



{ حقوقي كمراجع

دليل للأقليات الجنسية إلى الرجوع اختصاصي الصحة العقلية

۲



حقوقى كمراجع

دليل للأقليةا الجنسية إلى الرجوع اختصاصي الصحة العقلية

(الأطباء النفسيين وعلماء النفس والمستشارين)

تحرير: مجموعة من الأخصائيين النفسيين والمستشارين و متخصصون في المجال الجندر بالتعاون مع
بعض أعضاء مجتمع الميم في إيران

صيف ١٣٨٩ (٢٠١٠)

الطبعة الأولى

تصميم الغلاف: ميلاد

التخطيط: آزاده

الناشر: لا يوجد

يبث من قبل كل من يؤمن بالمعرفة والعلم ويعمل بجد لنشره

رابط الاتصال: Raahnama-Farsi@gmail.com

القيدود في مجتمعنا على تشكيل الخطاب المتمحور حول الإنسان وما وراء العلاقة الجندرية الحالية يجعلنا

المتخصصون الذين جمعنا وأعدنا هذه المجموعة تركنا أنفسنا بدون ذكر الاسم .

نتمنى منكم المهتمين والشركاء وجميع افراد المجتمع الأقليات الجنسية في إيران دون أي تحيز، تابعوا أحكامه و

شاركو مع زملائكم وأصدقائكم الآخرين.

} جدول المحتويات

٧	مقدمة: كلام مع القراء
١٠	ما هي حقوقي العامة في غرفة العلاج كمراجع
١٥	نصائح حصرية حول الميول الجنسية والهوية الجندرية
٢٧	إرفاق معلومات إضافية للمهتمين
٣٠	مصادر لمزيد الى القراءة

□
□
□ 7

... } خطاب مع القراء

ربما حدث لكم جميعاً أن راجعتو الى طبيباً نفسياً أو مستشاراً أو حتى طبيباً نفسياً للتحدث أو حصول على إجماع في قضية شخصية. قد تكون هذه المراجعة بسبب الشعور بالاكئاب أو القلق إما الاختلاف مع أحد أفراد الأسرة ، أو تجربة مريرة في حياتك ، أو حتى بسبب شكوك حول ميولك الجنسية أو هويتك الجندرية. من المحتمل في معظم هذه المواقف، يجب أَلَمْ تعرف بالضبط ماذا تتوقع؟ قد تشعر بالارتباك في التجربة الأولى، وربما حتى في التجارب اللاحقة ، معك هذا الشعور بالارتباك.

ربما عندما تذهب إلى مستشار للاكتئاب أو نزع عائلي ، فإنك تتعمد ألا تقول شيئاً عن هويتك أو ميولك على مود لا تتعرض من قبله للفضول لا داعي له ، أو أسوأ من ذلك، التحيز أو الكراهية. في بعض الأحيان لا تعرف عن حق و حقوقك كعنوان مراجع الى متخصص في الصحة النفسية. تتسبب هذه المشكلة في إهمال حقوق العديد من أفراد الأقليات الجنسية والجندرية في إيران في مراكز الاستشارة وعيادات الطب النفسي أو يتم انتهاكها بشكل كبير. كثير من الناس في مجتمع الميم لا يتمتعون بتجربة إيجابية للإشارة إلى علماء النفس والمستشارين والأطباء النفسيين.

تعني هذه التجارب السلبية أن الأقليات الجنسية لا تجعل الأقليات الجنسية فقط مترددة في الرجوع إلى المتخصصين في الصحة العقلية في أوقات الحاجة أو الأزمات الروحية بدلاً من ذلك ، فإن عدم القدرة على طلب وتقديم التعليقات لهؤلاء الخبراء يجعلهم أيضًا غير مستجيبين. ونتيجة لذلك، فهم لا يبذلون جهودًا جادة وفعالة لتحسين معارفهم كنظام، سواء بشكل فردي أو على نطاق واسع.

الغرض من كتابة هذا الدليل هو تعريف المراجعين من مجتمع الميم بحقوقهم الأساسية وحقوق الإنسان كأفراد من مجتمع الأقلية الجنسية في التعامل مع علماء النفس والأطباء النفسيين والمستشارين. وبهذه الطريقة ، يمكن لكل من هؤلاء الأفراد ، في مواجهة انتهاك حقوقهم، يمكنهم الاحتجاج بدلاً من التزام الصمت ورفض العلاجات غير الفعالة أو الضارة. بالتدرج ومع زيادة هذه المعارف الفردية، أفراد مجتمع الأقليات الجنسية سيكونون قادرين على تحديد الأخصائيين المحدثين من الأشخاص الذين ليس لديهم معرفة كافية والامتناع عن الرجوع إليهم ومشاركة تجربتهم مع الآخرين. يمكن أن يكون مثل هذا الجهد مفيدًا وفعالًا حتى في المواقف التي ، للأسف ، لا يوجد فيها إشراف أخلاقي أو مهني على عمل هؤلاء المتخصصين.

في العام الماضي ، نشرنا أيضًا "دليل إرشاد الأقليات الجنسية، خاصة علماء النفس والأطباء". يمكنك أيضًا الاتصال بنا على عنوان البريد الإلكتروني الخاص بنا لطلب هذا الدليل.

... } ما هي حقوقي العامة في غرفة العلاج كمراجع؟

يتمتع كل شخص ، بغض النظر عن الميول الجنسية أو الهوية الجندرية، كإنسان ، له الحق منذ اللحظة التي يدخل فيها غرفة المستشار أو طبيبًا نفسيًا أو طبيبًا نفسيًا. هذه حقوق عامة ويجب احترامها فيما يتعلق بجميع المراجعين. في استمرار سوف تتعرف على الحقوق التالية:

١. الحق في احترام المراجع كما هو. لا يهم ما هو وضعك الاجتماعي أو عمرك أو حالتك الطبقية. مع أي خلفية وسيرة ذاتية ، إذا ذهبت إلى معالج ، فمن حقك الأساسي أن تحترم كإنسان. بالطبع ، قد يتم انتقاد سلوكك أو أدائك بصراحة من قبل المعالج الخاص بك ، لكن ليس له الحق في التشكيك في كرامتك الإنسانية تحت أي ظرف من الظروف.

٢. الحق في السلوك العادلة وغير التمييزية: بغض النظر عن العرق، اللغة، الدين، الجنسية، التوجه الجنسي، الهوية الجندرية، الطبقة الاجتماعية، تاريخ العائلة، لديك الحق في استخدام الخدمات المهنية التي أشرت إليها. إذا كانت الأدلة مبنية على

معاملة تمييزية، لست مضطرًا لتحمل المساحة، وأنت لك الحق في الاحتجاج أو حتى الشكوى للسلطات العليا.

٣. الحق في الاحتفاظ بالمعلومات والخصوصية: لا يحق لأي شخص الوصول إلى محتوى معلوماتك الشخصية باستثناء مستشارك. ممنوع تسجيل الصوت والفيديو دون إذنك أو طاعتك. في بعض الأحيان مستشارون لتحسين جودة العلاج، من خلال مشاركة تفاصيلك مع أساتيدهم أو المشرفين عليهم، سيحصلون على مشورة مهنية أن هذا ليست

انتهاك للسرية. أيضًا، إذا كنت تقدم تنوي التسبب في إصابة خطيرة (أعمال العنف) لنفسك أو لشخص آخر أثناء الاستشارة، يُسمح مستشارك بالكشف عن محتوى بياناتك (فقط فيما يتعلق بخطر الأذى أو العنف) لأحد أفراد الأسرة أو السلطة القانونية، فهذا من أجل حمايتك أو حماية شخص آخر. الحالة الثالثة

لا يحق لأي شخص الوصول إلى محتوى معلوماتك الشخصية باستثناء مستشارك. ممنوع تسجيل الصوت والفيديو دون إذنك أو طاعتك.

التي يمكن فيها الكشف عن معلوماتك هي أمام المحكمة. يجوز للمحكمة، في قضايا قانونية خاصة جدا (مثل حالات القتل أو الاغتصاب)، أن تطلب من المعالج على كلا الجانبين من القضية، تقديم معلومات خاصة إلى القاضي. إذا كنت مراهقًا (أقل من السن القانوني)، قد يحتاج معالجك إلى التحدث إلى والديك حول مشاكلك. لكن قبل ذلك، يجب أن يحصل على إذن منك ويشرح لك لماذا من المهم إبلاغ والديك. باستثناء الحالات المذكورة، لا يحق للمعالجين إفشاء أسرار المراجعين ومعلوماتهم بأي حال من الأحوال.

بالنظر إلى أن المؤسسات القضائية ممكنة في إيران يستخدمون هذه المعلومات أيضًا لاتهام شخص، نوصيك بالامتناع عن تقديم معلومات غير ضرورية، وخاصة أسماء الأشخاص الآخرين في جلسات التشاور.

٤. الحق في أن تكون على علم بعملية العلاج: لديك الحق في الحصول بوضوح بعد جلسة أو ثلاث

جلسات ابتدائي (وهي جلسات التقييم) تعرف على

الحالات التالية:

ما المشكلة فيك التي شخّصها معالجك؟ ما هو اسم مشكلتك او مرضك؟ لأي أسباب قد يتم إنشاؤه. ما المسار الذي تسلكه؟ هل هي متطورة أم متحسنة أم ثابتة؟ ما هي الحلول وخيارات العلاج المقبلة؟ ما هو نهج العلاج الذي يجب

يمكن قد لا يذكر المعالج بوضوح خطة العلاج التي يدور في ذهنه، لكن التعرف عنها هو حقك ويمكنك طرح أسئلة عنها وطلب المزيد من المعلومات.

اتباعه؟ الهدف من العلا وصول الى اي نقطة؟ (هل هناك تحسن واضح أم تحسن نسبي؟) ما هي مسؤولياتك أثناء العلاج و إصلاح الأخطاء. كم من الوقت يستغرق العلاج الكلي تقريبًا؟ كم عدد الجلسات الاستشارية المطلوبة؟ ماذا ستكون فواصل جلسات؟ كم تكلفة كل جلسة؟

يجب توضيح القضايا المذكورة أعلاه من خلال اتفاق بين شخصين. يمكن قد لا يذكر المعالج بوضوح خطة العلاج التي يدور في ذهنه، لكن التعرف عنها هو حقك ويمكنك طرح أسئلة عنها وطلب المزيد من المعلومات. يمكنك أيضا أن تطلب المزيد من المعلومات حسب الموضوع. على سبيل المثال ، قل "أعتقد أن أحد الأسباب التي تجعلني أشعر بالوحدة هو أنني ضعيف في العلاقات الشخصية وأحب العمل على هذا الضعف". بهذه الطريقة، في نفس الوقت من خلال التعبير عن رغباتك ، فإنك تحدد توقعاتك من العلاج. إذا أراد المعالج ، لأي سبب من الأسباب ، زيادة أو تقليل عدد جلسات الاستشارة أو زيادة أو تقليل الفترات الفاصلة بين الجلسات، إنه مضطر للتحدث معك عن الأسباب.

٥. الحق في إتمام العلاج في أي وقت: حتى إذا كنت قد وافقت بالفعل على عشرين جلسة علاج أو

استشارة، ليس لديك أي التزام بالبقاء إجباريًا.

أنت يحق لك اتخاذ قرار في أي وقت، عن إنهاء الاستشارة أو العلاج وتوقفوا عن فعل ذلك ، انت لازم فقط تبلغ عن قرارك ، لآكن فأنت ليس ملزم بتقديم أقل تفسير في هذا الصدء. ومع ذلك ، فمن المستحسن إذا شعرت بأي إزعاج في عملية العلاج أو لا تشعر جيداً بشأنها، فتحدث عنها قبل مغادرة العلاج. لكن إذا كان هذا يزعجك ، فهذا ليس ضرورياً.

٦.الحق في تقديم شكوى رئيسية: كل منا ، عند الإشارة إلى مستشار وطبيب نفس، أذكر حالة أو حالتين رئيسيتين على أنها السبب الرئيسي للشكوى أو المشكلة الرئيسية التي نرغب في حلها وبالطبع نتوقع حل هذه المشاكل بنهاية عملية العلاج. إذا كنت تعتقد أن عملية العلاج / الاستشارة تنحرف عن الطريق الرئيسي أو يتم التحدث عن مواضيع غير ذات صلة لديك الحق في أن تسأل لماذا يحدث كذا.

ملاحظة: من المحتمل جداً أن بعض المعالجين غير المطلعين، خاصة في إيران، يركزون على ميولك الجنسية أو هويتك دون رغبتك في ذلك ويريدون التحدث عن إمكانية التغيير أو العلاج. بينما كنت قد أشرت لسبب آخر (على سبيل المثال ، لعلاج الاكتئاب أو القلق). لا تمنحهم هذا الإذن أبداً. من حقاك تلقي المشورة في المناطق التي طلبت المساعدة فيها. إذا كنت تريد قصة الشعر في صالون الحلاقة وإذا أراد مصفف شعرك تغيير لون شعرك ، فما هو رد فعلك؟ يجب إظهار رد الفعل نفسه لمثل هذه المعالجين. أخبره أنه ليس لديك مشكلة في ميولك أو هويتك الجنسية ، أو أخبره بشكل أوضح أن هذه العلاجات غير أساسية وقديمة.

٧. الحق في عدم الإجابة على الأسئلة التي لا ترتاح لها المراجعين. لست مضطرًا للإجابة على الأسئلة التي تعتقد أنها شخصية جدًا بالنسبة لك.

أو أسئلة مؤلمة للإجابة عليها ولديها الكثير من الأعباء النفسية. في بعض المواقف ، قد يرغب قلبك في الإجابة على السؤال لكن لا تكن مستعدًا عاطفيًا أو تحتاج إلى مزيد من الوقت لتشعر بالأمان والثقة في وجود مستشارك. في هذه الحالة ، يمكنك نقل نفس الشيء بالضبط إليه والإجابة على سؤاله في وقت آخر.

في بعض الأحيان قد يجد السؤال غير ذي صلة ومنتحيز. خاصة إذا كان لا علاقة له بموضوع الاستشارة. على سبيل المثال ، قد ترغب في استشارة بسبب ضعف الذاكرة ، وقد يرغب المستشار في التحدث عن تفاصيل علاقتك الجنسية معك وبشريتك. في مثل هذه الحالة ، يجب أن تعلن بجدية وحسم وبدون مجاملات أن هذا هو ملاذك الشخصي وأن السؤال المطروح لا علاقة له بالموضوع.

٨. الحق في الإشراف على العلاج. لديك الحق في أن تطلب من معالج آخر مراجعة ملفك و عملية العلاج الخاصة بك ومعرفة التعبير عن رأيه.

... } نقاط محددة حول الميل الجنسي والهوية الجندرية

... هل يمكن لطبيب نفسي أو طبيب نفسي أن يخبرني ما هو توجهي الجنسي؟

عادة ما يكون لدى معظم الناس معرفة الحضور (إنه يعني مباشر) بميولهم الجنسية. معرفة الحضور هو إحساس مرئي بوضوح للفرد. تمامًا كما هو الحال عندما نكون سعداء ، فإننا ندرك إحساسنا بالسعادة ولا توجد حاجة لأي شخص في الخارج ليخبرنا أننا سعداء. بدلاً من ذلك ، نشعر بالسعادة داخل أنفسنا دون وسطاء. بنفس الطريقة، يتفهم معظم الناس بوضوح الرغبة العقلية والعاطفية للمثل الجنس. ومع ذلك ، في مجتمعات مثل إيران ، حيث يكون الوصول إلى المعلومات الجنسية محدودًا، قد لا تتاح الفرصة لجميع الأشخاص بشكل أساسي للتعرف على وجود الميول الجنسية المختلفة. كما أن قمع هذه الرغبات أمر شائع بسبب انتشار المعتقدات الدينية. لهذا السبب ، إذا كان لديك أي شكوك حول ميولك الجنسية، قد يطرح الطبيب النفسي أسئلة حول مشاعرك الجنسية أو تخيلاتك الجنسية و سجل سلوكك الجنسي يساعدك على تقييم نفسك بدقة.

في الواقع ، فإن مهمة الطبيب النفسي هي إطلاعك على طبيعة التوجه الجنسي. على سبيل المثال ، قد يجذب الشخص ثنائي الميول الجنسية إلى كلا الجنسين منذ فترة المراهقة ، لكن دائماً يقمع الرغبة في المثلية الجنسية بسبب الخوف والعار. لأنه يعتقد أن الرغبة لدى الجنسين هي نوع من الانحراف أو الإفراط. في مثل هذه الحالة ، يمكن للطبيب النفسي من خلال تقديم صورة لهوية الشخص ثنائي الميول الجنسية ، يساعد هذا الشخص في العثور على تسمية وشكل لحالته أو وضعها واستكمال عملية تحديد هويته. تأكد من أنه لا يحق لأي متخصص أن يفرض عليك فكرة أو رأي على ميولك الجنسية أو هويتك الجندرية. بعبارة أخرى، يجب على كل شخص، أن يتوصل إلى استنتاج مع مرور الوقت عن ماهية هويته أو ميوله. يمكن للخبير التعبير عن رأيه فقط كاحتمال على أساس الأدلة والأسباب التي حصل عليها أثناء المحادثة معك. على سبيل المثال ، يمكن أن يخبرك «بالنظر إلى أن كل خيالاتك الجنسية هي على علاقة مع مثلي الجنس ، وكم مرة مارست الجنس مع شخص مثلي ، فقد عانيت قدرًا كبيرًا من المتعة الجنسية واهتمامك العاطفي هو فقط إلى المثلي الجنس ، ومن ناحية أخرى ، فإن لا ترغب ممارسة الجنس مع الجنس الآخر هذه الدلائل يجعل من الممكن أن تكون مثليًا».

لكنه لا يستطيع أن يقول لك، «أنت مثلي الجنس بنسبة ١٠٠%» (أو «هذه كلها تلميحات تقوم بها لنفسك. أنت لست مثلي الجنس ، وإذا تزوجت، فهذه رغبتك (للمثليين) سيتم القضاء عليه»).

عملية تحديد الهوية هي اكتشاف فردي يحدث تدريجياً. إنه ممكن قد يعطيك الآخرون معلومات لكن في النهاية أنت من أن تكتشف وتحدد هويتك وميلك.

... هل يحق الطبيب نفساني أو طبيب النفسي أن تعالج ميولي إلى أن أكون مثلي الجنس كمرض؟

لا- التوجه المثلي هو أحد الأشكال الطبيعية للتوجه الجنسي الموجود في خمسة إلى عشرة بالمائة من جميع السكان في جميع الأوقات. على الرغم من أن هذا الاختلاف الطبيعي في الانجذاب الجنسي البشري والسلوك الجنسي قد تم الخلط بينه وبين المرض لسنوات عديدة، منذ حوالي نصف قرن، بعد إجراء العديد من الأبحاث، جميع المنظمات الدولية الصالحة بما في ذلك منظمة الصحة العالمية والجمعية الأمريكية للطب النفسي لقد تم التأكيد رسمياً على أن المثليين وثنائيي الجنس لا يمكن اعتبارهم مرضى أو غير طبيعيين. في الواقع ، أظهرت نتائج سنوات من البحث أن التوجه الجنسي مقاوم للغاية للتغيير. إذا لاحظت في الإحالة شخصاً ينظر إلى ميولك إلى عين المرض أو ينوي إجراء أي تقنيات طبية (من العلاج السلوكي أو التخيل العقلي ، من العلاج بالصدمة أو التنويم المغناطيسي) عليك، أنت محق (وينبغي) أن تعترض عليه. يوصى بترك العلاج لأن مثل هذا النهج يظهر الشخص الذي أشرت إليه إنه متأخر نصف قرن على الأقل عن معرفة العالم اليوم في مجاله وليس لديه الكفاءة اللازمة لمساعدتك. إن وصف أي طريقة أو عقار بحجة معالجة الميول الجنسية محظور وغير قانوني في بعض الدول المتقدمة. والأشخاص الذين يدعون علاج المثليه أو المخادعين والكذابين أو ليس لديهم معرفة كافية

... هل يحق للطبيب النفسي أن يضغط عليه لاختيار جندر معين أو توجه جنسي؟

لا - «أنت لا تعرف ماذا تفعل مع نفس». هذه عبارة شائعة بين المهنيين الجاهلين وغير الأكفاء الذين ليس لديهم فهم سليم لمفاهيم الجندرى. الجندر والتوجه الجنسي ليسا مفهوميين مزدوجين. بدلا من ذلك ، كلاهما على نفس الطيف. من الممكن أن يعتبر الإنسان نفسه ليس امرأة ولا رجلاً ، بل يجب أن يعتبر نفسه جنساً ثالثاً. أو تحديد الذات في مكان ما في منتصف الطيف من ناحية ، يتم تعريفه وفقاً للأنوثة ومن ناحية

أخرى يجب تحديده وفقاً للذكورة. أيضاً ، كثير من الناس ليسوا بالضرورة مثليين أو مغايرين الجنس. يعرفون أنفسهم في مكان ما بين الاثنين. لا يوجد متخصص لديه الحق في إجبارك على اختيار واحد من شخصين لأن ازدواجية الجندر والتوجه الجنسي خاطئة بشكل أساسي.

... هل يتطلب التحول الجندري إلى مرض أو اضطراب الذي يحتاج العلاج؟

لا. وفقاً لآخر بيان صادر عن منظمة الصحة العالمية ، فإن التحولات الجندرية (وهو مصطلح يتم استخدامها قليل مؤخراً) والتحول الجندري لم يعد يعتبر مرضاً أو اضطراباً. وبالتالي ، فإن مصطلحات مثل "اضطراب الملل بين الجنسين" أو "اضطراب الهوية الجندرية" غير صالحة في العالم الحديث لعلم النفس والطب النفسي. وفقاً للنهج الجديد ، تكون عابر/ه (أو نفس متحول جنسياً) ، هو مجرد من عدم المساواة بين الجندرين يمكن أن يتمتع به الشخص بمفرده ؛ القدرة على تلقي الخدمات الطبية. وبهذا المعنى ، مجرد الاهتمامات التي لا تتوافق مع ما يراه المجتمع على أنه معيار اجتماعي لجنس أو جندر معين لا تعتبر مرضاً أو اضطراباً. ولكن إذا أراد مثل هذا

الشخص تلقي الهرمونات أو يجعل مظهره وجسمه يتناسب مع الجندر الذي يؤمن به لنفسه، من واجب نظام الرعاية الصحية تقديم هذه الخدمات له. يحق لجميع المتحولين جنسياً أن يقرروا إلى أي مدى يريدون الخضوع لعملية التطبيق الجندر. إنه ممكن

مجرد الاهتمامات التي لا تتوافق مع ما يراه المجتمع على أنه معيار اجتماعي لجنس أو جندر معين لا تعتبر مرضاً أو اضطراباً.

قد يرغب البعض منهم فقط في تغيير خصائصهم الجنسية الثانوية. على سبيل المثال، النساء العابرات الذي يرغبن فقط في إجراء جراحة تغيير الصوت أو جراحة الليزر ولا يريدون إزالة أطرافهم أو أعضائهم التناسلية، فلا يجب إجبارهم على ذلك. أيضاً، الرجال العابرين الذين يريدون جراحة إخلاء للشدي فقط لا يجب الضغط على لإجراء عمليات جراحية أخرى. وفقاً للمعايير الدولية لرعاية الأشخاص العابرين/ات، لا يسمح لأي فرد أو مؤسسة

بفرض أي علاج على هؤلاء الأفراد. لا ينبغي أن تكون عملية المطابقة الجندر لا ينبغي أن يخضع مقارنة "الكل أو لا شيء". هذا يعني أنه لا ينبغي إجبار الأشخاص العابرين/ات إما أن يمروا بهذه العملية بالكامل أو ليس لديهم الحق في دخولها على الإطلاق. يجب على كل شخص العابرة ، اعتمادًا على مزاجه واهتماماته، أن يقرر إلى أي مدى رغبته في تغيير جسده ومتى تتوقف هذه عملية التغيير أو التطبيق .

... أنا عابرة ولا أحب إجراء عملية جراحية في الجزء السفلي من جسدي (الأعضاء التناسلية) ، لكن أخبرني الطبيب النفسي أنه يجب أن أفعل هذا من أجل تغيير وثائق هويتي. ماذا يجب ان افعل الان؟

لسوء الحظ ، في إيران ، يُجبر المتحولون على الخضوع لعمليات جراحية كبرى ، ضارة وغير معقولة ، من أجل تغيير وثائق هويتهم. لأن قانون إيران فقط يعترف إلا بجنسين، ذكر وأنثى ويعتبر معيار التشخيص أيضًا الأعضاء التناسلية لشخص المعني و تعتبر مثل هذه السياسة انتهاكًا للقانون الدولي في مجال رعاية الأشخاص العابرين/ات. بالنظر إلى جراحة تغيير الجندر، لها عواقب تأثيرات وآثار دائمة ويستخدم أساليب جراحية لا رجعة فيها، لا ينصح به تخضع لعملية جراحية إجبارية وهي في الواقع نوع من التعقيم.

قد يكون من الأفضل للأشخاص غير المهتمين بإجراء جراحة كاملة فهم يفكرون في خيارات أخرى. على سبيل المثال ، إذا كان بسبب عدم توافق وثائق الهوية الخاصة بهم، لا يمكنهم الظهور في أماكن مثل العمل أو الدراسة مع الملابس والهوية التي يختارونها، يمكنهم الظهور في البيئات الأقل رسمية التي يتلقون المزيد من الدعم (على سبيل المثال، في الحفلات أصدقائهم أو العائلية). من خلال تغيير الاسم وطريقة ارتداء الملابس وربما الحصول على مساعدة من أخصائي الغدد الصماء لتقليل عدد الخصائص الجنسية الثانوية غير المرغوب فيها للفرد، من الممكن قد يشعر بشعور من الرضا النسبي والراحة

... أخبرني الأخصائي النفسي أنني، مثل الفتيات الأخريات، لا أحب المكياج أو طلاء الأظافر ولا أحلم بالزواج وأن أصبح أم من المحتمل انا عابرة. مع مثل هذه المعايير يمكن أن يسمى الشخص عابرة؟

لا - إنه غير ممكن على الإطلاق. كثير من حيث الجندري غير متطابقين بين الجندر. عدم التطابق بين الجندر يعني الحالات الجسدية، السلوكيات، الخصائص الجسدية، حركات الجسدية، تفضيلات الفرد، يختلف عن توقعات المجتمع منه كجنس معين. الأشخاص غير متطابقين جندرياً، بوعي أو بغير وعي، من خلال اهتماماتهم وسلوكياتهم ، فإنهم يتحدثون الأعراف والقوالب النمطية الجندرية. على سبيل المثال ، الرجال الذين لديهم صوت منخفض أو يرغبون في إنجاب الأطفال والأعمال المنزلية من الممكن من رؤية معظم الناس في المجتمع غير متطابقين. الأولاد الذين يفضلون اللعب بالدمى أو أواني الطبخ غير متطابقين.

لا يعطينا عدم التطابق بين الجندر أي معلومات حول التوجه الجنسي والهوية الجندرية للأفراد. العديد من الأشخاص غير متطابقين من جندرين مختلفين و هم من (متوافق/ة الجنس). البعض من المغايرة الجنس، مثليين/ات أو ثنائيي/ة الميل الجنسي.

عدم التطابق بين الجندر يعني الحالات الجسدية، السلوكيات، الخصائص الجسدية، حركات الجسدية، تفضيلات الفرد، يختلف عن توقعات المجتمع منه كجنس معين.

معظم الأشخاص الذين يعرفون هويتهم على أنهم أشخاص عابرين/ات، هم من غير متطابقين الجندر. لكن هذا لا يعني أن

كل شخص يعاني من عدم التطابق بين الجندر هو شخص عابرة. لذلك ، إذا جعل أحد المتخصصين عدم التطابق بين الجندر الخاصة الوحيدة لتحديد باعتبارها الأشخاص عابرين/ات، فقد ارتكب خطأً.

... هل هناك طريقة بالنسبة لي للتعرف على هويتي اذا انا عابرة؟

يعتقد الأشخاص المتحولين جنسياً أنهم ينتمون إلى جنس آخر غير جنسهم البيولوجي.

وبعبارة أخرى ، فهم لا يحددون جنسهم على أساس الجنس المحدد منذ الولادة وجسمهم البيولوجي. إنهم لا يشعرون بالراحة تجاه الجنس الذي ولدوا به وهم دائمًا يرون أنفسهم في أذهانهم ويؤمنون بشكل شخص من الجنس الآخر أو يحاولون تطبيق هذه العقلية في سلوكهم وحضورهم الاجتماعي. قد يبدأ هذا الاعتقاد في الطفولة ويصل إلى ذروته خلال فترة البلوغ. ومع ذلك ، فإن الكثيرين في سن الكبر يكتشفون أنفسهم على أنهم عابرون. غالبًا ما يُلاحظ عدم الرضا عن الجنس البيولوجي والرغبة في تغيير الخصائص الجنسية الأولية أو الثانوية ، سواء كليًا أو جزئيًا ، في الأشخاص عابرين/ات. إنهم مهتمون أيضًا التعرف عليهم في المجتمع من خلال اللباس والدور الاجتماعي فيما يتعلق في الجندر التي يعتبرون أنفسهم ينتمون إليها. يعاني بعض العابرين/ات من عدم الرضا الجسدي بشكل أكثر. قد يصرحون بأنهم يكرهون أعضاهم الجنسية أو أنهم غير قادرين على ممارسة الجنس مع هذا أعضاهم الجنسية. بينما قد لا يكون لدى المجموعة الأخرى أي استياء من شكل أجسامهم أو أعضاهم الجنسية ولا يريدون إجراء تغيير فيه ، ولكن فقط بتغيير نوع الملابس والتعبير عن جندركم أو إجراء تغييرات في الجسم والخصائص الجنسية الثانوية يحقق لديهم الهدوء. شخص العابر/ة لمدة عامين على الأقل حول التحويل إلى الجنس الآخر (أو التطبيق مع جنس وهويته المتصورة) أو تغيير خصائصه الجسدية لقد كان القلق ذاكرة ثابتة. عادة ما تكون خصائصه البيولوجية أو الجسدية ؛ يجعله يشعر بالضغط والتوتر المستمر. على سبيل المثال، شخص يولد من جنس ذكر (مع تركيبة كروموسوم ايكس ايكرك) لكنه غير راضٍ عن لحيته، صوت الجهير أو ذكر القضيب (بينس). ويهتم بتغيير بعض أو كل هذه الميزات جزئيًا أو كليًا. لسوء الحظ ، فقط بسبب نوع السلوكيات والاهتمامات يتم تعريفه في كثير من الحالات وينسب إلى جنس واحد وعدم تطبيقه مع الجنس البيولوجي للشخص، يطلق عليه عابر/ة وينصح بالخضوع لعملية تغيير أو التطبيق الجنسي.

... أنا ولد وأحب اعمل علاقات جنسية وعاطفية مع الأولاد وأنا ايضن مهتم أيضًا بالطبخ

وتجهيز الطاولة والأعمال المنزلية. هل هذه

... الخصائص هي علامات الى ان اكون عابر؟

لا- التوجه الجنسي بالنسبة للمثلي الجنس لا يمكن أن يكون هو المالك لتحديد الهوية الجندرية. الاهتمامات والأذواق والأنشطة ليس لديها جندر. لا أحد يستخدم أعضائه التناسلية لطبخ أو إصلاح السيارة. لذلك ، فإن نسب نشاط معين إلى جنس معين هو خطأ بسبب القوالب النمطية الجندرية.

... ألا يعتبر عدم متابعة معايير الجندرية مرضاً أم اضطراباً؟

لا-المعايير الجندرية ليست مقدسة. طاعتهم ليست بالضرورة علامة على الصحة والعودة إلى الحياة الطبيعية. كما أن عدم المتابعة لها لا يعتبر اضطراباً. تتغير هذه المعايير والصور النمطية بمرور الوقت والمكان والتاريخ. على سبيل المثال ، في القرن ٢١ يعتبر ارتداء البنطال للنساء في بعض البلدان مثل السودان خالفاً لمعايير النوع الاجتماعي. هل هذا يعني أن المرأة ترتدي البنطال السودانية هل هن غير طبيعي أو مريضات؟ بالطبع لا. كلمة "معياري" هي مجرد معنى متعارف عليه يتبعه غالبية الأشخاص من نفس الجنس. عندما يقال إن لبس البنطال للنساء في السودان "غير طبيعي"، هذا يعني فقط أن غالبية النساء في ذلك المجتمع لا يرتدين البنطال. والسبب في هذه العادة هو وجود قوانين تمييزية وغير عادلة ضد المرأة، على سبيل المثال قانون فرض الحجاب الجباري في إيران بعد الثورة.

... هل من الممكن أن يقوم شخص ما بتشخيص عن يكون عابر/ة عن طريق الخطأ ويندم

على تغيير او تطبيق الجندر بعد الجراحة؟

نعم- مثل هذا الوضع في المجتمعات التقليدية مثل المجتمع الإيراني حيث يتم تعريف الجندر على أنه ثنائية ونمطي هناك القليل من المعلومات حول الجندر و الجنسيه وتبدو القوانين والمجتمعات الجهلة يُظهر مقاومة لعصيان حول للمعايير الجندرية.

نحن منذ الطفولة واجهنا القوالب الی تثبت النمطية ثنائية الی تحدد الجندر الی حد واسع

وهي يتم إعادة في النظام التعليمي إنتاج الكتب والوسائط والإعلانات على نطاق واسع. تحدد هذه الصور النمطية دائماً الجندر في شكل رجال ونساء فقط وبصورة ومظهر وسلوك ثابت وغير متغير، كما يتم تقليل التوجه الجنسي أيضاً إلى العلاقات الجنسية بين الجنسين فقط. لهذا السبب، كثير من الناس عندما لا يرون واقعهم يكون بحسب الصور النمطية المعروضة، قد يمكن يتخيلون بشكل خاطئ ان الآن أنا مختلف و أتصرف بشكل مختلف «لذلك يجب أن أنتمي إلى هذا الجنس الآخر!». إذا لم أكن مثل الفتيات الأخريات فلا بد أن أكون ولداً! «إذا بصفتي، كفتاة، أرغب في إقامة علاقة عاطفية أو جنسية مع فتاة أخرى، لذلك ربما كان يجب أن أكون ولدت ولداً!». لكن هذه الاستنتاجات غير صحيحة. تظهر الدراسات الحديثة أن الدماغ البشري ليس له جندر وهذه هي المعتقدات الاجتماعية والبيئة الذي يسمى سلسلة من السلوكيات المحددة يصفونها بأنها أنثوية أو ذكورية ويفرضونها علينا.

... ما هو العلاج التحويلي أو التصحيحي؟

أي جهد يبذله أخصائي سواء كان مستشاراً، طبيب نفساني، معالجاً نفسياً أو طبيباً نفسياً في الاتجاه التغيير الميول الجنسية أو الهوية الجندرية للأفراد؛ يطلق عليه لعلاج التحويلي أو التصحيحي. في السنوات الأخيرة ، تم إجراء الكثير من الأبحاث لتقييم فعالية هذا النوع من العلاجات المنسوخة والقديمة وتشير نتائج هذه الدراسات إلى أن الميول الجنسية والهوية الجندرية للأفراد لا يمكن تغييرها بأي شكل من الأشكال. قيمت جمعية الطب النفسي الأمريكية هذه العلاجات على أنها ضارة وقد حذر من ذلك. العلاجات التحويلية محظورة وغير قانونية في العديد من البلدان المتقدمة في العالم.

... ما هي الطرق التي يستخدمها معالجو التحويلي أو التصحيحي؟

الطرق المستخدمة في العلاج التحويلي متنوعة للغاية. بما في ذلك طرق مثل:

١. الدواء بما في ذلك إعطاء أي نوع من الأدوية النفسية بما في ذلك ضد الاكتئاب، ضد القلق، دواء ضد الاختلاج، وضد الجنون، إذا كان بهدف إحداث تغيير في التوجه و الهوية الجنسية.

٢. وصف صدمة كهربائية

٣. العلاج السلوكي مثل:

- عندما يطلب منك المعالج أن تصادق أو تمارس الجنس مع شخص من الجنس الآخر.

- عندما يخبرك المعالج بالاستمناء من خلال تخيل ممارسة الجنس مع شخص من الجنس الآخر.

- عندما يطلب منك المعالج تفكر في صورة تجيب الغثيان أو مقززة عندما تتخيل في روابط مثلية ليجعل في وجودك تشعر الاشمئزاز المثليين.

- عندما يطلب منك المعالج بصفتك كعابرة، تلبس ملابس أو قمم بسلوكيات تتعارض مع تفضيلاتك. على سبيل المثال، ممكن مثل هذا المعالج قد ينصح الشخص العابر أن يلبس قميصًا نسائيًا، يعمل المكياج، يعمل طلاء الأظافر و يلبس أحذية بكعب عالي.

٤. علم النفس: عندما يربط معالجك اهتمامك بالمثلي في الطفولة أو العلاقة مع والديك أو فيوحي أنك قد قمعت ميولك المتغايرة الجنس. من الممكن أيضًا ألا تؤخذ هويتك الجنسية على محمل الجد و يوحي فيك أنه مع فترة من التحليل النفسي يمكنك "مصالحة" بجنسك.

٥. العلاج الروحي: عندما يقدم لك معالجك نصائح أخلاقية أو دينية: كدعوة العبادة والصلاة والصوم وإثارة الشعور بالذنب والنصح بالزواج.

... الطبيب نفساني أو طبيب نفسي هل عندة حق أن يتحدث مع والديّ عن هويتي الجندرية أو توجيهي الجنسي دون إطلاعي؟

لا- لا يحق لأي طبيب نفساني أو طبيب نفسي أو مستشار الكشف عن أي من أسرارك لوالديك أو معارفك الآخرين دون إذنك وموافقتك. مثل هذا السلوك مخالف للقواعد المهنية للعلاج النفسي ويمكن حتى الشكوى والمتابعة. كمراجع، لديك الحق في التحدث حول قضايا الخصوصية الخاصة بك إلى معالجك النفسي في بيئة آمنة، وفي نفس الوقت تأكد من أن محادثتك تظل سرية. ومع ذلك كما قلنا بالنظر إلى المشاكل الموجودة في المجتمع الإيراني وعدم وجود قوانين الحماية امتنع عن الكشف عن أسرار الآخرين، ذكر أسماء الأشخاص الآخرين والمعلومات ليست ضرورية للحصول على المشورة.

... هل يحق للطبيب نفساني أو طبيب نفسي أن يسألني عن تفاصيل علاقتي الجنسية؟

يعتمد ذلك على الغرض الذي قمت رجوع إلى الاختصاصي ذي الصلة. على سبيل المثال ، إذا راجعت بسبب شكوكك إلى ميولك الجنسية أو هويتك الجندرية من الممكن أن يسأل الطبيب النفسي الخاص بك عن تخيلاتك الجنسية، تجاربك الجنسية، جنس أو جندر شريكك، وذلك هل شعرت بالرضا الجنسي أو النشوة الجنسية ام لا. أيضاً ، إذا كنت تواجه مشكلة مثل الإحجام الجنسي قد يسألك الطبيب النفسي عن تخيلاتك الجنسية ومدى تكرار ممارسة الاستمناء. ومع ذلك ، لا يحق له أن يسألك عن تفاصيل مثل ما هو الدور الذي تلعبه في رابطتك الجنسية أو ما هو وضع جنسي الذي كنت مهتمًا به أو أن يكون لديك جنس فموي أكثر مع شريكك أو ... من المستحسن أن تثق في إحساسك الداخلي

وأينما شعرت شخص ما أشرت إليه للحصول على المساعدة بينما ينتهك خصوصيتك وأن يكون فضوليًا بشكل مفرط أو غير ضروري بشأن القضاياتك الجنسية لذا أوقفه. في مواجهة أي سؤال أو نظرة تزعجك أو ينشأ الموضوع عن فضول غير مهني الوقوف بحزم و قاطع. في هذا

الحالات ، يمكنك أن تقول باحترام أنك تعتبر السؤال غير مناسب وغير ذي صلة بموضوع الاستشارة ولا ترغب في الإجابة عليه.

... تحت أي ظروف يحق للطبيب نفساني أو طبيب نفسي فحصي؟

لا يحق للطبيب نفساني أن يفحصون تحت أي ظرف من الظروف. فقط لطبيب نفسي العيادي أيضًا في حالات نادرة ، على سبيل المثال في التقييمات العصبية (حالات مثل فحص ضربة في الرأس أو سكتة) يمكن إجراء فحوصات بسيطة لتقييم حركات الجفن واليد والذراع. فحص نقاط أخرى من الجسم ، بما في ذلك النقاط الجنسية، ليس في مجال معرفة وتخصص أي طبيب نفسي أو مستشار. الأطباء النفسيون المعتمدون من منظمة الطب الشرعي فقط إذا كان الشخص يتقدم بطلب لتغيير الجندر(قبل وبعد الجراحة الأعضاء التناسلية) من الممكن قد يطلبون فحص الأعضاء التناسلية. يجب أن يتم الفحص حصريًا بحضور شخص المراجع والطبيب(ما لم بناءً على طلبه يكن هناك شخص آخر مثل الممرضة). يحق للشخص الاعتراض على وجود أشخاص آخرين مثل مقدمي الرعاية وأفراد الأسرة أثناء الفحص البدني. لا أحد يستطيع إجبارك على أن تكون عاريًا في وجود أشخاص لست مرتاحًا معهم.

... } مرفق معلومات إضافية للمهتمين:

إذا وجدت ، بالتواصل مع معالج نفسي أو مستشار ، أنه يعتبر أن ميولك أو هويتك غير طبيعية أو مرض ، يمكنك تحدي وجهة نظره بالرجوع إلى المصدرين التاليين وتبين له أن تعليقه خاطئة. بالطبع ، قد تكون محاولة إقناع شخص متعصب ، حتى من خلال الرجوع إلى المصادر العلمية، قد يكون عديم الفائدة. ومع ذلك ، في مواجهة مثل هذه المعالجات، قبل مغادرة العلاج، ليس سيئًا أن تظهر لهم لديك المعلومات والمعرفة اللازمة حول مجال عملهم.

... التصنيف الدولي للأمراض (إى-سى-دى)^٢

التصنيف الدولي للأمراض والمشكلات المتعلقة بالصحة (إى سى دى - icd) هي قائمة تصنيف طبي تم إعدادها ونشرها من قبل منظمة الصحة العالمية^٣. هذا التصنيف هو دليل علمي للمتخصصين الصحيين حول العالم بناءً على المعايير اليوم ومع ذلك ، يتم تحديثه كل فترة من الوقت. حاليًا ، تستخدم أكثر من ١٥٠ دولة حول العالم هذا الدليل العالمي.

٢ International classification of diseases

٣ World Health Organisation (WHO)

في عام ١٩٩٢، ألغت منظمة الصحة العالمية المثلية من تصنيفها للأمراض. ما كتب في نص هذا التصنيف كتفسير كان هذه الجملة «التوجه الجنسي ليس في حد ذاته لا يحتسب اضطراب».

مؤخرًا ، في يونيو ٢٠١٨، الإصدار الحادي عشر من هذا الدليل تم إتاحتها للجمهور. في هذا الإصدار تم أيضًا القضاء على فئة العابرين/ات كمرض. في هذا الإصدار، العابرة/ة الجندر و العابرة تم تقديمها كمصطلح جديد «عدم التطابق الجندري» وهو لا يعتبر اضطرابًا أو مرضًا في حد ذاته بل ممكن هي حالة قد تتطلب دعمًا أو تدخلًا طبيًا. وفقًا لمنظمة الصحة العالمية، فقط المصالح المتعارضة وفقًا لما يعتبره المجتمع معيارًا اجتماعيًا للجندر، فهو ليس اضطرابًا أو مرضًا. إذا كان الشخص يعاني من ضغوط داخلية كبيرة أو عدم الرضا عن جسده و اعضاء الجنسية أو يصر على العيش في دور الجنس الآخر يمكنه تلقي الرعاية الطبية بقدر ما يريد للحصول على الصورة الذهنية التي يريدها وتحقيق الشعور بالهدوء الداخلي.

... الدليل التشخيصي والإحصائي للأمراض العقلية (دى اس ام-DSM) ^٤

هذا الدليل هو أيضًا كتيب احترافي يتعامل بشكل خاص مع تصنيف الأمراض والمشكلات النفسية ويتم تحديثه كل بضع سنوات من قبل الجمعية الأمريكية للطب النفسي ^٥ لمساعدة المتخصصين في مجال الصحة النفسية في تشخيص الأمراض وعلاجها. هذه الجمعية تمت إزالة المثلية في ديسمبر ١٩٧٣ من قائمة الأمراض. في وقت سابق من شهر أكتوبر من ذلك العام ، صوتت لجنة أستراليا ونيوزيلندا الفيدرالية للطب النفسي لإزالة المثلية الجنسية من قائمة الأمراض. في السنوات القادمة ، ستجري هذه الجمعية ، بالإضافة إلى هيئات دولية أخرى ، الذي يبحثون في مجال الصحة العقلية مثل الجمعية الاستشارية الأمريكية ^٦ وكذلك جمعية علم النفس الأمريكية ^٧ ، وأصدروا تصريحات مماثلة تؤكد صحة التوجه الجنسي الى مثلي الجنس. في عام ١٩٩٠، أعلنت الجمعية الأمريكية للطب النفسي:

«

٤. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM)

٥. American psychiatric association

٦. American Counseling. Association

٧. American psychological association

لا يبدو أن العلاج يؤثر على تغيير التوجه الجنسي للأفراد وهو أكثر مضر إلى مفيد. تغيير في التوجه الجنسي يعني تغيير في العاطفة، المشاعر الرومانسية الجنسية وإعادة بناء تصور الشخص للذات والهوية الاجتماعية». في السنوات اللاحقة كما تم نشر إرشادات محددة للتعامل مع العملاء المثليين، ثنائيي الميول الجنسي، العابرين/ات من قبل هذه المنظمات حسن السمعة حتى يتعلم المتخصصون معاملة هؤلاء المراجعين بإنصاف ومهنية وبدون تمييز.

... } موارد لمزيد للقراءة:

American psychological association (2015). Guidelines for psychological practice with transgender and gender nonconforming people. Retrieved from:
<https://www.apa.org/practice/guidelines/transgender.pdf>

APA official position Statement on Therapies Focused on Attempts to Change Sexual Orientation (2013). Retrieved from:
<https://www.psychiatry.org/File%20Library/About-APA/Organization-Documents-Policies/Policies/Position-Conversion-Therapy.pdf>

American Psychological Association. (2011). Guideline for psychotherapy with Lesbian, gay and bisexual clients: Retrieved from:
<http://www.apa.org/pi/lgbt/resources/guidelines.aspx>

World health organisation: Standards of care for the Health of Transsexual, Transgender, and Gender Nonconforming People (version 7) (2011) Retrieved from:
<https://www.wpath.org/about/eth.ics-and-standards>

American Psychological Association, Task Force on Appropriate Therapeutic Responses to Sexual Orientation. (2009). Report of the American Psychological Association Task Force on Appropriate Therapeutic Responses to Sexual Orientation. Retrieved from:
<https://www.apa.org/pi/lgbt/resources/therapeutic-response.pdf>



۳.