

## Råd til foreldre i møte med barn og kjønnsforvirring



Debatten om kjønnsinkongruens hos barn og unge har tiltatt i styrke de siste årene, og stadig flere foreldre søker råd og veiledning. Mange står i en krevende situasjon der de ønsker å støtte barnet sitt på en trygg og informert måte, men opplever stor usikkerhet rundt hva de selv kan gjøre, eventuelt behandlingstilbud og konsekvenser.

Samtidig har antallet unge som henvises til spesialisthelsetjenesten for kjønnsinkongruens økt kraftig det siste tiåret, særlig blant tenåringer født med jentekjønn. Denne økningen har skjedd parallelt med en økende offentlig bevissthet og diskusjon om kjønnsidentitet, men forskningen på effekten og langtidseffektene av medisinsk behandling er fortsatt begrenset. Flere private og offentlige aktører tilbyr

medisinsk og eksperimentell behandling, noe som gjør at mørketallene på barn og ungdom i påbegynt behandling trolig er urovekkende høye.

Både norske og internasjonale helsemyndigheter erkjenner at [dokumentasjonen om behandlingens effekt og bivirkninger er mangelfull](#). I Sverige konkluderte helsemyndighetene i 2022 med at risikoen ved pubertetsblokkere og hormoner veier tyngre enn den potensielle nytten, og anbefalte at behandlingen kun gis innen forskning.

For å møte behovet for kunnskapsbasert veiledning tilbyr [GENID Norge](#) informasjon og støtte til foreldre og fagpersoner. Organisasjonen vektlegger vitenskapelig og erfaringsbasert kunnskap, samtidig som de er uavhengige av religiøse synspunkter.

Nedenfor er rådene som GENID tilbyr foreldre og fagpersoner:

### **Råd til foreldre:**

- 1. Sjekk innflytelser på nett**– Forsøk å skaffe deg innsikt i innflytelser på barnet/ungdommen. På ung.no gis det veiledning i hvordan man kan få testosteron og kompresjonstøy for bryster uten at foreldre samtykker.
- 2. Barn og unge blir advart om foreldre**–Barn og unge får malt vrengebilder av foreldre som ikke støtter. De forberedes godt av transcoachene i hva de skal gjøre om mor og far ikke støtter. Dermed er din posisjon sterkt svekket om du viser skepsis til barnets nye identitet. Barnet kan fort tro at foreldrenes respons er farlig, og søke ytterligere hjelp fra fellesskap online. Noen tilbyr åpent at de gjerne er regnbue- mamma eller pappa for barn som har “ikke-støttende” foreldre.
- 3. Steng ingen dører**–Det viktigste du gjør, er å gi ubetinget kjærlighet. Vær tålmodig, gi barnet tid og rom til å utforske. Steng ingen dører. Si at du ønsker å være der for barnet eller ungdommen, uansett hva som skjer i fremtiden. Også ved uenigheter. Gi trygghet om at du vil stå side om side, samme hva. Du må overbevise barnet ditt om at du vil det vel, og at du ikke er en av disse onde foreldrene som det males bilde av på nettet.
- 4. Hold på det hverdagslige**– Lev mest mulig vanlig, ikke la transproblematikken ta stor plass. Det meste vi gjør i hverdagen er tross alt kjønnsnøytralt. Løs problemer som toalett og garderobe på skolen mest mulig diskret, ved å snakke med kontaktlærer om det. Ikke legg opp til spesialbehandling i stor omfang. Barnet/ungdommen er normalt fungerende selv om han/hun erklærer seg trans.

5. **Avgrens samtalene-** Ta et par alvorlige samtaler der du rolig forklarer hva du mener, men begrens deg. Snakk heller av og til om kritisk tenkning på andre områder enn kjønntematikken. Minn om tidligere gode erfaringer. Del gjerne egne erfaringer fra ungdomstiden, og hvordan tankene dine har utviklet seg.
6. **Ung til 25-** Hjernen er ikke ferdigutviklet før ungdommen er rundt 25 år. Evnen til å vurdere egen fremtid og enge valg er noe av det siste som utvikles. Vær derfor tålmodig, saklig og forklar fra et biologisk vitenskapelig perspektiv hva du selv mener om kjønn. Genid Norge har samlet noen fagfelleverderte studier og andre [ressurser](#) som du kan lese deg opp på.
7. **Gruppetenkning-** Det som barnet/ungdommen din har blitt oppslukt i har mange likhetstrekk med grupper med høy sosial kontroll eller sekter. Dersom de utfordrer eller brykter med gruppetenkningen, kan de miste alle relasjonene som er bygget opp i disse forumene, både online og offline. Det kan være svært skremmende for de. Gjør hva du kan for å styrke/ivareta barnets/ungdommens øvrige relasjoner, som familie, klassekamerater og idrettsvenner.
8. **Opplevelser av feilkjønnig-** Vær var hva som gjelder barnets/ungdommens identitet foran venner. Overvei om du skal bruke barnets nye navn/pronomen i situasjonen. Det kan oppleves som latterliggjøring å bli “feilkjønnnet” av egne foreldre. Men dette må være opp til hver enkelt familie å vurdere. For noen fungerer det fint å bruke det ekte navnet/pronomen hjemme, mens det nye brukes ute og på skolen.
9. **Hva med selvmordstruslene?-** Disse bygger på et fåtall svært begrensede studier, der det ikke ble funnet at selvmordsrisiko avtar etter “kjønnskorreksjon”. Disse studier er ikke valide for denne generasjonen. Derimot er det viktig å lytte og være oppmerksom på signaler som barnet/ungdommen gir rundt sin psykososiale helse. En trygg familiesituasjon og gode venner er ofte det viktigste. Er problemene av alvorlig grad må profesjonell hjelp søkes. Men vær obs på at de ikke bekrefter den nye identiteten før alt annet er utredet.

Flere råd fra Bayswater Support Group, som er Europas største støttegruppe for foreldre av barn med transidentitet, kan finnes [her](#)