Vancouver School Board

ਟ੍ਰਾਂਸਜੈਂਡਰ ਅਤੇ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ

ਸਵਾਲ ਅਤੇ ਜਵਾਬ

ਸਾਰੇ ਜਵਾਨ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਚੰਗਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਦਾ ਹੱਕ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਬਾਲਗ ਬਣਨ ਲਈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ, ਸਮਰਥਨ ਅਤੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਮਿਲਦਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਹ ਟ੍ਰਾਂਸ ਅਤੇ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਇਕ ਚੁਣੌਤੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਸਾਡੇ ਸਮਾਜ ਦੀਆਂ ਇਸ ਚੀਜ਼ ਬਾਰੇ ਕਾਫੀ ਸਖਤ ਉਮੀਦਾਂ ਹਨ ਕਿ ਮੁੰਡਾ ਜਾਂ ਕੁੜੀ ਹੋਣ ਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ। ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਜਵਾਨ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿਚ ਸਿਰਫ ਇਸ ਕਰਕੇ ਹੀ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਅਤੇ ਵਿਤਕਰੇ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿਚ ਵੱਖਰੇ ਹਨ।

ਸਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹ ਦੇਣ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਸਾਡੀ ਹੈ। ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਦਾ ਮੰਤਵ, ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸੇਧ ਦੇਣਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਬਿਹਤਰ ਮਦਦ, ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਸਰਾਹਨਾ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ, ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ ਕਿਵੇਂ ਰੱਖਣਾ ਹੈ।

ਭਾਸ਼ਾ ਕਿਉਂਕਿ ਸਮਝਣ ਦਾ ਮੁੱਖ ਹਿੱਸਾ ਹੈ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਦੇ ਅੰਤ 'ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਅਰਥ ਦੇਖੋਗੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਇਦ ਜਾਣੂ ਨਾ ਹੋਵੋ।

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮਨੁੱਖੀ ਫਰਕਾਂ ਵਾਂਗ, ਲਿੰਗ (ਜੈਂਡਰ) ਸਪਸ਼ਟ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਔਰਤ/ਕੁੜੀ, ਮਰਦ/ਮੁੰਡਾ, ਜਾਂ ਨੌਨ-ਬਾਇਨਰੀ, ਜੈਂਡਰਕੁਈਅਰ ਆਦਿ ਹੋਣ ਦੀ ਉਸ ਦੀ ਅੰਦਰਲੀ ਭਾਵਨਾ ਬਾਰੇ ਦੱਸਦੀ ਹੈ। ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਦੂਜਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਕਾਮੁਕ ਅਤੇ ਰੋਮਾਂਟਿਕ ਆਕਰਸ਼ਣ ਬਾਰੇ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਕਾਮੁਕ ਜਾਂ ਰੋਮਾਂਟਿਕ ਰੁਚੀ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਕਾਮੁਕ ਰੁਚੀ ਅਤੇ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਨੂੰ ਨੇੜੇ ਤੋਂ ਜੋੜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਕਿਤਾਬਚਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਟ੍ਰਾਂਸਜੈਂਡਰ (ਟ੍ਰਾਂਸ) ਜਾਂ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਲੈਜ਼ਬੀਅਨ, ਗੇਅ ਜਾਂ ਬਾਇਸੈਕਸ਼ੂਅਲ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਵਸੀਲਿਆਂ ਵਾਲਾ ਭਾਗ ਦੇਖੋ।

ਇਹ ਕੁਝ ਆਮ ਸਵਾਲ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਤੁਸੀਂ ਪੁੱਛਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ:

ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੇਰਾ ਬੱਚਾ ਟ੍ਰਾਂਸ ਜਾਂ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲਾ (ਜੈਂਡਰ ਡਾਇਵਰਸ) ਹੈ?

ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਟ੍ਰਾਂਸ ਅਤੇ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਅਤੇ ਪੱਕੇ ਜਜ਼ਬੇ ਅਤੇ ਵਤੀਰੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਅਕਸਰ ਅਜਿਹੇ ਲਿੰਗ (ਜੈਂਡਰ) ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜਨਮ ਵੇਲੇ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਲਿੰਗ ਤੋਂ ਵੱਖਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਦੇ ਕਦੇ ਇਹ ਜਵਾਨ ਬੱਚੇ ਦੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਅਤੇ ਵਾਲਾਂ ਦੇ ਸਟਾਇਲ ਦੀ ਚੋਣ ਤੋਂ ਕਾਫੀ ਸਪਸ਼ਟ ਦਿਖਾਈ ਦੇਵੇਗਾ, ਜੋ ਕਿ ਬਹੁਤੀ ਵਾਰੀ “ਵਿਰੋਧੀ” ਲਿੰਗ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮੁੰਡੇ ਡਰੈੱਸਾਂ ਪਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕਦੇ ਕਦੇ ਇਹ ਘੱਟ ਸਪਸ਼ਟ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਸਾਹਮਣੇ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵਿਰੋਧੀ ਸੈਕਸ ਦੇ ਪਾਤਰਾਂ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਜਾਂ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਪਛਾਣ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜੋੜਨਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੁੜੀਆਂ ਰਾਜਕੁਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਬਜਾਏ ਰਾਜਕੁਮਾਰ ਬਣਨ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦੇ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰਚਲਿਤ ਨਿਯਮਾਂ ਦੇ ਉਲਟ ਲਿੰਗ ਵਤੀਰੇ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ 2-4 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ’ਤੇ ਲਿੰਗ ਫਰਕ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਹੜਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜਨਮ ਵੇਲੇ ਮਿੱਥੇ ਗਏ ਲਿੰਗ ਨਾਲੋਂ ਵੱਖਰਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਹੋਰ ਸ਼ਾਇਦ ਇਹ ਲੱਛਣ ਸ਼ਾਇਦ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਨਾ ਦਿਖਾਉਣ ਜਦ ਤੱਕ ਉਹ ਚੜ੍ਹਦੀ ਜਵਾਨੀ ਵਾਲੀ ਉਮਰ ਦੇ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ। ਅਸਲੀਅਤ ਵਿਚ, ਕੁਝ ਲੋਕ ਇਹ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਵਤੀਰੇ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਅਨੁਭਵ ਜਾਂ ਜ਼ਾਹਰ ਕਰਨੇ ਨਹੀਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਗੇ ਜਦ ਤੱਕ ਉਹ ਬਾਲਗਪੁਣੇ ਵਿਚ ਦਾਖਲ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ।

ਬਹੁਤੇ ਬੱਚੇ ਲਿੰਗ (ਜੈਂਡਰ) ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਖਿਆਲਾਂ ਦਾ ਤਜਰਬਾ ਕਰਨ ਲਈ ਖੇਡਾਂ ਖੇਡਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਗੇ ਜਦੋਂ ਉਹ ਇਹ ਸਮਝਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨਗੇ ਕਿ ਉਹ ਕੌਣ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੀ ਦੁਨੀਆ ਵਿਚ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਫਿਟ ਬੈਠਦੇ ਹਨ – ਇਹ ਬਹੁਤ ਆਮ ਹੈ। ਉਸੇ ਸਮੇਂ, ਬਚਪਨ ਅਤੇ ਚੜ੍ਹਦੀ ਜਵਾਨੀ, ਲਿੰਗ (ਜੈਂਡਰ) ਦੁਆਲੇ ਸਮਾਜ ਦੀਆਂ ਉਮੀਦਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਚੱਲਣ ਦਾ ਇਕ ਵੱਡਾ ਪਰੈਸ਼ਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਸ ਪਰੈਸ਼ਰ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਕੇ ਦੇਖੋ ਜਿਸ ਦਾ ਸਾਮ੍ਹਣਾ ਸਾਨੂੰ ਬਾਲਗਾਂ ਦੇ ਤੌਰ ’ਤੇ ਵੀ “ਪੂਰਨ ਔਰਤ” ਜਾਂ “ਪੂਰਨ ਮਰਦ” ਬਣਨ ਬਾਰੇ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਭਰੋਸਾ ਦਿਵਾਉਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਹਰ ਕੋਈ ਵੱਖਰਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਤੁਸੀਂ ਹੁਣ ਤੱਕ ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਵਿਚ “ਜੈਂਡਰ ਡਾਇਵਰਸ” ਨਾਂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਸਾਡੀ ਵਰਤੋਂ ਨੂੰ ਨੋਟ ਕੀਤਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਕਈ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਉਹ ਜਵਾਨ ਜਿਹੜਾ ਕੁੜੀ/ਔਰਤ ਅਤੇ ਮੁੰਡੇ/ਮਰਦ ਦੇ ਘੇਰੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਆਪਣੇ ਲਿੰਗ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਦਾ ਹੈ (ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ “ਨੌਨ-ਬਾਇਨਰੀ”, ਅਜੈਂਡਰ” ਜਾਂ “ਜੈਂਡਰਕੁਈਅਰ” ਸ਼ਬਦ ਵਰਤਦੇ ਸੁਣਿਆ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ)। “ਜੈਂਡਰ ਡਾਇਵਰਸ” ਉਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਵੀ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣਾਂ ਨਾਲ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਰਾਮਦੇਹ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਵੇਲੇ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸਨ, ਪਰ, ਆਪਣੇ ਲਿੰਗ ਨੂੰ ਜ਼ਾਹਰ

ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਉਹ ਬਹੁਤਾ ਆਪਣੇ ਮੁਤਾਬਕ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪ੍ਰਿੰਸਿਜ਼ ਬੋਆਇਜ਼ ਜਾਂ ਟੌਮਬੋਆਇਜ਼। ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ (ਜੈਂਡਰ ਡਾਇਵਰਸਟੀ) ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਹੈ, ਅਤੇ ਸਿਰਫ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਟ੍ਰਾਂਸ ਵਜੋਂ ਪਛਾਣ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਜੈਂਡਰ ਡਾਇਵਰਸ ਹੋਣ ਦਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਜਨਮ ਵੇਲੇ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਤੋਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਪਛਾਣ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਮੈਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੇਰਾ ਬੱਚਾ ਟ੍ਰਾਂਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਦੇਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕੀਤੀ ਹੈ ਤਾਂ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ’ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਆਸ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਦੀ ਹਿਮਾਇਤ ਕਰੋਗੇ। ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦੇ ਰਹੋ ਪਰ ਉਸ ਦੀ ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਦਾ ਆਦਰ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਗਭਰੂ ਹੋ ਰਹੇ ਬਹੁਤੇ ਬੱਚੇ ਆਮ ਤੌਰ ’ਤੇ ਨਿੱਜੀ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਨੂੰ ਔਖਾ ਸਮਝਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੇ ਆਪਣੇ ਲਿੰਗ (ਜੈਂਡਰ) ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਪਰ ਤੁਸੀਂ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਉਹ ਸ਼ਾਇਦ ਆਪਣੀ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇਗਾ ਤਾਂ ਇਹ ਗੱਲ ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਸਭ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੇ ਹੁੰਗਾਰੇ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਫਿਕਰਮੰਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਉਹ ਆਪ ਵੀ ਇਸ ਤੋਂ ਸੁਚੇਤ ਨਾ ਹੋਣ, ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਪਛਾਣ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਕਰਨਾ ਹੁਣੇ ਹੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਲਿੰਗ ਬਾਰੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਪੁੱਛਣਾ ਅਤੇ ਵਿਰੋਧ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਯਾਦ ਰੱਖੋ – ਇਹ ਸਮਝੋ ਕਿ ਉਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਆਪਣੇ ਲਿੰਗ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਾਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੀ ਕੀਤਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸ਼ਾਇਦ ਉਹ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਜੇ ਉਹ ਜਵਾਨ ਹੈ ਤਾਂ ਇਕ ਅਸਰਦਾਰ ਪਹੁੰਚ, ਮੀਡੀਏ ਵਿਚ ਆਏ ਤਾਜ਼ਾ ਟ੍ਰਾਂਸ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਬਾਰੇ ਹਾਂਪੱਖੀ ਟਿੱਪਣੀ ਕਰਕੇ ਜਾਂ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਬਾਰੇ ਆਮ ਗੱਲ ਕਰਕੇ ਅਸਿੱਧੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਹਿਮਾਇਤ ਜ਼ਾਹਰ ਕਰਨਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਟ੍ਰਾਂਸ ਦੋਸਤਾਂ ਜਾਂ ਸਾਥੀਆਂ ਬਾਰੇ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਵੀ ਹਾਂਪੱਖੀ ਸੁਨੇਹਾ ਭੇਜ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਸ਼ੇ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਦਾ ਇਕ ਹੋਰ ਤਰੀਕਾ ਇਹ ਪੁੱਛਣਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਵਿਚ ਜੈਂਡਰ ਐਂਡ ਸੈਕਸੂਐਲਟੀ ਅਲਾਇੰਸ (ਜੀ ਐੱਸ ਏ) ਕਲੱਬ ਹੈ। ਬੀ ਸੀ ਦੇ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੇ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿਚ ਇਹ ਕਲੱਬਾਂ ਹੁਣ ਵਧ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਹੋਮੋਫੋਬੀਆ ਅਤੇ ਟ੍ਰਾਂਸਫੋਬੀਆ ਬਾਰੇ ਫਿਕਰਮੰਦ ਹਨ ਭਾਵੇਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਆਪਣਾ ਲਿੰਗ (ਜੈਂਡਰ) ਜਾਂ ਸੈਕਸੂਅਲ ਪਛਾਣ ਕੋਈ ਵੀ ਹੋਵੇ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੇ ਇਹ ਗੱਲਬਾਤ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਲਈ ਤਾਂ ਹਾਂਪੱਖੀ ਰਹਿਣਾ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸੁਣਨ ਵਾਲੇ ਬਣਨਾ ਯਾਦ ਰੱਖੋ। ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਕਦੇ ਕਦੇ ਇਹ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸੁਸਾਇਟੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸ਼ਾਮਲ ਅਤੇ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਬਣ ਰਹੀ ਹੈ, ਪਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੇ ਇਸ ਹਿੱਸੇ ਨਾਲ ਆਰਾਮਦੇਹ ਹੋਣ ਲਈ ਲੰਮਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗਿਆ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੀ ਉਸ ਦੇ ਇਸ ਪੱਖ ਬਾਰੇ ਅਡਜਸਟ ਹੋਣ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਖੋਜਣ ਦੇ ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ, ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਧੀਰਜ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਨਰਮ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਗੱਲ ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਅਜੇ ਵੀ ਸਦਾ ਵਾਂਗ ਓਹੀ ਦਿਲਚਸਪੀਆਂ, ਹੁਨਰਾਂ ਅਤੇ ਗੁਣਾਂ ਨਾਲ ਓਹੀ ਵਿਅਕਤੀ ਹੈ। ਟ੍ਰਾਂਸ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਦਾਸ, ਇਕੱਲੇ, ਭੰਬਲਭੂਸੇ ਵਿਚ ਜਾਂ ਮਜ਼ਾਕੀਆ ਕਹੇ ਜਾਣ ਦੇ ਮੀਡੀਆ ਵਿਚ ਕੁਝ ਰੁਝਾਨਾਂ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ। ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਭਰਵੀਂਆਂ ਅਤੇ ਸੰਤੁਸ਼ਟੀ ਵਾਲੀਆਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ ਜਿਊਂਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਬਦਲਿਆ ਨਹੀਂ ਹੈ; ਇੰਨੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਉਸ ਦਾ ਇਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਿੱਸਾ ਉਸ ਨਾਲੋਂ ਵੱਖਰਾ ਹੈ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੁਸੀਂ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਸੀ।

ਮੂਲਵਾਸੀ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਜਵਾਨਾਂ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਿਚ, ਆਪਣੀਆਂ ਨੇਸ਼ਨਾਂ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਟੀਆਂ ਵਿਚ ਟੂ-ਸਪਿਰਿਟ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਫਰਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਯੋਗਦਾਨਾਂ ਦੀ ਡੂੰਘੀ ਸਮਝ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸ ਚੀਜ਼ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜਵਾਨ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਅਰਥਭਰਪੂਰ ਗੱਲਬਾਤ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਇਹ ਅਜਿਹਾ ਤਰੀਕਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਕੋਈ ਅਰਥ ਹੈ। ਟੂ-ਸਪਿਰਿਟ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਗਾਈਡ ਦਾ ਵਸੀਲਿਆਂ ਵਾਲਾ ਭਾਗ ਦੇਖੋ ਜਿੱਥੇ ਉਹ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਸਿੱਖਣ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜੇ ਮੇਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਜਾਂ ਭਾਈਚਾਰਾ ਟ੍ਰਾਂਸ ਲੋਕਾਂ ਜਾਂ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਵਾਨ ਨਾ ਕਰਦਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੇ ਟ੍ਰਾਂਸ ਅਤੇ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਵੱਖੋ ਵੱਖਰੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ, ਵਿਚਾਰ ਅਤੇ ਨਿੱਜੀ ਸੰਬੰਧ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਖੋਜ ਇਹ ਦਿਖਾਉਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖ ਰਹੀ ਹੈ ਕਿ ਟ੍ਰਾਂਸ ਅਤੇ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਝੱਲੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਵਿਤਕਰੇ, ਤਿਆਗ ਅਤੇ ਅੱਡਰੇਪਣ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕੀਤੇ ਜਾਣ, ਹਿੰਸਾ, ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਸਰੋਕਾਰਾਂ, ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ, ਬੇਘਰਪੁਣੇ ਅਤੇ ਖੁਦਕਸ਼ੀ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਤਰਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, 2015 ਦੀ ਇਕ ਸਟੱਡੀ ਵਿਚ, ਜਿਸ ਨੇ ਕੈਨੇਡਾ ਭਰ ਵਿਚ ਟ੍ਰਾਂਸ ਅਤੇ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਜਵਾਨਾਂ ਦਾ ਸਰਵੇ ਕੀਤਾ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਜਵਾਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਦੋ ਤਿਹਾਈ ਨੇ ਆਪਣੀ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਕਰਕੇ ਹੋਏ ਵਿਤਕਰੇ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਸਰਵੇ ਕੀਤੇ ਗਏ ਜਵਾਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਅੱਧਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਘੱਟ ਨੇ ਆਪਣੀ ਸਮੁੱਚੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਨੂੰ (ਜਿਸ ਵਿਚ ਸਵੈ-ਮਾਣ, ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ, ਖੁਸ਼ੀ ਅਤੇ ਆਤਮਘਾਤੀ ਖਿਆਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ) ਚੰਗੀ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਦੱਸਿਆ (Veale et al., 2015) । ਨਸਲਵਾਦ ਅਤੇ ਬਸਤੀਵਾਦ ਦੇ ਅਸਰਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ, ਇਹ ਖਤਰੇ ਆਦਿਵਾਸੀ ਜਵਾਨਾਂ ਅਤੇ ਰੰਗਦਾਰ ਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਫਿਰ ਵੀ, ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਵਤੀਰੇ ਅਤੇ ਮਦਦ ਵੱਡੇ ਫਰਕ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸੇ ਸਟੱਡੀ ਨੇ ਇਹ ਵੀ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਜਿਹੜੇ ਜਵਾਨ, ਬਾਲਗ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਟੀ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ (ਟੀਚਰਾਂ, ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ, ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਆਦਿ) ਵਲੋਂ ਹਿਮਾਇਤ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਲੋਂ "ਚਾਰ ਗੁਣਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਚੰਗੀ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਸੀ... ਅਤੇ ਖੁਦਕਸ਼ੀ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਕਿਤੇ ਘੱਟ ਸੀ।"(Veale et al., 2015) । ਓਨਟੇਰੀਓ ਵਿਚ ਟ੍ਰਾਂਸਪੱਲਸ ਵਲੋਂ ਹੋਈ ਖੋਜ ਨੇ ਵੀ ਇਹ ਪਤਾ ਲਾਇਆ ਕਿ "ਜਿਹੜੇ ਟ੍ਰਾਂਸ ਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਅਤੇ ਸ਼ੈਲੀ ਲਈ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਤਕੜੀ ਮਦਦ ਮਿਲੀ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਤੁਸ਼ਟੀ, ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਵੈ-ਮਾਣ ਅਤੇ ਬਿਹਤਰ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਦੱਸਿਆ" (Travers, et al., 2012) ।

ਸਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿਚ ਲਚਕਸ਼ੀਲਤਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ ਘਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਵਿਚ ਚੰਗੇ ਰੋਲ-ਮਾਡਲ, ਕਿਤਾਬਾਂ ਅਤੇ ਵਸੀਲੇ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੱਕ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਜਵਾਨ ਆਪਣੀ ਕਮਿਊਨਟੀ ਵਿਚ ਜਾਂ ਕਮਿਊਨਟੀ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਪਹੁੰਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਵੱਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਸਮਰਥਕ ਨਾ ਹੋਣ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਿਖਿਅਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਅਜਿਹੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀਆਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਵੈ-ਮਾਣ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ। ਇਹ ਵੀ ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆ ਵਿਚ, ਹਰ ਸਭਿਆਚਾਰ ਅਤੇ ਧਰਮ ਵਿਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਸਦਾ ਇਤਿਹਾਸ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਜੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੀ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਦੀ ਸਮਝ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਹਿਮਾਇਤ ਦੀ ਘਾਟ ਜਾਂ ਅਸਵੀਕਰਨ ਦਾ ਸਾਮ੍ਹਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਖਾਸ ਸਭਿਆਚਾਰ ਵਿਚ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਮਾਰਨਾ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ (ਜਿਵੇਂ ਮੂਲਵਾਸੀ ਕੈਨੇਡਾ ਅਤੇ ਯੂ ਐੱਸ ਵਿਚ ਟੂ-ਸਪਿਰਿਟ ਲੋਕ, ਫਿਲਪੀਨਜ਼ ਵਿਚ ਬਕਲਾ)। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਮੂਲਵਾਸੀ ਲੋਕਾਂ 'ਤੇ ਬਸਤੀਵਾਦ ਦਾ ਸਿੱਧਾ ਨਤੀਜਾ, ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਵਲੋਂ ਟੂ-ਸਪਿਰਿਟ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਿਟਾਉਣ ਦੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ, ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਯੂਰਪੀਅਨ ਬਸਤੀਕਾਰਾਂ ਵਲੋਂ ਹੋਮੋਫੋਬਿਕ ਅਤੇ ਟ੍ਰਾਂਸਫੋਬਿਕ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਨ ਵਿਚ ਨਿਕਲਿਆ। ਇਸ ਸੰਦਰਭ ਵਿਚ, ਤੁਹਾਡੀ ਨੇਸ਼ਨ ਵਿਚਲੇ ਟੂ-ਸਪਿਰਿਟ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਰਿਵਾਇਤੀ ਫਰਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਯੋਗਦਾਨਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰਨਾ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ (ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਨਸਲਕੁਸ਼ੀ ਦੇ ਬਹੁਤ ਵੱਡੇ ਹੋਰ ਅਸਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਕ ਸੀ, ਜਿਹੜਾ ਬਸਤੀਕਰਨ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਹੋਇਆ, ਉਹ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮੂਲਵਾਸੀ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਆਪਣੇ ਸਭਿਆਚਾਰ ਅਤੇ ਰਿਵਾਇਤਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਾਂ ਦਾ ਟੁੱਟਣਾ ਸੀ)।

ਕਿਸੇ ਵੀ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੇ ਵਰਗੇ ਹੋਰ ਮਾਪੇ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ, ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਸਮੇਤ ਜਿਹੜੇ ਆਪਣੇ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਬਹੁਤ ਹਿਮਾਇਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਕੁਝ ਵਸੀਲਿਆਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਟ੍ਰਾਂਸ ਕੇਅਰ ਬੀ ਸੀ ਜੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿਚ ਜਾਂ ਇਸ ਦੇ ਨੇੜੇ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਗਰੁੱਪ ਲੱਭਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਟ੍ਰਾਂਸ ਅਤੇ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਔਨਲਾਈਨ ਸੁਪੋਰਟ ਨੈੱਟਵਰਕ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ, ਫਿਲਮਾਂ, ਔਨਲਾਈਨ ਵਸੀਲੇ ਅਤੇ ਵੀਡਿਓਜ਼ ਵੀ ਹਨ ਜੋ ਕਿ ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿਚ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਵਾਲੇ ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਲੇ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੋ।

ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਆਪਣੀ ਮਦਦ ਕਿਵੇਂ ਦਿਖਾ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਬਣਨਾ ਹਰ ਇਕ ਲਈ ਵੱਖਰਾ ਦਿਖਾਈ ਦੇਵੇਗਾ, ਜੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਉਮਰ, ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਖੇਤਰਾਂ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰੇਗਾ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਉਹ ਜੱਦੋਜਹਿਦ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮਦਦ ਦਿਖਾਉਣ ਦਾ ਇਕ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਉਸਾਰੂ ਵਤੀਰਿਆਂ, ਟੀਚਿਆਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹ ਦੇਣਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਓਨੀ ਹੀ ਸਿਰਜਣਸ਼ੀਲਤਾ ਅਤੇ ਉੱਦਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਗੁੱਡੀਆਂ ਜਾਂ ਟਰੱਕਾਂ ਨਾਲ ਖੇਡ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ, ਰਾਜਕੁਮਾਰੀ, ਨਰਸ ਜਾਂ ਫਾਇਰਫਾਈਟਰ ਵਰਗੇ ਕੱਪੜੇ ਪਾ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਇਹ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਕਿਵੇਂ ਖਾਣਾ ਪਕਾਉਣਾ, ਡਾਂਸ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਲੇਗੋ ਟਾਊਨ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਗੱਲ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਰਗਰਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਿਮਾਇਤੀ ਹੋਣਾ, ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਗੈਰ-ਹਿਮਾਇਤੀ ਹੋਣ ਅਤੇ ਰੱਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋਣ ਵਿਚਕਾਰ ਫਰਕ ਹੈ। ਅਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨਾ ਲਿੰਗ

ਸਿਰਜਣਾਤਮਕ ਵਤੀਰੇ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਖਿਝਾਉਣਾ ਜਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਨੀਂਵਾਂ ਦਿਖਾਉਣਾ ਹੈ, ਇਹ ਜ਼ੋਰ ਪਾਉਣਾ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਲਿੰਗ ਦੇ ਆਮ ਤਰੀਕੇ ਵਾਂਗ ਹਰਕਤਾਂ ਕਰੇ/ਕੱਪੜੇ ਪਾਏ/ਸੋਚੇ, ਉਸ ਤੋਂ ਉਹ ਖਿਡੌਣੇ/ਕੱਪੜੇ/ਦੋਸਤੀਆਂ ਖੋਹਣਾ ਜਿਹੜੇ ਉਸ ਦੇ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਵਤੀਰੇ ਨੂੰ "ਉਤਸ਼ਾਹ" ਦਿੰਦੇ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਕੇਸਾਂ ਵਿਚ, ਅਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨ ਦਾ ਮਤਲਬ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਵਲੋਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਘਰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਰ ਕਰਨਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਨੂੰ ਪ੍ਰਵਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਗੈਰ-ਹਿਮਾਇਤੀ ਹੋਣਾ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਸਪਸ਼ਟ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਉਸ ਦੀ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਲਈ ਸ਼ੁਭ ਕਾਮਨਾਵਾਂ/ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ/ਉਤਸ਼ਾਹ ਨੂੰ ਦਬਾਉਣ ਵਾਂਗ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਨਵੇਂ ਨਾਂ ਜਾਂ ਪੜਨਾਂਵ ਨੂੰ ਵਰਤਣ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਨਾ ਦੇਣਾ, ਲਿੰਗ ਬਾਰੇ ਉਸ ਦੀਆ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੁਝ ਜੱਦੋਜਹਿਦਾਂ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਣ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨਾ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਾਮ੍ਹਣਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਵਿਚ ਕਰਨਾ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਗੈਰ-ਹਿਮਾਇਤੀ ਹੋਣਾ ਘੱਟ ਠੇਸ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਵਾਲਾ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਇਹ ਅਸਲ ਵਿਚ ਮੋਹ, ਉਤਸ਼ਾਹ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਰੋਕਦਾ ਹੈ – ਉਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਿਹੜੀਆਂ ਸਿਹਤਮੰਦ ਸਵੈ-ਮਾਣ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਹ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਅਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨ ਜਿੰਨੀਆਂ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਸਰਗਰਮ ਹਿਮਾਇਤ ਉਤਸ਼ਾਹ ਦੇਣ ਵਾਂਗ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਸੁਣਨ ਲਈ ਸਮਾਂ ਕੱਢਣਾ, ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਣ ਵਿਚ ਆਰਾਮਦੇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸ਼ਲਾਘਾ ਕਰਨਾ ਜਿਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਮਾਣ ਹੈ ਅਤੇ ਘਰ, ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਹੱਕਾਂ ਲਈ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋਣਾ। ਇਹ ਉਸ ਨੂੰ ਹੋਰ ਟ੍ਰਾਂਸ ਜਵਾਨਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜਨ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਂਗ ਵੀ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਆਪਣੀ ਖੋਜ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਉਹ ਫਿਲਮਾਂ ਦਿਖਾਉਣਾ ਜਾਂ ਉਹ ਕਿਤਾਬਾਂ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਸੁਣਾਉਣਾ ਜਿਹੜੀਆਂ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹਾਂਪੱਖੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਵਿਚ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਪੇਂਡੂ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿਚ ਰਹਿ ਰਹੇ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਜਵਾਨਾਂ ਵਿਚ ਇਕੱਲਤਾ ਵੀ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਮ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਵਸੀਲਿਆਂ ਤੱਕ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਪਹੁੰਚ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿਚ ਟ੍ਰਾਂਸ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਹਾਂਪੱਖੀ ਨੁਮਾਇੰਦਗੀ ਘੱਟ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਕਰਕੇ, ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਕਮਿਉਨਟੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਅਤੇ ਸੋਸ਼ਲ ਨੈੱਟਵਰਕਿੰਗ ਸਾਈਟਾਂ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਸੋਸ਼ਲ ਨੈੱਟਵਰਕਿੰਗ ਅਤੇ ਹੋਰ ਔਨਲਾਈਨ ਸਾਈਟਾਂ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਅਤੇ ਹੋਰ ਟ੍ਰਾਂਸ ਅਤੇ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਜਵਾਨਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਲਈ ਇਕ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਹ ਖਾਸ ਖਤਰੇ ਵੀ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਵਰਤੋਂ ਬਾਰੇ ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰੋ (ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਹੀਂ ਦੇਣਾ ਜਾਂ ਅਜਨਬੀਆਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਮਿਲਣਾ)। ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿਚ ਲਚਕੀਲਾਪਣ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ ਘਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਵਿਚ ਹਾਂਪੱਖੀ ਰੋਲ-ਮਾਡਲ, ਕਿਤਾਬਾਂ ਅਤੇ ਵਸੀਲੇ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੱਕ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਜਵਾਨ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿਚ ਪਹੁੰਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਹੋਰਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇਹ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਧਨ ਅਤੇ ਨਿੱਜੀ ਵਸੀਲੇ (ਜਜ਼ਬਾਤੀ, ਮਾਨਸਿਕ, ਆਦਿ) ਹੋਣ। ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੋਈ ਹੈ; ਕੋਈ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਦੋਸਤ ਜਾਂ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਹੋਰ ਮਾਪੇ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ 'ਤੇ ਇਹ ਉਮੀਦ ਨਾ ਠੋਸੋ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਜ਼ਬਾਤੀ ਮਦਦ ਦੇਵੇ ਜਾਂ ਸਿਖਿਅਤ ਕਰੇ – ਉਹ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਆਪਣੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਹੋਰ ਬਾਲਗਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨਾ ਉਹ ਮਦਦ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ

ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਜੋਂ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਤਕੜੇ, ਦ੍ਰਿੜ ਹੌਂਸਲੇ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਉਸ ਵੇਲੇ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਵੋ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਮੂਲਵਾਸੀ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ, ਜਾਂ ਮੂਲਵਾਸੀ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਜਾਂ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ, ਮੂਲਵਾਸੀ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਵਿਚ ਟੂ-ਸਪਿਰਿਟ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਫਰਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਨਜ਼ਰਾਨਿਆਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣਾ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਜਾਂ ਜਵਾਨ ਦੀ ਖਾਸ ਨੇਸ਼ਨ (ਜੇ ਇਸ ਦਾ ਪਤਾ ਹੋਵੇ) ਦੇ ਵਿਚ ਪਤਾ ਲਾਉਣਾ ਬਹੁਤ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਜਵਾਨ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸਭਿਆਚਾਰ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰਨਾ ਜਿਹੜਾ ਉਸ ਦੀ ਲਿੰਗ ਸ਼ੈਲੀ ਅਤੇ ਪਛਾਣ ਦੀ ਹਾਮੀ ਭਰਦਾ ਹੋਵੇ, ਨਾ ਸਿਰਫ ਜਵਾਨ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਸਗੋਂ ਉਸ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਲਈ ਵੀ ਜ਼ਖਮ ਭਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਕਤੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕਾਮੁਕ ਰੁਚੀ ਅਤੇ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਵਿਚਕਾਰ ਕੀ ਫਰਕ ਹੈ?

ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ (ਜੈਂਡਰ ਆਇਡੈਂਟਟੀ) ਅਤੇ ਕਾਮੁਕ ਰੁਚੀ (ਸੈਕਸ਼ੂਅਲ ਓਰੀਐਨਟੇਸ਼ਨ) ਦੋ ਵੱਖ ਵੱਖ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹਨ। ਕਾਮੁਕ ਰੁਚੀ (ਗੇਅ, ਲੈਜ਼ਬੀਅਨ, ਬਾਇਸੈਕਸ਼ੂਅਲ, ਹੀਟਰੋਸੈਕਸ਼ੂਅਲ, ਪੈਨਸੈਕਸ਼ੂਅਲ, ਏਸੈਕਸ਼ੂਅਲ ਹੋਣਾ) ਇਸ ਚੀਜ਼ ਬਾਰੇ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਜਜ਼ਬਾਤੀ ਤੌਰ ’ਤੇ ਕਿਸ ਵੱਲ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਹੋ। ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਇਸ ਚੀਜ਼ ਬਾਰੇ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕੁੜੀ, ਮੁੰਡੇ, ਏਜੈਂਡਰ, ਜੈਂਡਰ ਨੌਨ-ਬਾਇਨਰੀ, ਜੈਂਡਰਕੁਈਅਰ, ਆਦਿ) ਦੇ ਤੌਰ ’ਤੇ ਜਾਣਦਾ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਕੁਝ ਟ੍ਰਾਂਸ ਲੋਕ ਗੇਅ, ਲੈਜ਼ਬੀਅਨ, ਬਾਇਸੈਕਸ਼ੂਅਲ, ਪੈਨਸੈਕਸ਼ੂਅਲ ਜਾਂ ਏਸੈਕਸ਼ੂਅਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਬਹੁਤੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਕਿਸੇ ਟ੍ਰਾਂਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਕਾਮੁਕ ਰੁਚੀ ਇਸ ਚੀਜ਼ ’ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕਿਸ ਵੱਲ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਨਾ ਸਿਰਫ ਉਸ ਦੀ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਸਗੋਂ ਉਸ ਦੀ ਕਾਮੁਕ ਰੁਚੀ ਵਿਚ ਵੀ ਹਿਮਾਇਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ।

ਇਤਿਹਾਸਕ ਤੌਰ ’ਤੇ, ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਟੂ-ਸਪਿਰਿਟ ਲੋਕਾਂ ਲਈ, ਕਾਮੁਕ ਰੁਚੀ ਉਸ ਦੇ ਲਿੰਗ ਰੋਲ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਸਮਝੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਟੂ-ਸਪਿਰਿਟ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਫਰਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਯੋਗਦਾਨਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਅਤੇ ਸ਼ੈਲੀ ਅਤੇ ਕਾਮੁਕ ਰੁਚੀ ਵਿਚਕਾਰ ਨੇੜੇ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਪਰ, ਟੂ-ਸਪਿਰਿਟ ਹੋਣ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵੱਖੋ ਵੱਖਰੇ ਤਰੀਕੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਹ ਕੇਸ ਸਦਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਖਾਸ ਨੇਸ਼ਨ ’ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਕਿਉਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ? ਕਿਉਂ ਕੁਝ ਲੋਕ ਟ੍ਰਾਂਸ ਹਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਿਸਜੈਂਡਰ ਹਨ?

ਕੋਈ ਵੀ 100 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਯਕੀਨ ਨਾਲ ਇਹ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦਾ ਕਿ ਕਿਉਂ ਕੁਝ ਲੋਕ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਜਾਂ ਟ੍ਰਾਂਸ ਹਨ ਅਤੇ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਕੁਝ ਖੋਜੀ ਇਹ ਯਕੀਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਜਨਮ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਦੇ ਕਈ ਅਸਰਾਂ ਦੇ ਮੇਲ ਨਾਲ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਅਸਰ (ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਜਨੈਟਿਕ, ਹਾਰਮੋਨਲ, ਜਜ਼ਬਾਤੀ, ਪਰਸਥਿਤੀਆਂ ਆਦਿ ਦੇ ਹੋਣ) ਹੋਰ ਲੱਛਣਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਕਾਮੁਕ ਰੁਚੀ ਅਤੇ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਵਾਧੇ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਦੌਰਾਨ ਰਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਿਹੜੀ ਗੱਲ ਸਪਸ਼ਟ ਹੈ, ਉਹ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਬਹੁਤੇ ਟ੍ਰਾਂਸ ਲੋਕ ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਕਿ ਆਪਣੀ ਲਿੰਗ

ਪਛਾਣ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਦੇ ਵੀ ਕੋਈ ਚੋਣ ਸੀ, ਉਹ ਬੱਸ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਹਨ। ਅਸਲੀਅਤ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸਮਾਜ ਦੀਆਂ ਲਿੰਗ ਕਸਵੱਟੀਆਂ ਵਿਚ ਫਿੱਟ ਹੋਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਤਾਕਤ ਲਗਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਇਹ ਹੈਰਾਨ ਹੋਣਾ ਆਮ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕੁਝ ਅਜਿਹਾ ਕੀਤਾ ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਬੱਚਾ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲਾ ਹੋ ਗਿਆ। ਗੇਅ, ਲੈਜ਼ਬੀਅਨ ਜਾਂ ਬਾਇਸੈਕਸੂਅਲ ਹੋਣ ਵਾਂਗ – ਵਿਗਿਆਨਕ ਤੌਰ ’ਤੇ ਕੋਈ ਵੀ ਯੋਗ ਖੋਜ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਇਹ ਸੁਝਾਅ ਦਿੰਦੀ ਹੋਵੇ ਕਿ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪਾਲਣ–ਪੋਸਣ ਦੇ ਸਟਾਇਲ ਜਾਂ ਚੋਣਾਂ ਕਿਸੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਕਾਮੁਕ ਰੁਚੀ ਜਾਂ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਚੇਤੇ ਰੱਖਣ ਵਾਲਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਿੱਸਾ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਭਾਵੇਂ ਕੁਝ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਹੋਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਕੋਈ ਵੀ ਹੋਵੇ, ਇਸ ਚੀਜ਼ ਦਾ ਕੋਈ ਸਬੂਤ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਕੋਈ ਅਜਿਹੀ ਚੀਜ਼ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਜਾਂ ਮਨੋਰੋਗ ਇਲਾਜ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨਾਲ "ਠੀਕ" ਜਾਂ ਕੋਰੈਕਟ" ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੋਵੇ। ਅਸਲੀਅਤ ਵਿਚ, ਸਬੂਤ ਇਹ ਦਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਨੂੰ "ਠੀਕ" ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨਾ, ਬੱਚੇ ਦਾ ਅਤੇ ਮਾਪੇ–ਬੱਚੇ ਦੇ ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਸੰਬੰਧਾਂ ਦਾ ਫਾਇਦਾ ਕਰਨ ਦੀ ਥਾਂ ਨੁਕਸਾਨ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਔਫ ਸੋਸ਼ਲ ਵਰਕਰਜ਼ (ਸੀ ਏ ਐੱਸ ਡਬਲਯੂ) ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਜਵਾਨਾਂ ਦਾ ਆਪਣੀ ਸਵੈ–ਪਛਾਣ ਵਾਲੇ ਲਿੰਗ ਲਈ ਸਮਰਥਨ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਜਵਾਨਾਂ ਦੀ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਜਾਂ ਸ਼ੈਲੀ ਨੂੰ ਸਮਾਜਿਕ ਕਸਵੱਟੀਆਂ ਮੁਤਾਬਕ ਬਦਲਣ ਦੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪ੍ਰੋਫੈਸ਼ਨਲ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨੂੰ ਅਨੈਤਿਕ ਅਤੇ ਤਾਕਤ ਅਤੇ ਅਧਿਕਾਰ ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਸਮਝਦੀ ਹੈ। (http://www.casw-acts.ca/en/joint-statement-affirmation-gender-diverse-children-and-youth).

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰੋਫੈਸ਼ਨਲ (ਡਾਕਟਰ, ਕੌਂਸਲਰ, ਆਦਿ) ਕੋਲ ਲਿਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਆਪਣੀ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਦੇ ਆਰਾਮ ਵਾਲੇ ਪੱਧਰ ’ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰੇਗਾ। ਕੁਝ ਜਵਾਨ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਲਿੰਗ ਨੂੰ ਜ਼ਾਹਰ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਪਿਆਰਿਆਂ ਦੀ ਲਗਾਤਾਰ ਮਦਦ ਚਾਹੁਣਗੇ। ਕੁਝ ਹੋਰ ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਆਰਾਮਦੇਹ ਹੋਣ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਕੌਂਸਲਿੰਗ ਅਤੇ ਮੈਡੀਕਲ ਚੋਣਾਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜੇ ਉਹ ਲਿੰਗ ਡਿਸਫੋਰੀਆ ਦੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਮਾਤਰਾ ਦਾ ਸਾਮ੍ਹਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋਣ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਿਹੜੀਆਂ ਕੁਝ ਮੈਡੀਕਲ ਚੋਣਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਹਾਰਮੋਨ ਬਲੌਕਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਜਿਹੜੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਚੜ੍ਹਦੀ ਜਵਾਨੀ (ਪਿਊਬ੍ਰਟੀ) ਦੇ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੌਂਸਲਿੰਗ ਜਾਂ ਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵਿਚ, ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਜਵਾਨ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੁਝ ਤਣਾਵਾਂ ਨਾਲ ਸਿੱਝਣ ਬਾਰੇ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਕੇ ਫਾਇਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਟ੍ਰਾਂਸ ਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਆਮ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿਚ ਮਦਦ ਮਿਲਣ ਦੀ ਘਾਟ ਹੋਣਾ। ਕੁਝ ਜਵਾਨ ਲੋਕ ਇਹ ਮਦਦ ਸਾਥੀ ਗਰੁੱਪਾਂ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਕੌਂਸਲਰਾਂ ਤੋਂ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਜਾਣਨ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਬਿਹਤਰ ਤਰੀਕਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਵਿਚਾਰਨ ਯੋਗ ਚੋਣਾਂ ਦੇਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਚੋਣ ਕਰਨ ਦੇਣਾ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣ ਦੇਣਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਮਦਦ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਪੂਰੀ ਵਾਹ ਲਾਉਂਦੇ ਹਾਂ, ਪਰ ਹਰ ਕੋਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਂਗ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਮਾਹਰ ਵੀ। ਆਪਣੀ ਖੋਜ ਕਰਨ ਜਾਂ ਉਸ ਮਾਹਰ ਤੋਂ ਕੁਝ ਮੁਢਲੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਤੋਂ ਤੁਸੀਂ ਮਦਦ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਪੱਕਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਈਮਾਨਦਾਰੀ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਦੇਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹ ਦਿਉ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਰੀ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲਬਾਤ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ, ਕੌਂਸਲਰ ਜਾਂ ਯੂਥ ਵਰਕਰ ਬਾਰੇ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਕੋਲ ਉਹ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਟੂ-ਸਪਿਰਿਟ ਜਵਾਨ ਨੂੰ, ਆਪਣੀ ਕਮਿਊਨਟੀ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਐਲਡਰ ਨਾਲ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਉਣ ਤੋਂ, ਆਪਣੀ ਨੇਸ਼ਨ ਤੋਂ (ਜੇ ਉਸ ਨੂੰ ਇਸ ਦਾ ਪਤਾ ਹੈ) ਜਾਂ ਟੂ-ਸਪਿਰਿਟ ਕਮਿਊਨਟੀ ਤੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਮਰਥਨ ਮਿਲਦਾ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਕ ਵਾਰ ਫਿਰ, ਬਸਤੀਕਰਨ ਦੇ ਅਸਰ ਅਤੇ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਨਸਲਕੁਸ਼ੀ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ, ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮੂਲਵਾਸੀ ਲੋਕ ਸ਼ਾਇਦ ਉਸ ਕੀਮਤੀ ਰੋਲ ਤੋਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਣੂ ਨਾ ਹੋਣ ਜਿਹੜਾ ਟੂ-ਸਪਿਰਿਟ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਿਚ ਸੀ। ਇਸ ਕਰਕੇ, ਅਜੇ ਵੀ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਜਿਸ ਐਲਡਰ ਜਾਂ ਹੋਰ ਮੂਲਵਾਸੀ ਸਿਖਿਅਕ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਜੁੜ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਅਤੇ ਯੋਗਦਾਨਾਂ ਦੀ ਸਮਝ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਟੂ-ਸਪਿਰਿਟ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਲਈ ਲਿਆਉਂਦੇ ਹਨ।

ਬੀ ਸੀ ਦੇ ਕੁਝ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿਚ, ਅਜਿਹੇ ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸਾਂ, ਕੌਂਸਲਰ, ਯੂਥ ਵਰਕਰ ਅਤੇ ਸੋਸ਼ਲ ਵਰਕਰ ਲੱਭਣਾ ਸੰਭਵ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਜਵਾਨਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਟਰੇਂਡ ਹਨ। ਵਸੀਲੇ ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਲੱਭੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕੀ ਇਹ ਸਿਰਫ ਇਕ ਪੜਾਅ ਹੈ?

ਬਚਪਨ ਅਤੇ ਚੜ੍ਹਦੀ ਜਵਾਨੀ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਜਜ਼ਬਾਤੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਧੇ ਅਤੇ ਤਬਦੀਲੀ ਦੇ ਸਮੇਂ ਹਨ। ਇਸ ਵਿਚ ਜਵਾਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਲੋਂ ਇਸ ਚੀਜ਼ ਬਾਰੇ ਸਵੈ-ਙਾਤ ਅਤੇ ਪਤਾ ਲਾਉਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕੌਣ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਦੁਨੀਆ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਦੇਖਦੇ ਹਨ। ਇਕ ਮਾਪੇ ਜਾਂ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਜੋਂ, ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਿੱਸਾ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਉਹ ਜਿਵੇਂ ਹੈ, ਉਸ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਅਤੇ ਸ਼ੈਲੀ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣਾ ਵਿਕਾਸ ਦਾ ਇਕ ਆਮ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਹਿੱਸਾ ਹੈ। ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ, ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਲਿੰਗ ਪੈਂਡੇ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਨਾ ਅਤੇ ਪੱਕੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਹ ਪਤਾ ਨਾ ਲੱਗਣਾ ਔਖਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਕਿੱਥੇ ਲਿਜਾਵੇਗਾ। ਕੁਝ ਟ੍ਰਾਂਸ ਅਤੇ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਭਰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਛਾਣ ਰੱਖਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕੁਝ ਨਹੀਂ। ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਚੀਜ਼ ਗੱਲਬਾਤ ਨੂੰ ਖੁਲ੍ਹੀ ਅਤੇ ਆਦਰ ਵਾਲੀ ਰੱਖਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਬਾਲਗਪੁਣੇ ਵੱਲੇ ਜਾਂਦੇ ਰਾਹ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਨਵੀਂਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖੇ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਟ੍ਰਾਂਸ ਜਾਂ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਜੋਂ ਪਛਾਣ ਜਾਰੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਦੋਨੋਂ ਉਸ ਮਦਦ ਬਾਰੇ ਚੰਗਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋਗੇ ਜਿਹੜੀ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਸੀ।

ਟ੍ਰਾਂਸ ਅਤੇ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਕਿੰਨੀ ਕੁ ਆਮ ਹੈ?

ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਦੀ ਜਟਿਲਤਾ, ਨਾ ਦਿਸਣ ਯੋਗਤਾ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਨਿੱਜੀ ਕਿਸਮ ਕਾਰਨ, ਇਸ ਸਵਾਲ ਦਾ ਅੰਕੜਿਆਂ ਮੁਤਾਬਕ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਜਵਾਬ ਦੇਣਾ ਬਹੁਤ ਹੀ ਔਖਾ ਹੈ। ਕੀ ਅਸੀਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਗਿਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਕਿੰਨੇ ਲੋਕ ਮੈਡੀਕਲ ਚੋਣਾਂ ਲੱਭਦੇ ਹਨ, ਕਿੰਨੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਦੀਆਂ ਜ਼ਾਹਰਾਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਦਿਖਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਦੇਖਦੇ ਹਾਂ, ਜਾਂ ਕਿੰਨੇ ਲੋਕ ਕਿਸੇ ਸਰਵੇ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਵਜੋਂ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਵਿਚ ਆਰਾਮਦੇਹ/ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ? ਦਰਅਸਲ, ਜਿਹੜੀ ਚੀਜ਼ ਦਾ ਅਸੀਂ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਉਹ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿੰਨੇ ਲੋਕ ਲਿੰਗ “ਕਸਵੱਟੀਆਂ” ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਖਿਆਲ ਕਿ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵਿਚ ਕਿਹੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕੁੜੀਆਂ/ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਮੁੰਡਿਆਂ/ਮਰਦਾਂ ਲਈ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲੁੜੀਂਦੀਆਂ ਸਮਝੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਕਿਵੇਂ ਵਰਤਾਉ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਸਮੇਂ ਨਾਲ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਹਰ ਸਭਿਆਚਾਰ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਟੀ ਮੁਤਾਬਕ ਵੱਖ ਵੱਖ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਇਸ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਦੇਣਾ ਅਤੇ ਇਸ ਦੀ ਪੈੜ ਰੱਖਣਾ ਬਹੁਤ ਔਖੀ ਚੀਜ਼ ਹੈ। ਪਰ, ਜਿਹੜੀ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਮਨ ਵਿਚ ਰੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਉਹ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਹਰ ਇਕ ਦਾ ਲਿੰਗ ਹੈ, ਨਾ ਸਿਰਫ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਅਤੇ ਹਰ ਕੋਈ ਇਸ ਦਾ ਪ੍ਰਗਟਾ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹੇ ਵੱਖਰੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੁਝ ਮਿਆਰਾਂ ’ਤੇ ਨੇੜਿਉਂ ਝਾਤ ਨਾ ਮਾਰਨੀ ਹੋਵੇ ਜਿਹੜੇ ਇਕ ਆਦਰਸ਼ ਮਰਦ ਜਾਂ ਔਰਤ ਦੀ ਦਿੱਖ ਜਾਂ ਪੇਸ਼ ਆਉਣ ਬਾਰੇ ਹਨ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਇਹ ਦੇਖਾਂਗੇ ਕਿ ਜੈਂਡਰ ਬਾਇਨਰੀ ਸਿਸਟਮ ਨੇ ਕੁਝ ਕਾਲਪਨਿਕ ਮਿਆਰਾਂ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਿਆ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਅਸਲੀਅਤ ਵਿਚ ਕੋਈ ਔਸਤ ਵਿਅਕਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਮੇਰੇ ਟ੍ਰਾਂਸ ਜਾਂ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਸੰਬੰਧ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣਗੇ?

ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਖੁਸ਼ੀ ਭਰੇ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਸੰਬੰਧ ਅਤੇ ਦੋਸਤੀਆਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ। ਟ੍ਰਾਂਸ ਲੋਕ ਵੀ ਬਾਕੀ ਸਮਾਜ ਵਾਂਗ ਭਿੰਨ ਭਿੰਨ ਹਨ; ਬਹੁਤੇ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਪਾਰਟਨਰ ਲੱਭ ਲੈਣਗੇ, ਹੋਰ ਸਹੀ ਵਿਅਕਤੀ ਲੱਭਣ ਲਈ ਜੱਦੋਜਹਿਦ ਕਰਨਗੇ ਅਤੇ ਕੁਝ ਖੁਸ਼ੀ ਨਾਲ ਆਜ਼ਾਦ ਰਹਿਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੈਨੇਡਾ ਵਿਚ, ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਵੀ ਵਿਆਹ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਵੱਡਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਸ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਉਸ ਦੀ ਲਿੰਗ ਜਾਂ ਕਾਮੁਕ ਰੁਚੀ ਕੋਈ ਵੀ ਹੋਵੇ।

ਸਿਹਤਮੰਦ ਸੰਬੰਧ ਕਾਇਮ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖਣਾ (ਦੋਸਤਾਂ, ਪਰਿਵਾਰ, ਰੋਮਾਂਟਿਕ ਪਾਰਟਨਰਾਂ ਆਦਿ ਨਾਲ) ਘਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਿਹਤਮੰਦ ਸੰਬੰਧ ਕਾਇਮ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਜਿੰਨੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪੌਜ਼ਟਿਵ ਰੋਲ ਮਾਡਲ ਹੋਣਗੇ, ਓਨੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮੌਕੇ ਹੀ ਉਸ ਦੇ ਕਾਮਯਾਬ ਰਿਸ਼ਤੇ ਕਾਇਮ ਕਰਨ ਦੇ ਹੋਣਗੇ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਸੰਬੰਧ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣ ਲਈ ਮਾਪੇ ਜਾਂ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦਾ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਮਦਦ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ। ਵੱਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਟੀ ਤੋਂ ਮਦਦ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਵੀ ਬਹੁਤ ਕੀਮਤੀ ਹੈ। ਇਸ ਕਰਕੇ, ਆਪਣੇ ਟ੍ਰਾਂਸ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਪਾਰਟਨਰ ਨੂੰ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਫੰਕਸ਼ਨਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਮਾਪਿਆਂ ਨੇ ਇਹ ਪਤਾ ਲਾਇਆ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੱਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਇਸ ਚੀਜ਼ ਬਾਰੇ ਸਪਸ਼ਟ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਕਿਸ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਹਰ ਇਕ ਨਾਲ ਆਦਰ ਵਾਲਾ ਵਰਤਾਉ ਹੋਵੇ।

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸੈਕਸ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਹੋਰ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਕਰੋਗੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸੈਕਸ ਬਾਰੇ ਆਸਾਂ ਅਤੇ ਉਮੀਦਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਉਸ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਕੌਂਸਲਰ, ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਜਾਂ ਯੂਥ ਵਰਕਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਵੀ ਉਤਸ਼ਾਹ ਦਿਉ। ਇਕ ਵਾਰ ਫਿਰ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹ ਮਦਦ ਲੱਭਣ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਉਸ ਦੇ ਲਿੰਗ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਦੀ ਹੋਵੇ। ਜਿਹੜੇ ਟੀਨਜ਼ ਸੈਕਸ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪੈਂਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਟੈੱਸਟ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਨੇਮ ਨਾਲ ਹੈਲਥ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਇਹ ਯਕੀਨ ਦਿਵਾਇਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਸਿਹਤ ਮਾਹਰ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰੀ ਗਈ ਕੋਈ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਗੁਪਤ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਸੰਭੋਗ ਨਾਲ ਲੱਗਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ (ਐੱਸ ਟੀ ਆਈਜ਼) ਕਿਸੇ ’ਤੇ ਵੀ ਅਸਰ ਪਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਮਾਹੌਲ ਵਿਚ ਰਹਿ ਰਹੇ ਲੋਕ ਘੱਟ ਖਤਰੇ ਵਿਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਖਤਰਨਾਕ ਵਤੀਰਿਆਂ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਦੀ ਘੱਟ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸੈਕਸ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਟੀਨ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵਿਚ ਅਕਸਰ ਅਣਡਿੱਠ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹਿੱਸਾ ਸਹਿਮਤੀ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਹੈ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਹੱਦਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਨ ਅਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਹੋਰਨਾਂ ਦੀਆਂ ਹੱਦਾਂ ਦਾ ਆਦਰ ਕਰਨ ਦਾ ਮਹੱਤਵ ਸਮਝਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।

ਕੀ ਮੇਰੇ ਟ੍ਰਾਂਸ ਬੱਚੇ ਦੇ ਇਕ ਦਿਨ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਹੋਣਗੇ/ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ?

ਤਬਦੀਲੀ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਬਾਂਝ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਹੁਣ ਬੱਚੇ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਰਿਹਾ, ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਕੁਝ ਮੈਡੀਕਲ ਚੋਣਾਂ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਰੀਪ੍ਰੋਡੱਕਟਿਵ ਸਿਸਟਮ ਦੇ ਕੰਮ ’ਤੇ ਅਸਰ ਪਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਟ੍ਰਾਂਸ ਲੋਕ ਗਰਭ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਪਾਲਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਸ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ, ਬੱਚੇ ਹਰ ਇਕ ਲਈ ਨਹੀਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਸਮਾਜ ਦੀ ਘੱਟ ਉਮੀਦ ਬਣਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਕਾਮੁਕ ਰੁਚੀ ਜਾਂ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਕੋਈ ਵੀ ਹੋਵੇ। ਗਰਭ ਧਾਰਨ ਕਰਨ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਪਾਲਣ ਦੁਆਲੇ ਫੈਸਲੇ, ਮਦਦ ਅਤੇ ਵਸੀਲਿਆਂ ਦੇ ਉਸ ਪੱਧਰ ’ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਨਗੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੱਕ ਟ੍ਰਾਂਸ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਕੀ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਜਾਂ ਮੇਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਵਿਤਕਰੇ ਦਾ ਸਾਮ੍ਹਣਾ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ?

ਕਦੇ ਕਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਇਸ ਡਰੋਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਨੂੰ ਰੋਕਣਗੇ ਕਿ ਉਸ ਦੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨਾਖੁਸ਼, ਇਕੱਲੀ, ਜਾਂ ਔਖੀ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਹ ਇਕ ਮੁੱਖ ਮਦਦ, ਪਰਿਵਾਰ ਵਲੋਂ ਸਮਰਥਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਦੀ ਘਾਟ ਹੈ, ਜਿਹੜੀ ਔਖਿਆਈ ਦਾ ਇਕ ਵੱਡਾ ਸ੍ਰੋਤ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦੇ ਵਿਤਕਰੇ, ਛੇੜਛਾੜ ਜਾਂ ਬੇਰੁਖੀ ਦਾ ਸਾਮ੍ਹਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ, ਮਾਪਿਆਂ, ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਸਕੂਲਾਂ ਕੋਲ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿਚ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਦੀ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ, ਜ਼ਿਆਦਾ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਵਾਲੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਦੀ ਤਾਕਤ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਹ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਮਦਦ ਦੇਣ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿਚ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਲਈ ਲੋੜ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਵੱਡੀ ਕਮਿਉਨਟੀ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਹਿਮਾਇਤ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਚਾਲੂ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਹੈਲਥਕੇਅਰ ਸਿਸਟਮ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਟ੍ਰਾਂਸਫੋਬੀਆ ਕਈ ਰੂਪਾਂ ਵਿਚ ਮੌਜੂਦ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਲਿੰਗ ਲੇਬਲਾਂ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਟੀਕਾ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਅਤੇ ਮਸ਼ਕਰੀਆਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਵਲੋਂ ਮਾਣੇ ਜਾਂਦੇ ਹੱਕਾਂ ਤੋਂ ਨਾਂਹ ਕਰਨ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਗੰਭੀਰ ਸਰੀਰਕ ਤਕਲੀਫ ਤੱਕ ਵੱਖ ਵੱਖ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮਾਪੇ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਟ੍ਰਾਂਸਫੋਬੀਆ ਹੋਣ ਵੇਲੇ ਵਿਰੋਧ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਹਿਮਾਇਤ ਦਿਖਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਦੋਸਤਾਂ, ਟੀਚਰਾਂ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਟੀ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੀ ਹਿਮਾਇਤ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤਮੰਦ ਸਵੈ-ਮਾਣ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਟ੍ਰਾਂਸਫੋਬੀਆ ਦੇ ਅਨੁਭਵਾਂ ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਨੁਕਸਾਨ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਝੱਲਣ ਦਾ ਇਕ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਿੱਸਾ ਹੈ।

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿਚ ਅਜਿਹੇ ਕਾਨੂੰਨ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਟ੍ਰਾਂਸ ਅਤੇ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਵਿਤਕਰੇ ਤੋਂ ਹਿਫਾਜ਼ਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਬੀ ਸੀ ਵਿਚ, ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਅਤੇ ਸ਼ੈਲੀ ਦੀ ਬੀ ਸੀ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਕੋਡ ਵਲੋਂ ਹਿਫਾਜ਼ਤ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਇਕ ਸੂਬਾਈ ਕਾਨੂੰਨ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਮਨੁੱਖੀ ਹੱਕਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਫੈਡਰਲ ਪੱਧਰ 'ਤੇ, ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਅਤੇ ਸ਼ੈਲੀ ਨੂੰ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਐਕਟ ਵਿਚ ਵਿਤਕਰੇ ਤੋਂ ਮਨਾਹੀ ਦੀ ਲਿਸਟ ਵਿਚ ਪਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਕੀ ਮੇਰਾ ਬੱਚਾ ਸਕੂਲ ਵਿਚ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਵੇਗਾ?

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਵਿਚ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਦਾ ਹੱਕ ਹੈ। ਬੀ ਸੀ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸਕੂਲਾਂ ਤੋਂ ਅਜਿਹੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀਆਂ ਟ੍ਰਾਂਸ ਅਤੇ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦਾ ਮਾਹੌਲ ਸੁਆਗਤ ਅਤੇ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਵੈਨਕੂਵਰ ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ ਦੀ ਕਾਮੁਕ ਰੁਚੀ ਅਤੇ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ (ਐੱਸ ਓ ਜੀ ਆਈ) ਬਾਰੇ ਪਾਲਸੀ ਅਤੇ ਨਿਯਮ ਦੇਖਣ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਉ: https://www.vsb.bc.ca/district-policy/acb-sexual-orientation-and-gender-identities ਅਤੇ https://www.vsb.bc.ca/district-policy/acb-r-1-sexual-orientation-and-gender-identities. ਵੈਨਕੂਵਰ ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ ਨੇ ਇਕ ਡਾਇਵਰਸਟੀ ਮੈਨਟੋਰ ਰੱਖਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਸਕੂਲ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ, ਸੋਸ਼ਲ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ੀਸ਼ਨ ਪਲੈਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਅਤੇ ਕਲਾਸਰੂਮਾਂ ਵਿਚ ਸਕੂਲ ਦੇ ਸਟਾਫ ਨਾਲ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰਨ ਲਈ ਮੌਜੂਦ ਹੈ।

ਮੈਂ ਹੋਰ ਕਿਵੇਂ ਸਿੱਖ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਹੋਰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਜੁੜ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਅਤੇ ਮੀਡੀਏ ਦੀ ਵਧਦੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਕਾਰਨ, ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਹੋਰ ਜਵਾਨ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜਨਾ ਹੁਣ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਬਹੁਤ ਸੌਖਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬੀ ਸੀ ਵਿਚ ਕਿਤੇ ਵੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਟ੍ਰਾਂਸ ਕੇਅਰ ਬੀ ਸੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿਚਲੇ ਉਪਲਬਧ ਵਸੀਲਿਆਂ ਨਾਲ ਜੋੜ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਟ੍ਰਾਂਸ ਕੇਅਰ ਬੀ ਸੀ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਵਸੀਲਿਆਂ ਵਾਲਾ ਭਾਗ ਦੇਖੋ। ਕਮਿਊਨਟੀ ਗਰੁੱਪ ਦੀ ਇਕ ਉਦਾਹਰਣ ਪੀ ਐੱਫ ਐੱਲ ਏ ਜੀ (ਲੈਜ਼ਬੀਅਨ, ਗੇਅ ਅਤੇ ਟ੍ਰਾਂਸ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਮਾਪੇ, ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤ) ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਬਿਨਾਂ ਮੁਨਾਫੇ ਤੋਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਇਕ ਗਰੁੱਪ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਬੀ ਸੀ ਭਰ ਵਿਚ ਚੈਪਟਰ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਹ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਦਾ ਇਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਇਹੋ ਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿਚ ਹਨ ਜਾਂ ਜਿਹੜੇ

ਹੋਰ ਸਿੱਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਜਾਂ ਅਜਿਹਾ ਲੋਕਲ ਚੈਪਟਰ ਲੱਭਣ ਲਈ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੂਜੇ ਮਾਪੇ ਨਾਲ ਜੋੜ ਸਕਦਾ ਹੋਵੇ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ www.pflagcanada.ca 'ਤੇ ਜਾਉ।

ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ, ਫਿਲਮਾਂ, ਕਾਨਫਰੰਸਾਂ, ਔਨਲਾਈਨ ਸਪੋਰਟ ਨੈੱਟਵਰਕ ਅਤੇ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਵੀ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਜਵਾਨ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹਿਮਾਇਤੀਆਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਮਦਦ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਹੇਠਾਂ ਸਾਡੇ ਵਸੀਲਿਆਂ ਵਾਲੇ ਭਾਗ ਵਿਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਹਵਾਲੇ

Travers R, Bauer G, Pyne J, Bradley K, for the Trans PULSE Project; Gale L, Papadimitriou M. (2012). *Impacts of Strong Parental Support for Trans Youth: A Report Prepared for Children's Aid Society of Toronto and Delisle Youth Services.*

Veale J, Saewyc E, Frohard-Dourlent H, Dobson S, Clark B & the Canadian Trans Youth Health Survey Research Group (2015). *Being Safe, Being Me: Results of the Canadian Trans Youth Health Survey*. Vancouver, BC: Stigma and Resilience Among Vulnerable Youth Centre, School of Nursing, University of British Columbia.

Our Trans Children. 2007. Parents, Families and Friends of Lesbians and Gays, Inc.

Action Tips for Allies of Trans People. 2006. Trans @ MIT (Massachusetts Institute of Technology). http://web.mit.edu/trans

Let's Talk Trans- Trans Care Youth. 2006. Vancouver Coastal Health, Transcend Transgender Support & Education Society, Canadian Rainbow Health Coalition.

ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ:

ਭਾਸ਼ਾ ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਆਦਰ ਵਾਲੀ ਗੱਲਬਾਤ ਦਾ ਇਕ ਮੁੱਖ ਹਿੱਸਾ ਹੈ। ਇਹ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ ਵੈਨਕੂਵਰ ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ ਦੀ ਐੱਸ ਓ ਜੀ ਆਈ ਪਾਲਸੀ ਐਂਡ ਰੈਗੂਲੇਸ਼ਨਜ਼ ਗਲੌਸਰੀ ਤੋਂ ਲਈ ਗਈ ਹੈ।

ਅਜੈਂਡਰ: ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਇਕ ਸ਼ਬਦ ਜਿਹੜਾ ਆਪਣੀ ਪਛਾਣ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਪਛਾਣ ਨਰ ਜਾਂ ਮਾਦਾ ਦੇ ਫਰਕ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਐਲਾਈ: ਅਜਿਹਾ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਹੜਾ ਟ੍ਰਾਂਸ ਨਹੀਂ ਹੈ ਪਰ ਟ੍ਰਾਂਸ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਭਲਾਈ ਦਾ ਹਿਮਾਇਤੀ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ!

ਏਸੈਕਸੂਅਲ: ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਹੜਾ ਕਾਮੁਕ ਤੌਰ ’ਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਲਿੰਗ ਵੱਲ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਏਸੈਕਸੂਅਲ ਲੋਕ ਅਜੇ ਵੀ ਵੱਖ ਵੱਖ ਲਿੰਗਾਂ ਅਤੇ ਸੈਕਸਾਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਰੋਮਾਂਟਿਕ ਤੌਰ ’ਤੇ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਰੋਮਾਂਟਿਕ, ਗੈਰ-ਲਿੰਗੀ ਸੰਬੰਧ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਬਾਇਸੈਕਸੂਅਲ: ਅਜਿਹਾ ਵਿਅਕਤੀ ਜੋ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਮਰਦਾਂ ਦੋਨਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸਿਸਜੈਂਡਰ: ਅਜਿਹਾ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਸ ਦੀ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਉਸ ਲਿੰਗ ਨਾਲ ਮੈਚ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਉਸ ਨੂੰ ਜਨਮ ਵੇਲੇ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ ਜੋ ਕਿ ਟ੍ਰਾਂਸਜੈਂਡਰ ਦੇ ਉਲਟ ਹੈ।

ਗੇਅ: ਅਜਿਹਾ ਵਿਅਕਤੀ ਜੋ ਆਪਣੇ ਵਾਲੇ ਸੈਕਸ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਲਿੰਗ ਪ੍ਰਤੀ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਹੈ। ਇਹ ਸ਼ਬਦ ਸੰਬੰਧਾਂ ਦੇ ਸਾਰੇ ਲਿੰਗਾਂ ’ਤੇ ਲਾਗੂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਮੁੱਖ ਤੌਰ ’ਤੇ ਮਰਦਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜੈਂਡਰ: ਪਛਾਣ ਦਾ ਸਮਾਜ ਵਲੋਂ ਘੜਿਆ ਗਿਆ ਇਕ ਸੰਕਲਪ ਜੋ ਕਿ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ, ਵਤੀਰਿਆਂ, ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਅਤੇ ਦਿੱਖ ’ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਰਦ ਦੇ ਗੁਣ, ਇਸਤਰੀ ਦੇ ਗੁਣ, ਦੋਨਾਂ ਲਿੰਗਾਂ ਦੇ ਗੁਣ, ਆਦਿ।

ਜੈਂਡਰਕੁਈਅਰ: ਇਕ ਵਿਸ਼ਾਲ ਸ਼ਬਦ ਜੋ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣਾਂ ਅਤੇ ਲਿੰਗ ਸ਼ੈਲੀਆਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜੀਆਂ ਔਰਤ/ਮਰਦ ਅਤੇ ਇਸਤਰੀ ਦੇ ਗੁਣ/ਮਰਦ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਦੀ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜੈਂਡਰ ਡਿਸਫੋਰੀਆ: ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਅਤੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਲਿੰਗ, ਇਸ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਲਿੰਗ ਰੋਲ, ਅਤੇ/ਜਾਂ ਮੁਢਲੇ ਅਤੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੈਕਸ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਫਰਕ ਨਾਲ ਪੈਦਾ ਹੋਈ ਬੇਆਰਾਮੀ।

ਜੈਂਡਰ ਇਕਸਪ੍ਰੈਸ਼ਨ: ਉਹ ਤਰੀਕੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੇ ਲਿੰਗ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਦੱਸਦਾ ਹੈ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਕੱਪੜਿਆਂ, ਵਾਲਾਂ ਦੇ ਸਟਾਇਲ, ਬੋਲਚਾਲ ਆਦਿ ਰਾਹੀਂ)।

ਜੈਂਡਰ ਆਇਡੈਂਟਟੀ: ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਕੁੜੀ/ਔਰਤ, ਮੁੰਡਾ/ਮਰਦ, ਨੌਨ–ਬਾਇਨਰੀ, ਅਜੈਂਡਰ, ਜੈਂਡਰਕੁਈਅਰ ਹੋਣ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਲਿੰਗਕ ਪਛਾਣ ਦੀ ਅੰਦਰੂਨੀ ਭਾਵਨਾ।

ਜੈਂਡਰ ਡਾਇਵਰਸ: ਇਕ ਸ਼ਬਦ ਜਿਹੜਾ ਅਕਸਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਆਪਣੇ ਲਿੰਗ ਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤਰੀਕਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਜ਼ਾਹਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਵੇਲੇ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਸੈਕਸ ਅਤੇ ਲਿੰਗ ਦੀਆਂ ਸਮਾਜਿਕ ਉਮੀਦਾਂ ਤੋਂ ਵੱਖਰੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਹੈਟਰੋਸੈਕਸ਼ੂਅਲ: ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਹੜਾ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਜਜ਼ਬਾਤੀ ਤੌਰ ’ਤੇ “ਵਿਰੋਧੀ” ਲਿੰਗ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀ ਵੱਲ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹੈਟਰੋਸੈਕਸ਼ੂਅਲ ਲਈ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਮ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸ਼ਬਦ “ਸਟਰੇਟ” ਹੈ।

ਹੋਮੋਫੋਬੀਆ: ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਡਰ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਬੇਸਮਝੀ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਜਿਹੜੇ ਲੈਜ਼ਬੀਅਨ, ਗੇਅ ਜਾਂ ਬਾਇਸੈਕਸ਼ੂਅਲ ਹਨ ਜਾਂ ਸਮਝੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਅਕਸਰ ਲੈਜ਼ਬੀਅਨ, ਗੇਅ ਜਾਂ ਬਾਇਸੈਕਸ਼ੂਅਲ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਪੱਖਪਾਤ, ਵਿਤਕਰੇ, ਨਫਰਤ, ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਹੱਕਾਂ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਹੋਮੋਫੋਬਿਕ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿਰੁੱਧ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਉਸ ਦੀ ਸਮਝੀ ਜਾਂਦੀ ਕਾਮੁਕ ਰੁਚੀ ਕੋਈ ਵੀ ਹੋਵੇ।

ਇੰਟਰਸੈਕਸ: ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਹੜਾ ਅਜਿਹੇ ਅੰਦਰੂਨੀ/ਬਾਹਰੀ ਜਣਨ–ਅੰਗਾਂ, ਕ੍ਰੋਮੋਨਜ਼ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਹਾਰਮੋਨਜ਼ ਨਾਲ ਪੈਦਾ ਹੋਇਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਸਪਸ਼ਟ ਤੌਰ ’ਤੇ ਮਰਦ ਜਾਂ ਔਰਤ ਤੋਂ ਉਮੀਦਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਕੁਝ ਕੇਸਾਂ ਵਿਚ ਇਸ ਦਾ ਚੜ੍ਹਦੀ ਜਵਾਨੀ ਤੱਕ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ।

ਲੈਜ਼ਬੀਅਨ: ਉਹ ਔਰਤ ਜਿਹੜੀ ਦੂਜੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਵੱਲ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਐੱਲ ਜੀ ਬੀ ਟੀ 2 ਕਿਊ+: ਕੁਝ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਅੱਖਰਾਂ ਨੂੰ ਜੋੜ ਕੇ ਬਣਾਇਆ ਸ਼ਬਦ ਜਿਹੜਾ ਲੈਜ਼ਬੀਅਨ, ਗੇਅ, ਬਾਇਸੈਕਸ਼ੂਅਲ, ਟ੍ਰਾਂਸ, ਟੂ–ਸਪਿਰਿਟ, ਅਤੇ ਕੁਈਅਰ/ਕੁਵਿਸ਼ਚਨਿੰਗ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਅੱਖਰ ਜੋੜ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਹੋਰ ਸ਼ਬਦ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਏਸੂਕਸ਼ੂਅਲ, ਅਤੇ ਇਹ ਅੱਖਰ ਜੋੜ ਸ੍ਰੋਤ ਮੁਤਾਬਕ ਵੱਖ ਵੱਖ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਮ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਾਈਨ (+) ਸਾਰੀਆਂ ਸੈਕਸ਼ੂਅਲ ਅਤੇ ਲਿੰਗਕ ਪਛਾਣਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ ਵੱਲ ਇਸ਼ਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਨੌਨ–ਬਾਇਨਰੀ: ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਲੋਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਇਕ ਸ਼ਬਦ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਕੁੜੀ/ਔਰਤ ਅਤੇ ਮੁੰਡਾ/ਮਰਦ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਦੀਆਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀਆਂ ਵਿਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਪੈਨਸੈਕਸ਼ੂਅਲ: ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਹੜਾ ਦੂਜਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਭਾਵੇਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਕੋਈ ਵੀ ਹੋਵੇ।

ਪ੍ਰੋਨਾਊਨਜ਼: ਉਹ ਸ਼ਬਦ ਜਿਹੜਾ ਕੋਈ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣ ਲਈ ਵਰਤਦਾ ਹੈ (ਜਿਵੇਂ ਉਹ/ਉਸ ਨੂੰ/ਉਸ ਦਾ; ਉਹ/ਉਸ ਨੂੰ, ਉਸ ਦੀ; ਉਹ/ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ/ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ; ਐਕਸ ਈ, ਐਕਸ ਐੱਮ, ਐਕਸ ਵਾਰੀ ਆਰ, ਆਦਿ)

ਕੁਈਅਰ: ਇਕ ਵਿਸ਼ਾਲ ਸ਼ਬਦ (ਅਕਸਰ ਐੱਲ ਜੀ ਬੀ ਟੀ 2 ਕਿਊ+ਅੱਖਰ ਜੋੜ ਦੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਜੋ ਕਿ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵਲੋਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਆਪਣੀ ਪਛਾਣ ਸੈਕਸੂਅਲ ਅਤੇ ਲਿੰਗਕ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ (ਜਿਵੇਂ ਲੈਜ਼ਬੀਅਨ, ਗੇਅ, ਟ੍ਰਾਂਸਜੈਂਡਰ)। ਇਤਿਹਾਸਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਹ ਹੋਮੋਸੈਕਸੂਐਲਟੀ (ਸਮਲਿੰਗੀ ਕਾਮੁਕਤਾ) ਲਈ ਦੁਖਦਾਇਕ ਸ਼ਬਦ ਹੈ। ਬਹੁਤੇ ਸਾਰੇ ਐੱਲ ਜੀ ਬੀ ਟੀ 2 ਕਿਊ+ ਲੋਕ ਹੁਣ ਇਸ ਨੂੰ ਪੌਜ਼ਟਿਵ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਲਿੰਗਾਂ ਅਤੇ ਕਾਮੁਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵੱਖਰੀਆਂ ਪਛਾਣਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤਦੇ ਹਨ।

ਸੈਕਸ: ਇਕ ਬਾਇਓਲੌਜੀਕਲ ਸ਼੍ਰੇਣੀਕਰਨ ਜੋ ਕਿ ਸਰੀਰਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੈਕਸ ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮਜ਼, ਹਾਰਮੋਨਜ਼, ਅੰਦਰੂਨੀ ਜਣਨ ਢਾਂਚੇ, ਅਤੇ ਬਾਹਰੀ ਇੰਦਰੀਆਂ। ਜਨਮ ਵੇਲੇ, ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਮਰਦ ਜਾਂ ਔਰਤ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਸੈਕਸੂਅਲ ਓਰੀਅਨਟੇਸ਼ਨ: ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਲਿੰਗ ਵੱਲ ਆਕਰਸ਼ਣ ਜਿਸ ਦੀ ਲੈਜ਼ਬੀਅਨ, ਗੇਅ, ਬਾਇਸੈਕਸੁਅਲ, ਕੁਈਅਰ, ਪੈਨਸੈਕਸੂਅਲ, ਆਦਿ ਵਜੋਂ ਪਛਾਣ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਕਾਮੁਕ ਰੁਚੀ ਅਤੇ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਵੱਖਰੇ ਹਨ। ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਕੋਈ ਬੱਚਾ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੀ ਕਾਮੁਕ ਰੁਚੀ ਬਾਰੇ ਜਵਾਨੀ ਆਉਣ ਤੱਕ ਜਾਣੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਆਪਣੀ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਦੀ ਤਕੜੀ ਸੂਝ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। "ਸੈਕਸੂਅਲ ਪ੍ਰੈਫਰੈਂਸ" ਅਤੇ "ਲਾਈਫਸਟਾਇਲ" ਵਰਗੇ ਸ਼ਬਦ ਮਾੜੇ ਬਦਲ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਇਕ ਚੋਣ ਲਾਗੂ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੈਜ਼ਬੀਅਨ, ਗੇਅ ਅਤੇ ਬਾਇਸੈਕਸੂਆਲ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਅਸਲੀਅਤ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਟ੍ਰਾਂਸ: ਟ੍ਰਾਂਸਜੈਂਡਰ ਲਈ ਇਕ ਛੋਟਾ ਸ਼ਬਦ। ਅਜਿਹਾ ਸ਼ਬਦ ਜਿਹੜਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਲਿੰਗ ਸ਼ੈਲੀ ਉਸ ਲਿੰਗ ਤੋਂ ਸਮਾਜ ਦੀਆਂ ਉਮੀਦਾਂ ਤੋਂ ਵੱਖਰੀ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਵੇਲੇ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਕੁਝ ਟ੍ਰਾਂਸ ਲੋਕ ਹਾਰਮੋਨ ਲੈ ਕੇ, ਸਰਜਰੀ ਕਰਵਾ ਕੇ ਮੈਡੀਕਲ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤਬਦੀਲ ਹੋਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਟ੍ਰਾਂਸ ਲੋਕ ਆਪਣਾ ਨਾਂ, ਕੱਪੜੇ, ਵਾਲ ਆਦਿ ਬਦਲ ਕੇ ਸਮਾਜਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤਬਦੀਲ ਹੋਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਟ੍ਰਾਂਸਫੋਬੀਆ: ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਡਰ, ਬੇਸਮਝੀ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਮਾੜਾ ਵਰਤਾਉ ਜਿਹੜੇ ਟ੍ਰਾਂਸ ਜਾਂ ਜੈਂਡਰ ਹਨ ਜਾਂ ਸਮਝੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨਾਲ ਅਕਸਰ, ਟ੍ਰਾਂਸਜੈਂਡਰ ਲੋਕਾਂ ਜਾਂ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਪੱਖਪਾਤ, ਵਿਤਕਰਾ, ਨਫਰਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਤਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਨੁੱਖੀ ਹੱਕਾਂ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਟ੍ਰਾਂਸਫੋਬਿਕ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਵੀ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਉਸ ਦਾ ਲਿੰਗ ਕੋਈ ਵੀ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੋਵੇ।

ਟ੍ਰਾਂਜ਼ੀਸ਼ਨ: ਇਕ ਅਜਿਹਾ ਸ਼ਬਦ ਜਿਹੜਾ ਇਕ ਲਿੰਗ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਲਿੰਗ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲ ਹੋ ਰਹੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਆਮ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਬਦੀਲੀ ਵਿਚ ਅਕਸਰ ਕੱਪੜਿਆਂ ਦੇ ਸਟਾਇਲ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲੀ, ਨਵੇਂ ਨਾਂ ਦੀ ਚੋਣ, ਅਤੇ ਇਹ ਬੇਨਤੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਲੋਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਸਹੀ ਪੜਨਾਂਵ (ਪ੍ਰਨਾਊਨ) ਵਰਤਣ। ਤਬਦੀਲੀ ਵਿਚ, ਹਾਰਮੋਨ ਥੈਰੇਪੀ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਸਰਜਰੀ ਵਰਗੀ ਮੈਡੀਕਲ ਕੇਅਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਅਜਿਹਾ ਸਦਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਟੂ–ਸਪਿਰਿਟ: ਇਕ ਮੂਲਵਾਸੀ ਸ਼ਬਦ ਜਿਹੜਾ ਮਰਦਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਨਾਨਾ ਦੋਨਾਂ ਰੂਹਾਂ ਦੇ ਰੂਪ ਨੂੰ ਵਰਣਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਪਛਾਣ ਲਿੰਗ ਸ਼ੈਲੀ ਜਾਂ ਕਾਮੁਕਤਾ ਤੱਕ ਹੀ ਸੀਮਤ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਪਰ ਇਕ ਆਤਮਿਕ ਪੱਖ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ ਲਈ ਦੋਨਾਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇਕ ਵੱਖਰੀ ਪਛਾਣ ਹੈ, ਨਾ ਕਿ ਗੇਅ ਜਾਂ ਲੈਜ਼ਬੀਅਨ ਲਈ ਮੂਲਵਾਸੀ ਸ਼ਬਦ। ਮੂਲਵਾਸੀ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਟੂ–ਸਪਿਰਿਟ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਿਟਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਬਸਤੀਕਰਨ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਅਸਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਕ ਸੀ। ਮੂਲਵਾਸੀ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਵਿਚ ਟੂ–ਸਪਿਰਿਟ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਤਿਹਾਸਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਸਤਿਕਾਰਯੋਗ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ, ਅਤੇ ਇਹ ਅਕਸਰ ਰਾਜ਼ੀ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਵੈਦਾਂ ਦਾ ਰੋਲ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਸਨ।

ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿਚ ਮੌਜੂਦ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਦੇ ਵਸੀਲਿਆਂ ਅਤੇ ਮਦਦਾਂ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਟ੍ਰਾਂਸ ਕੇਅਰ ਬੀ ਸੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:
www.phsa.ca/transcare

ਟ੍ਰਾਂਸ ਕੇਅਰ ਬੀ ਸੀ, ਸੂਬਾਈ ਹੈਲਥ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਅਥਾਰਟੀ ਦਾ ਇਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਬੀ ਸੀ ਭਰ ਵਿਚ ਟ੍ਰਾਂਸਜੈਂਡਰ ਅਤੇ ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਵਾਜਬ ਅਤੇ ਪਹੁੰਚਯੋਗ ਇਲਾਜ, ਸਰਜੀਕਲ ਪਲੈਨਿੰਗ, ਅਤੇ ਸਾਥੀਆਂ ਅਤੇ ਕਮਿਉਨਟੀ ਦੀ ਮਦਦ ਦੀ ਹਿਮਾਇਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ ਵਿਚ ਮੌਜੂਦ ਵਸੀਲਿਆਂ ਅਤੇ ਮਦਦਾਂ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਵੀ ਐੱਸ ਬੀ ਦੇ ਡਾਇਵਰਸਟੀ ਮੈਨਟੋਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:
diversity@vsb.bc.ca, 778-228-1914

ਹੋਰ ਪੜ੍ਹਨ ਯੋਗ ਸਾਮੱਗਰੀ ਅਤੇ ਕਮਿਉਨਟੀ ਦੇ ਵਸੀਲੇ

ਕੈਂਪਆਊਟ! ਯੂ ਬੀ ਸੀ

ਬੀ ਸੀ ਭਰ ਦੇ 14–21 ਸਾਲ ਦੇ ਕੁਈਅਰ, ਟ੍ਰਾਂਸ ਅਤੇ ਹਿਮਾਇਤੀ ਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਸਲਾਨਾ ਸਮਰ ਕੈਂਪ।
http://campout.ubc.ca/
604-822-8298
1-877-678-CAMP(2267)

ਫੈਮਿਲੀਜ਼ ਇਨ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ੀਸ਼ਨ: ਟ੍ਰਾਂਸਜੈਂਡਰ ਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਇਕ ਵਸੀਲਾ ਗਾਈਡ

http://www.ctys.org/wp-content/uploads/2016/03/CTYS-FIT-Families-in-Transition-Guide-2nd-edition.pdf

ਜੈਂਡਰ ਸਪੈਕਟ੍ਰਮ

ਲਿੰਗ ਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਯੂ.ਐੱਸ. ਅਧਾਰਿਤ ਮਦਦ। ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਟੀਨਜ਼ ਲਈ ਲਿੰਗ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਅਤੇ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਮਾਹੌਲ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸਿੱਖਿਆ, ਟਰੇਨਿੰਗ ਅਤੇ ਮਦਦ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।
www.genderspectrum.org

ਨੇਟਿਵ ਯੂਥ ਸੈਕਸੂਅਲ ਹੈਲਥ ਨੈੱਟਵਰਕ

ਨੇਟਿਵ ਯੂਥ ਸੈਕਸੂਅਲ ਹੈਲਥ ਨੈੱਟਵਰਕ ਮੂਲਵਾਸੀ ਜਵਾਨਾਂ ਦੀ ਅਤੇ ਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਇਕ ਸੰਸਥਾ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਟਰਟਲ ਆਈਲੈਂਡ (ਯੂ ਐੱਸ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡਾ) ਵਿਚ ਕਾਮੁਕ ਅਤੇ ਜਣਨ ਅੰਗਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ, ਹੱਕਾਂ ਅਤੇ ਇਨਸਾਫ ਦੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿਚ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ।
http://www.nativeyouthsexualhealth.com/index.html

ਪੇਰੈਂਟਸ, ਫੈਮਿਲੀ ਐਂਡ ਫਰਿੰਡਜ਼ ਔਫ ਲੈਜ਼ਬੀਅਨ ਐਂਡ ਗੇਅਜ਼ (ਪੀ ਐੱਫ ਐੱਲ ਏ ਜੀ)
ਅਸੀਂ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਸਮਝ ਦਾ ਮਾਹੌਲ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਜੋ ਸਾਡੇ ਗੇਅ, ਲੈਜ਼ਬੀਅਨ, ਬਾਇਸੈਕਸੂਅਲ ਅਤੇ ਟ੍ਰਾਂਸਜੈਂਡਰਡ ਬੱਚੇ ਸਨਮਾਨ ਅਤੇ ਆਦਰ ਨਾਲ ਰਹਿ ਸਕਣ।
Vancouver: www.pflagvancouver.com
604-626-5667

ਕਮਿਊਨਿਟੀ – ਬੀ ਸੀ ਦਾ ਕੁਈਅਰ ਰੀਸੋਰਸ ਸੈਂਟਰ
ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਰੈਫਰਲ, ਸਿੱਖਿਆ, ਲਾਇਬਰੇਰੀ, ਪੀਅਰ ਗਰੁੱਪ, ਸਮਾਜਿਕ ਮਦਦ, ਅਤੇ ਮੁਫਤ ਕੌਂਸਲਿੰਗ। ਜਵਾਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਲਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਹਫਤੇ ਬਾਅਦ ਡ੍ਰੌਪ-ਇਨਜ਼।
1170 ਬਿਊਟ ਸਟਰੀਟ, ਡੇਵੀ 'ਤੇ, ਵੈਨਕੂਵਰ
www.qmunity.ca
604-684-5307

ਲੈਜ਼ਬੀਅਨ, ਗੇਅ ਅਤੇ ਬਾਇਸੈਕਸੂਅਲ ਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਵੀ ਐੱਸ ਬੀ ਸਵਾਲ ਅਤੇ ਜਵਾਬ (ਵੈੱਬਸਾਈਟ)
ਸੇਫ ਐਂਡ ਕੇਅਰਿੰਗ ਸਕੂਲਜ਼ ਫਾਰ ਟੂ-ਸਪਿਰਿਟ ਯੂਥ: ਟੀਚਰਾਂ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਗਾਈਡ

http://www.safeandcaring.ca/wp-content/uploads/2013/08/Two-Spirited-Web-Booklet.pdf

ਅਰਬਨ ਨੇਟਿਵ ਯੂਥ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ (ਯੂ ਐੱਨ ਵਾਈ ਏ)

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿਚ ਮੂਲਵਾਸੀ ਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪੇਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਸਭਿਆਚਰਕ ਲੈੱਨਜ਼ ਰਾਹੀਂ ਕੌਂਸਲਿੰਗ, ਸਕੂਲਾਂ ਵਿਚ ਮਦਦ, ਕੰਮ ਲੱਭਣ ਵਿਚ ਮਦਦ, ਗੈਰ-ਆਲੋਚਨਾਤਮਕ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਅਤੇ ਸੈਕਸ ਸਿੱਖਿਆ, ਟੂ-ਸਪਿਰਿਟ ਅਤੇ ਕੁਈਅਰ ਸਟੀਵ ਲੌਜਿਜ਼, ਟੂ-ਸਪਿਰਿਟ ਐਲਡਰਾਂ ਨਾਲ ਮੇਲ, ਅਤੇ 12-18 ਸਾਲ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਇਕ ਮੂਲਵਾਸੀ ਐੱਲ ਜੀ ਬੀ ਟੀ ਕਿਊ+ਡਰੌਪ-ਇਨ ਗਰੁੱਪ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

www.unya.bc.ca
schoolsupport@unya.bc.ca
604-254-7732 or text/call: 604-861-8117

ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਦੇ ਅਨੁਵਾਦ ਹੋਏ ਰੂਪਾਂ ਲਈ ਅਤੇ ਗੇਅ ਅਤੇ ਲੈਜ਼ਬੀਅਨ ਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੇ ਸਵਾਲਾਂ ਅਤੇ ਜਵਾਬਾਂ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਡੇ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ:

ਸਾਡੇ ਪਾਰਟਨਰ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ,

TRANS CARE BC
Provincial Health Services Authority