chính gia đình của mình. Đọc phần tiếp theo để biết thêm các cách đồng hành cùng con nhé.

TÔI CÓ THỂ ĐỒNG HÀNH THÊM VỚI CON BẰNG CÁCH NÀO?

Đầu tiên, bạn có thể tìm hiểu thêm các kiến thức về xu hướng tính dục, bản dạng giới, thể hiện giới và các kiến thức có liên quan đã có trong phần đầu tiên của tài liệu cũng như các tài liệu chính thống để trang bị cho mình những hiểu biết toàn diện. Nếu một ngày ai đó nói con bạn là người chuyển giới là mắc bệnh tâm thần, tôi tin rằng sự yêu thương và những kiến thức bạn trang bị sẽ là hành trang quý báu để bảo vệ con của bạn trước những thông tin sai lệch đó.

Thứ hai, bạn có thể đồng hành cùng con mình tham gia các không gian sinh hoạt, sự kiện dành cho người chuyển giới nói riêng và cộng đồng LGBT nói chung. Tại các không gian này, sẽ có nhiều hoạt động mang tính gắn kết, chia sẻ thông tin để bạn và con có thể hiểu nhau hơn cũng như cùng nhau học tập. Sự đồng hành của bạn sẽ gia tăng sự tự tin cho con, con và bạn sẽ có thêm những người bạn mới với nhiều điểm tương đồng để cùng chia sẻ.

Thứ ba, ngoài các kiến thức liên quan đến giới, bạn có thể tìm hiểu thêm các quy định pháp luật liên quan đến người chuyển giới và quá trình xây dựng dự thảo Luật Chuyển đổi giới tính. Những thông tin này sẽ ảnh hưởng trực tiếp đến con của bạn, vì vậy sự tham gia của bạn trong quá trình tham vấn cho những quy định này sẽ có một vai trò cực kỳ quan trọng. Nếu con bạn là người chuyển giới, được lấy ý kiến trực tiếp trong các buổi tham vấn về dự thảo luật thì bạn cũng có thể tham gia với vai trò là phụ huynh của người chuyển giới. Tiếng nói của bạn sẽ giúp cho những nhà làm luật hiểu hơn về những ảnh hưởng của quy định đó đến đời sống của con, của gia đình và chính bạn. Nếu bạn đang tò mò Luật Chuyển đổi giới tính sẽ giúp được gì cho con của bạn, hãy cùng chúng tôi bước tiếp sang phần tiếp theo.

LUẬT CHUYỂN ĐỔI GIỚI TÍNH SẼ GIÚP ĐƯỢC GÌ CHO CON CỦA TÔI?

Luật Chuyển đổi giới tính được xây dựng nhằm cụ thể hóa quyền của người chuyển giới theo Điều 37 của Bộ Luật Dân sự 2015 tại Việt Nam. Từ năm 2017 đến nay, Dự thảo luật này đã trải qua nhiều thay đổi về các điều kiện cần thiết để một người có thể chính thức chuyển đổi giới tính. Các cuộc thảo luận thường tập trung vào những vấn đề như độ tuổi, mức độ can thiệp y học, tình trạng hôn nhân, và các quyền lợi và nghĩa vụ mà người chuyển giới phải đáp ứng.

Trong bối cảnh này, các hình thức can thiệp y học thường được nhắc đến bao gồm việc sử dụng nội tiết tố hay còn gọi là hoóc-môn, phẫu thuật ngực, phẫu thuật cơ quan sinh dục trong và bộ phận sinh dục ngoài. Việc phẫu thuật cơ quan sinh dục trong cũng có tên gọi phổ biến hơn mà có thể bạn đã từng nghe là triệt sản. Tuy nhiên, dự thảo luật vẫn đang được soạn thảo, nên các quy định cụ thể vẫn chưa hoàn thiện. Ngoài ra, có thể bạn cũng sẽ đọc được thông tin ở đâu đó nói về việc phẫu thuật toàn phần, thì yêu cầu phẫu thuật toàn phần đó sẽ bao gồm tất cả phương pháp phẫu thuật mà chúng tôi đã chia sẻ với bạn ở phía trên.

Bên cạnh việc xác định các điều kiện để được công nhận là người chuyển giới, luật cũng sẽ đảm bảo nhiều quyền lợi quan trọng cho người chuyển giới, như:

- Đảm bảo chăm sóc sức khỏe toàn diện và chính thức.
- Được đăng ký kết hôn hợp pháp và hôn nhân được bảo vệ theo giới tính mới.
- Bảo vệ quyền lợi về bảo mật thông tin.
- Chống phân biệt đối xử và kỳ thị.
- Ngăn cấm việc ép buộc người chuyển giới phải chữa trị hoặc can thiệp phẫu thuật khi không có sự đồng thuận từ chính họ.
- Cấm đưa thông tin sai lệch về người chuyển giới và người thân của họ.

Sự ra đời của Luật Chuyển đổi giới tính là rất cần thiết để đảm bảo rằng người chuyển giới có thể sống một cuộc sống đầy đủ và an toàn. Khi con của bạn được công nhận sau khi luật ra đời, họ sẽ có thể thay đổi tên, giới tính trên giấy tờ và thụ hưởng các quyền lợi của giới tính mới. Luật Căn cước 2023 cũng có đề cập đến quyền lợi này:

Điều 24. Các trường hợp cấp đổi, cấp lại thẻ căn cước

1. Các trường hợp cấp đổi thẻ căn cước bao gồm:

...

c) Thay đổi nhân dạng; bổ sung thông tin về ảnh khuôn mặt, vân tay; xác định lại giới tính hoặc chuyển đổi giới tính theo quy định của pháp luật;

...

NHỮNG QUỐC GIA KHÁC CÓ LUẬT CHUYỂN ĐỔI GIỚI TÍNH ĐỂ BẢO VỆ QUYỀN LỢI CHO NHỮNG NGƯỜI GIỐNG NHƯ CON TÔI KHÔNG?

Tính đến năm 2024, trên thế giới đã có 78 quốc gia thừa nhận giới tính pháp lý của người chuyển giới.

Thừa nhận giới tính pháp lý là cụm từ dùng để chỉ hệ thống pháp luật của một quốc gia cho phép người chuyển giới được thay đổi giới tính trên các giấy tờ chính thức, như giấy khai sinh, chứng minh nhân dân, hay hộ chiếu. Điều này không nhất thiết phải được quy định trong một luật riêng biệt như Luật Chuyển đổi giới tính. Thay vào đó, các quy định này có thể được đề cập trong các luật lớn hơn, các văn bản quy phạm pháp luật, hoặc thậm chí là các phán quyết của tòa án.

Các quy định về việc thừa nhận giới tính pháp lý có thể khác nhau tùy thuộc vào mô hình luật của từng quốc gia. Tuy nhiên, điểm chung lớn nhất của các hệ thống này là đều cho phép người chuyển giới thay đổi giới tính trên giấy tờ của họ. Đây là một bước quan trọng để công nhận và tôn trọng bản dạng giới của họ trong hệ thống pháp lý và xã hội.

Việc hiểu rõ về thừa nhận giới tính pháp lý giúp chúng ta biết rằng quyền lợi của con cái chúng ta không chỉ được bảo vệ bằng các luật riêng biệt mà còn có thể được quy định trong các văn bản pháp luật khác nhau.

Bạn có biết không? Có những quốc gia cho phép người chuyển giới được thay đổi thông tin trên giấy tờ từ thế kỷ trước. Pháp lần đầu tiên công nhận sự thay đổi giới tính trên giấy tờ vào năm 1980, tại Đức là vào năm 1972, Chile vào năm 1970 và thậm chí sớm hơn ở Đan Mạch là vào năm 1929. Ngoài ra, rất nhiều các quốc gia khác bắt đầu quá trình của họ từ những năm 2000. Nội dung về điều kiện công nhận một cá nhân là người chuyển giới cũng có sự khác biệt trong 78 quốc gia. Tuy nhiên, một điểm chung chúng ta có thể rút ở đây là việc thừa nhận giới tính pháp lý của người chuyển giới là một tiến bộ xã hội và luật pháp mà nhiều quốc gia

đã và đang hướng tới, trong đó có Việt Nam. Sự thay đổi chính sách có thể mất thời gian, nhưng chúng ta hoàn toàn có thể hy vọng vào một tương lai tốt đẹp cho con em chuyển giới của mình.

Bạn có thể tham khảo những quy định của các quốc gia này để hiểu hơn về hiện tại quốc tế đang công nhận quyền của người chuyển giới như thế nào.

Điều kiện về độ tuổi:

Đa số các quốc gia sẽ cho phép cá nhân thay đổi giới tính khi con của chúng ta đủ 18 tuổi. Một số nước có độ tuổi thấp hơn hoặc quy định khác như Na Uy (6 tuổi), Iceland (15 tuổi), Thuỵ Sĩ (Không yêu cầu độ tuổi), Canada (16 tuổi), ... Đa số các quy định cho phép thay đổi giới tính trên giấy tờ khi cá nhân dưới 18 tuổi sẽ cần có sự đồng thuận của phụ huynh hoặc người giám hộ hợp pháp.

Điều kiện về can thiệp y học:

Tùy theo từng quốc gia, có những phương pháp can thiệp y học khác nhau mà các quốc gia quy định. Một số quốc gia yêu cầu người chuyển giới phải thực hiện các phương pháp can thiệp y học cụ thể, trong khi những quốc gia khác có thể cho phép người chuyển giới lựa chọn hoặc thậm chí không yêu cầu can thiệp y học.

Các quốc gia yêu cầu can thiệp y học, ví dụ: Thổ Nhĩ Kỳ, Trung Quốc, Nhật Bản và Singapore là những quốc gia này yêu cầu người chuyển giới phải thực hiện phẫu thuật toàn phần, bao gồm phẫu thuật ngực, cơ quan sinh dục trong và bộ phận sinh dục ngoài.

Các quốc gia cho phép lựa chọn phương pháp can thiệp, ví dụ:

- **Nam Phi:** Cho phép người chuyển giới chọn giữa việc can thiệp nội tiết hoặc phẫu thuật.

- **Bang New South Wales của Úc:** Yêu cầu người chuyển giới thực hiện phẫu thuật một phần, có thể là phẫu thuật ngực hoặc cơ quan sinh dục.

Các quốc gia, vùng lãnh thổ không yêu cầu can thiệp y học: Pháp, Thụy Sĩ, Israel, Pakistan, Sri Lanka, Đài Loan (Trung Quốc), Canada, Argentina và nhiều quốc gia khác: Những quốc gia này không yêu cầu người chuyển giới phải thực hiện bất kỳ can thiệp y học nào. Họ chỉ cần nộp đơn đề nghị đổi giới tính như một thủ tục hành chính để tự nhận dạng bản thân theo giới tính mong muốn.

Điều kiện về tình trạng hôn nhân:

Các nước hiện chưa cho phép kết hôn đồng giới đều yêu cầu người chuyển giới phải độc thân để được thay đổi giới tính trên giấy tờ (Trung Quốc, Thổ Nhĩ Kỳ, Ba Lan, Ấn Độ, ...).

Ví dụ: Con của bạn vừa là người chuyển giới nam vừa là người đồng tính, tức là con của bạn sẽ có tình cảm với một người nam. Nếu con của bạn thay đổi giới tính trên giấy tờ từ nữ thành nam, sau đó kết hôn với một người cũng là nam thì khi đó mối quan hệ hôn nhân sẽ là hôn nhân đồng giới.

Điều kiện về sống thử:

Sống thử là một giai đoạn mà một số quốc gia sử dụng để người chuyển giới được sống với vai trò của bản dạng giới mà họ mong muốn. Hiện tại, chỉ còn một vài quốc gia có quy định về sống thử như Ba Lan (1-2 năm), Ecuador (2 năm), Phần Lan (6-12 tháng), Anh (Tối thiểu 6 tháng)... Những quốc gia này tin rằng, việc quy định thời gian sống thử sẽ giúp họ và người chuyển giới chắc chắn được quyết định của mình. Trong thời gian sống thử, một số quốc gia cũng sẽ yêu cầu người chuyển giới cần tham vấn thường xuyên với chuyên gia tâm lý để hỗ trợ nếu họ gặp khó khăn.

Xu hướng thay đổi:

Trong những năm qua, nhiều quốc gia đã có sự thay đổi đáng kể trong các quy định về can thiệp y học đối với người chuyển giới. Xu hướng rõ ràng là ngày càng có nhiều quốc gia dỡ bỏ yêu cầu can thiệp phẫu thuật toàn bộ và chuyển sang không yêu cầu can thiệp y học để công nhận giới tính pháp lý cho người chuyển giới.

Ví dụ về một số quốc gia, vùng lãnh thổ đã thay đổi quy định: Pháp, Đức, Bỉ, Ý, Colombia, Mexico, Brazil, Chile, Đài Loan (Trung Quốc), Úc, Tây Ban Nha: Những quốc gia này hiện không yêu cầu can thiệp y học như một điều kiện để thay đổi giới tính trên giấy tờ để tôn trọng quyền tự quyết của người chuyển giới.

Tại Châu Á, chúng ta cũng thấy một số dấu hiệu tích cực:

- **Hàn Quốc:** Vào năm 2017, tòa án Hàn Quốc đã ra phán quyết cho phép người chuyển giới thực hiện phẫu thuật bán phần để thay đổi giới tính trên giấy tờ. Trong khi đó, Hàn Quốc cũng là một quốc gia yêu cầu phẫu thuật toàn phần.

- **Hồng Kông:** Đã thay đổi từ yêu cầu phẫu thuật toàn phần sang phẫu thuật bán phần vào năm 2024. Trong đó họ quy định người chuyển giới nam cần phẫu thuật ngực, người chuyển giới nữ cần phẫu thuật bộ phận sinh dục ngoài. Ngoài ra, người chuyển giới cũng cần phối hợp can thiệp nội tiết trong khi phẫu thuật.

- **Nhật Bản:** Cũng đã ra phán quyết rằng yêu cầu can thiệp phẫu thuật toàn phần là vi hiến.

Những thay đổi này cho thấy sự thay đổi tích cực trong việc tôn trọng quyền tự quyết của người chuyển giới. Các quốc gia ngày càng nhận ra rằng việc yêu cầu phẫu thuật toàn phần không chỉ xâm phạm quyền tự quyết của cá nhân mà còn có thể vi phạm quyền lợi cơ bản của họ.

Nếu bạn tưởng tượng người con của bạn không đủ sức khoẻ để can thiệp y học mà luật pháp lại yêu cầu các con phải trải qua những can thiệp y học đó thì mới được luật pháp thừa nhận. Khi đó, rất có thể người con của bạn sẽ phải chịu những ảnh hưởng về tâm lý và các bất công khi có những người có điều kiện hơn đã can thiệp để được công nhận. Do đó, sự tiến bộ này là một bước quan trọng trong việc đảm bảo rằng người chuyển giới có thể sống một cuộc sống đầy đủ và chính thức, không bị áp đặt những yêu cầu không cần thiết.

NHỮNG KHÓ KHĂN CỦA PHỤ HUYNH, NGƯỜI THÂN, BẠN BÈ CỦA NGƯỜI CHUYỂN GIỚI

TÔI VẪN BÀNG HOÀNG QUÁ, TÔI CẦN PHẢI LÀM THẾ NÀO?

Khi con bạn công khai rằng con là người chuyển giới, cảm giác bàng hoàng và lo lắng là điều hoàn toàn bình thường. Bởi có thể bạn đang có cảm giác mất mát về cuộc đời, tương lai mà bạn vẫn luôn hình dung cho con. Cũng có thể bạn đang mất đi niềm tin rằng mình là người hiểu con nhất. Sự đột ngột này có thể khiến bạn cảm thấy sốc và mất phương hướng, nhưng con cái vốn luôn làm cho chúng ta bất ngờ. Trong thời điểm này, việc bạn cần làm là dành thời gian để tiếp nhận và điều chỉnh cảm xúc của bản thân, đồng thời hỗ trợ con bạn một cách tốt nhất.

Trước tiên, hãy cho phép bản thân cảm nhận và xử lý những cảm xúc của mình một cách từ từ. Đừng vội vã đưa ra phản ứng ngay lập tức; thay vào đó, hãy dành thời gian để hiểu và tìm kiếm thông tin về chuyển giới. Đọc sách và tài liệu từ các nguồn uy tín có thể giúp bạn nắm bắt thêm kiến thức về chuyển giới, từ đó giúp bạn hỗ trợ con tốt hơn. Việc bạn đang đọc tài liệu này đã là một bước rất đáng hoan nghênh trên hành trình hiểu về con của mình.

Đồng thời, đừng quên chăm sóc sức khỏe tinh thần của chính bạn. Tìm kiếm sự hỗ trợ từ các chuyên gia tâm lý hoặc tham gia vào các nhóm hỗ trợ cho cha mẹ có con là người chuyển giới có thể giúp bạn điều chỉnh tốt hơn trong quá trình này. Bên cạnh đó, thực hiện các hoạt động giúp giảm căng thẳng và duy trì sự cân bằng cảm xúc cũng là rất quan trọng.

Cuối cùng, hãy duy trì sự kết nối và mối quan hệ tích cực với con bạn. Tiếp tục dành thời gian và quan tâm đến con, dù bạn đang trong quá trình điều chỉnh. Những hành động nhỏ và sự hiện diện của bạn có thể giúp con cảm thấy được yêu thương và an toàn. Mở cửa cho việc tiếp tục trò chuyện và cập nhật về cảm xúc của cả bạn và con bạn, vì sự thông cảm và hỗ trợ liên tục sẽ xây dựng mối quan hệ tích cực và bền chặt hơn. Dù có thể gặp khó khăn, việc thể hiện sự quan tâm và kiên nhẫn sẽ góp phần quan trọng vào sự phát triển và hạnh phúc của con bạn.

TÔI CẦN PHẢI ỨNG XỬ NHƯ THẾ NÀO VỚI CON TÔI KHI TÔI CẦN THỜI GIAN?

Khi bạn cần thời gian để chấp nhận con mình là người chuyển giới, điều quan trọng là duy trì sự tôn trọng và yêu thương. Hãy cố gắng sử dụng đúng tên và danh xưng mà con bạn chọn, ngay cả khi bạn đang trong quá trình điều chỉnh và đôi khi có thể chưa quen với tên gọi mới hoặc danh xưng mới của con. Sự tôn trọng này không chỉ giúp con cảm thấy được chấp nhận mà còn xây dựng niềm tin trong mối quan hệ giữa bạn và con.

Tiếp theo, hãy thực hiện giao tiếp cởi mở và chân thành với con bạn. Bạn có thể chia sẻ cảm xúc của mình một cách nhẹ nhàng và yêu cầu thêm thời gian để hiểu rõ hơn. Ví dụ khi con bạn đột ngột thay đổi cách ăn mặc, dĩ nhiên điều này sẽ là một cú sốc và không dễ dàng chấp nhận ngay lập tức. Nhưng nếu các bậc cha mẹ sử dụng các biện pháp tiêu cực để ép con thì rất có thể những đứa con sẽ rời xa vòng tay của mình. Khi ấy, cha mẹ hãy chân thành chia sẻ cảm xúc của mình như là "*mẹ biết mặc như thế này sẽ khiến con rất thoải mái, nhưng mẹ chưa thể làm quen ngay lập tức với cách ăn mặc như thế này, vậy nên cho mẹ thêm chút thời gian nhé.*" Đồng thời, lắng nghe con bạn một cách tích cực khi các con chia sẻ về trải nghiệm và cảm xúc. Việc này không chỉ giúp bạn hiểu hơn về con mà còn thể tìm ra một giải pháp hài hòa cho cả đôi bên.

TÔI CẦN PHẢI GIAO TIẾP VỚI CON TÔI NHƯ THẾ NÀO KHI NÓ TỪ CHỐI GIAO TIẾP?

Khi con bạn từ chối giao tiếp, có thể là bởi vì con cảm thấy khó khăn trong việc chia sẻ, bởi đây vốn không phải một điều dễ dàng tâm sự cùng người khác. Điều quan trọng là bạn phải tôn trọng không gian và thời gian của các con. **Đừng ép buộc con phải trò chuyện ngay lập tức.** Thay vào đó, hãy thể hiện sự hiểu biết và sự sẵn sàng lắng nghe. Bạn có thể nói: "*Mẹ/cha hiểu rằng con cần thời gian để xử lý mọi thứ. Mẹ/cha sẽ luôn ở đây nếu con muốn trò chuyện khi sẵn sàng.*" Việc này giúp con bạn cảm thấy không bị áp lực và biết rằng bạn luôn sẵn sàng để lắng nghe.

Nếu giao tiếp trực tiếp gặp khó khăn, hãy thử các hình thức giao tiếp gián tiếp như ghi chú hoặc tin nhắn. Điều này có thể giúp con bạn cảm thấy thoải mái hơn khi chia sẻ cảm xúc mà không cần phải đối diện trực tiếp. Ví dụ, bạn có thể gửi một tin nhắn nhẹ nhàng: "*Mẹ/cha muốn con biết rằng mẹ/cha luôn ở đây và sẵn sàng lắng nghe khi con muốn chia sẻ.*" Cách tiếp cận này có thể giúp con bạn cảm thấy an toàn và có thêm động lực để mở lòng.

Dù con bạn không muốn giao tiếp, hãy tiếp tục duy trì sự hiện diện và hỗ trợ của bạn thông qua các hành động nhỏ. Thực hiện những cử chỉ thể hiện tình yêu và sự quan tâm, như chuẩn bị món ăn mà con thích hoặc đơn giản là ở gần con khi cần. Những hành động này có thể giúp con cảm thấy được quan tâm và có thể làm giảm bớt sự căng thẳng, mở ra cơ hội giao tiếp khi các con cảm thấy sẵn sàng hơn.

TÔI PHẢI GIẢI THÍCH NHƯ THẾ NÀO VỚI GIA ĐÌNH VÀ BẠN BÈ?

Khi các bậc phụ huynh nhận ra rằng con của mình là người chuyển giới, cảm xúc lúc đó có thể sẽ đầy sự lẫn lộn và thử thách. Chúng tôi biết rằng việc chia sẻ thông tin này với gia đình và bạn bè không phải là điều dễ dàng, và chúng tôi đã phải suy nghĩ rất nhiều về cách làm sao để mọi người có thể hiểu và chấp nhận con mình cũng như làm sao để chia sẻ việc đó với những người xung quanh.

Trước tiên, các bậc phụ huynh phải chuẩn bị tinh thần cho cuộc trò chuyện này. Điều quan trọng là cha mẹ cần phải xác định rõ ràng mình sẽ nói chuyện với ai và mục tiêu của cuộc trò chuyện đó là gì. Đôi khi chỉ là một cuộc trò chuyện chớp nhoáng với bạn bè và chỉ là một thông báo rằng "con tôi là người chuyển giới". Nhưng cũng có những cuộc trò chuyện khác, cha mẹ sẽ cần chuẩn bị kỹ hơn về mặt cảm xúc và kiến thức để chia sẻ,tìm kiếm thêm sự đồng cảm và thấu hiểu của các thành viên khác trong gia đình. Chúng tôi cũng khuyến khích mọi người suy nghĩ về cách những người khác trong gia đình có thể hỗ trợ các con, ví dụ như việc sử dụng đúng tên và đại từ nhân xưng mà con mong muốn.

Khi đã chuẩn bị sẵn sàng về mục tiêu của cuộc trò chuyện, cha mẹ hãy chọn thời điểm và địa điểm thích hợp. Địa điểm cũng rất quan trọng, chúng ta nên chọn một nơi riêng tư và thoải mái để tất cả có thể công khai chia sẻ cảm xúc. Đồng thời, hãy lựa chọn thời điểm khi mà các thành viên khác trong gia đình đang thoải mái và không có quá nhiều lo toan.

Khi bắt đầu cuộc trò chuyện, chúng ta hãy cố gắng sử dụng ngôn ngữ rõ ràng và tỏ ra tôn trọng tất cả các bên. Chúng ta sẽ cần chuẩn bị tinh thần cho những phản ứng rất khác nhau, và chúng ta trước hết phải tôn trọng cảm xúc của họ. Cha mẹ cũng lắng nghe và phản hồi một cách bình tĩnh. Chúng ta đều biết tình yêu vô bờ bến của các bậc cha mẹ dành cho con cái và khao khát bảo vệ các con rất có thể sẽ dẫn đến các

tranh cãi với các thành viên khác trong gia đình. Đặc biệt, nếu có con bạn ở đó, hãy cố gắng kiềm chế cảm xúc của những người khác và thật bình tĩnh xử lý các tình huống có thể xảy ra để đảm bảo sự an toàn cho con bạn và chính bản thân bạn. Nếu cuộc trò chuyện có dấu hiệu trở nên căng thẳng, hãy tìm cách trì hoãn và hẹn một dịp khác để tiếp tục.

Tuy nhiên, chúng ta cũng cần biết rằng sự chấp nhận không xảy ra ngay lập tức. Chúng ta cần phải duy trì sự kiên nhẫn và hỗ trợ liên tục. Cha mẹ hãy liên tục cập nhật về con mình và hy vọng rằng mọi người sẽ dần dần hiểu và chấp nhận con theo thời gian.

Cuối cùng, chúng tôi cũng không quên chăm sóc bản thân và con mình. Đối mặt với những phản ứng và cảm xúc phức tạp là điều không hề dễ dàng, vì vậy việc chăm sóc sức khỏe tinh thần của cả gia đình là rất quan trọng.

TÔI PHẢI LÀM GÌ ĐỂ GIÚP CON TÔI?

Việc con bạn chia sẻ về bản dạng giới của mình là một bước ngoặt lớn và đòi hỏi sự thấu hiểu, ủng hộ từ phía bạn. Dưới đây là một số gợi ý cụ thể để bạn có thể hỗ trợ con mình tốt hơn:

1. Tạo không gian an toàn và tin cậy:

• **Lắng nghe không phán xét:** Hãy dành thời gian để lắng nghe con bạn chia sẻ về cảm xúc, suy nghĩ và mong muốn của mình mà không ngắt lời hay đưa ra đánh giá.

• **Đặt câu hỏi mở:** Thay vì hỏi những câu hỏi có câu trả lời "có" hoặc "không", hãy đặt những câu hỏi mở để khuyến khích con bạn chia sẻ sâu hơn. Ví dụ: "Con cảm thấy như thế nào khi...", "Điều gì quan trọng nhất đối với con lúc này?".

• **Công nhận cảm xúc của con:** Hãy cho con bạn biết rằng bạn hiểu và tôn trọng cảm xúc của con. Ví dụ: "Việc con cảm thấy như vậy là hoàn toàn bình thường."

2. Tìm hiểu về chuyển giới:

• **Đọc sách, bài viết:** Có rất nhiều tài liệu hữu ích về chuyển giới. Việc tìm hiểu sẽ giúp bạn hiểu rõ hơn về những gì con bạn đang trải qua.

• **Tham gia các nhóm hỗ trợ:** Việc kết nối với những phụ huynh khác có con chuyển giới sẽ giúp bạn nhận được sự chia sẻ và kinh nghiệm quý báu.

• **Tìm kiếm sự tư vấn chuyên môn:** Nếu cần, hãy tìm đến các chuyên gia tâm lý, bác sĩ để được tư vấn và hỗ trợ.

3. Ủng hộ quyết định của con:

• **Sử dụng tên và đại từ nhân xưng mà con muốn:** Việc sử dụng tên và đại từ nhân xưng đúng sẽ giúp con bạn cảm thấy được tôn trọng và chấp nhận.

• **Hỗ trợ con trong quá trình chuyển giới:** Hãy cùng con bạn tìm hiểu về các lựa chọn y tế, pháp lý và xã hội có thể giúp con chuyển giới một cách an toàn và thuận lợi.

• **Tham gia vào các hoạt động của cộng đồng LGBT:** Việc tham gia các hoạt động này sẽ giúp con bạn cảm thấy mình không đơn độc và tìm thấy sự kết nối với những người có cùng hoàn cảnh.

4. Chăm sóc bản thân:

• **Tìm kiếm sự hỗ trợ:** Việc chấp nhận con mình chuyển giới là một quá trình khó khăn. Hãy tìm kiếm sự hỗ trợ từ bạn bè, người thân, nhà trị liệu hoặc các nhóm hỗ trợ.

• **Chăm sóc sức khỏe:** Hãy đảm bảo bạn đang chăm sóc sức khỏe của mình cả về thể chất và tinh thần.

5. Hãy kiên nhẫn:

• **Chấp nhận rằng cần có thời gian:** Việc chấp nhận hoàn toàn là một quá trình cần thời gian. Hãy kiên nhẫn với bản thân và với con.

• **Không ngừng học hỏi và thay đổi:** Hãy sẵn sàng học hỏi và thay đổi để có thể hỗ trợ con tốt nhất.

***NHỮNG ĐIỀU CẦN TRÁNH:**

- **Phủ nhận cảm xúc của con:** Điều này sẽ khiến con bạn cảm thấy cô đơn và không được hiểu.

- **Ép buộc con thay đổi:** Việc ép buộc con sẽ chỉ làm tình hình trở nên tồi tệ hơn.

- **So sánh con với người khác:** Mỗi người là một cá thể độc lập, đừng so sánh con bạn với bất kỳ ai.

Tôi cần gặp người trợ giúp, tôi có thể tìm ai và tới đâu?

Để có thể đồng hành tốt nhất cùng con trên hành trình này, các bậc phụ huynh nên chủ động tìm kiếm thông tin chi tiết từ các nguồn đáng tin cậy. Bạn có thể tham khảo danh sách các tổ chức, hội nhóm của người chuyển giới và cộng đồng LGBTIQA+ tại phần phụ lục để được tư vấn và hỗ trợ.

CÂU CHUYỆN CÓ THẬT: "TÔI LÀ MỘT PHỤ HUYNH, LÀ ĐỒNG MINH CỦA CON MÌNH - MỘT NGƯỜI CHUYỂN GIỚI NỮ"

"...Có lẽ nhờ tâm thế cởi mở ấy mà quá trình come out của con đã diễn ra thật tự nhiên, thậm chí con từng hồn nhiên tâm sự rằng: "Mẹ đừng mong đợi sẽ có cháu nội nhé, con không bao giờ lấy vợ sinh con đâu, mà con sẽ lấy chồng".

Xin chào mọi người, tôi là Trang. Tôi là một phụ huynh, là đồng minh của con mình - một người chuyển giới nữ. Tôi đã biết con khác biệt so với những cậu trai đồng trang lứa từ lâu, khi con chỉ thân thiết với các bạn gái, con xấu hổ và bẽn lẽn trước người bạn trai con thích để rồi ríu rít kể tôi nghe về những cảm xúc ấy.

"Hay là do hồi mang thai, mình đã mong có con gái nên bây giờ con mới thích làm con gái như này?" - Đó từng là câu hỏi luôn xoay vần trong đầu mỗi khi tôi nhìn con. Và dù không bao giờ cấm đoán con, tôi vẫn không thể tránh khỏi sự bất ngờ. Có lẽ phụ huynh nào ở trong trường hợp như tôi cũng sẽ mang cảm giác ấy. Không ngạc nhiên sao được, khi đứa trẻ mình từng bế trên tay, mình từng hình dung ra bao viễn cảnh khi con trưởng thành, nay lại làm trái những điều tưởng như đã định sẵn.

Suốt một khoảng thời gian, tôi từng hy vọng khi con dậy thì, lượng hormone nam sẽ tăng lên và con có thể thay đổi. Nhưng khi con bước sang tuổi 12, tôi nhận ra những gì mình cần làm là để con tự do khám phá bản thân và đồng hành cùng con bằng cách chú ý nhu cầu, mong muốn của con. Do đặc thù về nghề nghiệp nên tôi cũng dành thời gian tìm hiểu, tham gia những buổi đào tạo liên quan đến kiến thức về giới. Có lẽ nhờ tâm thế cởi mở ấy mà quá trình come out của con đã diễn ra thật tự nhiên, thậm chí con từng hồn nhiên tâm sự rằng: "Mẹ đừng mong đợi sẽ có cháu nội nhé, con không bao giờ lấy vợ sinh con đâu, mà con sẽ lấy chồng".

Từ khi xác định rằng mình sẽ sát cánh bên con, tôi luôn trăn trở làm sao để tạo ra không gian an toàn cho quá trình định giới của con. Tôi nói chuyện với giáo viên chủ nhiệm, nhờ cô lưu ý những trường hợp kỳ thị, phân biệt đối xử với cộng đồng; tôi kiên nhẫn giải thích với họ hàng cách con thể hiện giới là điều bình thường, quan trọng là con hạnh phúc;... Khi con học lớp 7, tôi đã thoải mái cho con sơn móng tay, dùng nước hoa hay mặc quần áo của mẹ, tôi cũng tin tưởng không vì thế mà con bỏ bê việc học vì con là một đứa trẻ rất thông minh và chăm chỉ. Vì vậy, cô giáo đội tuyển Văn của con từng không hiểu sao mẹ lại chiều con như thế. Tôi đã chia sẻ suy nghĩ của tôi với cô: " Tôi tin rằng nếu đứa trẻ được làm những điều khiến bản thân chúng vui vẻ, tự tin, được người lớn ủng hộ,

đồng hành; chúng sẽ học hành tốt hơn, làm được nhiều điều hơn những gì người lớn biết về chúng, bởi khi ấy năng lượng của đứa trẻ được phát huy tối đa." Từ cuộc trò chuyện đó, cô giáo đã cởi mở hơn rất nhiều, thậm chí còn hứa với con tôi là nếu con đạt giải trong kỳ thi cấp thành phố, cô sẽ tặng bạn một món quà mà bạn ấy thích. Tôi biết những thay đổi không đến trong ngày một ngày hai, nhưng cuối cùng thì con cũng có được sự chấp nhận của gia đình và sự ủng hộ, đồng hành của nhiều bạn cùng lớp cũng như thầy cô.

Nhưng tôi hiểu rồi sẽ có lúc con không có ai bên cạnh để làm điểm tựa, và con sẽ phải tự bảo vệ mình trước sự kỳ thị, phân biệt đối xử. Trong lần đi công tác xa nhà và nhận được cuộc gọi từ con, tôi được biết con vừa bị chỉ trỏ và xúc phạm bởi các bạn lớp khác khi đang đi một mình. Con chỉ nói rằng mình buồn, chán vì bị trêu chọc, nhưng tôi hiểu con đã bị tổn thương và tủi thân khi phải một mình đối mặt với sự kỳ thị. Bình thường con luôn thể hiện sự mạnh mẽ của mình bằng cách lờ đi điều tiếng, tỏ ra là mình không quan tâm. Nhưng việc không có bạn bè bên cạnh, không có mẹ động viên kịp thời dường như đã chạm đến giới hạn chịu đựng của con.

Nhìn con cả ngày hôm ấy chỉ nằm trên giường mà không ăn uống gì, tôi không khỏi cảm thấy xót xa. Khi ấy, niềm mong muốn duy nhất của tôi là con có một cuộc sống bình thường như bao người, vì hiện giờ con chưa có nỗi lo cơm áo gạo tiền, nhưng chỉ riêng việc những người xung quanh nhìn nhận như nào đã là một vấn đề lớn với con. Tôi mong nhận thức của xã hội sẽ thay đổi theo hướng cởi mở hơn, để những người như con mình không bị nhìn theo hướng thương hại, mà được nhìn nhận với năng lực mà họ có, được bình đẳng tiếp cận với tất cả các cơ hội về y tế, giáo dục, việc làm...và trở thành những công dân có ích cho xã hội như bao người khác. Tôi cũng hy vọng Dự thảo Luật Chuyển đổi giới tính có thể được ban hành và sử dụng sớm, đặc biệt nhà nước nên bảo đảm yếu tố bình đẳng của dự thảo luật bằng việc loại bỏ quy định yêu cầu can thiệp y học bởi không phải người chuyển giới nào cũng có đủ điều kiện về kinh tế, sức khỏe để thực hiện can thiệp.

(Trích "Bắt đầu có hậu - 33 câu chuyện từ người chuyển giới, đa dạng giới và người thân, bạn bè, đồng minh")

PHỤ LỤC 1:
TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ luật Dân sự sửa đổi, 2015

2. Coleman, E., Radix, A. E., Bouman, W. P., Brown, G. R., de Vries, A. L. C., Deutsch, M. B., Ettner, R., Fraser, L., Goodman, M., Green, J., Hancock, A. B., Johnson, T. W., Karasic, D. H., Knudson, G. A., Leibowitz, S. F., Meyer-Bahlburg, H. F. L., Monstrey, S. J., Motmans, J., Nahata, L., & Nieder, T. O. (2022). Standards of Care for the Health of Transgender and Gender Diverse People, Version 8. International Journal of Transgender Health, 23(S1), S1–S259. https://doi.org/10.1080/26895269.2022.2100644

3. Công văn Số: 4132/BYT-PC V/v chấn chỉnh công tác khám bệnh, chữa bệnh đối với người đồng tính,song tính và chuyển giới ngày 03 tháng 8 năm 2022

4. Hiến pháp nước Cộng hoà xã hội chủ nghĩa Việt Nam, 2013

5. Hoang, Anh T. and Nguyen, Vinh T. (2013). An online study of stigma, discrimination and violence against homosexual, bisexual, transgender, transsexual, and intersex people at school. CCIHP.

6. Hướng dẫn tổng thể - Hướng dẫn chăm sóc toàn diện cho người chuyển giới và cộng đồng chuyển giới tại Châu Á và Thái Bình Dương (Jack Byrne và Asa Radix, 2015) – Nhóm dịch: Lương Thế Huy và BS. Nguyễn Tấn Thủ, 2017

7. https://fenwayhealth.org/new-study-examines-the-social-contagion-hypothesis-of-transgender-and-gender-diverse-identities/

8. https://www.forbes.com/sites/ashleefowlkes/2019/05/30/who-being-transgender-no-longer-considered-a-mental-illness/

9. https://growinguptransgender.com/tag/nature-vs-nurture/

10. https://tvlgbt.s3.ap-southeast-1.amazonaws.com/f34f97d7-91ca-4d40-b5a9-1c4524426655.pdf

11. Kinh nghiệm Quốc tế về quyền nhân thân và tài sản của người chuyển đổi giới, UNDP Việt Nam, 2023

12. Luật Căn cước, 2023

13. Nghị định 88/2008/NĐ-CP về xác định lại giới tính ngày 05 tháng 8 năm 2008

14. Những đứa con của chúng ta, Hỏi-Đáp dành cho phụ huynh của người chuyển giới, ICS, 2023

15. Our Children: Questions and Answers for Loved Ones of Lesbian, Gay, Bisexual+, Transgender, Nonbinary, Queer and Questioning People, PFLAG National Office, 2023.

16. Our Trans Loved Ones: Questions and Answers for Parents, Families, and Friends of People Who Are Transgender or Nonbinary, PFLAG National Office, 2023.

17. Phạm Quỳnh Phương và cộng sự. 2017 Hiện trạng trải nghiệm y tế và nhu cầu chuyển đổi giới tính của người chuyển giới ở Việt Nam. Viện nghiên cứu Xã hội, Kinh tế và Môi trường.

18. Tiêu chuẩn Chăm sóc Sức khỏe của người chuyển giới và người không theo chuẩn giới (Standard of Care, 7th edition, WPATH) - Nhóm dịch: BS. Nguyễn Tấn Thủ và cộng sự, 2016

19. The Cost of Stigma: Understanding and Addressing Health Implications of Transphobia and Discrimination on Transgender and Gender

20. Diverse People, Vietnam Country Brief, 2020

21. Thực trạng bạo lực trên cơ sở giới và xu hướng tính dục với người LGBTIQ+ tại Việt Nam và các yếu tố liên quan, DNXH Hải Đăng, 2023

22. Tóm tắt báo cáo nghiên cứu "Có phải vì tôi là LGBT?", 2023

23.Tài liệu "Bắt đầu có hậu - 33 câu chuyện từ người chuyển giới, đa dạng giới và người thân, bạn bè, đồng minh", Chiến dịch Tự Do và Bình Đẳng của Liên Hợp Quốc tại Việt Nam, IT'S T TIME (https://www.undp.org/sites/g/files/zskgke326/files/2024-01/Bắt%20đầu%20có%20hậu%20%28Final%29.pdf)

PHỤ LỤC 2:
DANH SÁCH CÁC TỔ CHỨC, HỘI NHÓM CỦA CỘNG ĐỒNG LGBT (ĐỒNG TÍNH, SONG TÍNH, CHUYỂN GIỚI)

IT'S T TIME
IT'S T TIME là tổ chức cộng đồng hoạt động vì quyền và lợi ích của người chuyển giới, đa dạng giới.

0986 094 708
Tòa nhà Rocland, 16 Trần Quốc Vượng, Phường Dịch Vọng Hậu, Quận Cầu Giấy, Hà Nội

itsttime.vn@gmail.com www.itsttime.vn
facebook.com/ITSTTIMEVN

Hanoi Pride
Hanoi Pride là sự kiện cộng đồng thường niên lớn nhất tại Việt Nam. Bắt đầu từ năm 2012 cho tới nay Hanoi Pride đã trở thành sự kiện thường niên được mong đợi nhất đối với cộng đồng LGBTIQ+ và người ủng hộ bởi quy mô, tính kế thừa và sự đa dạng trong các hoạt động.

0942 169 312
Tòa nhà Rocland, 16 Trần Quốc Vượng, Phường Dịch Vọng Hậu, Quận Cầu Giấy, Hà Nội

contact@hanoipride.vn www.hanoipride.vn
facebook.com/hanoipride.vn

FTM Vietnam Organization
FTM Vietnam Organization hoạt động nghiên cứu và phát triển nhu cầu cộng đồng người chuyển giới nam tính tại Việt Nam.

ftmvietnamorganization@gmail.com facebook.com/ftm.vietnam

Asexual in Vietnam
Asexual in Vietnam (AIV) là Mạng lưới kết nối người Vô Tính, Á Tính, Bán Tính tại Việt Nam (gọi chung là cộng đồng phổ Vô Tính) được thành lập ngày 25/03/2013. Nhóm xây dựng các chương trình hoạt động về Quyền, không gian chia sẻ cho người Vô Tính nhằm nâng cao sự hiện diện của nhóm thiểu số này cũng như thay đổi nhận thức, thái độ tới hành vi của mọi người trong xã hội trên nền tảng tôn trọng đa dạng giới, tính dục.

contact@asexualinvietnam.org facebook.com/votinhvietnam

Hà Nội Queer
Hà Nội Queer là một tổ chức cộng đồng hướng tới một Việt Nam cởi mở và bình đẳng với người LGBTQ trong các lĩnh vực giáo dục, văn hóa và xã hội, thông qua các hoạt động kết nối không gian, thúc đẩy văn hóa và nâng cao năng lực cho cộng đồng LGBTQ.

hanoiqueer@gmail.com www.queer.vn
facebook.com/HanoiQueer

PFLAG Sài Gòn
Được thành lập từ tiền thân là PFLAG Việt Nam, PFLAG Sài Gòn được tạm dịch là "Hội cha mẹ người thân và bạn bè của cộng đồng LGBTQIA+ tại Sài Gòn"

077 6931879
facebook.com/groups/pflagsaigon

Trung tâm ICS
Tổ chức bảo vệ và thúc đẩy quyền của người đồng tính, song tính và chuyển giới tại Việt Nam.

info@ics.org.vn www.ics.org.vn
facebook.com/icsvn

Doanh nghiệp xã hội Hải Đăng
Doanh Nghiệp Xã Hội (DNXH) Hải Đăng là tổ chức được dẫn dắt và đấu tranh cho Quyền, Công bằng, Sức khỏe và sự Phát triển của cộng đồng LGBTI+ tại Việt Nam từ năm 2004. Hải Đăng làm việc thông qua trao quyền và xây dựng năng lực cho cộng đồng để lên tiếng và vận động cho Quyền dựa trên bằng chứng, cung cấp các dịch vụ chăm sóc sức khỏe để nâng cao Sức khỏe toàn diện của cộng đồng, đồng thời huy động một cộng đồng bao trùm, gắn kết và Phát triển để đảm bảo không ai bị bỏ lại phía sau.

02473 083 838
15A/98, Vũ Trọng Phụng, Phường Thanh Xuân Trung, Quận Thanh Xuân, Hà Nội

lighthouse.vietnam@gmail.com www.lighthousevietnam.org
facebook.com/lighthousesocialenterprise

Viện iSEE
Viện nghiên cứu Xã hội, Kinh tế và Môi trường (iSEE) là tổ chức hoạt động vì quyền của các nhóm thiểu số trong xã hội, nhằm hướng đến một xã hội công bằng, tự do và khoan dung, nơi các giá trị nhân bản được tôn trọng.

024 6273 7933
Tầng 3, HB Building, Số 1C11 Ngõ 140 Giảng Võ, Quận Ba Đình, Hà Nội

isee@isee.org.vn www.isee.org.vn
facebook.com/iseevn

CSAGA Vietnam
CSAGA là một tổ chức khoa học công nghệ theo loại hình tư nhân hoạt động với sứ mệnh hỗ trợ và truyền cảm hứng cho phụ nữ và trẻ em hướng tới cuộc sống hạnh phúc, không có bạo lực giới tại Việt Nam.

024 3754 0421
Số 35, Ngõ 66 Dịch Vọng Hậu, Cầu Giấy, Hà Nội

csaga@csaga.org.vn www.csaga.org.vn
facebook.com/CsagaVietnam

SCDI
Trung tâm Hỗ trợ Sáng kiến Phát triển Cộng đồng (SCDI) là một tổ chức khoa học công nghệ hoạt động không vì lợi nhuận, được thành lập bởi Liên hiệp các Hội Khoa học và Kỹ thuật Việt Nam, hoạt động nhằm thúc đẩy hòa nhập xã hội.

024 3572 0689
Số 3, Ngõ 34A/5, Trần Phú, Phường Điện Biên, Quận Ba Đình, Hà Nội

scdi@scdi.org.vn www.scdi.org.vn
facebook.com/SCDIVietnam

Cổng thông tin hợp nhất kiến thức & tài liệu về LGBTI của Việt Nam
thuvien.lgbt

NHÀ XUẤT BẢN GIAO THÔNG VẬN TẢI

Số 8 Tăng Bạt Hổ, Phường Phạm Đình Hổ, Quận Hai Bà Trưng, TP. Hà Nội

ĐT: 024.39423346 – 39424620 * Fax: 024.38224784

Website: www.nxbgtvt.vn * Email: nxbgtvt@fpt.vn

CHI NHÁNH NHÀ XUẤT BẢN GIAO THÔNG VẬN TẢI

180/45/38 Nguyễn Hữu Cảnh, Phường 22, Quận Bình Thạnh,TP. Hồ Chí Minh

CHỊU TRÁCH NHIỆM XUẤT BẢN, NỘI DUNG

Giám đốc, Tổng biên tập: NGUYỄN MINH NHẬT

Biên tập: Trần Anh Thu

Thiết kế & trình bày: Nguyễn Trung Tú

ĐỐI TÁC LIÊN KẾT: CÔNG TY TNHH TƯ VẤN VÀ ĐÀO TẠO ICS

ĐỊA CHỈ: 40/28 Phạm Viết Chánh, Phường 19, Quận Bình Thạnh, TP. Hồ Chí Minh

---

In: 500 cuốn, khổ:14 x 21 cm, tại CÔNG TY TNHH MTV DỊCH VỤ XUÂN THỦY.

Địa chỉ: 213 Nguyễn Văn Cừ, Phường 4, Quận 5, Thành phố. Hồ Chí Minh.

Số xác nhận đăng ký xuất bản: **3730-2024-CXBIPH/1-82/GTVT**

Mã số sách tiêu chuẩn quốc tế - ISBN: **978-604-76-3017-2**

Quyết định xuất bản: Số 58 LK/QĐ-XBGT ngày 16 tháng 10 năm 2024

In xong nộp lưu chiểu năm 2024.

Cẩm nang này có thể được tải về miễn phí tại:

www.thuvien.lgbt

hoặc liên hệ trực tiếp theo thông tin dưới đây:

TRUNG TÂM ICS

TĂNG QUYỀN CỦA CỘNG ĐỒNG LGBTI+ VÌ TỰ HÀO VÀ BÌNH ĐẲNG

info@ics.org.vn

www.facebook.com/icsvn

www.youtube.com/icsvietnam

ICS

NHỮNG ĐỨA CON CỦA CHÚNG TA

ISBN: 978-604-76-3017-2



Sách không bán