

跨性别ABC

2012年7月 第一版

(以下按字母顺序排列)

编译: Cherry Q、郭亚楠、lan、无机酸

校对: Damien、江华、勉丽萍、瑞普利、Simon

设计: Joyotone

aibai^{Trans}

词语解释：

- **性别认同 (Gender Identity)**：性别认同是指一个人认为自己是男性、女性或者其他性别的一种内在意识。它是一个人的内在感受，因此不能被其他人直接观察到。
- **性别表达 (Gender Expression)**：性别表达是指一个人选择如何通过着装、发型、个人风格、体态和语调等向别人表达自身性别的方式。
- **跨性别 (TransGender、TG)**：跨性别是一个广义词，通常用来形容许多不同的身份及经验（包含Transsexual、Cross-Dresser、Drag Queen/King、Gender Queer等等）。跨性别者通常指性别认同、性别表达或个人习惯不符合出生时的生理性别。
- **性倾向 (Sexual Orientation)**：性倾向是指一个人在情感、浪漫与性上对男性及女性有何种形态的耐久吸引。通常，性倾向被归为三类：异性恋、同性恋、双性恋。此外，还有无性恋等概念。
- **变性欲者 (TransSexual/Transexual、TS)**：变性欲者指通过激素、手术或其他方式来改变自己的身体，以使得自己的身体尽可能与其所认同的性别一致的跨性别者。
- **变装者 (Cross-Dresser、CD)**：变装者指穿着在其所属文化中就传统或成见的角度来看属于异性所穿着的衣服的人。变装者在变装的程度上有所差异，有的人只穿一件异性衣物，有的人全套变装。变装者通常满意自己的生理性别，不希望对其进行改变。变装是性别表达的一种方式，并不一定和性欲行为联系在一起。
- **激素替代治疗 (hormone replacement therapy、HRT)**：是使用跨性别者所认同性别的激素（最典型的是在女变男性身上使用的雄激素以及在男变女性身上使用的雌激素）对进行生理改变的疗法。
- **性别重塑手术 (sex reassignment surgery、SRS)**：俗称变性手术。指通过整形外科的方式，将生殖器官和第二性征调整成为符合另一性别的外观。手术通常包括下面的一项或多项：增大或缩小乳房、切除原有生殖器官、重建新的生殖器官、调整第二性征等。
- **女变男 (Female-to-Male 、FTM) ，男变女 (Male-to-Female、MTF)**：女变男是指生理上是女性，却认同自己是男性，作为男性生活，已经或希望通过医疗干预使得自己的身体与其所认同性别更接近的人；相反地，男变女是指生理为男性，却认同自己是女性，作为女性生活，已经或希望通过医疗干预使得自己的身体与其所认同性别更接近的人。
- **性别过渡 (Gender Transition)**：性别过渡是跨性别者开始改变其外表和身体，以配合其自身性别认同的时间段。性别过渡通常包括一段心理治疗、终身的激素替代治疗、一段真正的生活体验，以及可能的性别再赋手术。

- **性别焦虑 (Gender Dysphoria)**：在过去被称为性别认同障碍 (Gender Identity Disorder、GID)，并作为一种精神疾病存在于世界各国的精神疾病分类手册（如美国的DSM-IV、世界卫生组织的ICD-10以及我国的CCMD-3）中。但是，随着人们对跨性别现象了解的逐渐加深，有越来越多的学者意识到这并非一种疾病。法国于2009年从精神疾病分类手册中删除了这一条目，世界卫生组织也将在下一版疾病分类手册中删除该条目，美国的DSM-5也修改了相关内容，将性别认同障碍改为性别焦虑，并且不再将其作为一种疾病分类。
- 除此之外，关于跨性别的名词还有：性别不匹配者 (Gender Non-confirming)、反串演员 (Drag Queen/ King)、性别酷儿 (Gender queer)、双性别者 (Bigender)、双灵 (Two-spirit People)、第三性别 (Third Gender) 等，但这些名词在国内使用并不是很普遍。

Q&A:

• 跨性别倾向是一种精神疾病吗？

只有当一种心理状态引起严重苦恼或障碍时，我们才将其称为是一种精神疾病。许多跨性别者并不认为自己的性别使人苦恼或带来障碍，这意味着跨性别认同并不构成精神疾病。

目前在我国的精神疾病分类手册中，跨性别仍被认为是一种精神疾病，但随着人们对性别认同的了解增加，越来越多的国家和机构不再认为跨性别是一种疾病；法国已经从2009将其从精神疾病分类手册中删除，美国和世界卫生组织也正准备将其从精神疾病手册中删除。

• 跨性别倾向可以“纠正”吗？性别认同可以改变吗？

性别认同在人们的性生活中处在最深刻的层次，并且很可能是人类最核心的人格之一。心理疗法几乎无法改变性别认同，唯一可以做的便是改变身体外貌，使之与不可动摇的性别认同相符，这也是变性手术能够发展起来的原因。在“纠正”这一方面，性别认同比性倾向还要难以改变。

• 跨性别现象是怎么出现的？

虽然关于主流性别气质的定义在不同的文化中是不一样的，但跨性别现象在东西方的文化和社会中都是古已有之的，并一直持续到了今天。关于跨性别现象如何出现这一问题，没有一项大家都接受的解释。跨性别表达和经历的多样性驳斥了所有简单或单一的解释。许多专家认为，基因影响以及出生前激素水平等生物学因素、早期经历（包括青春期和成人时期的经历）都可能是跨性别身份发展的原因。

• 我如何知道自己是跨性别者？

跨性别者以不同的方式感受其跨性别认同，我们可能在任何年龄发现自己的跨性别意识。一些人可能从有记忆起便有了跨性别认同和感觉，我们可能有与“同性”相处不来的模糊感觉，或者希望变成我们所被赋予的性别以外的人；另一些人可能在青春期或之后感知自己的跨性别意识，或开始探索和体验性别不认同的态度和行为。跨性别者开始质疑自己的性别或认为自己是跨性别者可能通过以下方式（包含但不限于）：

1. 有一种内在的感觉，感觉到自己与出生时所赋予的性别不符、性别混合、中间性别、或无性别；
2. 当看到其他跨性别者、在电视上看到跨性别节目或阅读有关跨性别的资料时有一种亲近感；
3. 对于作为女性或男性生活、被人称为男性或女性、进行某性别的特有活动（如使用女洗手间）等感觉不适应；
4. 喜欢穿异性服饰；
5. 不喜欢与性别联系在一起的身体部分（如乳房、阴道、面部毛发、阴茎、明显的喉结等），或喜欢想象拥有“异性”的身体。

• 变性欲者如何进行性别过渡？都需要进行手术吗？

从一种性别过渡到另一种性别是一个复杂的过程，每一个跨性别者的所要经历的过渡也都是不同的，跨性别者通常会采用“一次改变一点”的方式逐渐达到自己的目标。尽管没有“正确”的方式来进行性别过渡，但通常来说跨性别者的社会转换会经历以下的一项或几项：通过改变衣着和打扮来使自己符合自己所选择性别的外表、改用一个新名字、改变身份文件上的性别名称（如果可能的话）、采用激素疗法，和/或进行手术改造身体。

• 跨性别与同性恋有什么关系？

性别认同和性倾向是不同的，跨性别者可能是异性恋、女同性恋、男同性恋、双性恋或无性欲者，正如非跨性别者那样。一些新近研究表明，在性别过渡的过程中，跨性别者可能出现改变对伴侣的吸引力或进入一段新探索时期的情况。然而通常情况下，跨性别者在性别过渡之后仍像性别过渡前那样依恋所爱的人。跨性别者通常根据自身的性别认同表明自己的性倾向。

• 跟跨性别者交朋友，或者接触了太多跨性别资料，是不是就会变成跨性别者？

目前并没有科学研究证明可以通过教育、培养方式或接触跨性别资料，会影响一个人的性别认同。

性别认同与性倾向都是自然而然，勉强不来的。人们既不能通过人为干预改变跨性别者的跨性别倾向，也很难通过干预将非跨性别者变为跨性别者。

• 跨性别者的生活很糟糕吗？

跨性别者并不会因为其性别认同而经历十分糟糕的生活。

我们在明确了自己的性别认同后可以通过有效的沟通获得得到家人、朋友的支持，进而保持一个乐观、积极的心态。与非跨性别者一样，我们的生活历程也会包括大学毕业、事业有成、组建家庭以及生儿育女。也许与最初所构想的未来不同，但会是同样美好的。

但是，跨性别者在生活中也可能会面临一些问题，比如：情绪压抑、与家庭的矛盾、学习就业等方面的歧视、缺少医疗资源、社会上其他人对其的污名化与歧视，受到暴力和性侵犯等等。

• 我该怎样对跨性别者的家人、朋友和其他重要的人表示支持？

- 1.在与对方进行交流时，使用对方所希望的称呼；
- 2.用和对非跨性别者一致的眼光看待跨性别者，而非特殊化的同情；
- 3.当其他人对跨性别群体污名化或歧视时对其进行纠正；
- 4.尽可能更多地学习和传播关于跨性别知识；
- 5.当遇到跨性别者遭受欺凌或暴力时，勇敢地站出来阻止；

声音

“尝试着去接受自己现在的样子，不要完全否定现在和过去的自己，当你自己都不介意自己是什么样子，别人也会自然接受你。”

“我不在乎别人是不是认为我是女人。尽管我的声音和我女性的外貌并不相符，但现在这样就是我想要的。我不在乎别人看到我这个样子的时候会不会感到不舒服。”

“我在两性世界生活过，但我的内心我的思维包括我的肉体包括我的肉体接触从来都是女性的，我的内心只有一个金星，但是我的肉体经历了两个世界。我现在特别感谢上苍，它为了塑造我这个不一样的金星，让我经历了不一样的人生，给了我这一切让我经历。我的内心只有一个性别，只有一个女人。”

“我从来没觉得我是一个边缘人物，我觉得我处在世界的中心。而且我跟你们每一个群体都不陌生。”

本文引用文献:

Parents, Families, and Friends of Lesbians and Gays (PFLAG) “Our Trans Children”

American Psychological Association “Answers to Your Questions ----About Transgender People, Gender Identity, and Gender Expression”

Southern Africa HIV and AIDS information Dissemination Service “Transgender Booklet----HIV&GBV Prevention for Transgender People”

Parents, Families and Friends of Lesbians and Gays (PFLAG) “Welcoming Our Trans Family and Friends”

Vancouver Coastal Health, Transcend Transgender Support & Education, Society and Canadian Rainbow Health Coalition “Let’ s talk trans—A resource for trans and questioning youth”



Abai Transgender Program
trans@aibai.org
<http://weibo.com/transgender>
QQ: 2221656847



爱白文化教育中心版权所有，保留所有权利，转载请联系爱白
更多信息，请访问爱白网 www.aibai.com