LGBTQ ความหลากหลายที่ต้องเข้าใจ

ปัจจุบันเรามักจะได้ยินคำว่า “LGBTQ” หรือกลุ่มคนที่มีความหลากหลายทางเพศอยู่บ่อยครั้ง โดยองค์การอนามัยโลก หรือ WHO ได้มีการเปลี่ยนแปลงการจัดประเภทของโรคระหว่างประเทศ หรือ ICD ฉบับล่าสุด โดยย้ายหัวข้อ ‘การมีเพศสภาพไม่สอดคล้องกับเพศกำเนิด' ออกจากหมวดความผิดปกติทางจิตและพฤติกรรม และย้ายไปอยู่ในหมวด 'กรณีที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพทางเพศ' เพราะการมีเพศสภาพไม่สอดคล้องกับเพศกำเนิดนั้นไม่ถือว่าเป็นอาการป่วยทางจิต

รู้จัก LGBTQ ความหลากหลายทางเพศ กลุ่มคนที่มีความหลากหลายทางเพศ หรือเพศทางเลือก LGBTQ เป็นกลุ่มคนที่มีอัตลักษณ์ทางเพศ หรือรสนิยมทางเพศที่แตกต่างไปจากคนส่วนใหญ่ในสังคม โดย**คำว่า LGBTQ ย่อมาจาก**

L - Lesbian กลุ่มผู้หญิงรักผู้หญิง

G - Gay กลุ่มชายรักชาย

B - Bisexual หรือกลุ่มที่รักได้ทั้งผู้ชายและผู้หญิง

T - Transgender คือกลุ่มคนข้ามเพศ จากเพศชายเป็นเพศหญิง หรือเพศหญิงเป็นเพศชาย

Q - Queer คือ กลุ่มคนที่พึงพอใจต่อเพศใดเพศหนึ่ง โดยไม่ได้จำกัดในเรื่องเพศ และความรัก

เพศทางเลือกยังสามารถอธิบายตามความหมายของเพศวิถี และอัตลักษณ์ทางเพศได้ ดังนี้

เพศวิถี (Sexual Orientation) คือ **ความรู้สึก รสนิยมทางเพศ รวมถึงความพึงพอใจทางเพศที่มีต่อบุคคลอื่น โดยจะแบ่งออกเป็น 4 ลักษณะหลัก ๆ ได้แก่ รักต่างเพศ คือผู้ที่มีรสนิยมชื่นชอบเพศตรงข้าม หรือบุคคลต่างเพศ** เช่น ผู้ชายที่ชอบผู้หญิง หรือผู้หญิงที่ชอบผู้ชาย รักเพศเดียวกัน คือผู้ที่มีรสนิยมชื่นชอบเพศเดียวกัน แบ่งออกเป็น 2 กลุ่มหลัก ๆ ได้แก่ เลสเบี้ยน (Lesbian) และเกย์ (Gay) ไบเซ็กชวล (Bisexual) คือผู้ที่มีรสนิยมชื่นชอบทั้งเพศหญิงและเพศชาย โดยจะมีอารมณ์เสน่หากับเพศตรงข้าม หรือเพศเดียวกันก็ได้

ไม่ฝักใฝ่ทางเพศ คือผู้ที่ไม่สนใจเรื่องเพศสัมพันธ์ แต่เพียงรู้สึกสนิทสนม ผูกพันกับบุคคลอื่น อัตลักษณ์ทางเพศ (Gender Identity) คือการรับรู้ว่าตนเองต้องการเป็นผู้ชาย หรือผู้หญิง ซึ่งบางคนอาจมีอัตลักษณ์ทางเพศตรงกับอวัยวะเพศและโครงสร้างทางร่างกาย แต่บางคนอาจมีอัตลักษณ์ทางเพศแตกต่างจากโครงสร้างทางร่างกาย หรือเรียกคนกลุ่มนี้ว่า “คนข้ามเพศ (Transgender)” โดยคนข้ามเพศอาจเป็นผู้ที่ไม่สามารถกำหนดให้ตนเองเป็นผู้ชาย หรือผู้หญิงเพียงเพศใดเพศหนึ่งได้ด้วย

เพศทางเลือกเป็นความผิดปกติหรือไม่ ในสมัยก่อนอาจมองว่าการข้ามเพศ หรือกลุ่มคนที่อยู่ในเพศทางเลือกมีความผิดปกติที่เกี่ยวกับทางจิตใจ โดยมีเอกสารทางราชการระบุว่า ‘กะเทย’ เป็นผู้มีความผิดปกติทางจิตถาวร เป็นโรคจิตวิกลจริต ซึ่งความคิดเหล่านี้ล้วนถูกครอบงำด้วยวัฒนธรรม หรือบรรทัดฐานทางสังคมจนเกิดการเลือกปฏิบัติทำให้คนกลุ่มนี้ไม่ได้รับสิทธิที่ควรได้เท่าที่ควร ในปัจจุบันสังคมได้เริ่มมีการเอาอิทธิพลทางความคิด และบรรทัดฐานทางสังคมแบบตะวันตกเข้ามา เราจึงสามารถพบเห็นกลุ่มคนที่เป็นเพศทางเลือกได้ทั่วไป โดยสังเกตได้จากสื่อต่าง ๆ เช่น หนังสือ ภาพยนตร์ หรือมีศัพท์ที่บัญญัติใช้เฉพาะกับสื่อบันเทิงที่เกี่ยวกับชายรักชาย หรือที่เรารู้จักกันในชื่อว่า “ซีรีส์วาย” นั่นเอง ในทางการแพทย์บุคคลที่มีความหลากหลายทางเพศไม่ได้เป็นโรค หรือมีความผิดปกติทางจิตใจแต่อย่างใด เพียงแต่เป็นส่วนผสมทั้งภายในและภายนอกที่

หลากหลาย เช่น ฮอร์โมน สารเคมีในสมอง การเลี้ยงดู วัฒนธรรม และพื้นฐานทางสังคมที่หล่อหลอมตัวบุคคลจึงไม่ใช่ความผิดปกติแต่อย่างใด

ปัญหาอัตลักษณ์ทางเพศสามารถแก้ไขได้โดยทางการแพทย์ ผู้ที่มีความแตกต่างด้านอัตลักษณ์ทางเพศอาจมีปัญหาทางร่างกาย หรือเพศสรีระที่ไม่ตรงกับความต้องการของตนเอง แพทย์จะช่วยเหลือโดยการแก้ไขร่างกายให้สอดคล้องกับภาวะจิตใจ โดยจะมีการดำเนินการ ดังนี้ วินิจฉัย เริ่มต้นจากการปรึกษาจิตแพทย์เพื่อวินิจฉัย และให้คำแนะนำในการปรับตัว และการสื่อสารกับบุคคลอื่นเพื่อให้ทราบถึงวิธีการดูแลที่เหมาะสม การแปลงเพศ ผู้ที่ตัดสินใจจะรับการผ่าตัดแปลงเพศจะต้องได้รับการประเมินความพร้อมในการผ่าตัดจากจิตแพทย์ และควรเข้ารับการผ่าตัดจากศัลยแพทย์ที่มีความเชี่ยวชาญ และควรทำการผ่าตัดในสถานพยาบาลที่ได้มาตรฐานเพื่อความปลอดภัย

แนวปฏิบัติสำหรับครอบครัวที่มีลูกหลานเป็น LGBTQ ปัญหากลุ่ม LGBTQ ต้องเผชิญที่สำคัญที่สุดไม่ได้มีแค่เพียงบรรทัดฐานทางสังคม แต่ยังมีปัญหาในเรื่องการยอมรับจากคนในครอบครัว เนื่องจากคนกลุ่มนี้อาจต้องทำตามความหวังของพ่อแม่ หรือต้องรักษาชื่อเสียงของวงศ์ตระกูล ซึ่งเป็นเรื่องสวนทางกับผู้ที่อยู่ในกลุ่มความหลากหลายทางเพศ ครอบครัว หรือคนรอบข้างอาจยังขาดความรู้ความเข้าใจในตัวตน หรือวิถีทางเพศของคนกลุ่มนี้ จึงควรเรียนรู้แนวปฏิบัติเมื่อพบว่าลูกหลานเป็น LGBTQ ดังนี้

ไม่เปรียบเทียบ ควรส่งเสริมการรู้คุณค่าในตนเอง ไม่ควรเปรียบเทียบลูกหลานกับใคร เพราะจะเป็นการสร้างความกดดันส่งผลให้ไม่อยากเปิดใจกับเรามากยิ่งขึ้น

สื่อสารในเชิงบวก มีการสื่อสารระหว่างกัน เน้นการมองผลดีมากกว่าผลเสีย หมั่นพูดคุย เปิดโอกาสให้อีกฝ่ายได้บอกเล่าเรื่องราว และรับฟังความคิดเห็นด้วยความเข้าใจ

ให้ความสำคัญ ใส่ใจ และชื่นชมในสิ่งที่ทำได้ แต่ไม่ควรเยินยอเกินจริง

ให้โอกาสได้เรียนรู้ โดยอาจดูแลอยู่ห่าง ๆ หรือคอยให้ความช่วยเหลือเมื่อจำเป็น

สังเกตพฤติกรรม วัยรุ่นที่เป็นเพศที่สามอาจต้องเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ คนในครอบครัวจึงต้องคอยสังเกตพฤติกรรมที่อาจเป็นสัญญาณว่าตนเองรู้สึกแปลกแยกจากสังคม หรือมีพฤติกรรมการแสดงออกทางเพศที่ไม่เหมาะสม ใช้ความรุนแรง มีอาการซึมเศร้า เป็นต้น

เหนือสิ่งอื่นใดการยอมรับตัวตนของกลุ่มคนเพศทางเลือกไม่ได้มาจากสังคม แต่เป็นตัวของบุคคลเอง และครอบครัวที่ต้องทำความเข้าใจคนกลุ่มนี้ให้ลึกซึ้ง ไม่ใช่การหาสาเหตุและพยายามแก้ปมปัญหา เพื่อให้คนกลุ่มนี้ได้แสดงออกตัวตนออกมาได้อย่างอิสระ และใช้ชีวิตได้อย่างมี**ความสุข LGBTQ ความหลากหลายที่ไม่แตกต่างในสังคม** เด็กชาย ชอบเล่นตุ๊กตา หรือเด็กหญิงชอบเล่นฟุตบอล : พฤติกรรมลูกแบบนี้ เป็นข้อบ่งชี้ LGBTQ หรือไม่ สำหรับเด็กเล็ก พฤติกรรมการแสดงออกต่างๆ เกิดขึ้นจากการเรียนรู้สิ่งแวดล้อมรอบตัว และการเลียนแบบตามสิ่งที่เด็กให้ความสนใจ โดยที่อาจไม่ได้รู้ความหมายแฝงของสิ่งนั้นๆ ไม่ได้หมายความว่าจะมีความชอบ รสนิยมทางเพศ รวมถึงพฤติกรรมแบบเพศนั้น แต่อาจเป็นเพียงการอยากเล่นกับเพื่อนหรือพี่น้อง เป็นต้น ดังนั้นพฤติกรรมเหล่านี้ไม่ได้ถือเป็นข้อบ่งชี้ที่จะด่วนสรุปว่าลูกเป็น LGBTQ

คำแนะนำในการเลี้ยงลูก LGBTQ เรื่องของความชอบถือเป็นสิ่งที่ไม่สามารถบังคับกันได้ รสนิยมทางเพศก็เป็นเรื่องความชอบในด้านหนึ่ง เหมือนกับความชอบสี ชอบรสชาติอาหาร ฯลฯ และความชอบนั้นสามารถเปลี่ยนแปลงได้เรื่อยๆ ไปตามอายุ ประสบการณ์ และบริบททางสังคม ในทางกลับกันหากเรามองมุมกลับปรับมุมมองในฐานะของพ่อแม่ หรือผู้เลี้ยงดู เราเองก็ไม่สามารถบังคับให้ตัวเองชอบสิ่งใดสิ่งหนึ่ง รวมถึงสิ่งที่เราเคยชอบในอดีต ปัจจุบันก็เปลี่ยนแปลงไปได้เช่นเดียวกัน ดังนั้นจึงไม่ควรบังคับให้บุตรหลานชอบอะไร รวมถึงยอมรับว่าสิ่งเหล่านี้สามารถเปลี่ยนแปลงไปได้อีกในอนาคตด้วยเช่นกัน

เนื่องจากหากการบังคับนั้นเป็นปัจจัยทำให้เค้าไม่ประสบความสำเร็จในการใช้ชีวิต อาจกลายเป็นปมด้อย หรือตราบาปในใจติดตัวเด็กไปตลอดชีวิต สิ่งที่พ่อแม่ควรทำมากกว่าคือ การยอมรับในสิ่งที่ลูกเป็น รวมถึงช่วยให้ลูกเตรียมพร้อมรับมือกับปัญหา หรือความเหลื่อมล้ำทางสังคมที่ลูกอาจต้องพบเจอ และเมื่อถึงวันที่ลูกได้เป็นตัวของตัวเอง ได้เลือกในสิ่งที่ชอบ ได้ทำในสิ่งที่รัก ก็มีแนวโน้มที่ชีวิตของลูกจะประสบความสำเร็จมากกว่า และนั่นคือการประสบความสำเร็จในหน้าที่ของพ่อแม่ด้วยเช่นกัน

การเปลี่ยนแปลงอัตลักษณ์ทางเพศ : หากลูกอยากแปลงเพศ ควรทำไหม? กลัวลูกเลือกทางผิด ในทางการแพทย์ การแปลงเพศไม่ใช่เดินเข้ามาแล้วผ่าตัดได้เลย แต่จะมีกระบวนการเตรียมตัวทางการแพทย์ ซึ่งจะได้รับการดูแลโดยนักจิตวิทยาและผู้เชี่ยวชาญ ประกอบไปด้วย การทำแบบทดสอบทางด้านจิตวิทยาเพื่อประเมินสภาวะความพร้อมและความมั่นคงทางด้านจิตใจโดยนักจิตวิทยา และการลองใช้เพศสภาพที่ต้องการ เช่น การแต่งตัว การใช้ชีวิตเป็นอีกเพศ ตามกรอบระยะเวลาที่กำหนด จนมั่นใจว่ามีความพร้อมและมั่นใจในการข้ามเพศ แล้วจึงเข้าสู่กระบวนการเตรียมตัวผ่าตัดแปลงเพศต่อไป ดังนั้นคุณพ่อคุณแม่จึงมั่นใจได้ว่า ก่อนผ่าตัดนั้นลูกได้ผ่านการคิด ตัดสินใจ และใช้ชีวิตในแบบที่ลูกต้องการก่อนแล้ว สุดท้าย ไม่ว่าลูกจะเป็นเพศอะไร มีเพศสภาพแบบไหน สิ่งสำคัญที่สุดคือ สายสัมพันธ์ในครอบครัว และกำลังใจจากพ่อแม่ ที่จะทำให้ลูกกล้าเผชิญชีวิตต่อไปได้ ดูแลร่างกายแล้วอย่าลืมดูแลจิตใจกันด้วย

LGBTQ+ **โอบกอดความหลากหลายที่ "ไม่จำเป็นต้องรักษา"** ปัจจุบัน **เดือนมิถุนายนของทุกปี ได้กลายมาเป็นที่รู้จักในชื่อ "Pride Month" ซึ่งเป็นเดือนที่เต็มไปด้วยความคึกคัก และสีสันของการเดินขบวนรณรงค์ เพื่อเรียกร้องการยอมรับ และความเท่าเทียมทางเพศ ตลอดจนกิจกรรมต่าง ๆ ของกลุ่มผู้มีความหลากหลายทางเพศ หรือ LGBTQ+ เพื่อสื่อถึงการต่อสู้เพื่อความเท่าเทียม**

ผู้จัดทำ/เรียบเรียง : นางสาวณัฏฐนันท์ คงทน / นสม.ชก

หน่วยงาน : ฝ่ายข่าวและรายการ สวท.ปัตตานี

แหล่งที่มา : โรงพยาบาลเพชรเวช https://shorturl.asia/rlHsJ / โรงพยาบาลเปาโล เกษตร https://shorturl.asia/Leuln / โรงพยาบาลพริ้นซ์ สุวรรณภูมิ https://shorturl.asia/NamT4