

VƯỢT QUA KHUÔN MẪU HÀNH TRÌNH MƯƠI CẦU HẠNH PHÚC

Của Người Chuyển Giới Nữ Tại Việt Nam





Mục lục

I. Giới thiệu

1. Lời mở đầu
2. Định nghĩa

II. Hành trình cá nhân

1. Tôi là ai?
2. Danh tính của tôi
3. Niềm tự hào: Những thành tựu và niềm tự hào trong việc là chính mình
4. Coming out khó hay dễ
5. Khẳng định giới bằng các can thiệp y tế

III. Sắc màu văn hóa

1. Sự đa dạng của tôi
 - a. Về đẹp ngoại hình
 - b. Thời trang
2. Hình ảnh và thông điệp

IV. Vượt qua khuôn mẫu

1. Những thách thức: Phân tích những rào cản và định kiến mà Transgender women phải đối mặt trong cuộc sống hàng ngày
2. Những định kiến thường gặp khi nói về người chuyển giới

V. Hành trình mưu cầu hạnh phúc

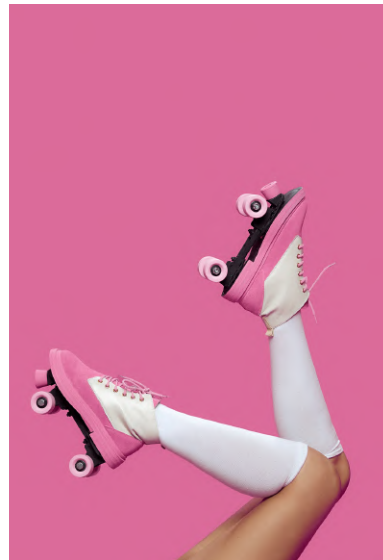
1. Sự ủng hộ và yêu thương bản thân
2. Gia đình và bạn bè: Tình yêu và sự ủng hộ từ những người thân trong cuộc sống của người chuyển giới nữ
3. Cộng đồng: Sự đoàn kết và tình yêu từ cộng đồng LGBTQ+
4. Tổ chức hỗ trợ cho cộng đồng người chuyển giới

VI. Hướng tới tương lai

1. Những thành tựu của cộng đồng người chuyển giới nữ
2. Hy vọng tương lai: Các hoạch định và mong muốn trong tương lai của người chuyển giới nữ

VII. Phụ lục

1. Thông tin hỗ trợ: Cung cấp thông tin liên hệ và hỗ trợ cho cộng đồng người chuyển giới.
2. Tài liệu bổ sung: Những tài liệu và tư liệu tham khảo liên quan đến chủ đề người chuyển giới





GIỚI THIỆU

Chào bạn đến với trang đầu tiên của cuốn photobook này!

Trang đầu tiên của cuốn sách tranh ảnh này là một cánh cửa mở ra thế giới sắc màu của sự đa dạng và tình yêu. Những bức tranh sẽ là những bước chân của chúng ta dạo bước trong điều thường nhật của những người phụ nữ chuyển giới, những người đã chọn theo đuổi con đường chân thật và tự do.

Trong từng trang giấy, chúng ta sẽ cảm nhận được mảng sắc đa màu, những vui buồn, khó khăn và niềm vui của cuộc sống những người phụ nữ chuyển giới. Những bức tranh trong đây ẩn chứa những tròng hạt nhỏ của lòng dũng cảm, những tấm lòng kiên nhẫn, và những niềm hy vọng tỏa sáng. Bởi vì đằng sau từng bức tranh là một câu chuyện độc đáo, là những hạt mầm tình yêu và sự tự chấp nhận của mỗi người.

Cuốn sách photobook này, vừa như một cuốn cẩm nang thần kỳ, vừa như một câu chuyện đưa ta đến gần hơn với những hành trình vượt qua định kiến xã hội, đánh đổi thời gian và cảm xúc để tự tìm thấy hạnh phúc và chân thành. Chúng là những bức cầu nối giữa thế giới bên trong và thế giới bên ngoài, khi mà những người phụ nữ đang dần khám phá và biểu hiện mình một cách tự do, trong sự chấp nhận và yêu thương của bản thân và xã hội.

Để bắt đầu với hành trình thể hiện chính mình, bạn và tôi sẽ cùng nhau đồng hành với nhau trên mỗi chặng đường đầy màu sắc này nhé.

Truy cập Website của chúng tôi tại đây 



VIETNAMESE TRANS WOMEN

VƯỢT QUA KHUÔN MẪU
HÀNH TRÌNH MƯU CẦU HÀNH PHÚC



QUÉT MÃ QR ĐỂ TRUY CẬP
VÀO WEBSITE CỦA CHÚNG TÔI

2. Định nghĩa

Thuật ngữ “chuyển giới và đa dạng giới” đề cập đến những người có giới tính khác với giới tính được ghi nhận khi sinh (đôi khi được gọi là “được ấn định theo ngày sinh”).

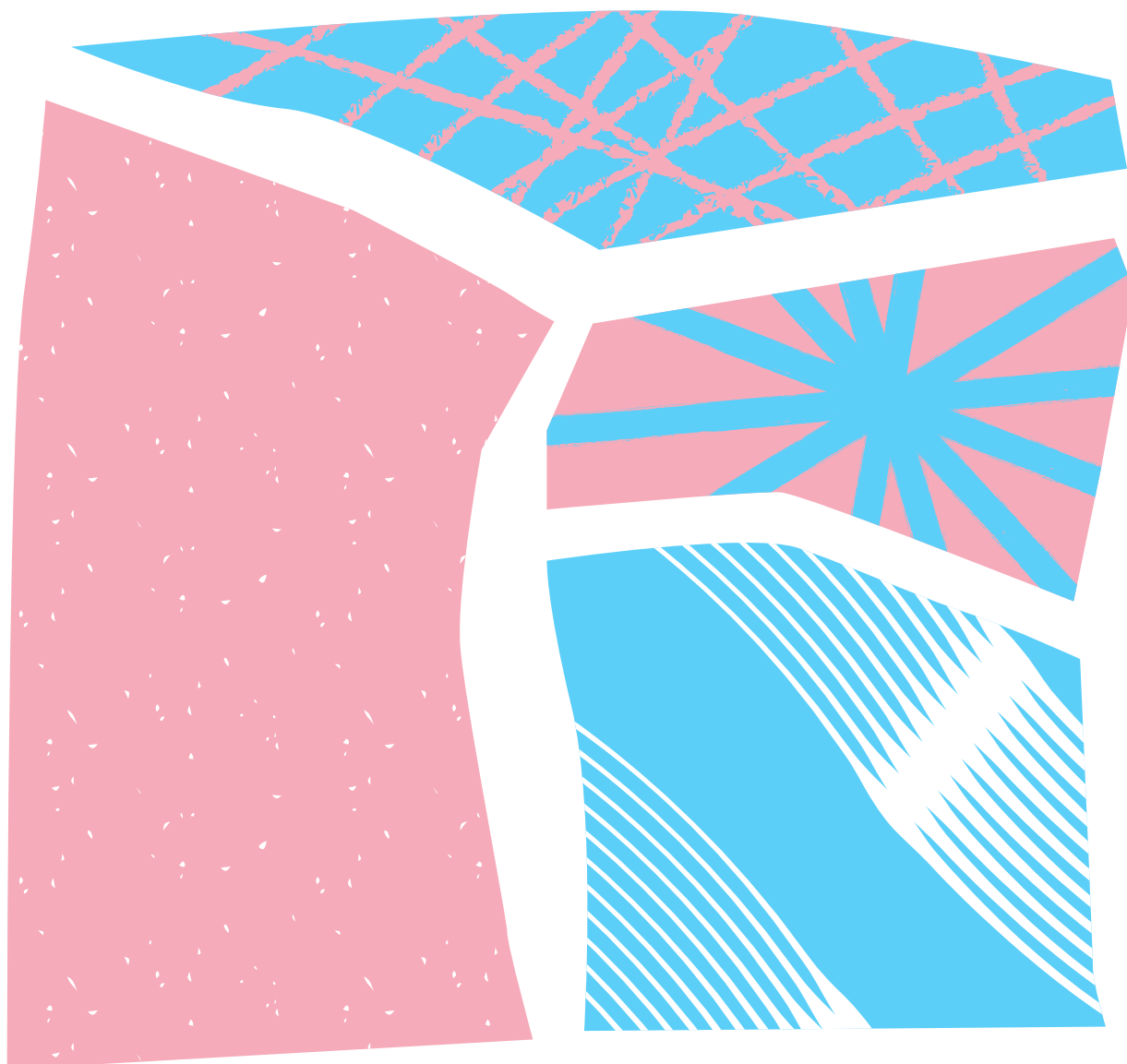
Không có tiêu chuẩn duy nhất để xác định là người chuyển giới, vì chuyển giới chỉ là một thuật ngữ chung đề cập đến sự đa dạng và linh hoạt của trải nghiệm giới tính. Chuyển giới bao gồm nhiều loại giới tính khác nhau, bao gồm cả những giới tính không xác định không tuân theo hệ thống giới tính truyền thống (chỉ dành cho nam và nữ).

Người chuyển giới có thể là không xác định, phi nhị nguyên giới, v.v. Một số người chuyển giới khẳng định giới tính của mình thông qua các đại diện xã hội và pháp lý như đổi tên, thay đổi phong cách ăn mặc, cập nhật thông tin pháp lý.



Mặt khác, những người khác chọn xác nhận giới tính của họ thông qua các phương pháp điều trị như liệu pháp hormone hoặc phẫu thuật. Tuy nhiên, một số người chuyển giới không muốn tiết lộ giới tính của mình với thế giới bên ngoài. Một số người chuyển giới trở thành người chuyển giới khi còn trẻ, nhưng những người khác chọn công khai muộn hơn hoặc không cảm thấy cần phải công khai.

Trong khi một số người chuyển giới cảm thấy thoải mái khi chấp nhận giới tính và bản dạng chuyển giới của mình thì những người khác lại cảm thấy khó khăn, đặc biệt là khi không có sự hỗ trợ từ gia đình và bạn bè.





HÀNH TRÌNH CÁ NHÂN

1. Tôi là ai?
2. Danh tính của tôi
3. Niềm tự hào: Những thành tựu và niềm tự hào trong việc là chính mình
4. Coming out khó hay dễ?
5. Khẳng định giới bằng các can thiệp y tế





1. Tôi là ai?

Bắt nguồn từ câu hỏi “Tôi là ai?” hành trình tìm kiếm bản thân của người chuyển giới nữ là một cuộc hành trình tương đối phức tạp và ý nghĩa, đòi hỏi sự dũng cảm, sự tự tin và khả năng chấp nhận sự thay đổi.

Đối với nhiều người chuyển giới nữ, việc nhận ra và chấp nhận bản thân mình là một phần quan trọng trong việc xây dựng một cuộc sống có ý nghĩa và tự do.



Quá trình này thường bắt đầu bằng việc nhận ra rằng bản dạng giới của họ không phù hợp với cảm giác bên trong. Điều này có thể xuất phát từ những dấu hiệu nhỏ nhất, như cảm giác không thoải mái với việc mặc quần áo hoặc sử dụng các danh xưng không đúng với mình. Quá trình tự nhận diện và chấp nhận thay đổi giới tính thường đến từ việc tự trải nghiệm, tự tìm hiểu và thậm chí tìm hiểu từ người khác có kinh nghiệm tương tự.

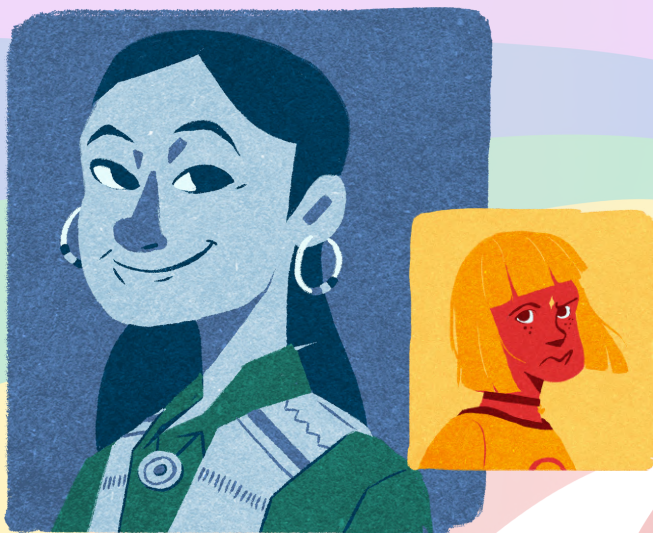


Tìm kiếm bản thân cũng đòi hỏi người chuyển giới nữ phải đối mặt với nhiều thách thức.

Đầu tiên, họ cần xác định đúng bản dạng giới mà họ muốn thể hiện. Quá trình này không chỉ ảnh hưởng đến hình thể mà còn liên quan đến cảm xúc, tình cảm và suy nghĩ về bản thân. Một phần quan trọng trong việc tìm kiếm bản thân là việc tự chấp nhận và yêu thương chính mình, bất kể những thách thức và áp lực từ xã hội.



Mặc dù một số cá nhân transgender nhận thức về bản sắc giới tính của họ từ thời thơ ấu, việc hiểu và chấp nhận giới tính mà họ xác nhận có thể là một quá trình kéo dài hơn đối với những người khác.



Hành trình tự khám phá này có thể kéo dài qua thời thiếu niên, thanh niên, tuổi trưởng thành, hay thậm chí ở cuối đời. Mặc dù một số cá nhân có thể cảm nhận một cảm giác tinh tế về sự 'khác biệt', họ có thể không liên kết nó với giới tính của họ cho đến khi họ tìm hiểu về các thuật ngữ mới hoặc tìm thấy những hình mẫu có thể liên quan.



Mặc dù thời thơ ấu là một giai đoạn phổ biến để cá nhân xác định giới tính của họ, nhận thức này có thể xảy ra tại bất kỳ thời điểm nào trong cuộc sống. Giai đoạn dậy thì cũng là một giai đoạn quan trọng khác khi các cá nhân thường có cái nhìn sâu hơn về bản sắc giới tính của họ và bắt đầu truyền đạt nó, nhưng đôi khi, những người chuyển giới có thể trước tiên tiết lộ mình là người đồng tính nam, đồng tính nữ hoặc song tính trước khi thấu hiểu rõ ràng rằng những khó khăn của họ liên quan đến bản sắc giới tính chứ không phải xu hướng tình dục của họ.



Người chuyển giới nữ cũng cần đối mặt với sự thay đổi trong môi trường xã hội và tương tác với người khác. Việc giới thiệu mình và chia sẻ với người khác về quyết định thay đổi giới tính có thể là một thử thách. Tuy nhiên, cũng có thể là cơ hội để xây dựng sự thông cảm, tạo nên mối quan hệ sâu sắc hơn với những người thấu hiểu và ủng hộ.

Trong hành trình tìm kiếm bản thân, người chuyển giới nữ thường phải vượt qua sự đối đầu với những định kiến xã hội, phản đối và không hiểu biết từ môi trường xung quanh. Tuy nhiên, họ cũng có cơ hội thấy mình mạnh mẽ hơn khi đối mặt với những thử thách này. Họ học cách xây dựng sự tự tin từ bên trong và tìm kiếm sự hỗ trợ từ cộng đồng và nguồn tài nguyên có sẵn.





Những yếu tố như sự kỳ thị trong xã hội, thiếu nhận thức và sợ bị gia đình và bạn bè từ chối có thể cản trở những người chuyển giới khỏi việc thể hiện bản sắc giới tính của họ khi còn trẻ. Nghiên cứu chỉ ra sự chênh lệch đáng kể giữa thời điểm một trẻ em nhận thức về bản sắc giới tính không tuân theo và thời điểm họ chia sẻ hiểu biết này với người khác, đặc biệt là phụ huynh. Một nghiên cứu tiết lộ rằng trong khi tuổi trung bình để nhận thức về bản sắc transgender hoặc không nhị nhân là 7.9 tuổi, tuổi trung bình để tiết lộ hiểu biết này với người khác, đặc biệt là phụ huynh, là 15.5 tuổi.

Hành trình tìm kiếm bản thân của người chuyển giới nữ là một cuộc phiêu lưu tới sự tự do và hạnh phúc. Điều này không chỉ là việc xác định bản dạng giới mình muốn thể hiện, mà còn là việc xây dựng một cuộc sống có ý nghĩa và tự hào về chính mình.

2. Danh tính của tôi



Đại từ nhân xưng là những từ mà chúng ta sử dụng để đề cập đến những người khác khi chúng ta không sử dụng tên của họ. Đại từ là một phần đặc biệt của ngôn ngữ tiếng vì chúng thường được sử dụng để chỉ người khác giới tính. Đối với nhiều người chuyển giới, việc cho người khác biết và sử dụng đúng và khẳng định đại từ là một phần quan trọng và khẳng định giới tính của họ.

Sử dụng đúng cách danh xưng của một cá nhân có sự quan trọng đáng kể. Điều này thể hiện tôn trọng và xây dựng một môi trường hòa nhập cho tất cả mọi người. Do đó, cần tránh những hành động đánh đồng danh xưng của người khác dựa trên các yếu tố như ngoại hình hay giọng điệu. Việc làm này thậm chí có thể vô tình gửi đi thông điệp rằng để sử dụng đúng cách danh xưng của họ, họ cần phải đáp ứng những tiêu chuẩn cụ thể nào đó.



Mọi người đều sử dụng các đại từ nhân xưng hoặc danh xưng, chúng thường mang thông tin về giới tính. Nếu bạn nói "Anh ấy ra cửa hàng" và "Cô ấy đi làm," người nghe sẽ hiểu rằng một người đàn ông đang ra cửa hàng và một người phụ nữ đang đi làm.

Những người với bản dạng giới tương ứng thường ít quan tâm đến việc sử dụng đại từ vì đại từ về giới được áp dụng cho họ trùng khớp với giới tính sinh học. Tuy nhiên, với những người chuyển giới, quá trình thay đổi xã hội có thể bao gồm việc yêu cầu người khác sử dụng danh xưng mà họ lựa chọn để phản ánh đúng bản dạng giới mình



CÁC ĐẠI TỪ NHÂN XƯNG PHỔ BIẾN CHO NGƯỜI CHUYỂN GIỚI BAO GỒM:

- 1 **They/Them/Their (họ/của họ)**
Đây là sự lựa chọn phổ biến cho người không nhị nhân hoặc người không muốn sử dụng đại từ nhân xưng truyền thống dựa trên giới tính.
- 2 **He/Him/His (anh ấy/của anh ấy)**
Sử dụng khi người chuyển giới xác định là nam giới.
- 3 **She/Her/Her (cô ấy/của cô ấy)**
Sử dụng khi người chuyển giới xác định là nữ giới.

4**Ze/Hir/Hirs (ze/của ze) hoặc Xe/Xem/Xyr (xe/của xe)**

Đây là các tùy chọn đại từ nhân xưng phi nhị nguyên khác mà một số người chuyển giới sử dụng.

5**E/Ey/Em (e/của e)**

Một tùy chọn đại từ nhân xưng phi nhị nguyên khác mà một số người chuyển giới sử dụng.

6**Tên riêng**

Một số người chuyển giới chọn sử dụng tên riêng thay vì các đại từ nhân xưng.

VẬY THÌ LÀM SAO CÓ THỂ DÙNG ĐƯỢC ĐẠI TỪ CHÍNH XÁC?

Cách tốt nhất để tôn trọng danh tính của người khác là sử dụng các danh xưng hoặc tập hợp các danh xưng mà họ mong muốn.

Làm cho việc sử dụng danh xưng của bạn trở nên phổ biến trong cuộc sống hàng ngày, có thể bắt đầu bằng cách thêm chúng vào phần ký danh trong email, danh thiếp, hồ sơ trực tuyến, biển tên, hoặc khi tự giới thiệu.

Nếu bạn không biết hoặc chưa hỏi danh xưng của một người, hãy sử dụng đại từ “they/them”.

Hãy hỏi về danh xưng của người khác. Mặc dù đôi khi cảm thấy ngại, việc hỏi về danh xưng của họ là lựa chọn tốt hơn việc sử dụng sai hoặc nhầm lẫn danh xưng của họ. (Nguồn Vietnam Youth Alliance)

3. Niềm tự hào: Những thành tựu và niềm tự hào trong việc là chính mình

PROUD

Cảm giác tự hào khi trải qua quá trình chuyển giới là một trải nghiệm mạnh mẽ và cá nhân. Đối với nhiều người, việc tìm thấy và xác định lại bản thân theo đúng giới tính mình cảm nhận luôn đồng nghĩa với việc khám phá và tôn trọng sự thật nội tâm của mình. Khi bước chân vào cuộc hành trình này, mọi cảm xúc, suy tư và thay đổi đều cùng tồn tại, tạo nên một tầng vỏ mới, mạnh mẽ hơn, đúng với bản dạng giới thực sự của mình.

Cảm giác tự hào không chỉ đến từ việc tạo nên sự khác biệt về hình dáng, mà còn từ việc chấp nhận và yêu thương bản thân với tất cả những yếu tố tạo nên mình. Đó là quá trình tự tạo dựng lại danh tính một cách rõ ràng và chân thành, đồng thời mở ra cơ hội để tỏa sáng với thế giới với tư cách và bản dạng giới mình. Ngoại hình không chỉ là việc thể hiện bản dạng giới mình mong muốn mà còn là một cách để tỏ ra sự tự hào về chính mình và tạo dựng một hình ảnh tích cực trong mắt người khác.

Khi người chuyển giới nữ bắt đầu thay đổi ngoại hình, đó là một bước đi táo bạo và ý nghĩa. Việc chọn trang phục, kiểu tóc và phong cách riêng là cách họ thể hiện cá tính và sự tự biểu đạt. Những lựa chọn này thể hiện sự tự do trong việc chọn cách thể hiện mình mà không bị ràng buộc bởi những gì xã hội định đoạt.



Người chuyển giới nữ cũng thường tự hào về quá trình tìm kiếm và thể hiện phong cách trang điểm phù hợp với bản dạng giới mới. Việc làm đẹp không chỉ là việc làm cho họ tự tin hơn mà còn là một cách để thể hiện sự sáng tạo và khám phá về bản thân. Trong mỗi dấu vết trên khuôn mặt và mỗi đường nét trang điểm, họ thể hiện sự tự hào về việc biểu đạt mình theo cách mình mong muốn.

Không chỉ là việc thay đổi ngoại hình, mà người chuyển giới nữ còn thể hiện niềm tự hào bằng cách tỏ ra thoải mái và tự tin trong cơ thể của mình. Việc tôn trọng và yêu thương cơ thể là một phần quan trọng trong việc xây dựng sự tự tin. Bằng cách thể hiện sự tự hào về ngoại hình và cơ thể của mình, họ gửi đi thông điệp mạnh mẽ về việc chấp nhận và yêu thương bản thân mình, đồng thời khẳng định quyền tự quyết định về cách họ muốn thể hiện mình.

Một bước quan trọng trong việc tìm kiếm hạnh phúc và sự thỏa mãn cá nhân khi làm người chuyển giới còn là việc xây dựng mối quan hệ xã hội và tình cảm là một phần quan trọng của cuộc sống của người chuyển giới nữ. Họ đã tìm thấy những người bạn, gia đình, đồng nghiệp và đối tác có thể thấu hiểu và ủng hộ họ trong hành trình của mình. Sự kiên nhẫn và tình yêu thương của họ đã tạo nên một môi trường an toàn và ấm áp, nơi mà họ có thể thể hiện chính mình mà không cảm thấy bị áp đặt hoặc ràng buộc.

Ngoài ra, người chuyển giới nữ cũng đã đạt được thành tựu trong việc đối mặt với thách thức trong cuộc sống hàng ngày. Họ đã học cách xử lý những tình huống khó khăn, thích nghi với những môi trường mới, và tạo ra những cơ hội từ những khó khăn. Điều này thể hiện sự mạnh mẽ, kiên nhẫn và linh hoạt của họ trong việc tạo dựng một cuộc sống đầy ý nghĩa. Một hành động can đảm, góp phần thay đổi thị phi xã hội và tạo nên một tương lai mà mọi người có thể tự do thể hiện bản thân mà không bị gò bó bởi những rào cản về giới tính.



Cuối cùng, niềm tự hào của người chuyển giới nữ không chỉ đến từ việc thể hiện bản dạng giới mình mong muốn, mà còn đến từ việc tạo nên một tương lai mà họ tự hào về. Họ đã và đang góp phần vào việc thay đổi nhận thức và hiểu biết xã hội về vấn đề chuyển giới và giới tính. Thành tựu và niềm tự hào này thể hiện sự mạnh mẽ, tình yêu với bản thân và khả năng tạo nên sự thay đổi tích cực trong cuộc sống và xã hội.

4. COMING OUT

KHỎ
hay
ĐẼ



Việc 'Coming out' có thể là một trải nghiệm quan trọng đối với nhiều người thuộc cộng đồng LGBTQ+. Đó là khoảnh khắc chúng ta cuối cùng có thể tự tin đứng ra và tự hào với bản thân. Xuất phát từ cụm từ 'coming out of the closet' (bước ra khỏi tủ quần áo - ý chỉ sự lộ diện công khai và toàn diện), thực tế là việc come out không phải lúc nào chúng ta chỉ làm một lần duy nhất, mà có thể xảy ra nhiều lần suốt cả cuộc đời.

Bạn có thể lộ diện trước gia đình và bạn bè, đối tác và người yêu cũ, bác sĩ và các chuyên gia y tế khác, đồng nghiệp, hoặc những người xa lạ ở thế giới bên ngoài. Đối với một số người, đó có thể là một sự kiện bạn chuẩn bị và tập luyện, và đối với người khác, đó là quyết định tức thì hàng ngày, như sửa lỗi đại từ của người nào đó sai, hoặc trong giao tiếp với các dịch vụ nếu chứng minh nhân dân của bạn không thể xác nhận bạn là ai.

Gần đây, đã có những nỗ lực thúc đẩy để sử dụng khái niệm “mời vào” - inviting in, thay vì coming out. “Mời vào” thay đổi quá trình khẳng định và công khai thành một quá trình lựa chọn để mọi người tham gia vào cuộc sống và câu chuyện của bạn, thay vì bị áp lực đối với việc bị bắt buộc phải đáp ứng một số yêu cầu không cần thiết để công khai danh tính.

Cách bạn come out với ai đó sẽ phụ thuộc vào họ là ai (bạn bè, cha mẹ, người yêu, người quen), mối quan hệ bạn có với họ và điều bạn muốn họ biết hoặc không biết.

Một số người chọn sử dụng tin nhắn văn bản như một cách để tiết lộ, có thể qua email hoặc dưới dạng bài đăng trên mạng xã hội. Dù bạn chọn cách nào để chia sẻ bản thân, việc cảm thấy lo lắng, sợ hãi hoặc buồn có hoàn toàn có thể hiểu được. Việc coming out có thể là mục đích cuối cùng và có thể thực sự đáng mừng khi biết rằng những người quen biết và vui mừng với con người của bạn

Tuy nhiên, coming out luôn là quyền của bạn khi nào muốn come out và khi nào muốn mọi người xung quanh biết. Không ai có quyền ép buộc bạn và việc tìm sự hỗ trợ từ bạn đồng trang lứa hoặc chuyên gia tâm lý có thể rất hữu ích trong quá trình này.





5. Khẳng định giới bằng các can thiệp y tế

Quá trình phẫu thuật chuyển giới là một phần quan trọng trong hành trình xác định lại giới tính và thể hiện bản dạng giới mà mỗi người mong muốn. Đây là một quá trình cá nhân và tùy thuộc vào mục tiêu và mong muốn của mỗi người, có thể bao gồm nhiều bước khác nhau.

◆ Sử dụng hormone thay thế

Một trong những bước đầu tiên trong việc chuyển giới từ nam sang nữ thường liên quan đến việc sử dụng hormone thay thế. Việc sử dụng hormone estrogen giúp thay đổi các đặc điểm thể chất và cảm xúc theo hướng nữ tính. Điều này có thể gồm việc phát triển ngực và thay đổi trong cấu trúc da, mỡ dưới da, và tăng vọng. Hormone estrogen cũng có thể góp phần thay đổi thanh âm và cấu trúc xương.

Việc sử dụng hormone thay thế là một quá trình đòi hỏi sự theo dõi và giám sát của các chuyên gia y tế, nhằm đảm bảo sự an toàn và hiệu quả. Các thay đổi không xảy ra ngay lập tức và cần một khoảng thời gian tương đối dài để thấy được kết quả mong muốn. Sự thay đổi về cảm xúc, tâm trạng và cảm giác về bản dạng giới có thể diễn ra dần dần, tạo nên một quá trình phát triển riêng biệt và cá nhân.

◆ Tạo hình ngực

Một phần quan trọng khác trong quá trình này có thể là phẫu thuật tạo hình ngực. Đây là quá trình tạo ra sự cân đối và nữ tính cho vùng ngực thông qua việc chấp nhận các biện pháp phẫu thuật như cấy ghép mô mỡ hoặc sử dụng cơ chế tạo hình.

Phẫu thuật nâng ngực thường bao gồm việc cấy ghép mỡ từ các phần khác của cơ thể vào vùng ngực để tạo nên độ đầy đặn và hình dáng mà người chuyển giới nữ mong muốn. Bác sĩ cũng có thể điều chỉnh kích thước và hình dáng của vùng ngực để tạo nên kết quả tự nhiên và thẩm mỹ.

Quá trình phẫu thuật nâng ngực yêu cầu sự hỗ trợ từ các chuyên gia y tế và tư vấn kỹ lưỡng từ bác sĩ phẫu thuật. Trước khi quyết định thực hiện phẫu thuật, người chuyển giới nữ cần thảo luận với bác sĩ về mong muốn và kỳ vọng cá nhân, cũng như rủi ro và hạn chế của phẫu thuật.

Sau phẫu thuật, quá trình phục hồi và hồi phục là cực kỳ quan trọng. Người chuyển giới nữ cần tuân thủ các hướng dẫn của bác sĩ để đảm bảo quá trình phục hồi suôn sẻ và kết quả đạt được là tốt nhất. Sự hỗ trợ từ gia đình, bạn bè và cộng đồng cũng đóng vai trò quan trọng trong việc tạo nên môi trường ủng hộ và khích lệ.



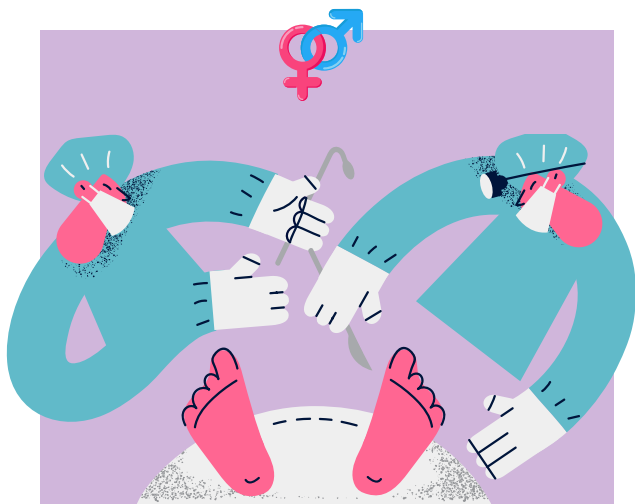
◆ **Phẫu thuật chuyển đổi bộ phận sinh dục**

Bước quan trọng khác trong quá trình chuyển giới là phẫu thuật chuyển đổi bộ phận sinh dục nam thành nữ, được gọi là phẫu thuật thay đổi giới tính hoặc phẫu thuật phát triển bộ phận sinh dục nữ. Đây là một quyết định lớn và yêu cầu sự chuẩn bị tinh tế, bao gồm cả quá trình phục hồi sau phẫu thuật.

Một phần quan trọng khác trong quá trình này có thể là phẫu thuật tạo hình ngực. Đây là quá trình tạo ra sự cân đối và nữ tính cho vùng ngực thông qua việc chấp nhận các biện pháp phẫu thuật như cấy ghép mô mỡ hoặc sử dụng cơ chế tạo hình.

Phẫu thuật vùng kín không cần thiết cho tất cả mọi người. Đối với một số người, đây là một bước cần thiết và một mốc cuối trong hành trình giúp họ sống thoải mái hơn với cơ thể phản ánh đúng bản dạng giới của họ.

Phẫu thuật này là không thể đảo ngược và bạn nên dành đủ thời gian để chắc chắn rằng đây là điều bạn muốn. Mặc dù một số cấp độ của phẫu thuật đảo ngược có thể thực hiện được, nhưng bạn không thể hoàn toàn phục hồi lại cơ cấu sinh dục nam hoạt động sau khi nó đã bị loại bỏ.



Quá trình phẫu thuật vùng kín bao gồm việc tạo hình và xây dựng các phần vùng kín nữ tính. Điều này thường bao gồm việc tạo hình âm đạo, điều chỉnh mô mềm và da để tạo dáng phù hợp, và thậm chí tạo hình âm đạo bằng sử dụng mô của người chuyển giới nữ.

Kỹ thuật phẫu thuật:

Có nhiều kỹ thuật khác nhau được sử dụng để thực hiện phẫu thuật vùng kín cho người chuyển giới nữ. Một số kỹ thuật phổ biến bao gồm phẫu thuật Penile Inversion (biến đổi cơ quan sinh dục nam thành nữ) và phẫu thuật Rectosigmoid Colon Vaginoplasty (sử dụng phần ruột thừa để tạo âm đạo).

Tạo hình labia và âm đạo: Bác sĩ phẫu thuật sẽ tạo hình các bộ phận như lá môi và âm đạo bằng cách cắt, nâng mô mềm và định hình chúng để tạo nên dáng vẻ tự nhiên và nữ tính.

Điều chỉnh và hoàn thiện

Sau khi hoàn thành việc tạo hình và xây dựng vùng kín, bác sĩ sẽ thực hiện các điều chỉnh cuối cùng để đảm bảo dáng vẻ và chức năng tốt nhất.

Hãy nhớ rằng phẫu thuật này sẽ không làm thay đổi diện mạo hằng ngày của bạn. Trong cuộc sống công cộng của bạn, mọi người sẽ không thay đổi cách xử sự với bạn vì bạn đã thực hiện phẫu thuật này. Việc chuyển đổi xã hội thành công có thể thực hiện mà không cần phải recur tới phẫu thuật vùng kín, và không yêu cầu bạn phải chọn bất kỳ tùy chọn phẫu thuật nào có sẵn để có thể nhận được công nhận pháp lý. Do đó, phẫu thuật vùng kín không nên được coi là không thể tránh được

Tuy nhiên, việc quyết định thực hiện quá trình phẫu thuật chuyển giới là một quá trình phức tạp và yêu cầu sự cân nhắc kỹ lưỡng. Nó không chỉ ảnh hưởng đến khía cạnh vật lý mà còn tới tâm trạng, tình cảm và tư duy của người chuyển giới.

Những hối tiếc sau phẫu thuật có thể không chỉ liên quan đến chính quá trình phẫu thuật, mà còn có thể do những khó khăn liên quan đến việc làm và/hoặc cuộc sống xã hội dẫn đến cảm giác cô đơn và cô lập. Tuy nhiên, trong trường hợp kết quả phẫu thuật không đạt đến kỳ vọng, yếu tố này có thể đóng một vai trò làm suy yếu sự hài lòng tổng thể. Việc tìm hiểu và tư vấn từ các chuyên gia y tế và có sự hỗ trợ từ gia đình và cộng đồng có thể giúp đỡ trong quá trình quyết định này.

MỘT SỐ LƯU Ý VỀ CHUẨN BỊ SỨC KHỎE TRƯỚC KHI PHẪU THUẬT

Để giảm nguy cơ các biến chứng trong và sau quá trình phẫu thuật, bạn nên có sức khỏe tốt nhất có thể trước khi thực hiện: hút thuốc lá đặt bạn vào nguy cơ cao nhất; thừa cân cũng tăng khả năng gặp vấn đề; cần hạn chế uống rượu một cách vừa phải. Khi bạn có sức khỏe tốt, kết quả sau phẫu thuật có thể tốt hơn, vì vậy việc thường xuyên ra ngoài và tập thể dục nên được tích hợp vào lối sống của bạn. Hầu hết các bác sĩ phẫu thuật thường yêu cầu bạn ngừng sử dụng hormone nữ khoảng bốn tuần trước khi phẫu thuật, bởi vì điều này giảm nguy cơ bị hình thành huyết khối động tĩnh mạch sâu.

Tuy nhiên, bạn có thể được kê đơn thuốc chống hormone (analog hormon giải phóng gonadotropin - GnRHa) để ngăn ngừa việc mọc lại lông mặt liên quan đến testosterone. Nếu bạn đã sử dụng loại thuốc này, bạn có thể tiếp tục sử dụng. Thường thì việc sử dụng GnRHa sẽ được ngưng sau phẫu thuật. Việc sử dụng hormone nữ có thể được tiếp tục khoảng hai tuần sau phẫu thuật, miễn là bạn có mức độ hoạt động hợp lý. Nếu bạn mắc bệnh lây truyền qua đường tình dục, bạn nên được điều trị trước khi tiến hành phẫu thuật vùng kín.

TRANS POWER





1. Sự đa dạng của tôi

a. Vẻ đẹp ngoại hình

Nếu như bạn đã xem những chương trình, cuộc thi về Hoa hậu chuyển giới thì chắc hẳn các bạn cũng mừng tượng vẻ đẹp của cộng đồng người chuyển giới nữ nói chung đều như vậy phải không?

Thực ra, vẻ đẹp của người chuyển giới nữ không chỉ nằm ở ngoại hình mà còn đến từ sự tự tin, sự kiên định trong hành trình xác định lại bản dạng giới và tình yêu cho chính mình. Đẹp ở đây không chỉ là vẻ bề ngoài mà còn phản ánh sự biểu hiện tự do và hiện thực hóa những đặc điểm mà họ muốn thể hiện.

Người chuyển giới nữ có khả năng tạo nên vẻ đẹp độc đáo, thể hiện sự sáng tạo và kết hợp tinh tế giữa sự thể hiện ở bên ngoài và những phức cảm thuộc về tâm hồn. Sự tự tin và kiên nhẫn trong việc tạo dựng nên hình ảnh nữ tính đặc biệt của chính mình là điều đáng ngưỡng mộ. Đẹp không còn đơn thuần chỉ là nét ngoại hình, mà còn nằm ở sự biểu thị rõ ràng về bản thân, sự tự tin khi tỏa sáng trong cuộc sống hàng ngày.

Vẻ đẹp của người chuyển giới nữ còn thể hiện sự kiên định và quyết tâm vượt qua mọi khó khăn để tìm kiếm và thể hiện chính mình. Đây là một vẻ đẹp tự nhiên, không bị ràng buộc bởi giới tính, không gò bó trong những định kiến xã hội. Đó là vẻ đẹp của sự đa dạng, sự cá nhân hóa và sự tự do thể hiện tình yêu với chính mình.

Vẻ đẹp của người chuyển giới nữ còn thể hiện trong việc họ xây dựng những mối quan hệ xã hội và tình cảm đáng trân trọng. Sự tận tụy, yêu thương và đồng cảm của họ không chỉ tạo nên vẻ đẹp trong mắt người khác mà còn là nguồn cảm hứng và lực lượng cho cả cộng đồng xung quanh.

b. Thời trang

Thời trang của người chuyển giới nữ đóng vai trò quan trọng trong việc thể hiện bản dạng giới mong muốn và tạo nên một phong cách cá nhân phản ánh chính họ. Thời trang không chỉ là việc chọn trang phục mà còn là một cách để thể hiện sự tự tin, sáng tạo và tạo dựng một hình ảnh tích cực về bản thân.

Một phần quan trọng của thời trang cho người chuyển giới nữ là khám phá và thể hiện phong cách cá nhân. Họ có cơ hội thử nghiệm với các kiểu trang phục, màu sắc và phụ kiện khác nhau để tìm ra những gì phù hợp với phong cách của mình. Việc lựa chọn trang phục không chỉ là việc thể hiện bản dạng giới mong muốn mà còn là cách để thể hiện cá tính và sự tự biểu đạt.

Ngoài ra, việc chọn trang phục cũng có thể giúp người chuyển giới nữ tạo dựng sự tự tin trong việc tương tác với thế giới xung quanh. Khi họ cảm thấy tự tin về việc mặc đẹp và thoải mái trong trang phục của mình, họ có khả năng tạo ấn tượng mạnh mẽ và tự tin trong các tình huống giao tiếp và xã hội.

Thời trang cũng có vai trò quan trọng trong việc thể hiện sự thay đổi và phát triển của người chuyển giới nữ. Qua từng giai đoạn trong hành trình của họ, từ việc khám phá bản dạng giới mong muốn đến việc tạo dựng một cuộc sống phản ánh chính họ, thời trang có thể thể hiện những biểu tượng và biểu đạt sự tự hào về những chặng đường đã đi qua.



“Being an icon fashion” - Có nhiều người nổi tiếng chuyển giới nữ đã tạo nên ảnh hưởng trong lĩnh vực thời trang và là nguồn cảm hứng cho cộng đồng LGBTQ+ cũng như cả thế giới.



LAVERNE COX

Laverne Cox là một diễn viên, nhà sản xuất và người mẫu chuyển giới nữ nổi tiếng. Bà trở thành người chuyển giới nữ nổi tiếng nhờ vai diễn trong loạt phim truyền hình "Orange Is the New Black". Laverne Cox thường xuất hiện ở các sự kiện thảm đỏ và luôn tạo ấn tượng với phong cách thời trang đầy tự tin và cá tính.

ANDREJA PEJIC

Andreja Pejic là người mẫu chuyển giới nữ người Serbia-Australia và đã gây chú ý trong ngành công nghiệp thời trang với vẻ đẹp độc đáo và phong cách táo bạo. Bà đã xuất hiện trên nhiều bìa tạp chí danh tiếng và tham gia vào các show diễn thời trang quốc tế.



TEDDY QUINLIVAN

Teddy Quinlivan là người mẫu chuyển giới nữ và là một trong những gương mặt đại diện cho sự đa dạng và sự kì diệu của ngành thời trang. Bà đã xuất hiện trong các chiến dịch quảng cáo của các thương hiệu nổi tiếng và góp phần thay đổi cách nhìn về giới tính trong ngành.



HUNTER SCHAFER



Hunter Schafer là diễn viên và người mẫu chuyển giới nữ nổi tiếng, được biết đến qua vai diễn trong bộ phim truyền hình "Euphoria". Hunter cũng là một người họa sĩ, thiết kế và thường thể hiện phong cách thời trang sáng tạo và độc đáo.

Geena Rocero là một người mẫu và diễn giả chuyển giới nữ. Bà đã gây ấn tượng mạnh với việc tiết lộ về việc mình là người chuyển giới tại một sự kiện TED Talks. Geena Rocero cũng đã sáng lập tổ chức "Gender Proud" để tạo dựng nhận thức về chuyển giới và giới tính.



GEENA ROCERO

Những người nổi tiếng chuyển giới nữ này không chỉ là những biểu tượng thời trang mà còn là những nhân vật mạnh mẽ đang làm thay đổi cách nhìn về giới tính và vẻ đẹp trong xã hội.

2. Hình ảnh và thông điệp

Các hình ảnh và thông điệp tôn vinh sự đa dạng của cộng đồng Transgender women.

Chiến dịch "Be Me. Be Happy!" tại Việt Nam

Năm 2017, tại Việt Nam, chiến dịch "Be me, be happy" đã nhen nhóm tinh thần và gửi thông điệp mạnh mẽ về sự chấp nhận và hỗ trợ đối với cộng đồng người chuyển giới nữ. Chiến dịch này đã tạo ra một làn sóng tích cực trong việc nâng cao nhận thức về thực tế, cảm xúc và khó khăn mà người chuyển giới nữ thường phải đối mặt hàng ngày.

"Be me, be happy" không chỉ là một cú hích về sự chấp nhận bản thân, mà còn là một thông điệp đánh thức ý thức xã hội về tình trạng và quyền lợi của người chuyển giới nữ. Chiến dịch này đã tập trung vào việc chia sẻ câu chuyện cá nhân, kể về những hành trình tìm kiếm thăng hoa cá nhân và hạnh phúc bên trong mỗi người.



Thông qua những hoạt động giao lưu, hội thảo, talkshow, và các chương trình tương tác khác, chiến dịch đã tạo nên một không gian an toàn, mở cửa cho những cuộc trò chuyện chân thành về tâm hồn và xúc cảm. Những câu chuyện chân thật từ người chuyển giới nữ đã cung cấp thông tin quý báu, giúp tạo nên sự thấu hiểu và tình đồng cảm từ xã hội.

Hơn cả việc tôn vinh vẻ đẹp và sự tự hào của người chuyển giới nữ, chiến dịch "Be me, be happy" đã lan tỏa thông điệp về sự bình đẳng, tôn trọng và quyền tự do cá nhân. Nó đã đánh thức những tinh thần lạc quan và khích lệ mọi người chuyển giới nữ đứng vững trước những khó khăn, và thể hiện rằng họ cũng xứng đáng hạnh phúc và tự do như bất kỳ ai khác.

Chiến dịch #TransWomenAreWomen



Chiến dịch #TransWomenAreWomen là một nỗ lực mạnh mẽ để nhấn mạnh rằng người phụ nữ chuyển giới cũng có giá trị và quyền lợi như bất kỳ người phụ nữ cisgender nào. Từ việc chia sẻ câu chuyện cá nhân đến tạo ra sự nhận thức về những khó khăn mà họ phải đối mặt, chiến dịch này đã góp phần tạo nên một tình thần tình đồng cảm và sự tôn trọng đối với cộng đồng người chuyển giới nữ.

Thông qua việc sử dụng hashtag #TransWomenAreWomen trên các nền tảng truyền thông xã hội, chiến dịch đã tạo ra một không gian cho những cuộc trò chuyện quan trọng về nhận thức về danh dự và quyền tự do của người chuyển giới nữ. Những người tham gia vào chiến dịch này chia sẻ những bức ảnh, câu chuyện cá nhân và thông điệp nhằm khẳng định sự tồn tại và giá trị của họ.

#TransWomenAreWomen không chỉ đơn thuần là một chiến dịch trên mạng xã hội, mà còn là một sự thay đổi ý thức trong cộng đồng rộng lớn. Thông qua việc thể hiện sự tương đồng và tương đối giữa người chuyển giới nữ và người phụ nữ cisgender, chiến dịch này đã góp phần khẳng định quyền tự do và quyền lựa chọn về danh tính của mỗi cá nhân.

Chiến dịch #TransWomenOfColor

Là một nỗ lực quan trọng để đánh thức tình thức xã hội về tình trạng đặc biệt của những người phụ nữ chuyển giới nữ thuộc cộng đồng da màu. Được xem là tương phản giữa sự đa dạng của tình trạng và địa vị xã hội, chiến dịch này nhấn mạnh sự tương hỗ của tình trạng chuyển giới và màu da trong cuộc sống hàng ngày của họ.



Thông qua việc sử dụng hashtag #TransWomenOfColor trên các nền tảng truyền thông xã hội, chiến dịch này tập trung vào việc nâng cao nhận thức về những thách thức và khó khăn mà người chuyển giới nữ da màu thường phải đối mặt. Bên cạnh việc chia sẻ những câu chuyện và kinh nghiệm cá nhân, chiến dịch cũng nhấn mạnh sự tương tác giữa các yếu tố như giới tính, tình trạng, và tình hình xã hội.

Mục tiêu chính của chiến dịch là tạo ra một không gian cho tiếng nói của người chuyển giới nữ da màu, đồng thời nhấn mạnh sự kết nối với những khía cạnh đa dạng và đa chiều của danh tính cá nhân. Chiến dịch này cũng tập trung vào việc tạo ra một sự thấu hiểu sâu sắc hơn về tình hình khó khăn và cơ hội phát triển trong cộng đồng này.

#TransWomenOfColor không chỉ là một sự thể hiện về quyền lựa chọn và tự do danh tính mà còn là một lời kêu gọi đối với sự bình đẳng, tôn trọng và chấp nhận đối với tất cả các người chuyển giới nữ, đặc biệt là những người thuộc cộng đồng da màu. Chiến dịch này giúp đánh thức tình thức xã hội về sự phức tạp và đa dạng của cuộc sống của họ, đồng thời khẳng định rằng mọi giọt máu người đều xứng đáng được tôn trọng và yêu thương.

IV



VƯỢT QUA KHUÔN MẪU

1. Những thách thức

Phân tích những rào cản và định kiến mà người chuyển giới nữ phải đối mặt trong cuộc sống hàng ngày.

Những người chuyển giới nữ phải đối mặt với nhiều rào cản và định kiến trong cuộc sống hàng ngày, gây ra những thách thức về tình trạng tâm lý, xã hội và văn hóa. Những rào cản này phản ánh sự không hiểu biết, định kiến giới tính và sự thiếu thông tin chính xác về người chuyển giới, tạo ra một môi trường không thể thỏa mãn cho họ để phát triển và tự thể hiện.



GIA ĐÌNH



Một trong những rào cản lớn mà người phụ nữ chuyển giới phải đối mặt là rào cản xã hội và gia đình. Với sự thiếu hiểu biết và chấp nhận về người chuyển giới, họ thường phải đối mặt với phản ứng tiêu cực từ người thân, bạn bè và xã hội xung quanh. Sự kì thị và phân biệt về giới khiến họ gặp khó khăn trong việc tìm kiếm sự chấp nhận và sự đồng cảm từ những người quan trọng.

Trong gia đình, việc chấp nhận danh tính giới mới của người chuyển giới nữ không phải lúc nào cũng dễ dàng. Một số gia đình có thể không hiểu rõ về quá trình chuyển giới và có thể phản ứng tiêu cực. Người chuyển giới nữ thường phải đối mặt với sự phản đối, sự khó hiểu và thậm chí là sự cô lập từ người thân trong gia đình. Điều này có thể gây ra cảm giác tội lỗi và không được chấp nhận.

XÃ HỘI



Ngoài gia đình, xã hội cũng tạo ra nhiều rào cản cho người chuyển giới nữ. Sự kì thị, phân biệt và áp đặt giới truyền thống đặt ra áp lực không cần thiết đối với họ. Việc bị nhìn nhận bằng cách không đúng danh xưng hoặc bị trái ý kiến, xem thường khi thể hiện bản thân đúng với danh tính giới gây ra sự bất an tinh thần và góp phần làm gia tăng cảm giác cô đơn và cô lập.

TÌM VIỆC LÀM



Rào cản về việc tìm việc làm cũng là một thách thức lớn. Người chuyển giới nữ thường phải đối mặt với sự phân biệt và không công nhận danh tính giới của họ trong môi trường làm việc. Điều này dẫn đến việc họ gặp khó khăn trong việc thăng tiến nghề nghiệp và có thể bị sa thải do danh tính giới tính.

Một trong những rào cản lớn là sự phân biệt trong quá trình tuyển dụng. Người chuyển giới nữ thường phải đối mặt với việc bị từ chối việc làm dựa trên danh tính giới của họ, thay vì dựa vào năng lực và kỹ năng làm việc. Những kỳ thị và định kiến về giới khiến cho họ gặp khó khăn trong việc đạt được cơ hội công việc công bằng và tôn trọng danh tính.

Ngoài ra, việc giữ vững công việc cũng gặp rào cản. Môi trường làm việc có thể không tạo ra sự thấu hiểu và chấp nhận đối với danh tính giới của người chuyển giới nữ. Họ thường phải đối mặt với sự bất bình và phân biệt từ đồng nghiệp hoặc sự không thể hiểu từ sếp, gây ra cảm giác cô lập và không thoải mái trong môi trường làm việc.

Việc thăng tiến nghề nghiệp cũng là một thách thức đối với người chuyển giới nữ. Sự phân biệt và định kiến về giới có thể làm cho họ gặp khó khăn trong việc được thăng chức hoặc có cơ hội tham gia vào các dự án quan trọng. Điều này dẫn đến sự giới hạn trong việc phát triển nghề nghiệp và tạo ra cảm giác không công bằng.

DỊCH VỤ Y TẾ



Những rào cản trong dịch vụ y tế cũng tạo ra thách thức lớn cho Transgender women. Sự thiếu hiểu biết về cách cung cấp chăm sóc y tế phù hợp và tôn trọng danh tính giới gây ra mất sự thoải mái và lo lắng trong việc tìm kiếm sự chăm sóc y tế. Điều này có thể ảnh hưởng đến tình hình sức khỏe và trạng thái tinh thần của họ.

Sự kỳ thị và phân biệt từ các nhà cung cấp dịch vụ y tế. Người chuyển giới nữ thường trải qua tình huống bị xem thường, trái ý kiến hoặc không được đối xử công bằng từ các bác sĩ, y tá và nhân viên y tế. Sự thiếu thông tin và không hiểu biết về quá trình chuyển giới và cảm nhận của họ khiến cho việc tìm kiếm sự chăm sóc y tế trở nên khó khăn.

Hơn nữa, không phải tất cả các cơ sở y tế có kiến thức và kỹ năng phù hợp để chăm sóc cho người chuyển giới nữ. Việc thiếu thông tin về cách thức chăm sóc sức khỏe và điều trị cho người chuyển giới dẫn đến việc họ không nhận được sự hỗ trợ cần thiết và có thể dẫn đến các vấn đề sức khỏe nghiêm trọng.

Người chuyển giới nữ cũng thường phải đối mặt với rào cản tài chính trong việc tiếp cận dịch vụ y tế. Quá trình chuyển giới và các quá trình điều trị liên quan thường đòi hỏi chi phí lớn và không phải ai cũng có khả năng tài chính để chi trả. Điều này có thể khiến họ không thể nhận được các dịch vụ y tế cần thiết để duy trì sức khỏe.

BẠO LỰC VỀ GIỚI



Ngoài ra, sự phân biệt và bạo lực về giới cũng tạo ra một môi trường nguy hiểm cho transwomen. Khả năng trải qua bạo lực và xâm hại vùng kín là mối lo ngại hàng ngày, tạo ra sự bất an và lo lắng về sự an toàn.

LO LẮNG & KHÔNG TỰ TIN TRONG VIỆC TỰ THỂ HIỆN.



Cuối cùng, định kiến về giới khiến cho những người chuyển giới nữ phải đối mặt với sự lo lắng và không tự tin trong việc tự thể hiện. Sự áp đặt của hình mẫu giới truyền thống và tiêu chuẩn về đẹp gây ra sự bất an về ngoại hình và tạo ra áp lực để phải tuân theo những chuẩn mực không phản ánh đúng danh tính của họ.

Những rào cản và định kiến mà Transgender women phải đối mặt trong cuộc sống hàng ngày gây ra những thách thức lớn về tâm lý, xã hội và văn hóa. Để tạo ra một môi trường bình đẳng và tôn trọng, cần có sự thay đổi về nhận thức xã hội, cung cấp thông tin chính xác về người chuyển giới và xây dựng cơ sở hạ tầng hỗ trợ cho họ để tự thể hiện và phát triển một cách tự tin.

2. Những định kiến thường gặp khi nói về chuyển giới

Trong thời đại hiện nay, trong xã hội, chúng ta thường chưa được học một cách cẩn thận về những vấn đề liên quan đến giới và giới tính. Đôi khi, kiến thức của chúng ta về những điều này vẫn còn mơ hồ và không rõ ràng. Điều này có thể dẫn đến tình huống rằng chúng ta đôi khi vẫn gặp khó khăn và sai sót khi cố gắng hiểu và giải quyết các vấn đề như xác định giới tính, cảm xúc tình dục, nhu cầu và vai trò liên quan đến giới, và nhiều khía cạnh khác.

Đặc biệt quan trọng, với trẻ em và thanh thiếu niên sống trong thời kỳ phát triển mạnh mẽ của công nghệ như ngày nay, việc hiểu rõ những quan điểm sai lầm và niềm tin cố hữu về giới và giới tính thực sự có ý nghĩa lớn. Điều này không chỉ giúp chúng ta thấu hiểu và yêu thương nhau một cách tốt hơn, mà còn tạo điều kiện thuận lợi cho mọi người tham gia vào một môi trường cởi mở, tích cực, trong đó chúng ta có thể khám phá bản thân và thấu hiểu người khác.

Tất cả điều này góp phần tạo nên một xã hội hạnh phúc và thịnh vượng. Ở trong chuyên mục này, chúng tôi hướng đến giới thiệu một số quan điểm sai lệch thường gặp liên quan tới các vấn đề về giới tính có thể ảnh hưởng ít hoặc nhiều tới quá trình xác định và khẳng định bản dạng giới ở những người đang trải qua quá trình khẳng định giới của bản thân, bao gồm cả những người có bản dạng giới là hợp giới, chuyển giới, phi nhị nguyên giới, v.v...



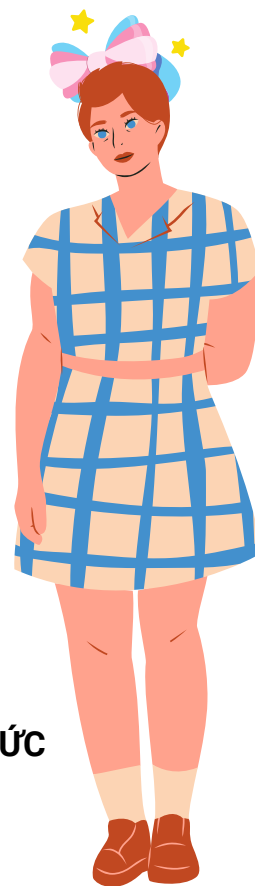
LÀM TƯƠNG 1: TRẺ EM CÒN QUÁ NHỎ ĐỂ CÓ THỂ NHẬN THỨC VÀ HIỂU VỀ BẢN DẠNG GIỚI CỦA BẢN THÂN.

Sự nhận thức về giới của chúng ta thường xuất hiện khá sớm trong cuộc sống. Theo Học viện Y khoa Hoa Kỳ, "Khoảng 4 tuổi, hầu hết trẻ em đã có một khái niệm ổn định về giới của họ." Khía cạnh quan trọng này cho thấy sự phát triển của căn tính về giới được hình thành và phát triển từ bên trong mỗi người chúng ta; nó là một phần không thể thiếu của bản sắc cá nhân của một con người. Tại sao chúng ta lại phải thắc mắc và quan ngại khi thấy những đứa trẻ xác định và khẳng định giới tính của bản thân khác với giới tính sinh học của các em, trong khi đó, chúng ta lại chẳng mấy khi thắc mắc và bày tỏ sự quan ngại đối với một đứa trẻ sống và hành xử khớp với giới tính sinh học của chúng?

LÀM TƯƠNG 2: NGƯỜI CHUYỂN GIỚI THƯỜNG NHẬN RA MÌNH LÀ NGƯỜI CHUYỂN GIỚI TỪ KHI CÒN NHỎ



Mặc dù nhiều người chuyển giới cho biết họ nhận thức được bản dạng giới của mình từ rất sớm, ngay khi họ hiểu khái niệm về giới tính như là "con trai" và "con gái". Tuy nhiên, không phải ai cũng có những trải nghiệm tương tự. Đối với nhiều người khác, cuộc hành trình để sống thoải mái với giới tính mà họ thực sự thuộc về là một hành trình lâu dài và phức tạp. Không phải ai cũng sẽ nhận thức được những bức bối và phiền muộn đối với giới tính của mình nằm ở bản dạng giới hiện tại của họ không khớp với giới tính mà họ mong muốn, nhiều người cũng vì thế mà cho rằng những vấn đề mà họ gặp phải xuất phát từ xu hướng tính dục của họ.



Nói cách khác, chuyển giới và đồng tính là hai trải nghiệm hoàn toàn khác nhau, tuy nhiên có nhiều người hiện vẫn đang nhầm lẫn giữa hai khái niệm này, dẫn đến việc họ không nhận ra được mình là người chuyển giới từ sớm.

Quá trình nhận thức về bản dạng giới của người chuyển giới có thể diễn ra khá là phức tạp. Họ có thể bắt đầu nhận thức ở nhiều thời điểm khác nhau và quá trình nhận thức của mỗi người cũng sẽ có độ dài khác nhau. Có những người nhận ra từ nhỏ, cũng có những người bắt đầu nhận ra từ lúc họ dậy thì, và thậm chí cũng có những người nhận ra sau khi họ ở các độ tuổi trưởng thành và khi đã già. Nhiều người có thể cảm thấy mình "khác biệt" mà không nhận ra rằng cảm giác "khác biệt" này có liên quan đến bản dạng giới của họ cho đến khi họ có cơ hội được tiếp xúc với những thông tin cụ thể, tham gia vào các cộng đồng cụ thể hoặc tìm thấy những hình mẫu cụ thể mà họ tìm thấy chính họ ở trong đó.

Trong khi thời thơ ấu thường là thời điểm mà trẻ em thường nhận thức về giới tính của họ, những người khác có thể hiểu về giới tính của mình ở bất kỳ lứa tuổi nào. Thời kỳ bắt đầu của tuổi dậy thì cũng là thời điểm phổ biến mà trẻ em hiểu rõ hơn về vấn đề giới tính của họ và cách họ truyền đạt điều đó - cũng như thời gian họ vào đại học.



Có những trường hợp, một người chuyển giới hoặc phi nhị nguyên có thể tuyên bố mình là người đồng tính, song tính hoặc song tính trước khi họ nhận ra rằng thực chất đó là về bản dạng giới của họ, không phải về xu hướng tính dục. Sự kỳ thị, thiếu kiến thức và nỗi sợ bị gia đình và bạn bè từ chối có thể khiến người chuyển giới ngần ngại chia sẻ về giới tính khi còn trẻ hoặc ở độ tuổi dậy thì. Nghiên cứu cho thấy có một khoảng cách đáng kể giữa thời điểm trẻ nhận thức rằng giới tính của họ không khớp với kỳ vọng và thời điểm họ trò chuyện về điều này với người khác (đặc biệt là cha mẹ). Một nghiên cứu cho thấy, độ tuổi trung bình mà trẻ nhận ra rằng họ là người chuyển giới hoặc phi nhị nguyên là 7,9 tuổi, nhưng độ tuổi trung bình khi họ tiết lộ hiểu biết về giới tính của họ là 15,5 tuổi."



LÀM TƯỜNG 3: NGƯỜI CHUYỂN GIỚI CẦN PHẢI PHẪU THUẬT CHUYỂN ĐỔI GIỚI TÍNH ĐỂ ĐƯỢC LÀ CHÍNH MÌNH

Thực tế là, việc thực hiện phẫu thuật chuyển giới không phải là điều bắt buộc hoặc duy nhất để người chuyển giới có thể sống đúng với bản thân. Mỗi người có quyền tự quyết định về việc thực hiện hoặc không thực hiện các thay đổi về cơ thể để phù hợp với giới tính mình thấy đúng. Nhiều người chuyển giới không chọn thực hiện phẫu thuật vì nhiều lý do cá nhân như sức khỏe, tài chính, hoặc sự thoải mái với cơ thể hiện tại.

Ngay cả khi phẫu thuật có thể mang lại một phần thay đổi về ngoại hình, nó không phải lúc nào cũng phù hợp hoặc mong muốn với mọi người chuyển giới. Các lý do khác nhau như tình trạng sức khỏe, tài chính, hoặc sự mong muốn duy trì một mức độ tự nhiên với cơ thể hiện tại có thể khiến nhiều người từ chối phẫu thuật.

Điều quan trọng là tạo ra một môi trường an toàn và ủng hộ cho người chuyển giới, cho phép họ tự do quyết định về việc thực hiện phẫu thuật hay không. Việc chấp nhận và thể hiện tôn trọng đối với quyết định của họ là cách thể hiện sự ủng hộ và sẵn sàng chia sẻ một phần của hành trình cùng họ.

Tôn trọng quyết định của mỗi người chuyển giới và không đánh giá giá trị của họ dựa vào việc họ đã thực hiện phẫu thuật hay chưa là một điều tối thiểu. Sự chấp nhận và sự ủng hộ về quyền tự quyết định của họ là điều quan trọng để giúp họ sống đúng với bản thân mình.



LẦM TƯỞNG 4: HIỆN TƯỢNG CHUYỂN GIỚI LÀ MỘT DẤU HIỆU CÓ VẤN ĐỀ VỀ TÂM LÝ HOẶC TINH THẦN

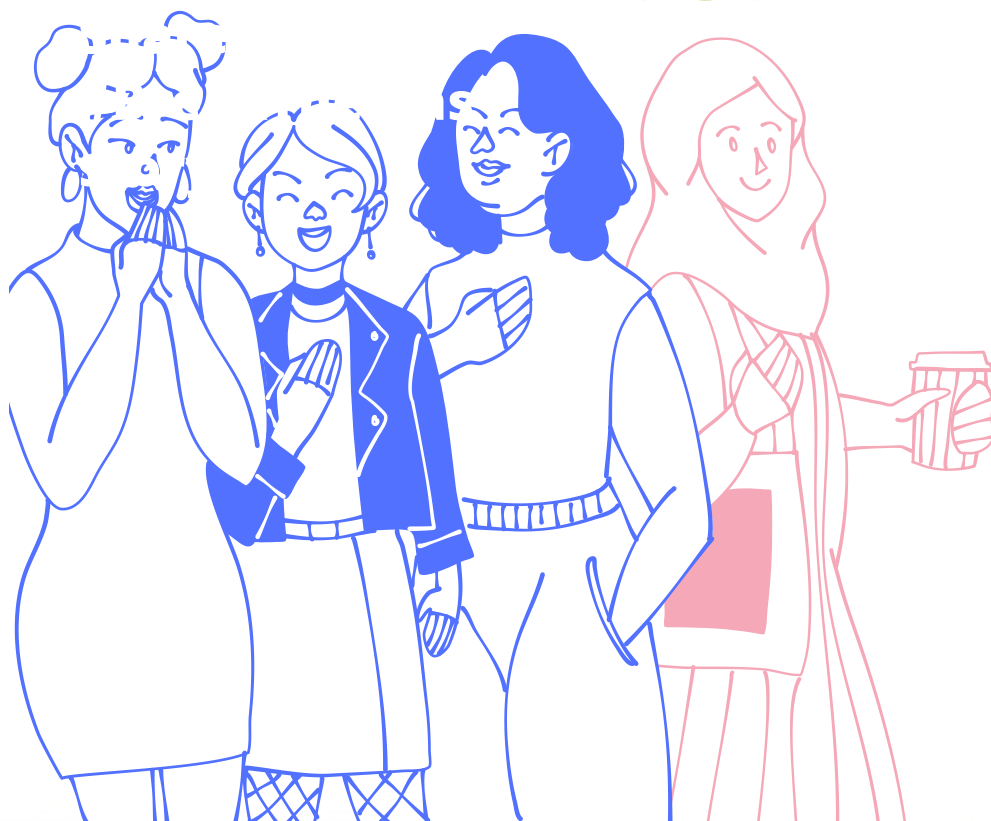
Cần phải rõ ràng rằng sự hiểu lầm này hoàn toàn không đúng và không phản ánh chính xác thực tế. Chuyển giới không phải là dấu hiệu của tâm lý hoặc tinh thần không ổn định. Thực tế, những người chuyển giới có thể hoàn toàn có tâm lý và tinh thần bình thường, không khác biệt so với bất kỳ người nào khác.

Chuyển giới là một khía cạnh tự nhiên, đa dạng và đáng tôn trọng của bản tính con người. Đó là quá trình mà mỗi người tự nhận ra và thể hiện sự phù hợp với cảm xúc và bản năng về giới tính của mình. Sự lựa chọn này không có bất kỳ liên quan nào đến tâm lý hoặc tinh thần của họ. Cần nhấn mạnh rằng chuyển giới không phải là dấu hiệu cho vấn đề tâm lý hoặc tinh thần, mà thực sự là một phần cơ bản, tự nhiên và đúng đắn của sự đa dạng con người. Chúng ta cần sự hiểu biết và tôn trọng về điều này, để tạo ra một môi trường an toàn và cởi mở cho những người chuyển giới trong hành trình sống và mưu cầu hạnh phúc của họ.





HÀNH TRÌNH MƯU CẦU HẠNH PHÚC



1. Sự ủng hộ và yêu thương bản thân



Sự ủng hộ và yêu thương từ chính mình là một phần quan trọng trong việc xây dựng sự tự tin và khẳng định bản thân của người chuyển giới nữ. Việc chấp nhận và yêu thương bản thân là một hành trình dài, nhưng nó mang lại những hiệu quả tích cực đối với tâm hồn và tinh thần.

Trong quá trình hiểu rõ về bản thân và thay đổi giới tính, người chuyển giới nữ có thể phải đối mặt với nhiều cảm xúc và thách thức. Từ việc xác định giới tính thật sự của mình, tới việc đối diện với định kiến xã hội và áp lực từ môi trường xung quanh. Trong những khoảnh khắc khó khăn như vậy, việc tự thấu hiểu và yêu thương chính mình có thể là một nguồn động viên quan trọng.

Tự thấu hiểu và yêu thương bản thân giúp người chuyển giới nữ tin tưởng vào giá trị của mình, dù bất kể thách thức và rào cản nào. Họ có thể bắt đầu nhìn nhận mình là một người phụ nữ thực sự, với tất cả những phẩm chất đẹp đẽ và độc đáo. Việc này giúp họ tự tin bước ra và khẳng định bản thân mình trước mọi khó khăn.

Sự ủng hộ và yêu thương bản thân cũng giúp người chuyển giới nữ tạo nên một môi trường tích cực và lành mạnh. Họ có thể học cách xây dựng các mục tiêu và hoài bão cho tương lai, tham gia vào những hoạt động mà họ yêu thích và phát triển tài năng của mình. Điều này giúp họ cảm nhận mình có giá trị và đáng yêu, đồng thời khơi dậy lòng kiêu hãnh và sự tự hào về bản thân.

Trong cuộc hành trình gặp phải nhiều thách thức và đối mặt với định kiến xã hội, sự ủng hộ và yêu thương từ chính mình là một vũ khí mạnh mẽ. Nó giúp người chuyển giới nữ vượt qua khó khăn, tạo ra cuộc sống đầy ý nghĩa và xây dựng một tương lai tươi sáng theo đúng bản sắc của mình.



2. Gia đình và bạn bè

Tình yêu và sự ủng hộ từ những người thân trong cuộc sống của người chuyển giới.



Sự ủng hộ và yêu thương từ gia đình và người thân là một yếu tố vô cùng quan trọng trong cuộc sống của người chuyển giới nữ. Khi người thân hiểu và chấp nhận việc thay đổi giới tính của họ, điều này mang lại sự an tâm và tạo ra một môi trường ấm áp để họ có thể khẳng định bản thân mình.

Gia đình và người thân cần thời gian để hiểu và thích nghi với sự thay đổi này. Một số người có thể cần thời gian để chấp nhận, nhưng việc duy trì một môi trường lắng nghe và tôn trọng là quan trọng. Một số gia đình thậm chí cùng tham gia vào quá trình hỗ trợ và đồng hành, như tham gia các nhóm hỗ trợ, tìm hiểu về các vấn đề liên quan đến người chuyển giới nữ, và chia sẻ những nguồn tài liệu bổ ích.

Sự ủng hộ từ gia đình và người thân không chỉ giúp người chuyển giới nữ tự tin và mạnh mẽ hơn, mà còn có tác động tích cực đến tâm hồn và tâm trạng của họ. Họ cảm nhận được tình cảm chân thành và không bị cô đơn, điều này giúp họ tập trung vào việc xây dựng cuộc sống đầy ý nghĩa và thành công.

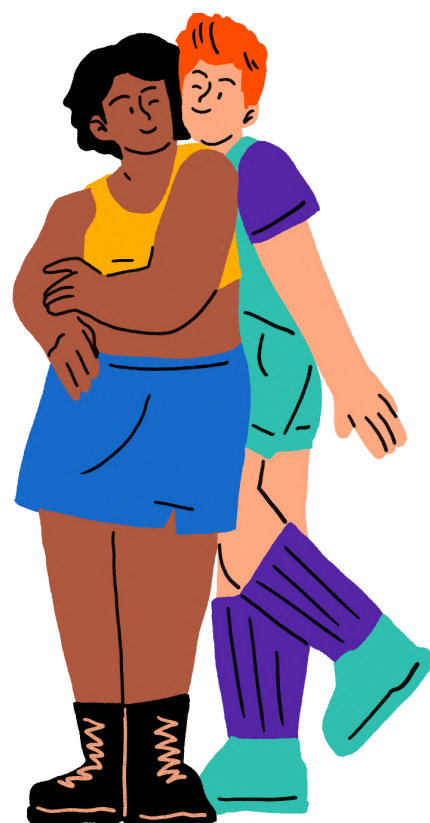
Tuy nhiên, bạn bè là một phần quan trọng trong việc tạo ra môi trường an lành và đầy đủ cho người chuyển giới nữ. Khi bạn bè hiểu và chấp nhận bản thân họ, điều này mang lại sự tự tin và cảm giác rằng họ không bị cô lập hay cô đơn trong cuộc sống.



Sự ủng hộ từ bạn bè có thể thể hiện qua việc lắng nghe, chia sẻ, và hiểu biết về những thách thức mà người chuyển giới nữ phải đối mặt. Bạn bè có thể thể hiện tình cảm bằng cách sẵn sàng đặt câu hỏi, tìm hiểu về quá trình chuyển giới, và không đặt ra những góc nhìn định kiến hay phê phán. Họ có thể là người mà người chuyển giới nữ có thể mở lòng và chia sẻ tâm tư, nỗi lo sợ và niềm vui.

Yêu thương từ bạn bè cũng thể hiện qua sự chấp nhận và sẵn sàng dựa vào tình bạn thay vì giới tính. Những người bạn này không nhất thiết phải hiểu hết mọi khía cạnh về việc chuyển giới, nhưng họ cần có tấm lòng mở rộng và thái độ tôn trọng để đón nhận bạn một cách toàn diện. Họ là người bạn có thể cùng chia sẻ những niềm vui, những nỗi lo, và cùng vượt qua mọi khó khăn.

Sự ủng hộ và yêu thương từ gia đình và bạn bè không chỉ giúp người chuyển giới nữ vượt qua khó khăn, mà còn tạo nên một môi trường xanh, sạch và ấm áp để họ phát triển và tỏa sáng. Gia đình, bạn bè không chỉ là những người thấu hiểu, mà còn là nguồn động viên và hy vọng cho họ xây dựng cuộc sống đầy ý nghĩa và tự hào theo đúng bản sắc của mình.



3. Cộng đồng: Sự đoàn kết và tình yêu từ cộng đồng LGBTQ+



Sự đoàn kết và tình yêu từ cộng đồng LGBTQ+ đối với người chuyển giới nữ là một phần quan trọng trong việc xây dựng môi trường ủng hộ và đầy đủ cho họ. Cộng đồng này hiểu rõ những thách thức và khó khăn mà người chuyển giới nữ phải đối mặt và luôn sẵn sàng đứng về phía họ.

Sự đoàn kết không chỉ là một tình cảm, mà còn là một tương tác tích cực và hành động thể hiện sự ủng hộ và tình yêu. Các hoạt động như hội thảo, cuộc trò chuyện, sự kiện nghệ thuật, diễn đàn trực tuyến và cả việc chia sẻ câu chuyện cá nhân đều là những cách mà cộng đồng LGBTQ+ thể hiện sự tương thân tương ái và tôn trọng đối với những người chuyển giới nữ.

Sự đoàn kết và tình yêu này không giới hạn bởi biên giới địa lý hay ngôn ngữ. Trong cộng đồng LGBTQ+, người chuyển giới nữ có thể tìm thấy sự hỗ trợ từ những người bạn cùng giới và đồng cảm từ những người khác giới. Điều này làm nổi bật sự đa dạng và sự phong phú trong cộng đồng, đồng thời thể hiện tinh thần thấu hiểu và tôn trọng.

Cộng đồng LGBTQ+ cũng thường tổ chức các hoạt động và chiến dịch nhằm tạo nên môi trường xã hội và chính trị thoải mái và an toàn cho người chuyển giới nữ. Việc tận dụng các phương tiện truyền thông xã hội, tổ chức hội thảo, biểu diễn nghệ thuật và gây quỹ để hỗ trợ người chuyển giới nữ cũng là một phần quan trọng trong việc thể hiện tình yêu và đoàn kết.



Một ví dụ điển hình về sự đoàn kết và tình yêu trong cộng đồng LGBTQ+ là sự xuất hiện của những sự kiện Pride (Lễ kỷ niệm tự hào LGBTQ+). Trong những dịp này, người chuyển giới nữ không chỉ cảm nhận sự ủng hộ mà còn thấy mình được chào đón và kính trọng. Những biểu ngữ, bộ trang phục, và những lời kêu gọi tôn trọng đa dạng giới tính thể hiện sự thấu hiểu và lòng mến khách từ cả cộng đồng và xã hội rộng lớn.

Sự đoàn kết và tình yêu từ cộng đồng LGBTQ+ giúp người chuyển giới nữ tìm thấy sự tự tin và lòng kiêu hãnh trong việc khẳng định mình, đồng thời tạo nên một không gian an toàn để họ chia sẻ, học hỏi và phát triển.

4. Tổ chức hỗ trợ cho cộng đồng người chuyển giới

Trên khắp thế giới, có nhiều tổ chức cộng đồng và tổ chức phi lợi nhuận đã nỗ lực hết mình để hỗ trợ và bảo vệ quyền lợi của cộng đồng người chuyển giới. Những tổ chức này cung cấp một loạt các dịch vụ và nguồn tài liệu hữu ích cho người chuyển giới, từ hỗ trợ tinh thần đến giáo dục về quyền của họ trong xã hội.

TRANSGENDER EUROPE (TGEU)



MỤC TIÊU

Transgender Europe (TGEU) là một tổ chức Châu Âu được thành lập với mục tiêu chính là bảo vệ và nâng cao quyền lợi của người chuyển giới và những người có danh xưng và thể diện giới khác nhau. TGEU đã đóng góp quan trọng vào việc tạo ra một môi trường đa dạng và an toàn cho cộng đồng Transgender tại Châu Âu và trên toàn thế giới.

THÀNH LẬP

TGEU được thành lập vào năm 2005, và từ đó đã không ngừng hoạt động để thúc đẩy nhận thức, giáo dục và thay đổi chính sách về người chuyển giới. Tổ chức này đóng vai trò quan trọng trong việc tạo ra các chương trình giáo dục về giới tính, thông tin về quyền lợi, và cung cấp hỗ trợ tư vấn cho người chuyển giới tại châu Âu.



HỖ TRỢ CHO NGƯỜI CHUYỂN GIỚI

TGEU cung cấp các dịch vụ hỗ trợ tâm lý, tư vấn và giáo dục cho người chuyển giới. Tổ chức này giúp họ hiểu rõ về quyền lợi của mình, giúp đỡ trong việc tìm kiếm thông tin và hỗ trợ y tế, cũng như cung cấp một môi trường an toàn để chia sẻ kinh nghiệm và câu chuyện của họ.



CHIẾN DỊCH VỀ CHÍNH SÁCH

TGEU tham gia vào các hoạt động chính trị và chính sách để thúc đẩy những thay đổi tích cực đối với cộng đồng người chuyển giới. Tổ chức này đưa ra các đề xuất, đề nghị và thông tin để ảnh hưởng đến các quyết định chính trị và pháp luật liên quan đến người chuyển giới.



TẠO RA MẠNG LƯỚI ĐOÀN KẾT

TGEU tạo ra cơ hội để người chuyển giới ở châu Âu kết nối, học hỏi và chia sẻ thông tin với nhau. Tổ chức này cung cấp một môi trường đoàn kết, giúp cộng đồng này cảm thấy không cô đơn và có sự hỗ trợ từ những người khác.

HUMAN RIGHTS CAMPAIGN (HRC)



Ở quốc gia như Hoa Kỳ, tổ chức nổi tiếng như Human Rights Campaign (HRC) đã luôn tận tâm bảo vệ quyền lợi của cộng đồng LGBTQ+ nói chung và cộng đồng người chuyển giới nói riêng. Tổ chức này không chỉ tạo ra các chiến dịch về quyền lực đối với cộng đồng mình mà còn hỗ trợ các chương trình giáo dục và tạo ra những không gian an toàn cho người chuyển giới chia sẻ kinh nghiệm và tìm kiếm sự đoàn kết.

HRC được thành lập vào năm 1980 bởi một nhóm các nhà hoạt động nhằm bảo vệ quyền lợi của cộng đồng LGBTQ+ tại Hoa Kỳ. Từ đó đến nay, HRC đã trở thành một trong những tổ chức quyền LGBT lớn nhất và có ảnh hưởng nhất trên toàn thế giới. Họ thường xuyên tổ chức các chiến dịch giáo dục và truyền thông để tạo nhận thức về người chuyển giới nữ và các vấn đề mà họ phải đối mặt. Từ việc chia sẻ câu chuyện cá nhân đến việc tạo các tài liệu hướng dẫn và video giới thiệu, HRC đang nỗ lực để giúp mọi người hiểu rõ hơn về cuộc sống và trải nghiệm của người chuyển giới nữ.

ISEE (VIỆN NGHIÊN CỨU VÀ PHÁT TRIỂN XÃ HỘI)



Tại Việt Nam, cộng đồng người chuyển giới cũng đã nhận được sự quan tâm và hỗ trợ từ các tổ chức như ISEE (Viện Nghiên cứu và Phát triển Xã hội). ISEE đã tổ chức các hoạt động tuyên truyền và chương trình giáo dục để nâng cao nhận thức xã hội về người chuyển giới và tạo ra môi trường thoải mái hơn cho họ trong xã hội. Họ cũng đóng vai trò quan trọng trong việc tạo nên mạng lưới liên kết và ủng hộ cho cộng đồng LGBTQ+ nói chung tại Việt Nam.

ISEE đã thực hiện các nghiên cứu về cuộc sống, trải nghiệm và những thách thức mà người chuyển giới nữ phải đối mặt tại Việt Nam. Những nghiên cứu này không chỉ giúp nâng cao nhận thức mà còn cung cấp cơ sở khoa học để đối thoại với cộng đồng và chính phủ về vấn đề này. Họ còn đã thực hiện các chương trình hỗ trợ tâm lý và tư vấn cho người chuyển giới nữ, giúp họ vượt qua những khó khăn và định kiến xã hội. Tổ chức này cung cấp không chỉ hỗ trợ tinh thần mà còn cung cấp thông tin về quyền lợi và cách xử lý tình huống khó khăn.

INTERNATIONAL LGBTQ+ TRAVEL ASSOCIATION (IGLTA)



Các tổ chức quốc tế như International LGBTQ+ Travel Association (IGLTA) cũng đã đóng một vai trò quan trọng trong việc thúc đẩy du lịch LGBTQ+ và hỗ trợ cộng đồng người chuyển giới trên toàn cầu. Những tổ chức này không chỉ tạo ra cơ hội cho cộng đồng người chuyển giới tương tác và kết nối mà còn giúp nâng cao nhận thức về quyền lợi của họ.



Nhìn chung, sự hiện diện của những tổ chức cộng đồng và phi lợi nhuận đã mang lại một tác động tích cực và quan trọng đối với cuộc sống của cộng đồng người chuyển giới. Các tổ chức này không chỉ cung cấp hỗ trợ về tinh thần và tài liệu mà còn giúp kết nối và thúc đẩy sự đoàn kết trong cộng đồng, đồng thời nâng cao nhận thức xã hội và thay đổi tư duy định kiến về người chuyển giới.



HƯỚNG TỚI TƯƠNG LAI



1. Những thành tựu của cộng đồng người chuyển giới nữ

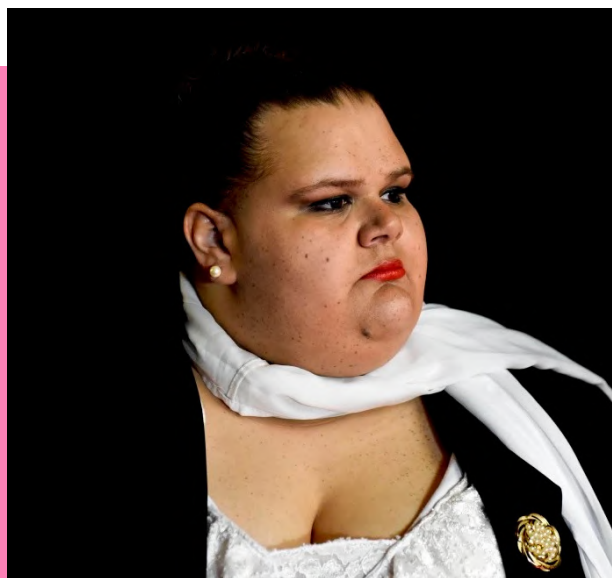


Cộng đồng chuyển giới nữ tại Việt Nam đã đạt được nhiều thành tựu quan trọng trong những năm gần đây, đánh dấu sự tiến bộ trong việc thúc đẩy quyền lợi, nhận thức và sự chấp nhận của xã hội đối với các cá nhân trong cộng đồng này.

Các bước đầu tiên đã được thực hiện để bảo vệ quyền lợi của cộng đồng chuyển giới nữ. Năm 2015, Luật Dân sự mới tại Việt Nam đã cho phép những người chuyển giới thay đổi giới tính trong các tài liệu chính thức. Điều này giúp họ có quyền thể hiện bản thân theo đúng danh tính mình mong muốn.

Cộng đồng chuyển giới nữ đã công khai chia sẻ câu chuyện cá nhân và trải nghiệm của họ thông qua các phương tiện truyền thông và mạng xã hội. Nhờ đó, xã hội đã có cơ hội tiếp xúc và hiểu rõ hơn về cuộc sống của họ, góp phần thay đổi suy nghĩ và giảm bớt định kiến.

Michelle Suárez Bértora sinh vào ngày 21 tháng 2 năm 1983 ở thị trấn Salinas, ở phần Canelones của Uruguay. Cô đã quyết định thay đổi giới tính của mình khi mới 15 tuổi, và may mắn có sự ủng hộ từ mẹ. Cô luôn nỗ lực hết mình trong việc học, và nhờ đó, cô đã theo đuổi đam mê của mình và trở thành một luật sư. Sau khi đã hoàn thành việc khẳng định pháp lý để có thể tốt nghiệp với giới tính thật của mình, Michelle chính thức là người phụ nữ chuyển giới đầu tiên và duy nhất trở thành luật sư ở Uruguay. Năm 2010 là một cột mốc quan trọng, đánh dấu cô trở thành người chuyển giới đầu tiên hoàn thành học đại học trong nước này. Vào năm 2014, Michelle tiếp tục viết nên lịch sử khi trở thành người chuyển giới đầu tiên được bầu vào Quốc hội Uruguay.



Suárez cũng là một hoạt động chống phân biệt về hình thể. Cô nhận ra rằng phụ nữ luôn phải tuân thủ những tiêu chuẩn thẩm mỹ nghiêm ngặt. Việc này còn khó khăn hơn đối với những người chuyển giới, khi họ phải đối mặt với nhiều định kiến hơn. Theo quan điểm của Suárez, hình mẫu về vẻ ngoài trẻ tuổi, "mẫu mực" và mãi mãi xinh đẹp là điều vô lý và áp đặt đối với tất cả phụ nữ.

Suárez tin rằng định kiến cần được giải quyết thông qua các tiêu chuẩn pháp lý có tính cụ thể và kèm theo cuộc tranh luận công khai. Cô đã viết một cuốn sách để đề cập đến việc thực thi quyền con người cho những người gặp khó khăn do hướng dẫn tình dục hoặc bản dạng giới tính.

**NỮ CHÍNH TRỊ GIA ĐẦU TIÊN CỦA
CỘNG ĐỒNG NGƯỜI CHUYỂN GIỚI**



Tamara Adrián là một luật sư và giảng viên về luật, và cô đã là một nghị sĩ tại Quốc hội Venezuela từ năm 2016. Tamara là người chuyển giới đầu tiên được bầu vào chức vụ tại Venezuela, và chỉ là thành viên chuyển giới thứ hai trong một quốc hội quốc gia ở bán cầu Tây.

Cô là một giảng viên đã nghỉ hưu cho các chương trình đại học, sau đại học và tiến sĩ tại Đại học Công giáo Andrés Bello, và cũng là giảng viên tại Đại học Trung ương và Đại học Metropolitan của Venezuela. Cô là tác giả của nhiều bài viết và sách liên quan đến các vấn đề cô giảng dạy, cũng như luật về LGTTTBI.



Ngoài ra, Tamara là Chủ tịch Ủy ban Ngày Quốc tế chống Homophobia và Transphobia (IDAHO-T) và là Chủ tịch Hội đồng Quản trị của GATE: Hành động Toàn cầu cho Bình đẳng Giới đổi mới. Tamara đã làm Nghị sĩ Thư ký Chung Thay thế từ năm 2013 đến 2015 và là Thư ký Thế giới về Chuyển giới của Hiệp hội Les, Bi, Trans và Thế tục toàn cầu (ILGA) từ năm 2010 đến 2013. Cô là thành viên của Ủy ban Khoa học cho Chủ nghĩa Nhân quyền và Tình dục của UNESCO và là thành viên Hội đồng Quản trị của WPATH.

Tamara tốt nghiệp Đại học Công giáo Andrés Bello tại Caracas với tốt nghiệp xuất sắc vào năm 1976. Cô còn đạt được bằng Tiến sĩ Luật, với vinh dự cao từ Đại học Paris II Panthéon-Assassin năm 1982, và một Chứng chỉ Luật So sánh từ Viện Luật So sánh Paris năm 1982.





Hồng Phi, sinh năm 1994, sinh ra và lớn lên ở tỉnh Long Xuyên, An Giang. Hiện nay, chị Hồng Phi đang là thành viên hoạt động mạnh mẽ trong các hoạt động công tác xã hội bảo vệ quyền và lợi ích cho phụ nữ và cộng đồng LGBT+.

Hiện nay chị đang là Giám đốc điều hành của Doanh Nghiệp Xã Hội Sunshine An Giang. Ban đầu Sunshine An Giang là một nhóm tự lực hoạt động cộng đồng với mong muốn giúp các bạn LGBTIQ hiểu biết về Quyền, Sức khỏe tình dục, Giới... Tạo ra nơi giúp các bạn gặp gỡ, giao lưu, chia sẻ tâm sự và gắn kết giữa các thanh niên.

CÁC THÀNH TỰU MÀ SUNSHINE AN GIANG ĐÃ ĐẠT ĐƯỢC

- Kết hợp cùng ICS Center tổ chức Trường học Cầu Vồng tại Đại học An Giang để cung cấp các kiến thức cơ bản về LGBTI+ và đa dạng.
- Đồng hành cùng các nhân viên y tế tại Trung tâm y tế Thoại Sơn để ra mắt buổi TeenGen An Giang 2021 với chủ đề “Năm lấy tay em”
- Tổ chức Diễn đàn thanh niên về sức khỏe an toàn tình dục BE LOVE BE SAFE và Đêm Chung Kết Đại Sứ Truyền Thông ĐBSCL 2022
- DNXH Sunshine An Giang phối hợp cùng Impulse Sài Gòn, Mạng lưới quần thể đích trẻ Việt Nam (VYKAP), tổ chức Diễn đàn Thanh niên về Sức khỏe an toàn tình dục trong khuôn khổ Cuộc thi Đại sứ truyền thông ĐBSCL 2022.



Ngày càng có nhiều tổ chức và nhóm hỗ trợ cung cấp dịch vụ tâm lý, tư vấn và y tế cho cộng đồng chuyển giới nữ. Điều này giúp họ có một môi trường an toàn để chia sẻ những khó khăn và tìm kiếm giúp đỡ cần thiết. Tại Việt Nam, có một số tổ chức cung cấp hỗ trợ tâm lý và y tế cho cộng đồng chuyển giới nữ.

- **Trung tâm Góc Trời:** Trung tâm Góc Trời là một tổ chức phi lợi nhuận tại Hà Nội, chuyên cung cấp dịch vụ tư vấn tâm lý và hỗ trợ tâm sinh lý cho cộng đồng LGBTQ+.
- **Dự án Đường Sống:** Dự án Đường Sống là một tổ chức tại Hồ Chí Minh hoạt động trong lĩnh vực chăm sóc sức khỏe tâm thần cho người chuyển giới và cả cộng đồng LGBTQ+.
- **Mạng Lưới Trẻ Vùng Cao:** Mạng Lưới Trẻ Vùng Cao là một tổ chức tại miền Bắc Việt Nam, chủ yếu tập trung vào việc cung cấp thông tin, tư vấn và hỗ trợ tâm lý cho cộng đồng LGBTQ+.
- **G-Link Vietnam:** G-Link Vietnam là một tổ chức nơi cung cấp các dịch vụ hỗ trợ tâm lý, tư vấn và thông tin cho cả cộng đồng LGBTQ+.
- **Trung tâm Sống Đẹp Hơn:** Trung tâm này tập trung vào việc cung cấp dịch vụ tâm lý, tư vấn và hỗ trợ sức khỏe cho cả nam và nữ người chuyển giới tại Hồ Chí Minh.
- **Sài Gòn Ủy nhiệm Đa dạng Tính dục:** Tổ chức này chủ yếu tập trung vào việc cung cấp hỗ trợ tâm lý và tư vấn về sức khỏe tâm sinh lý cho cộng đồng LGBTQ+ tại Sài Gòn.



2. Hy vọng tương lai

Các hoạch định và mong muốn trong tương lai của người chuyển giới nữ

Tương lai của người chuyển giới nữ đang được hình thành dựa trên sự nỗ lực không ngừng nghỉ của cả cộng đồng chuyển giới và xã hội nói chung. Các hoạch định và mong muốn trong tương lai của họ tập trung vào việc xây dựng một thế giới đa dạng, bình đẳng và đầy tôn trọng danh tính cá nhân.



Về quyền lợi pháp lý và bảo vệ, người chuyển giới nữ có quyền để hy vọng được công nhận và bảo vệ theo pháp luật. Điều này bao gồm việc thay đổi giới tính trong các tài liệu chính thức một cách dễ dàng, tránh phân biệt và kỳ thị về giới tính, và có quyền truy cập vào các dịch vụ y tế và xã hội mà không gặp khó khăn.

Một trong những mục tiêu quan trọng của cộng đồng chuyển giới nữ là tạo ra môi trường giáo dục mở cửa và chấp nhận đa dạng giới tính. Các chương trình giáo dục sẽ giúp người trẻ hiểu về sự đa dạng giới tính, giảm bớt định kiến và thúc đẩy tôn trọng.

Về hỗ trợ tâm lý và y tế, tương lai của người chuyển giới nữ bao gồm việc có sẵn các dịch vụ tâm lý và y tế chuyên biệt, giúp họ đối mặt với những thách thức tâm sinh lý và thể chất mà họ có thể gặp phải. Điều này đòi hỏi sự hiểu biết và đào tạo cho các chuyên gia y tế về chuyển giới.



Về khả năng tham gia xã hội và kinh tế, người chuyển giới nữ mong muốn có quyền tham gia đầy đủ và bình đẳng vào xã hội và nền kinh tế. Điều này bao gồm cơ hội học tập, việc làm không bị phân biệt và có khả năng thăng tiến dựa trên năng lực và kỹ năng.

Ngoài ra, một mục tiêu quan trọng là xây dựng một xã hội chấp nhận và ủng hộ người chuyển giới nữ. Sự đa dạng giới tính nên được coi là một phần tự nhiên và quý báu của con người, không bị bất kỳ áp lực nào để thay đổi hoặc ẩn giấu. Hơn hết cả thế giới không kỳ thị: Người chuyển giới nữ mong muốn thấy một thế giới không còn định kiến và kỳ thị về giới tính. Họ hy vọng được sống trong một môi trường mà sự tự do thể hiện bản thân không bị hạn chế bởi những rào cản về giới tính.

3. Website của chúng tôi

Vượt Qua Khuôn Mẫu - Hành Trình Mơ Cầu Hạnh Phúc



"Vượt Qua Khuôn Mẫu - Hành trình mơ cầu hạnh phúc của người chuyển giới nữ tại Việt Nam" - nơi cộng đồng người chuyển giới nữ tại Việt Nam cùng nhau phá vỡ các thành kiến và chia sẻ những hành trình đẹp đẽ của phụ nữ chuyển giới tại Việt Nam. Chúng tôi rất vui mừng được đồng hành cùng bạn trên hành trình tìm kiếm hạnh phúc và tự xác định về tính nữ của mình.

"Vượt Qua Khuôn Mẫu" mong muốn cùng bạn đồng hành trên hành trình đầy tình yêu và sự đoàn kết. Với tinh thần hợp tác, chúng tôi xây dựng cầu nối giữa cộng đồng và xã hội để chia sẻ về những câu chuyện và trải nghiệm rất đặc biệt của chúng ta. Chúng tôi tin rằng mỗi người đều có một câu chuyện độc đáo, và qua việc chia sẻ và lắng nghe, mọi người sẽ có thể cùng nhau thấu hiểu và đồng cảm.

Cụ thể, thông qua dự án này, chúng tôi tập trung truyền tải tới 3 thông điệp chính.

CHÚNG TA ĐỀU LÀ PHỤ NỮ

Không có một tiêu chuẩn cụ thể nào cho như thế nào là nữ tính, với mỗi người chúng ta nữ tính có một ý nghĩa riêng biệt và rất khác nhau. Việc chúng ta tự định nghĩa về nữ tính như thế nào cũng chính là cách mà chúng ta khẳng định sự nữ tính của bản thân. "Vượt Qua Khuôn Mẫu" là không gian của sự tự do và sự đa dạng, nơi mà chúng ta được tự do thể hiện bản thân và định nghĩa về nữ tính theo cách riêng của mỗi người.

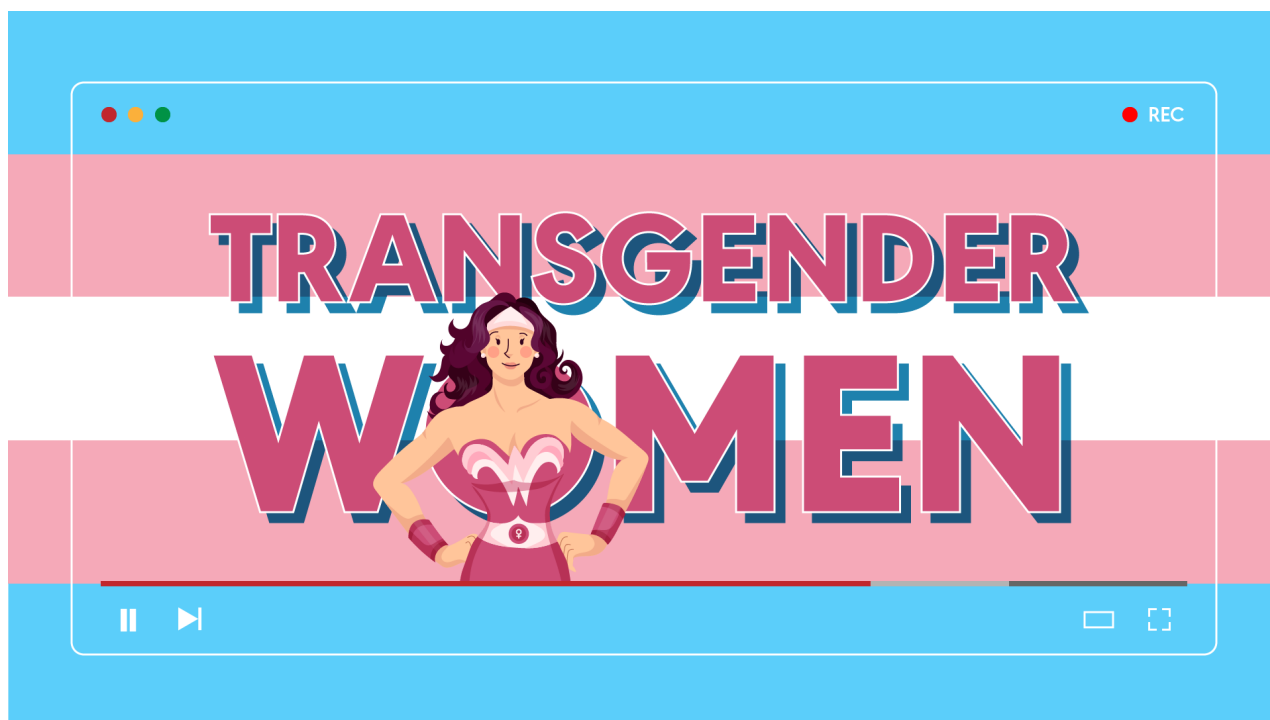
CHÚNG TA CÓ THỂ LÀM MỌI THỨ

Người chuyển giới nữ cũng giống như tất cả mọi người trên thế giới này, chúng ta đều có thể làm tất cả mọi thứ và có quyền được làm những điều mà chúng ta yêu thích, mong muốn. Không có giới hạn, không có rào cản nào có thể ngăn cản chúng ta khám phá và phát triển tiềm năng của bản thân. Từng cá nhân đều mang trong mình một sức mạnh đặc biệt và khác nhau. Chúng ta có thể là một bác sĩ với trái tim nhân hậu, một luật sư với sự nghiêm túc và tư duy sắc sảo, một doanh nhân sáng tạo, một giáo viên truyền cảm hứng cho tương lai, một nhà công tác xã hội đồng cảm và yêu thương, và một học sinh giỏi với lòng ham học và đam mê khám phá. Thông qua dự án, chúng tôi mong muốn cho mọi người thấy rằng rằng khát vọng, đam mê, và năng lực không phân biệt giới tính. Chúng ta đều có quyền theo đuổi đam mê của mình và gắn bó với nghề nghiệp mà mình yêu thích và đam mê.

3

CHÚNG TA ĐỀU CÓ QUYỀN ĐƯỢC HẠNH PHÚC

Ai cũng có quyền được hạnh phúc và chúng ta cũng vậy. Hành trình đi đến hạnh phúc bao giờ cũng đầy khó khăn và phức tạp. Tuy nhiên, điều đó không nên là lý do khiến chúng ta ngừng mưu cầu hạnh phúc. Hạnh phúc không phải luôn luôn xa xỉ và không thể đạt được. Đôi khi, hạnh phúc chỉ cần những điều đơn giản và nhỏ bé, và nó có thể ẩn chứa khắp mọi nơi trong cuộc sống hàng ngày. Chúng tôi hi vọng rằng thông qua những câu chuyện chân thật của dự án, chúng tôi có thể chia sẻ niềm tin và hy vọng, giúp bạn tự tin hơn, yêu thương bản thân hơn và trở nên mạnh mẽ hơn trong hành trình mưu cầu hạnh phúc của riêng mình.



VII. Phụ lục

1. Thông tin hỗ trợ

Cung cấp thông tin liên hệ và hỗ trợ cho cộng đồng Transgender women.

STT	TÊN TỔ CHỨC	LOẠI HÌNH	Link facebook	Lĩnh vực hoạt động
1	IT'S T TIME	Tổ chức cộng đồng	https://www.facebook.com/ITSTIMEVN	Quyền của NCG
2	Sunshine An Giang	Doanh nghiệp xã hội	https://www.facebook.com/SunshineAnGiang	LGBT, HIV/AIDS
3	Cầu vồng Cần Thơ	Tổ chức cộng đồng	https://www.facebook.com/cauvongcantho	Hoạt động LGBT nói chung
4	Venus	Doanh nghiệp xã hội	https://www.facebook.com/dnxhvenus	LGBT, HIV/AIDS, SKSS
5	FTM	Tổ chức cộng đồng	https://www.facebook.com/ftm.vietnam	Chuyển giới nam
6	VNTG	Mạng lưới	https://www.facebook.com/Vu.Hoang.Mai.Chau	Chuyển giới nữ
7	Viện nghiên cứu Xã hội, Kinh tế và Môi trường	Phi chính phủ	https://www.facebook.com/isevn	LGBTI, DTTS và Kết nối xã hội
8	SCDI	Doanh nghiệp phi lợi nhuận	https://www.facebook.com/SCDIVietnam	Giới, DTTS, nghiên cứu, trẻ em, YTCC
9	ICS	Doanh nghiệp phi lợi nhuận	https://www.facebook.com/icsvn	Giới, nghiên cứu
10	VGEM	Doanh nghiệp	https://www.facebook.com/VGEMvietnam	Bình đẳng giới
11	CEPEW	Phi chính phủ	https://www.facebook.com/Cepewvietnam	Phụ nữ
12	CSAGA	Phi chính phủ	https://www.facebook.com/search/top?q=csaga%20vietnam	Phụ nữ
13	Hải Đăng	Doanh nghiệp xã hội	https://www.facebook.com/lighthousesocialenterprise	LGBT, HIV/AIDS

1. Tài liệu bổ sung

Những tài liệu và tư liệu tham khảo liên quan đến chủ đề trans women.

Thư viện LGBT



Tài liệu | Thư Viện LGBT

Những tài liệu này được biên soạn, kết hợp biên soạn hoặc sưu tầm bởi Viện iSEE và Trung tâm ICS được cấp phép tải về miễn phí.

 thuvien.lgbt

Trans Hub: Transgender in Australia



Gender Spectrum

 gender spectrum

OUR MISSION

[Subscribe](#)

[Donate](#)



Gender Spectrum works to create gender sensitive and inclusive environments for all children and teens.



LỜI CẢM ƠN



Từ những ngày đầu tiên lên ý tưởng, cho đến ngày hôm nay khi bấm nộp bài nghiên cứu (mà chúng mình biết chắc không phải bản cuối cùng) là một hành trình nhiều kỷ niệm.

Dù tự chúng mình cảm thấy dự án còn rất nhiều điều phải cải thiện, nhưng bọn mình đã có được cảm giác tự hào trong xuyên suốt quá trình thực hiện. Chúng mình xin được dành những dòng cuối cùng trong cuốn sách này, để gửi lời cảm ơn tới những người đã giúp đỡ và ủng hộ chúng mình trong xuyên suốt quá trình thực hiện dự án.

Trước tiên, bọn mình xin cảm ơn Ban tổ chức Resfes2023 đã mang tới một môi trường tích cực để thúc đẩy chúng mình học hỏi và thực hành nghiên cứu. Chúng em xin cảm ơn cô Vũ Việt Nga, thầy Nguyễn Phi Hùng, cô Nguyễn Thị Minh Ngọc, cô Lê Thị Ngọc Liên, TS. BS. Nguyễn Ngọc Ánh đã đồng hành và hỗ trợ chúng em hoàn thành bài nghiên cứu khoa học lần này. Chúng mình cảm ơn những người bạn Ngọc Linh và Bùi Lương Phương Lan đã hỗ trợ và ủng hộ chúng mình trong quá trình hoàn thiện dự án. Cuối cùng, chúng mình xin được gửi lời cảm ơn Viện iSEE đã tài trợ và cố vấn cho dự án nghiên cứu và phát triển truyền thông “Vượt Qua Khuôn Mẫu”.



Chúng mình xin cảm ơn 278 người tham gia thực hiện khảo sát trực tuyến, 10 người chuyển giới nữ và 6 anh/ chị nhà báo, phóng viên đã tham gia phỏng vấn sâu đã dành thời gian và công sức tham gia nghiên cứu. Nhờ có mọi người mà chúng mình đã có thể hoàn thiện được công đoạn cuối cùng. Nếu không có mọi người, chắc chắn chúng mình đã không đi xa được đến thế. Cảm ơn mọi người rất nhiều!



VƯỢT QUA KHUÔN MẪU

HÀNH TRÌNH MƯU CẦU HẠNH PHÚC

NỘI DUNG

Lê Ngọc Ánh - Hoàng Phương Nhi
Nguyễn Phương Ngọc - Đỗ Phương Linh Chi
Ngọc Linh

THIẾT KẾ

Lê Ngọc Ánh - Bùi Lương Phương Lan

CỐ VẤN

TS. Vũ Việt Nga
TS. Nguyễn Phi Hùng
ThS. Nguyễn Thị Minh Ngọc
ThS. Lê Thị Ngọc Liên
TS. BS. Nguyễn Ngọc Ánh

TÀI TRỢ

Đại Học FPT
Viện Nghiên Cứu Xã Hội, Kinh Tế và Môi Trường

My color