



VERBAND FÜR LESBISCHE, SCHWULE, BISEXUELLE, TRANS\*,  
INTERSEXUELLE UND QUEERE MENSCHEN IN DER PSYCHOLOGIE

## **Sexual orientation and gender identity Information on the VLSP\*-Website**

provided as part of the project "Arriving Differently - Understanding Diversity",  
funded by Aktion Mensch.

Stuttgart, Germany, March 2021  
(turkish version)



## **Hoş geldiniz!**

Verband für lesbische, schwule, bisexuelle, trans\*, intersexuelle und queere Menschen in der Psychologie e.V.

Biz, psikoloji alanlarında çalışan ve LGBTIQ olan uzmanlardan oluşan bir birliğız. Bu sitede, aşağıda belirtilen gruplar için LGBTIQ hakkında güvenilir bilgi vermek istiyoruz:

LGBTIQ bireyler

LGBTIQ bireylerin yakınları ve arkadaşları

LGBTIQ bireyleri mesleki olarak destekleyen uzman elemanlar

Konuyla ilgilenen insanlar.

Yardım arayan insanlar için önemli bilgi: Sitemizde paylaşmış olduğumuz içerikler bilgilendirme amaçlı olup, profesyonel danışma ya da terapi yerine geçmemektedir!

Bu sitede aşağıda belirtilen konular hakkında bilgilere ulaşabilirsiniz:

### Proje „Anders ankommen – Vielfalt verstehen“

Proje „Farklı şekilde varmak – Çeşitliliğı anlamak“

Bu proje, lezbiyen, eşcinsel (gay), biseksüel, trans\*, interseks ve queer mültecilere yöneliktir. Proje amaçlarından biri ise farklı dillerde LSBTIQ\* yaşamları hakkında bilgi sunmaktır. Örneğın, cinsel yönelimler ve cinsiyet kimlikleri bölümünde farklı dillerde bilgilere ulaşabilirsiniz.

[Read more](#)

### Danışmanlık ve Terapi

Bilgiler, Danışmanlık ve Terapi imkanları

„Danışmanlık ve Terapi“ bölümünde psikoterapi, psikolojik danışmanlık ve terapi ve danışmanlık imkanları için linkler bulabilirsiniz. Ayrıca, mülteci olarak psikoterapiye başvurma yolları hakkında bilgi edinebilirsiniz.

[Read more](#)

### LGBTIQ\*

Cinsiyet kimliklerin ve cinsel yönelimlerin çoğulluğı

LGBTIQ\* ne anlama geliyor? Bu sitede, sizlere cinsiyet kimliklerin ve cinsel yönelimlerin çoğulluğı hakkında genel bilgi vermek istiyoruz. Bu bağlamda, cinsiyetin biyolojik, psikolojik ve sosyal boyutlarına değineceğiz.

[Read more](#)

### Coming-Out

Coming-Out'un bir den fazla yüzü vardır

Lezbiyen kadın, eşcinsel erkek ya da bi-, trans- interseksüel bir insan olarak kendi kimliğini arama ve anlama süreci olarak bilinen Coming-Out bir çok yüz taşır ve bazen oldukça kafa karıştırıcı olabilir. Bu sayfalarda tam da bu konuyla ilgileneceğiz. Ayrıca, Coming-Out'un iltica sürecinde taşıyabileceğı anlama değineceğiz.

[Read more](#)

## Yaşamlar

Okul, iş, aile, toplum...

Eğer bir insan LGBTIQ ise, bu kimliği hayatının her alanında taşır: okulunda, mesleğinde, birlikteliklerinde, ailesinde, şiddet ve önyargıya maruz kalan biri olarak. Bu bölümde, LGBTIQ olan insanların çeşitli yaşamlarını konu alacağız.

[Read more](#)

## **Danışmanlık ve terapi**

Danışmanlık ve Terapi nedir ve faydaları nelerdir?

LSBTIQ\* olmak, LSBTIQ\* olmamak kadar sağlıklıdır.

Bir insan LSBTIQ\* olsun ya da olmasın, bazı durumlarda danışmanlığa ya da terapiye başvurmak faydalı olabilir.

Örneğin:

- kişi kendisini daha iyi anlamak istiyorsa
- kişi kendine olan güvenini geliştirmek istiyorsa
- kişi problem ya da sorularla tek başına başa çıkamıyorsa
- kişi kendini yalnız hissediyorsa
- kişi kendine zarar vermeyi bırakmak istiyorsa

Ya da:

- kişi uyuyamıyorsa
- kişinin aklına sürekli aynı düşünceler takılıyorsa
- kişi sürekli geçmişte kalan durumları tekrar düşünüyorsa
- kişinin bedensel açıklaması olmayan ağır baş ağrısı varsa
- kişi bazen yaşamamanın daha iyi olduğunu düşünüyorsa

Ayrıca şu sorular da cevaplanabilir:

Diğer LSBTIQ\* insanlarla, LSBTIQ\* mültecilerle nasıl iletişim kurabilirim?

Nerede korunma ve kalacak yer bulabilirim?

Kime karşı ya da hangi durumlarda açılabilirim?

Yani, psikoterapi ve danışmanlık, kişinin tek başına çözülmesi zor olan sıkıntılarda oldukça faydalı olabilir. Böyle durumlarda, psikolojik yardıma başvurmak mantıklıdır.

Psikolojik acı fazla ağır ise ya da kişinin algıları değişiyorsa (örneğin sesler duymak), ilaç tedavisi faydalı olabilir. Bu tedavi, ambulans (ayakta tedavi) ya da psikiyatrik hastanelerde yapılabilir.

## **Hangi destek imkanları vardır? Nerede terapist ve danışmanlık merkezleri bulabilirim?**

Almanya’da sağlık sigortasına kayıtlı olmak her birey için zorunludur.

Mültecilerin sağlık ihtiyaçları genelde “Asylgesetz” ya da “Asylbewerberleistungsgesetz” (AsylblG) adlı yasalarda düzenleniyor. Mültecilerin danışmanlık ya da psikoterapi hizmetine başvurmaları, ikamet durumlarına bağlı oluyor.

1. İlk 18 ay – ikamet izni olmadan:

Bu süreçte mültecilerin sağlık ihtiyaçlarını sosyal yardım dairesi üstleniyor. Eyalete göre, kişiye hastalık durumunda “Krankenbehandlungsschein” adlı hasta bakımı kağıdı ya da elektronik bir sağlık kartı veriliyor. Elektronik sağlık kartın imkanları limitli oluyor.

Bu süreçte yalnızca acil tedaviler görüldüğü için, psikoterapi ya da danışmanlığa başvurmak kolay değil. Yetkili kurumlar tedaviyi gerekli olarak nitelendirmeli ve onaylamalı. Mültecilerin çoğu, bu süreçte mülteciler ve işkence kurbanları için çalışan psikososyal merkezler (PSZ) tarafından tedavi edilmekte. Almanya’da bu merkezlerden 42 tane mevcut. Merkezlere giriş bekleme listeleri ile gerçekleşiyor.

2. 18 ayın sonrası – ikamet izni olmadan:

18 ay sonra, mülteciler de sağlık sigortasına kayıtlı olan diğer insanlar gibi aynı kapsamda sağlık hizmetleri talep edebiliyorlar, fakat ücretleri hala sosyal yardım dairesi karşılıyor. Bu süreçte tüm insanlara elektronik sağlık kartı veriliyor.

Aynı zamanda kişiler sağlık sigortalarına bağlı olan psikoterapistlere başvurabiliyor (BPtk linki). Bir başka yol ise, sağlık sigortasına bağlı olmayan, fakat yetki almış terapistlere başvurmak olabiliyor.

3. İkamet izni almak ya da işe girmekle birlikte devlet sağlık sigortasına giriş yapılıyor. Burada insanlar, yine sağlık sigortasına bağlı psikoterapistlere başvurabiliyor.

Bana uygun hizmetleri nerede bulabilirim?

Muayenesi olan ve sağlık sigortasına bağlı doktor ya da psikoterapist:

- <https://www.bptk.de/service/therapeutensuche>
- <https://www.psychotherapiesuche.de>

Bunun yanı sıra, üniversitelerin psikoterapötik acil servislerine danışmak uygun bir terapist arayışında oldukça da faydalı olabilir.

Sağlık sigortasına bağlı olmayan:

- <http://www.baff-zentren.org/behandlungszentren/ermaechtigte-psychotherapeutinnen/>

VLSP’ye üye olan terapistler: Mülteciler için psikososyal merkezler:

- <http://www.baff-zentren.org/psychosoziale-zentren/>
- <https://www.bios-bw.com>

Destekte bulunan ve danışmanlık arayışında yardımcı olan kuruluşlar ve dernekler:

- ProAsyl. Eyaletlere göre psikolojik destekte bulunan merkezleri topluyor: <https://www.proasyl.de/beratungsstellen-vor-ort/>
- Flüchtlingsrat. Baden-Württemberg eyaletinde bulunan danışmanlık merkezlerini topluyor: [https://fluechtlingsrat-bw.de/adressen/?\\_sft\\_adressen\\_kategorie=psychosoziale-zentren](https://fluechtlingsrat-bw.de/adressen/?_sft_adressen_kategorie=psychosoziale-zentren)

LSBTIQ\* olan insanlar için danışmanlık:

Lezbiyen, eşcinsel, biseksüel, trans\* insanlar için danışmanlık yapan merkezleri burada topladık. VLSP üyelerin danışmanlık hizmetlerini de burada bulabilirsiniz.

LSBTIQ\* mülteciler için danışmanlık hizmetleri:

Aşağıda belirtilen dernekler kendileri danışmanlık hizmeti sunmasa da, danışmanlık ve terapi bulmakta yardımcı oluyorlar:

- <https://www.netzwerk-lsbttiq.net/refugees>
- <https://www.queerrefugeeswelcome.de/locations>
- [https://www.queer-refugees.de/anlaufstellen/wpbdp\\_category/psycho-soziale-beratung-fuer-gefluechtete-lsbttiq-personen/](https://www.queer-refugees.de/anlaufstellen/wpbdp_category/psycho-soziale-beratung-fuer-gefluechtete-lsbttiq-personen/)
- <https://www.queeramnesty.de/lokale-gruppen> (daha çok hukuki destek için).

Stuttgart/Baden-Württemberg çevresinde danışmanlık ya da terapi arıyorsanız, bizler severek yardımcı oluruz: Projekt-Webseite "Anders ankommen – Vielfalt verstehen"

- [https://www.refugio-stuttgart.de/files/daten/20\\_Doku\\_Sprachmittlung.pdf](https://www.refugio-stuttgart.de/files/daten/20_Doku_Sprachmittlung.pdf)
- [http://www.baff-zentren.org/wp-content/uploads/2017/02/Versorgungsbericht\\_3-Auflage\\_BAaF.pdf](http://www.baff-zentren.org/wp-content/uploads/2017/02/Versorgungsbericht_3-Auflage_BAaF.pdf)
- [http://www.baff-zentren.org/wp-content/uploads/2017/03/BAaF\\_Arbeitshilfe\\_Therapiebeantragung.pdf](http://www.baff-zentren.org/wp-content/uploads/2017/03/BAaF_Arbeitshilfe_Therapiebeantragung.pdf)
- [https://www.bundesaerztekammer.de/fileadmin/user\\_upload/downloads/Faltblatt\\_Patienten-ohne-Aufenthaltsstatus\\_30112013.pdf](https://www.bundesaerztekammer.de/fileadmin/user_upload/downloads/Faltblatt_Patienten-ohne-Aufenthaltsstatus_30112013.pdf)
- <https://www.gesundheitsinformation.de/das-deutsche-gesundheitssystem.2698.de.html?part=einleitung-co>
- [https://www.netzwerk-lsbtqi.net/files/refugees/Verfahrensvorschlag%20Systematischen%20Schutzbedarfserhebung\\_Mai\\_2018.pdf](https://www.netzwerk-lsbtqi.net/files/refugees/Verfahrensvorschlag%20Systematischen%20Schutzbedarfserhebung_Mai_2018.pdf)

### ***Tercümanlarla işbirliği***

Tercüman desteğine mi ihtiyacınız var? Yakınıınızda bulunan, LSBTIQ\* mülteciler için danışmanlık merkezleri sizlere bu konuda yardımcı olabilir (bkz. yukarıda). Tercümanlarla işbirliğinde, görüşmenin iyi geçmesi için bazı noktalara dikkat etmek gerekir: Burada tercüman desteğiyle danışmanlık konusunda bazı bilgiler bulabilirsiniz. Burada tercüman desteğiyle danışmanlık ve terapi için daha fazla bilgiye ulaşabilirsiniz.

Tercümanlık:

Almancayı ana dili olarak değil de ikinci dil olarak konuşan insanlar kendilerine şu soruyu sorabilirler: neden görüşmeye bir tercüman çağırayım? Tercümanlar, terapi ve danışmanlıkta, BAMF ile görüşmelerinizde ve birçok farklı durumda önemli ve sorumluluk taşıyan bir görev üstlendikleri için, tercümana başvurmanızı tavsiye ediyoruz.

Burada önemli olan, söylenenlerin anlamını sadece bir dilden diğer dile aktarmak değildir. Çoğu zaman kültürel faktörlere de dikkat etmek gerekiyor, örneğin ifade edilen değerlendirmeleri anlamak için. Aynı zamanda, çeviriyi yapan kişinin kendi değerlendirmesini katmadan kelimesi kelimesine tercüme etmesi oldukça önemlidir.

Bazı durumlarda, güvendiğiniz bir kişinin tercümanlık görevini üstlenmesi oldukça faydalı olabilir. Bu kişi örneğin bir arkadaş ya da aile üyesi olabilir. Diğer durumlarda ise profesyonel tercümanlara başvurmak daha faydalıdır:

Terapi ve danışmanlıkta, duyguları ve istekleri ifade edebilmek için kendi anadilini konuşmak oldukça önemli olabilir. Terapi ve danışmanlık için eğitilmiş tercümanlar, ağır konularla da başa çıkabiliyor. Ayrıca onlarla derin bir kişisel bağ bulunmaz. O nedenle, rahatça ve özgürce konuşabilmek için eğitilmiş tercümanlara başvurmak önemlidir.

Aynı şey mahkemeler ya da mültecilerin BAMF ile yapacakları görüşmeler için de geçerlidir, çünkü burada sıkıntılı veya yüklü deneyimler hakkında konuşulur.

### ***Tercümanlık yapabilecek birini nerede bulabilirim?***

Psikoterapi ve danışmanlıkta uygun bir tercüman bulmak, hizmetlerin nerede gerçekleştiğine bağlıdır:

- Psikososyal merkezlerin kendi tercüman kadroları vardır. Burada, terapistinize danışabilirsiniz.
- Psikoterapist ile acil tedavi: Burada, çoğu zaman tercümanlık yapabilecek kişiyi kendiniz bulmanız gerekir. Tercüman arayışında, mülteci ve göçmenlere hizmet veren sosyal çalışanlara ve kuruluşlara danışabilirsiniz.
- Danışmanlık merkezlerinde bazen tercüman kadrosu bulunur, bazen de bulunmaz. Danışmanınıza sorabilirsiniz.
- LSBTIQ\* göçmenler için çalışan danışmanlık merkezlerin de genelde kendi tercüman kadroları bulunmaktadır.
- BAMF ile görüşmelerde şu önemlidir: BAMF’in eğitilmiş tercüman kadrosu vardır. Burada, LSBTIQ\* konularına hakim olan bir tercüman talep edebilirsiniz (fakat bunun garantisi verilemez). Başka bir olanak ise, BAMF görüşmelerine şahsi tercümanınızı götürmektir. Yalnız bu durumda, tercümanın önceden görüşme için kaydolması gerekir.

### ***Tercümanlara güvenebilir miyim?***

Özellikle LSBTIQ\* hakkında rahatça konuşabilmeniz için, tercümanınıza güvenmeniz oldukça önemlidir. Cinsel yönelim ve cinsiyet kimliği hakkında yeterince hassasiyet ve bilinç sahibi olan ve bu konularda iki dilde de konuşabilen tercümanlara LSBTIQ\* grupları, kuruluşları ve ya spesifik danışmanlık merkezleri üzerinden ulaşabilirsiniz. Örneğin:

- VLSP\* Stuttgart derneğinin çatısı altında gerçekleşen "Anders ankommen - Vielfalt verstehen" adlı proje
- LSBTTIQ Baden-Württemberg network'un „Refugees“ adlı çalışma grubu

Tercümanla görüşme için bazı ipuçları:

Görüşme esnasında tercümanınıza değil de direkt olarak danışmanınızla konuşmaya dikkat edin. Çünkü danışmanlığın sürecini ve sonucunu danışmanlık yapan kişi belirler, tercüman değil. Danışmanlık esnasında ve hatta öncesinde ve sonrasında tercümanınızla ayrıyeten bir konuşma sürdürmeniz hoş görülmemektedir ve yapıyorsa eğer, görüşme esnasında bulunan tüm bireyler için açıklanmalıdır. Daha fazla ipucu için bu broşüre göz atabilirsiniz.

- Tercümanım tarafından ayrımcılığa uğradığımda ne yapabilirim? Tercümanlık yapan kişinin size karşı kötü davrandığını hissediyorsanız, bu durumu dile getirebilir ve görüşmeyi sonlandırabilirsiniz. Örneğin tercüman saygısız bir üslup takınıyorsa ya da vücut dili ile sizin söylediklerinizle okey olmadığını sergiliyorsa.
- LSBTIQ\* olduğunuz için size karşı kötü davranıldığını hissediyorsanız, LSBTIQ\* kuruluşlarına başvurabilirsiniz.
- Eğer mülteciyseniz ve BAMF ile yapılan görüşmede tercümanın saygısız davrandığını ya da söylediklerinizi tam anlamıyla doğru çevirmediğini hissediyorsanız, bu durumu hemen dile getirin. Çeviriyi kontrol etmek için, görüşmenin sonunda, tercüme edilen cümlelerin tekrar kendi dilinize çevrilmesini talep edebilirsiniz.

Danışmanlık görüşmelerinde tercümanlık konusunda, psikososyal uzman çalışanlar, tercümanlar ve danışmanlık hizmeti alanlar için hazırladığımız broşüre de göz atabilirsiniz.

### ***Emin ellerde olduğunuzu nasıl anlayabilirsiniz?***

*Yazarlar: Dr. phil. Ulli Biechele, Dipl.-Psych. Margret Göth, Dipl.-Psych. Thomas Heinrich ve Dipl.-Psych. Andrea Lang*

Genelde, danışmanınız ya da terapistinizle uyumunuzu anlamak için, başlangıçta birkaç oturum yapılır. Bu süreçte, karşılıklı güveni, yanlış anlaşılmalara nasıl başa çıkıldığını ve ileride bu kişiye başlangıçta utandığınız için anlatamadığınız şeyleri anlatıp anlatmayacağınızı değerlendirebilirsiniz. Tercümanlık desteğiyle gerçekleşen danışmanlık ve terapilerde, aynı şey tercümanlar için de geçerlidir.

Kendinize sorabileceğiniz sorular:

- Güven ve sempati duyuyor muyum?
- Kendimi anlaşılabilir ve emin ellerdeymiş gibi hissediyor muyum?
- Lezbiyen, gay, biseksüel, trans\*, interseks ya da queer olma hakkında rahatça konuşabiliyor muyum?
- Terapistim, LSBTIQ\* insanlar hakkında yeterince bilgiye sahip mi?
- Terapistim, LSBTIQ\* olarak yaşamamın ne anlama geldiğini biliyor ve buna saygı duyuyor mu?

Kendinizi iyi hissetmediğiniz danışmanlık veya terapi ortamlarında neler yapabileceğiniz hakkında bilgilere bu sayfada ulaşabilirsiniz.

### ***Kendimi iyi hissetmediğim danışmanlık veya terapi ortamlarında ne yapmalıyım?***

*Yazarlar: Dr. phil. Ulli Biechele, Dipl.-Psych. Margret Göth, Dipl.-Psych. Thomas Heinrich, Dr. phil. Jochen Kramer ve Dipl.-Psych. Andrea Lang*

Memnun olmadığınız bir durum olursa, danışmanınız veya terapistinizle konuşun! Rahatsız olduğunuz noktaları açıkça dile getirin. Genelde, sorunları dile getiren bir konuşma konuya açıklık getirir ve yanlış anlaşılmaları ortadan kaldırabilir.

Sorunlar size göre devam ederse ve çözülmeyecek gibi duruyorsa, etik derneğine başvurabilirsiniz. Etik derneği (Ethikverein), sizlere şu konularda yardımcı olabilir:

- Kırıldığınızı veya size karşı kötü davranıldığınızı hissediyorsanız
- Terapi ve tedavide bir anlaşmazlık oluşmuşsa ve bunu tek başınıza çözemiyorsanız
- Tedavi, anlayamadığınız sebeplerden dolayı bitecek gibi duruyorsa
- ya da bitmişse Psikoterapötik tedavi hakkında tavsiye ya da daha fazla bilgi edinmek istiyorsanız

Etik derneği bağımsız ve ücretsiz olarak çalışıyor. VLSP\*, etik derneğine üye. Daha fazla bilgiye etik derneğin internet sayfasında ulaşabilirsiniz.

Zorluklar konuşarak hal edilemiyorsa, danışmanlığı ya da terapiyi her an sonlandırabilir ve başka bir danışman ya da terapist arayabilirsiniz. Böyle bir karar verdiyseniz eğer, bu kararı danışmanınıza ya da terapistinize yüz yüze açıklayabileceğiniz bir randevu ayarlamamızı tavsiye edilir. Böylece, danışmanınızla olan ilişki medeni bir şekilde ve arkada kızgınlık bırakmadan sonlandırılmış olacaktır.

Uzman kişi sorumluluklarını yerine getirmiyorsa, size ve kimliğinize saygı duymuyorsa da danışmanlığı ya da terapiyi sonlandırmayı düşünmelisiniz. Örneğin, danışmanlık aldığınız

kişi, heteroseksüel ya da cisseksüel olmanın sizin için daha iyi olacağını ifade ediyorsa. Bu ve buna benzer ifadeler, danışmanlık veren kişinin negatif tutumlarından kaynaklanır ve hiçbir profesyonel temele dayalı değildir! LSBTIQ\* insanlara karşı profesyonel bir şekilde davranış bazı kurallara dayalıdır (bkz. VLSP\* derneğın hazırlamış olduğu LSB ile danışmanlık ve terapi için tavsiyeler).

LSBTIQ\* olan insanlarla danışmanlık ve terapinin başarılı geçmesi için, LSBTIQ\* olan insanlara değer vermek oldukça önemlidir - LSBTIQ\* olmalarına rağmen değil, tüm yönleriyle: Cinsel yönelimlerine, cinsiyet kimliklerine ve aynı zamanda sorularına ve kaygılarına değer vermek demektir.

Terapinin başarılı geçmesi için değer vermenin oldukça önemli olduğunu akılda tutarak, değer ve kabul görmeyeceğiniz danışmanlık ya da terapileri sonlandırmanızı tavsiye ederiz. Örneğın, terapistiniz heteroseksüellik dışında başka bir cinsel yönelimi kabul edemiyorsa. Bu oldukça önemli bir noktadır çünkü böyle bir durumda terapiye devam ederseniz ve terapi doğal olarak başarısız bir şekilde sonlanırsa, sonradan hiçbir talepte bulunamazsınız. Almanya’da yargı bunu şöyle ifade ediyor: değer görmediğiniz bir danışmanlık ya da terapiyi sonlandırmayıp devam ediyorsanız, bu durumu kabul ediyorsunuz demektir.

## LGBTIQ - Giriş

Bu internet sitesinde farklı cinsiyet ve cinsel yönelimlerin psikolojik açıdan tanıtımını yapacağız.  
Ele alacağımız konular:

- Biyolojik özelliklere dayalı cinsiyet
- Cinsiyet kimliği
- Cinsiyet rolü
- Cinsel yönelim

Tanımlamalarımızda kullandığımız dil, daima psikolojik danışmanlığın ve LSBTIQ toplumunun en güncel gelişmelerine dayalıdır. Elbette, dil sürekli değiştiği için, dün kullanması kabul edilebilir tanımlar bugün sorunlu olabiliyor. Bunun üzerine, insanlar söz konusu kendileri olduğu zaman kendi tercihleri doğrultusunda kavramlar kullanmak isterler ve bunlar bazen resmi dil kurallarından farklı olabilir.

Dolayısıyla, “doğru” kavramları kullanmak bazen hepimiz için zor olabiliyor ve hepimiz bu konuda hatalar yapıyoruz. Önemli olan, bu bağlamda sürekli yeni şeyler öğrenmek için açık olmamızdır. İnsanları tanımlarken kendi görüşlerimizi dayatmak yerine, kişilerin şahsen tercih etmiş oldukları ve hakaret olarak algılamadıkları kavramları kullanmamız gerekir.

### **Kadın/erkek olarak ayıran cis-gender kimliğinin yanı sıra hangi cinsiyet kimlikleri vardır?**

*Yazarlar: Isabelle Melcher & Kai Janik*

Cinsiyetin, yalnızca kadın veya erkek olarak ayrılması, toplumda kök salmış yanlış bir algıdır. Aksine, cinsiyet bir çok çeşitliliği olan bir spektrumdur. Bedensel olarak baktığımızda bile, cinsiyet özellikleri insandan insana değiştiği için, cinsiyet yalnızca iki kategoriyle tam anlamıyla tanımlanamaz. Burada, özellikle interseks insanlar iyi bir örnektir. Artık onlar için de



üçüncü ve daha pozitif bir cinsiyet arasında seçebilme imkanı bulunmakta. Cinsiyet kimliği, hayat boyunca bir kere ya da duruma göre de değişebilir.

Burada bir etken, kişinin kendini nasıl algıladığı ve aynı zamanda etrafından nasıl algılandığıdır.

İnsanlar, cinsiyeti çeşitli yönlerle algırlar ve bu algı doğrultusunda kendilerini konumlarlar. Bazı insanlar, kendilerini erkek ya da kadın kavramların arasında, bu kavramların birinde ya da tamamen dışında konumlar. Kişi kendi cinsiyetini sabit, değişken ya da birden fazla cinsiyetten oluşan bir kimlik olarak algılayabilir. Bu durumları anlatmak için şu kelimeler kullanılır: “genderfluid”, “genderqueer” ya da “bigender”. Çoğu zaman “non-binary” kavramı, bu cinsiyet kimliklerin tümünü kapsayan çatı kelime olarak kullanılır. Kendilerini “agender” olarak tanımlayan insanlar, kendilerini mevcut hiçbir cinsiyette konumlandıramaz. Bu terimlerin tümü, mutlak tanımlamadan daha çok iletişimi kolaylaştırmayı amaçlayan deneyimlerdir, çünkü her insan kendini bu imkanların toplamıyla özdeşleştirebilir.

### **Cinsel yönelimler nelerdir?**

*Yazarlar: Leyla Jagiella & Moe Albarzawi*

Cinsel yönelim, bir kişinin hangi insana karşı cinsellik, romantik ya da duygusal çekimleri olduğunu tanımlar. Bu, eşcinsel (gay), lezbiyen, heteroseksüel, aoseksüel ve diğer yönelimler içerebilir.

#### **Eşcinsellik:**

Eşcinsellik kelimesi, bireyin kendisiyle aynı cinsiyete ait olan insanlara karşı duyduğu cinsel ve/ya da romantik arzuyu tanımlar. Eşcinsel erkekler günümüzde çoğu zaman “gay” kelimesini tercih ederken, eşcinsel kadınlar ise “lezbiyen” kelimesini tercih ederler.

#### **Heteroseksüellik:**

Heteroseksüel kelimesi, bireyin karşı cinse karşı duyduğu cinsel ve/ya da romantik arzuyu tanımlar. Yani örneğin, bir erkek yalnızca kadınlardan hoşlanıyorsa, ya da bir kadın yalnızca erkeklerden hoşlanıyorsa, bu kişiler heteroseksüeldir. Almanca’da kısaltma olarak “hetero” kelimesi kullanılır.

#### **Biseksüellik:**

Biseksüel kelimesi, bireyin hem kadınlara hem de erkeklere karşı duyduğu cinsel ve/ya da romantik arzuyu tanımlar. İki cinsiyet kavramı dışında da, biseksüellik tüm cinsiyetlere karşı duyulan arzuyu tanımlayabilir. Bu durumda, günümüzde sıkça “panseksüel” kelimesi de kullanılır.

#### **Aoseksüellik:**

Aoseksüellik de tıpkı heteroseksüellik, eşcinsellik ve ya biseksüellik gibi bir cinsel yönelimdir. Fakat aoseksüel bir bireyin karşısındaki insana duyduğu ilgi, cinsel arzudan daha çok duygusal bir arzudur. Kendilerini “aseksüel” olarak tanımlayan bireyler hiç ya da düşük düzeyde cinsel arzu yaşarlar.

#### **Cinsel yönelim ve cinsiyet kimliği:**

Trans bir erkek ya da trans bir kadın hem heteroseksüel hem de eşcinsel olabilir, tıpkı bir cis erkek ve cis kadın gibi. Cinsel yönelimi tanımlamak için önemli olan, kişinin cinsiyet kimliğidir, bedeni değil. Örneğin: Trans bir kadın erkeklerden hoşlandığı zaman “hetero”,

kadınlardan hoşlandığı zaman da “lezbiyen” olarak tanımlanıyor. Bu durumun, yani cinsel yönelimin, cinsiyet değiştirme ameliyatı geçirip geçirmediğiyle bir alakası yoktur.

### **Queer:**

Queer kelimesi çeşitli anlamlar taşıyabilir. Çoğu zaman tüm LGBTQI\* bireylerini tanımlamak için kısa ve genel bir kavram olarak kullanılır, ama aynı zamanda daha somut anlam da taşıyabilir. Kendilerini yukarıda açıklamış olduğumuz kimliklerden birine ait hissetmeyen ya da onları fazla kısıtlayıcı olarak algılayan bir çok insan kendilerini “queer” olarak tanımlıyor. Bazı insanlar da “queer” kelimesini kendi cinsiyet kimliklerinden ve cinsel yönelimlerinden emin olmadıklarını ve bunları sorguladıklarını ifade etmek için kullanıyor.

### **Cinsiyet:**

Toplum, bireylere çeşitli bedensel özellikler doğrultusunda bir cinsiyet verir, bunlar: Hormonlarımız, cinsel organlarımız ve onları belirleyen genler.

Biyolojik olarak sadece ikiye, yani kadına ve erkeğe ayrılan cinsiyet yoktur, bu iki kutuplar arasında da cinsiyetler vardır. Yalnız bir çok toplum, bu kutuplar arasında bulunan cinsiyetlere tahammül etmek istemez ve bireylerin net olarak erkek ya da kadın olmasını isterler. Bu durum, özellikle trans\* ve interseksüel bireyler için oldukça zorlayıcıdır.

### **İnsan biyolojisi, cinsiyet ve bilim:**

Çoğu insan, cinsel organların bir kişinin cinsiyetini belirlediğine inanır. Erkeklerin penisi ve kadınların da vajinası vardır. Gerçekte olan ise, insan biyolojisinin bundan daha kompleks olduğudur. Çoğunlukla kullanılan iki cinsiyet tanımlaması interseksüel bireyleri dışlamaktadır. Aynı şekilde, farklı sebeplerden dolayı cinsiyet değiştirme ameliyatı yapamayan trans\* bireyler için de oldukça dışlayıcı bir tanımlamadır. Kadınların da penisi olabilir, örneğin interseks teşhisi konulmuşsa ya da trans bir kadın cinsiyet değiştirme ameliyatı yaptırmadıysa. Aynı şekilde erkeklerin de vajinası olabilir, örneğin interseks teşhisi konulmuşsa ya da trans bir erkek cinsiyet değiştirme ameliyatı yaptırmadıysa.

### **Kromozomlar:**

Bizlere genelde, XX kromozomu taşıyan insanların kadın ve XY kromozomu taşıyan insanların erkek olduğu öğretilir. Fakat insan biyolojisi bundan daha komplekstir. Bahsedilen fikirde interseks teşhisi konulan insanlar tamamen dışlanır. Örneğin bir insan XY kromozomu taşıyabilir ve aynı zamanda vajina ile dünyaya gelebilir. Aynı şekilde trans bireyler de dışlanmaktadır çünkü onların kromozomları kendi cinsiyet kimliklerini belirlemez.

### **Hormonlar:**

Genelde, östrojen baskınlığını kadınlarla ve testosteron baskınlığını erkeklerle ilişkilendiririz. Yalnız bilinmesi gerek önemli nokta, her insanın iki hormonu da içinde taşıdığıdır ve bunların farklı orantılarda olduğudur. Örneğin, insan vücudunda östrojenin en önemli formlarından biri olan estradiol, doğuştan biyolojik erkek olarak tanımlanan insanların vücutlarında da önemli fonksiyonlar taşımaktadır. Estradiol, cinsel uyarılma, sperm oluşumu ve ereksiyon için önemlidir. Trans bireyler cinsiyetlerini değiştirmek için çoğu zaman hormon tedavisine başvurursa bile, bu tedavinin olup olmaması bireylerin cinsiyet kimliğini etkilemez. Yani, testosteron almayan bir trans erkek, testosteron almayı tercih eden bir trans erkekten daha az erkek değildir.

### **İkinci derecede olan cinsel özellikler:**

Bir çok ikincil cinsel özellikler ilk görüşte görülebiliyor: Sakal, göğüsler ve ses tonu. Görmesi kolay olduğu için bu özellikleri insanların cinsiyeti hakkında tahminlerde bulunurken

kullanırız. Fakat bu ikincil cinsel özellikler, kişilerin kendilerini biyolojik cinsiyetleriyle özdeşleştirdiği halde de çok değişken olabiliyor. Örneğin, doğuştan kadın olarak tanımlanan bireylerin sonradan kendiliğinden sakalı çıkabiliyor ve aynı şekilde doğuştan erkek olarak tanımlanan bireylerin hiç sakalı çıkmayabiliyor.

### **İnterseksüellik:**

İnterseksüel bireylerin bedensel cinsiyet özellikleri net olarak eril ya da dişi olarak sınıflandırılmaz. Bu durum doğuştan ortaya çıkabilir, kendini sonradan da gösterebilir. Doğuştan interseks teşhisi konulan çocuklara çoğu zaman cinsiyetlerini net olarak eril ya da dişi yapmak amacıyla, doktorlar ve ebeveynler tarafından çeşitli ameliyatlara ve tıbbi tedavilere uygulanır.

Fakat bu tedaviler bir çok yan etkiye yol açabilir ve bebek yaşta belirlenen cinsiyet, kişinin cinsiyet kimliğiyle aynı olmayabilir. İnterseksüel bireyler sıkça kendi isteklerinin dışında gerçekleşen söz konusu tedavilerin acısını çekerler.

### **Toplumsal cinsiyet ya da cinsiyet kimliği**

#### **Cinsiyet kimliği:**

Cinsiyet kimliği, temel olarak bireylerin kendilerini hangi cinsiyete ait olarak gördükleridir. Kadın mıyım? Erkek miyim? Her iki cinsiyete de mi ait hissetmiyorum? Bu soruların cevabı kişiye göre değişebiliyor ve cinsiyet kimliğinin tanımlanmasında toplumsal cinsiyetin ve cinsiyet rollerinin de etkisi olabiliyor.

#### **Toplumsal cinsiyet:**

Toplum, kadınlık ve erkeklik kavramları doğrultusunda kişilerin kendi cinsiyetlerini nasıl göstermeleri konusunda çoğu zaman sabit düşüncelere sahiptir. Bu düşünceler toplumdan topluma, kültürden kültüre değişebilir. Şahsi olarak insanlar cinsiyetlerini çeşitli şekillerde gösterebilirler ve bu her zaman toplumsal ve kültürel beklentilerle uyum sağlamak zorunda değildir. Almanya’da artık “Üçüncü cinsiyet” (diğer) uygulaması başladı fakat toplumun büyük bir kısmı hala bireylerin kendilerini kadın ya da erkek olarak tanıtmalarını bekliyor. Bu beklentiler, çoğu zaman trans\*, interseksüel ve non-binary insanların ayrımcılığa uğramalarına yol açıyor.

#### **Cinsiyet rolleri:**

Cinsiyetini tanıtmayla alakalı toplum, erkeklerin ve kadınların nasıl davranmaları konusunda da bir çok beklenti taşır. Giyim, spor dalları, meslekler, hobiler, renkler vs. daima kadınlara ve erkeklere göre ayrılır. Bunun altında da çoğu zaman yalnızca iki cinsiyetin olduğu inancı yatar. Bu durum, hepimiz için zorlayıcıdır çünkü bizleri kendi ihtiyaçlarımıza göre hareket etmek yerine, toplumun beklentileri doğrultusunda hareket etmeye zorlar.

#### **Cisgender:**

Cisgender kelimesi, cinsiyet kimliği ve biyolojik cinsiyetin birbirleriyle uyumlu olan kişiyi tanımlamak için kullanılır.

#### **Transgender:**

“Transgender”, cinsiyet kimliği ile atanmış olan sosyal cinsiyetin uyumlu olmaması durumudur. Trans bir birey, kendi kimliğiyle uyum sağlayan bir sosyal rolde yaşama arzusunu taşıyabilir. Aynı zamanda, toplumun cinsiyet beklentilerini karşılamak için kendi bedenini cinsiyet kim-

liğiyle uyumlu hale getirecek tıbbi tedavilere de başvurabilir (hormonlar, cinsiyet değiştirme ameliyatları). Trans bir birey, kendini net olarak kadın ya da erkek, non-binary ya da başka bir şey olarak tanımlayabilir.

Trans olmanın çeşitli türleri vardır ve bunlar çoğu zaman trans\* kısaltması ile özetlenir. Cinsiyet kimliği ile doğuşta atanmış olan cinsiyetin uyumlu olmamasının verdiği duygu “cinsiyet disforisi” olarak tanımlanır.

### **Transseksüellik:**

Uluslararası bağlamda “transseksüel” kelimesi (İngilizce: transsexual) günümüzde gittikçe daha az kullanılmaktadır ve onun yerine daha genel olan “transgender” tanımı tercih edilir. Transseksüel bireyler trans\* bireyler arasında bir grup olarak tanımlanabilir. Kendilerini, doğuşta kendilerine atanmış olan biyolojik cinsiyetin karşıtına ait hissederler ve genelde hissettikleri cinsiyete ulaşmak için tıbbi tedavilere başvururlar.

### **Drag Queen:**

Drag Queen kelimesi, doğuşta erkek olarak tanımlanan ve günlük hayatlarında da cinsiyet kimliği erkek olan, fakat sahnede kostümler, peruklar, makyaj vs. ile kadınlığın uç formlarını sergileyen kişileri tanımlar. Son zamanlarda Drag Queen olan kişiler popüler kültürde de yer almaktadır. Drag Queen olan kişilerin sahnede sergilemiş oldukları cinsiyetin çoğu zaman sanatçının cinsiyet kimliğiyle bir alakası yoktur.

### **Kültürlere göre spesifik tanımlar ve kimlikler:**

Cinsel yönelim, bir kişinin hangi insana karşı cinsellik, romantik ya da duygusal çekimleri olduğunu tanımlar. Bu, eşcinsel (gay), lezbiyen, heteroseksüel, aoseksüel ve diğer yönelimler içerebilir.

### **Cinsel yönelim:**

Cinsel yönelim, bir kişinin hangi insana karşı cinsellik, romantik ya da duygusal çekimleri olduğunu tanımlar. Bu, eşcinsel (gay), lezbiyen, heteroseksüel, aoseksüel ve diğer yönelimler içerebilir.

### **Eşcinsellik:**

Eşcinsellik kelimesi, bireyin kendisiyle aynı cinsiyete ait olan insanlara karşı duyduğu cinsel ve/ya da romantik arzuyu tanımlar. Eşcinsel erkekler günümüzde çoğu zaman “gay” kelimesini tercih ederken, eşcinsel kadınlar ise “lezbiyen” kelimesini tercih ederler.

### **Heteroseksüellik:**

Heteroseksüel kelimesi, bireyin karşı cinse karşı duyduğu cinsel ve/ya da romantik arzuyu tanımlar. Yani örneğin, bir erkek yalnızca kadınlardan hoşlanıyorsa, ya da bir kadın yalnızca erkeklerden hoşlanıyorsa, bu kişiler heteroseksüeldir. Almanca’da kısaltma olarak “hetero” kelimesi kullanılır.

### **Biseksüellik:**

Biseksüel kelimesi, bireyin hem kadınlara hem de erkeklere karşı duyduğu cinsel ve/ya da romantik arzuyu tanımlar. İki cinsiyet kavramı dışında da, biseksüellik tüm cinsiyetlere karşı duyulan arzuyu tanımlayabilir. Bu durumda, günümüzde sıkça “panseksüel” kelimesi de kullanılır.

### **Aseksüellik:**

Aseksüellik de tıpkı heteroseksüellik, eşcinsellik ve ya biseksüellik gibi bir cinsel yönelimdir. Fakat aseksüel bir bireyin karşısındaki insana duyduğu ilgi, cinsel arzudan daha çok duygusal bir arzudur. Kendilerini “aseksüel” olarak tanımlayan bireyler hiç ya da düşük düzeyde cinsel arzu yaşarlar. .

### **Cinsel yönelim ve cinsiyet kimliği:**

Trans bir erkek ya da trans bir kadın hem heteroseksüel hem de eşcinsel olabilir, tıpkı bir cis erkek ve cis kadın gibi. Cinsel yönelimi tanımlamak için önemli olan, kişinin cinsiyet kimliğidir, bedeni değil. Örneğin: Trans bir kadın erkeklerden hoşlandığı zaman “hetero”, kadınlardan hoşlandığı zaman da “lezbiyen” olarak tanımlanıyor. Bu durumun, yani cinsel yönelimin, cinsiyet değiştirme ameliyatı geçirip geçirmediğiyle bir alakası yoktur.

### **Queer:**

Queer kelimesi çeşitli anlamlar taşıyabilir. Çoğu zaman tüm LGBTQI\* bireylerini tanımlamak için kısa ve genel bir kavram olarak kullanılır, ama aynı zamanda daha somut anlam da taşıyabilir. Kendilerini yukarıda açıklamış olduğumuz kimliklerden birine ait hissetmeyen ya da onları fazla kısıtlayıcı olarak algılayan bir çok insan kendilerini “queer” olarak tanımlıyor. Bazı insanlar da “queer” kelimesini kendi cinsiyet kimliklerinden ve cinsel yönelimlerinden emin olmadıklarını ve bunları sorguladıklarını ifade etmek için kullanıyor.

### **Sağlıklı çeşitlilik**

*Yazarlar: metin APA'ya dayalı olarak, M. Albarzawi, Luise Kenntner, Uta Krüger ve Dr. phil. Gisela Wolf tarafından yazılmış ve çevrilmiştir.*

LSBTIQ\* olmak, LSBTIQ\* olmamak kadar sağlıklıdır!

### **Cinsel yönelim (Sexuelle Orientierung)**

Lezbiyen, gay, biseksüel ya da heteroseksüel yönelimler psikolojik rahatsızlık değildir. Bilimde, cinsel yönelim ve psikopatoloji arasında nedensel ilişki bulunmamıştır. Bazı insanlar hâlâ lezbiyen, gay ya da biseksüel insanların “hasta” olduğu önyargısına insansa bile, önemli tıbbi örgütler (örneğin Dünya Sağlık Örgütü) ve psikoterapik örgütler yıllardır sürdürülen bilimsel araştırmalara ve klinik tecrübelerine dayanarak şu sonuca varmışlardır: bahsi geçen tüm cinsel yönelimler sağlıklıdır. Yani lezbiyen, gay ve biseksüel ilişkiler bir bağlılığın göstergesi olup, tıpkı heteroseksüel ilişkiler gibi duygusal kaliteye ve süreye sahiptir ve yine onlar gibi iyi veya kötü gidebilir.

### **Cinsiyet kimliği (Geschlechtsidentität)**

Uluslararası Hastalık Sınıflamasının on birinci revizyonunda (ICD-11) “Transseksüellizm” terimi “Psikolojik ve Davranış Bozuklukları” bölümünden çıkartılıp cinsiyet sağlığıyla ilgilenen “Cinsiyet uyumsuzluğu” bölümünde sınıflandırılmıştır. Bu sınıflandırmanın amacı, trans\* bireylerin önemli sağlık hizmeti ihtiyaçlarını en iyi şekilde karşılayabilmek ve psikopatolojiye engel olmaktır.

Non-binary olan ya da kendilerini “divers” (“muhtelif”) olarak kaydetmek isteyen trans\* bireyler doktor raporuna zorunlu tutuluyor. Bu zorunluluk, günümüzde devam eden bir stigmatizasyondur.

### **Kaynaklar:**

APA = American Psychological Association. (2008). Answers to your questions: For a better

understanding of sexual orientation and homosexuality. Washington, DC: Author. Available at <https://www.apa.org/topics/lgbt/orientation>  
Bundesverband Trans\*: Website on healthcare provision for trans persons: <https://www.bundesverband-trans.de/unsere-arbeit/transgesundheitsversorgung/>  
Günther, M., Teren, K., & Wolf, G. (2019). „Psychotherapeutische Arbeit mit trans\*Personen. Handbuch für die Gesundheitsversorgung“ (Psychotherapeutic Work with Trans Persons. Handbook for Healthcare Provision). München: Reinhardt.  
Rauchfleisch, U. (2018). „Medizinische Einordnung von Trans\*identität.“ (Medical Classification of Trans Identiy). Bonn: Bundeszentrale für politische Bildung (German Federal Agency for Civic Education).  
Available at <https://www.bpb.de/gesellschaft/gender/geschlechtliche-vielfalt-trans/245353/medizinische-einordnung-von-transidentitaet>

### Coming-out

*Yazarlar: Dr. phil. Ulli Biechele, Dipl.-Psych. Margret Göth, Dipl.-Psych. Thomas Heinrich, Psych. (M.Sc.) Lu Kenntner ve Dipl.-Psych. Andrea Lang*

- “Okulda spor hocama hayranlık duyuyordum”
- “Soyunma odasında benden daha yaşı olan erkekler beni her zaman etkilemiştir”
- “Üniversitenin ilk gününde, amfinin önünde öpüşen iki lezbiyen görmüştüm – bu benim için harika bir karşılamaydı”
- “Mutlu bir evlilik sürdürüyorum – en azından böyle düşünüyordum, ta ki geçen sene son derece korkunç ve heyecanlı bir şekilde bir erkeğe aşık olana kadar”
- “Erkek arkadaşımın olması gerektiğini düşünüyordum, ama hiçbir zaman gerçek anlamda bir kıpırtı hissetmedim”
- “Her zaman elbise giymek zorunda olduğumu düşünüyordum, ta ki erkek kardeşimin kıyafetlerinde kendimi ne kadar iyi hissettiğimi fark edene kadar”
- “Hissettiklerimi anlatabilmek için yeterli kelime bulamıyordum. Ne tam kadın ne de tam erkek olduğumu biliyordum, ama ben neydim?”

“Coming-Out” terimi, lezbiyen, gay, biseksüel, trans\*, interseks ve queer insanların çeşitli deneyimlerini tarif eder: kendi hisleriniz hakkında bilinç sahibi olmak, başka insanlara cinsel yönelim ve(ya) cinsiyet kimliğiniz hakkında açılmak ve kendinizi LSBTIQ\* toplumunun bir parçası olarak tanımlamak. “İçsel” ve “dışsal” Coming-Out arasında bir ayrım yapılmaktadır. İçsel Coming-Out, kişinin kendi hislerini bazen kolay bazen de zor bir süreçten sonra keşfetmesini tanımlarken, dışsal Coming-Out ise kişinin bu durumu etrafındaki insanlarla paylaşmasını ve hislerine bir isim vermesini tarif eder. Ayrıca burada, kişinin cinsel yönelimini ve cinsiyet kimliğini paylaşmama kararı alması da önemli bir noktadır.

Birçok insan için Coming-Out, inişleri ve çıkışları olan bir süreçtir. Bazı insanlar kendilerini ikinci bir ergenlikteymiş gibi hissederler, hoşlandıkları kişiyi gördüklerinde kalp atışları hızlanır ve yüzleri kızarmaya başlar. Belli bir zaman sonra birçok soru çözülüp bir rahatlama gelse bile, Coming-Out ile ilgili bazı sorular bir ömür boyu da sürebilir. Hayatınıza giren her yeni kişi, arkadaş ya da patronunda, kendi cinsel yöneliminizi ve(ya) cinsiyet kimliğinizi ne zaman ve ne şekilde açıklayacağınız ile ilgili karar alacaksınız.

Coming-Out, LSBTIQ\* insanların gelişiminde bir dönüm noktasıdır. Güncel araştırmalar, kendi cinsel yönelimini pozitif algılamanın ve hayatına dahil etmenin kişinin ruh sağlığı için faydalı olduğu kanıtına varmıştır. Kendi cinsel yöneliminiz hakkında başkalarıyla

konusabilmek aynı zamanda sosyal destek alabilmenizi de kolaylaştırır, ki bu ruh sağlığı için oldukça önemlidir. Tıpkı heteroseksüel ya da cis-gender insanlar gibi LSBTIQ\* insanlar da hayatlarında olup bitenleri arkadaşlarıyla paylaşmaktan ve yakın hissettikleri insanlardan destek alabilmekten yararlanır.

Dolayısıyla, cinsel yönelimini ve(ya) cinsiyet kimliğini saklamak zorunda kalan insanların psikolojik durumlarının kimliklerini açıkça yaşayabilen insanlardan daha fazla zarar görmesi şaşırtıcı değildir.

### **Coming-Out için önemli sorular**

*Yazarlar: Dr. phil. Ulli Biechele, Dipl.-Psych. Margret Göth, Dipl.-Psych. Thomas Heinrich ve Dipl.-Psych. Andrea Lang*

Coming-Out'ta, kişi kendisine ve ona yakın olan insanlara çeşitli sorular cevaplamaktadır:

- Yeterince destek alamam da hislerimi ve duygularımı açıkça yaşayacak cesarete sahip miyim?
- Başka LSBTIQ\* insanlarla nasıl tanışabilirim?
- Onlar ve benim aramda hangi benzerlikler ve hangi farklılıklar var?
- Lezbiyen, gay, biseksüel, trans\*, interseks ya da queer olmak benim için ne anlama geliyor?
- Lezbiyen, gay, biseksüel, trans\*, interseks, aseksüel ya da queer olarak tanımlanmak istiyor muyum?
- Kişiliğimin bu tarafıyla nasıl gurur duyabilirim?

ve bundan çok daha fazla soru.

LSBTIQ\* olmanın sonuç olarak nasıl yaşandığı çeşitli faktörlere bağlıdır, örneğin kişinin yaşı, cinsel yönelimine ve cinsiyet kimliğine olan bakışı, dini ve inancı, LSBTIQ\* hakkında bilgisi, LSBTIQ\* insanlara olan iletişimi ve elbette kişinin yakın arkadaş çevresi ve ailesi. LSBTIQ\* insanların kişilikleri ve hayatları ne kadar çeşitliyse, LSBTIQ\* olarak yaşamanın da o kadar çeşidi vardır. Kişinin yaşam şekli genelde Coming-Out sürecinde belirlense bile, elbette ileride de şekillendirilebilir ve değişebilir.

Bir insan cis-gender olmadığını fark ettiğinde hangi sorularla karşılaşır?

*Yazarlar: Isabelle Melcher & Kai Janik*

Bazı trans\* bireyler, cinsiyet kimliklerini erken yaşta çok net bir şekilde ifade edebilirler ve yine bazıları için seneler sürebilen bir kendini keşfetme süreci gerekebilir. Toplumumuzda egemen olan binary ya da cis-gender kimliklerin dışında bulunan insanlar, kendilerini çoğu zaman açıklamak zorunda kalırlar ve ayrımcılığa da uğrarlar. Bu yüzden bazı insanlar Coming-Out'u tercih etmeyebilir. Coming-Out süreci birçok insan için uzun ve zorlu bir süreçtir. Bir kişi, kendi trans\* kimliğini keşfettikten sonra, dışsal Coming-Out'un günlük hayatını, sosyal çevresini ve hayat yolunu ne anlamda etkileyeceğini düşünmek zorunda kalır. Bir insanın transition süreci tamamlanmış olsa bile, hâlâ Coming-Out gerektirebilecek durumlar olabilir. Bu yüzden sürekli yeni cevaplar aranmalı ve Coming-Out'un getirileri ve sonuçları düşünülmalıdır.

Trans\* bireylerin kendilerine sorabilecekleri sorular:

- Hangi lavaboı kullanmayalım? Cinsiyet ayrımı olan alanlarda nasıl davranmalıyım? Hangi kıyafetleri almalıyım? Tıbbi tedavilerde hangi durumlarda trans\* olduğumu belirtmem mantıklıdır?
- Arkadaş çevremden gelen sorularla nasıl başa çıkabilirim? Biten arkadaşlıklarım olacak mı? Trans\* olmam cinsel yönelimim için ne ifade ediyor? Cinsel yönelimim ya da tanımlaması değişecek mi? Ailem maruz kalabilecekleri sorular ve ayrımcılıklarla başa çıkabilecek mi?
- Coming-Out'um, mesleğim ve iş yerim için ne anlama geliyor? Transition sürecimin hedefi ne? Zaman ve para olarak hangi masraflarla karşılaşacağım? Bütün bunlar hayatımın geri kalanı için ne ifade ediyor?

Bunlar ve bunlara benzer sorular stres ve bunaltı hislerine yol açabilir. Trans\* bireyler için şöyle bir algı oluşabilir: “sorularımı, korkularımı ve endişelerimi kimseyle paylaşmamam lazım, aksine dışarı doğru kendimden emin bir tablo çizmem gerekiyor ki transition sürecinde benden ve cinsiyet kimliğimden şüphe edilmesin.” Bu yüzden, terapi ve danışmanlık sürecinde bu noktalara dikkat etmek, destek çıkmak ve birlikte stratejiler üretmek faydalı olabilir.

### **Coming-Out nasıl yaşanıyor?**

*Yazarlar: Dr. phil. Ulli Biechele, Dipl.-Psych. Margret Göth, Dipl.-Psych. Thomas Heinrich und Dipl.-Psych. Andrea Lang*

Coming-Out genelde birlikteliğinde bir çok değişiklik getiren enerji dolu bir süreçtir. Bazı insanların ruh hali değişir ya da hayatları ve gelecekleri hakkında ciddi kaygı duyarlar.

Bazıları başlarda insanların tepkilerinden korktukları için kendi içlerine kapanır. Bu durum, ciddi bir yalnızlığa ve dünya'da bu şekilde hisseden tek kişi oldukları düşüncesine yol açabilir. Benzer sebeplerden dolayı yine bazı insanlar, hislerini bastırmaya çalışır ve bu durum kendilerini red etmelerine ya da hislerinden nefret etmelerine kadar gidebilir.

Burada önemli olan nokta, negatif düşüncelerden oluşan kısır döngüsünü kırmaya çalışmaktır. Kendi cinsiyetinden olan insanlara karşı hisler ya da erotik düşünceler ve fantaziler duymak bir insanı otomatik olarak lezbiyen ya da gay yapmasa bile, cinsel yönelimin terapi ile değiştirilebilir olduğuna dair bilimsel hiçbir kanıt yoktur.

Aksine, tüm araştırmalar şu kanıtı varmıştır: cinsel yönelimi değiştirmeye ya da bastırmaya çalışmak, kişinin kendisini red etmesine, kendinden nefret etmesine, depresyona, anksiyeteye ve diğer psikolojik rahatsızlıklara neden olabilir.

Amerikalı psikiyatristler ve psikologların örgütlerin ikisi de bu tarz terapi yöntemlerini etik olmayan eylemler olarak değerlendirmekte. Buna, VLSP de katılıyor.

### **Coming-Out'u nasıl kolaylaştırılabilir?**

*Yazarlar: Dr. phil. Ulli Biechele, Dipl.-Psych. Margret Göth, Dipl.-Psych. Thomas Heinrich und Dipl.-Psych. Andrea Lang*

Coming-Out sürecinde bulunan birçok insan için yeterli bilgi ve diğer LSBTIQ\* insanlarla iletişim oldukça önemlidir. Birçok kişi, kendileri gibi düşünen ve hisseden insanlarla



tanışmayı ve uzun zamandır bildikleri ama bastırdıkları hisleri sonunda yaşabilmeyi adeta bir kurtuluş olarak hissediler.

LSBTIQ\* insanlarla iletişim, örneğin lezbiyen telefon hatlarında veya LSBTIQ\* danışma merkezlerinde kurulabilir. Maalesef genelde sadece bazı büyükşehirlerde aktif olan Coming-Out grupları ise, kişinin sorularını yöneltebileceği ve düşüncelerini başkalarıyla paylaşabileceği güvenli bir yerdir.

Çoğu insan gerekli desteği arkadaşlarında ya da yakınlarında bulur. Burada, arkadaşların ve özellikle ebeveynlerin de bu yeni bilgilerle yüzleşmek zorunda oldukları ve bunun da bazen zaman gerektiren bir prosedür olduğu unutulmamalıdır. Ne yazık ki, ebeveynlerin yaklaşık üçte biri lezbiyen, eşcinsel ya da biseksüel çocuklarını kabullenmekte zorluk yaşıyorlar (kaynak: Studie "Sie liebt sie, er liebt ihn", Senatsverwaltung für Schule, Jugend u. Sport Berlin, 1999).

Red edilmekten korktukları için, trans\* çocuklar ve gençler çoğu zaman cinsiyet kimliklerini saklıyorlar. Kendi trans\* kimliğini anlamının ve sonunda Coming-Out kapsamında açılmanın süreci genelde birçok yıl olabiliyor (kaynak: Studie "Coming-out - und dann...?!", Krell & Oldemeyer, 2015). Araştırmaya katılan 14-27 yaş arası gençlerin 70%'i kendi ailelerinde kötü deneyimler yaşadıklarını belirtiyorlar. Bunun içinde, kendi kimliklerinin ciddiye alınmaması (78%) ya da kimliklerinin bilinçli bir şekilde yok sayılması (61%) var. Bu durumun psikososyal etkileri geniş kapsamlı: belirsizlik, suçluluk hissi, depresyon ve kendine zarar verme (kaynak: "Problembeschreibung Transphobie", Kummer, 2011).

Danışmanlık ve terapi kapsamında tüm düşüncelerin, yani hem pozitif duyguların hem de korku ve endişe gibi hislerin ciddiye alınması oldukça önemlidir. Elbette bu bağlamda terapist, danışanı hiçbir şekilde baskı altında bırakmamalıdır. Bunun dışında, bilgi arayışında ve iletişim kurmakta yardımcı olunabilir ve konuşmalar birlikte hazırlanabilir.

## **Mülteciler için Coming-Out**

*Yazarlar: Psych. (M.Sc.) Lu Kenntner & M. Albarzawi*

Mülteciler ve iltica başvurusunda bulunan insanlar için Coming-Out'un farklı bir boyutu vardır ve dolayısıyla daha çok zorluk yaşayabilirler.

Cinsel yönelimini ve(ya) cinsiyet kimliğini açıkça ortaya koymak bazı yaşam koşullarında farklı gereksinimler ve etkiler yaratabilir. Bu bağlamda yardım ağı, LSBTIQ\* mültecilerin – kimlikleri hakkında açıkça konuşabiliyorlarsa eğer - ihtiyaçlarını daha iyi giderebilir. Aynı zamanda bu durum daha fazla ayrımcılığa da yol açabilir, örneğin cinsel yönelim ve cinsiyet kimliğiyle ilgili yeterli hassasiyeti gösteremeyen ya da önyargılı tutumlarda bulunan insanlar konuya dahil olduğu zaman.

Burada, bir ortamda, kurumda ya da organizasyonda, konuyla ilgili daha açık bir tutum sergileyen sinyallere bakmak faydalı olabilir. Bunlar örneğin broşür ya da gökkuşağı bayrağı olabilir. Kendi durumunuzu açıklamadan önce, dolaylı olarak insanların cinsel yönelim ve cinsiyet kimliği hakkındaki tutumlarını öğrenmeye çalışın. Her adım için uygun bir fırsat bulun ve aynı zamanda cinsel yönelim ve cinsiyet kimliklerine karşı pozitif bir tutumu olan

insan veya grupları entegre etmeye çalışın. Sizi motive edebilecek pozitif ilişkiler kurun.  
LSBTIQ\* danışma merkezleri üzerinden böyle insanlarla tanışabilirsiniz.

### **Yardım ağı'nda Coming-Out**

İltica süreci boyunca birden fazla destekçi (örneğin (psiko)sosyal destek merkezleri ya da kurumlar) bulmak oldukça önemli olabilir. Bazen bu kişilerin sizlerin cinsel yöneliminizi ya da cinsiyet kimliğinizi bilmeleri faydalı olabilir, örneğin ihtiyaçlarınızı daha iyi karşılayabilmek, kendinizi huzursuz ya da tehlike altında hissettiğinizde konaklama durumunuzu değiştirebilmek ya da LSBTIQ\* ile ilgili spesifik yardım imkanları bulabilmeniz için.

Konuştüğunuz insanlar çoğu zaman gizliliğe zorunlu tutulmaktadır ve sizin onayınız olmadığı sürece üçüncü kişilere hakkınızda bilgi vermeleri yasaktır. Cinsel yöneliminiz ya da cinsiyet kimliğiniz hakkında bilgilerin çevrenizle paylaşılmasını istemiyorsanız, bu durumu konuştuğunuz kişilere ayrıyeten belirtmekte fayda vardır.

### **İltica sürecinde Coming-Out**

Eğer cinsel yöneliminiz ya da cinsiyet kimliğinizden dolayı geldiğiniz ülkede baskı ve tehlike altında olduğunuzu iltica başvurusunun nedeni olarak tanınmasını istiyorsanız, BAMF ile yapacağınız görüşmede bu durum hakkında açıkça ve inandırıcı bir şekilde konuşmanız önemlidir.

Kişinizle ilgili özel konular hakkında konuşmanız ve cinsel yöneliminiz ya da cinsiyet kimliğinizden dolayı tehlike altında olduğunuzu inandırıcı bir şekilde açıklamamız gerekecek. Elbette, sizlere günlük hayatınız, hisleriniz ve yaşamışlıklarınız ile ilgili özel sorular sorulacaktır, fakat burada önemli olan nokta şudur: cinsel uygulama hakkında sorular sormak ya da sizden bunu kanıtlayacak görseller istemek kesinlikle yasaktır.

Eğer bir soru fazla özelinize giriyorsa, bunu yanıtlamak zorunda değilsiniz. Cinsel yöneliminizle ilgili doktor raporu ya da psikolojik rapor istemek yasaktır. Trans\* ya da inter\* kişi olarak tanınmak istiyorsanız, hormon terapisi ya da cinsiyet değiştirme ile ilgili tıbbi belgeler faydalı olabilir.

Durumunuz kanıtlamak için, aktivist olduğunuzu ya da LSBTIQ\* etkinliklerine katıldığınızı gösteren fotoğraflar ve basın belgeleri faydalı olabilir. Bu bağlamda sizlere karşı açılmış davalar da önemli kanıt olabilir.

Görüşmeyi yürüten kişinin veya tercümanın sizlere karşı saygısız bir şekilde davrandığını düşünüyor ve kendinizi rahatsız hissediyorsanız, görüşmeyi her an sonlandırıp yeni bir randevu talep edebilirsiniz.

### **Tercümanlık (Sprachmittlung)**

LSBTIQ\* insanlar için tercümanlık konusunda, danışmanlık hizmeti alanlara, psikososyal uzmanlara ve tercümanlara bir bildiri hazırladık. Almanca, İngilizce ve Arapça dillerinde detaylı bilgilere ulaşabilirsiniz.

### **Bağlantılar:**

- LSVD tarafından hazırlanmış bir broşür: İltica ve LSBTIQ\* hakkında birçok detay ve bilgilere ulaşabilirsiniz. // eine Broschüre vom LSVD, in der Sie viele Details, Tipps und Informationen finden, die Sie über das Asyl von LSBTIQ\* Menschen wissen sollten.

- „Flüchtlingsrat“ adlı Mülteciler Danışma Kurulu'nun sayfaları // Seiten der Flüchtlingsräte in Deutschland
- Baden-Württemberg çevresinde bulunan LSBTIQ\* mülteciler, LSBTTIQ Baden-Württemberg'in network'unda destek bulabilir. // Unterstützung im Raum Baden-Württemberg finden LSBTIQ\* Geflüchtete u.a. auf den Seiten des Netzwerks LSBTTIQ Baden-Württemberg.

### Yaşam dünyaları

Eğer bir insan LSBTIQ\* ise, bu kimliği hayatının her alanında taşır: okulda, işte, ilişkisinde, ailesinde, kültürel ve dini geleneklerinde, önyargılara ve şiddete maruz kalan biri ya da belki HIV taşıyan biri olarak.. Yasal durum, yaşam alanlarını önemli derecede etkilemektedir.

Bu sayfalarda, LSBTIQ\* hayatının farklı yönleriyle ilgileneceğiz.

## Çocuk isteği ve Aile

### *Lezbiyenler ve eşcinsel erkekler iyi ebeveyn olabilir mi?*

*Yazarlar: Metin APA'ya göre yazılmış, Uta Krüger ve Dr. phil. Gisela Wolf tarafından çevrilmiştir.*

Birçok lezbiyen ve gay ebeveynidir; bazıları ise ebeveyn olmak isterler. Bamberg Üniversitesi Aile Araştırmaları Devlet Enstitüsü'nün ekspertizine göre, Almanya'da yaklaşık 16 500 – 19 000 arası çocuklar eşcinsel ebeveynlere sahiptir.

Lezbiyen anneler ve gay babalar toplumda gittikçe daha fazla görünürlük kazanırken, birçok insan böyle ailelerde yetişen çocukların sağlığı için endişelenmektedir. Birçok soru, lezbiyen ve gay insanlar hakkında yanlış bilgi ve önyargılardan kaynaklanmaktadır. Araştırmaların çoğu, eşcinsel ebeveyn tarafından yetiştirilen çocukların heteroseksüel ebeveyn tarafından yetiştirilen çocuklardan daha mağdur olup olmadıklarını incelemektedir.

Bu bağlamda sıkça ortaya çıkan sorular ve bu soruların cevapları şunlardır:

1. Lezbiyen ve gay ebeveyn tarafından yetiştirilen çocuklar kendi cinsel kimliklerinin gelişiminde daha fazla zorluk yaşıyor mu?

Örneğin bu çocuklar, cinsiyet kimlikleri ya da toplumsal cinsiyet rolleriyle sorun yaşıyorlar mı?

Hayır!

Araştırmalar net bir şekilde şunu göstermektedir: Cinsel ve cinsiyet kimlik (cinsiyet kimliği, toplumsal cinsiyet rolü ve cinsel yönelim dahil olmak üzere), heteroseksüel bir çiftin çocuğunda ne şekilde geliyorsa, lezbiyen annelerin çocuklarında da aynı şekilde gelişmektedir. Maalesef eşcinsel erkeklerin çocuklarıyla ilgilenen pek az araştırma bulunduğu için, burada bununla ilgili net bir ifade verebilmek şimdilik mümkün değildir.

2. Lezbiyen ve gay ebeveyn tarafından yetiştirilen çocuklar - cinsel yönelimleri dışında - kişisel gelişimlerinde sorun yaşıyorlar mı?

Örneğin, lezbiyen ya da gay ebeveynlerin çocukları ruhsal sorun ya da davranış bozukluğu yaşamaya diğer çocuklara göre daha mı meyilli?

Hayır!

Kişilik ve davranış üzeri yapılan araştırmalar, lezbiyen annelerin çocukları ve heteroseksüel bir çiftin çocukları arasında çok az farklılık bulmuştur. Dolayısıyla lezbiyen annelerin çocukları ve heteroseksüel bir çiftin çocukları benzer şekilde büyümektedir. Yine burada, eşcinsel babaların çocukları hakkında maalesef yeterince araştırma bulunmamaktadır.

3. Lezbiyen ya da gay ebeveynlerin çocukları sosyal ilişki kurmakta daha fazla zorlanır mı? Örneğin bu çocukların, yaşlıları tarafından zorbalık görmeleri diğer çocuklara göre daha mı olasıdır?

Hayır!

Araştırma sonuçları şunu gösteriyor: lezbiyen ve gay ebeveynlerin çocukları, tıpkı diğer çocuklar gibi yaşlılarıyla ya da yetişkinlerle sosyal ilişki kurabiliyorlar. Araştırmalar genelde şu tabloyu çiziyor: lezbiyen ve gay ebeveynlerin çocukları, yaşlıları, ebeveynler, aile fertleri ve arkadaşlardan oluşan bir sosyal çevre istiyor.

4. Bu çocukların bir ebeveyn, ebeveynlerin arkadaşları ya da bir tanıdık tarafından cinsel istismara uğraması daha mı olasıdır?

Hayır!

Eşcinsel ebeveynleri olan bir çocukta cinsel istismara maruz kalma riskinin daha yüksek olduğuna dair bilimsel hiçbir kanıt yoktur. Hatta aksine, lezbiyen ailelerde yetişmek, cinsel istismara karşı ekstra bir koruyucu faktördür.

Sonuç olarak: bilimsel araştırmalar, burada cevaplanan soruların aslında asılsız ve daha çok önyargıdan ibaret olduğunu kanıtlamıştır. Araştırmalar genelde, lezbiyen ve gay çocukların heteroseksüel çiftlerin çocuklarından farklı bir şekilde yetişmediklerini gösteriyor. Eşcinsel ebeveynlerin yanında yetişmek, tıpkı heteroseksüel ebeveynlerin yanında yetişmek kadar iyi hissettirebilir.

Kaynak:

APA = American Psychological Association. (2008). Answers to your questions: For a better understanding of sexual orientation and homosexuality. Washington, DC. [verfügbar unter <http://www.apa.org/topics/sexuality/orientation.aspx>].

### **Transition süreci (ideal olarak) hangi aşamalardan oluşabilir?**

*Yazarlar: Isabelle Melcher & Kai Janik*

Transition (lat. transire = geçiş yapmak), ifade edilen cinsiyete “geçiş yapmak” anlamına gelir. Burada, önceden belirlenmiş bir transition yolu yoktur. Transition, her birey için farklı olup, tamamıyla kişinin ihtiyaçlarına dayalıdır. Bunun yanında, sağlık koşulları, sosyal çevre ve maddi durum da önemli etkenlerdir. Transition süreci toplumsal-sosyal, tıbbi ve hukuki adımlar içerebilir.

İçsel Coming-Out ve kendi cinsiyet kimliğini keşfettikten sonra şu aşamalar gelebilir:

- Yakın arkadaş ve aile çevresinde Coming-Out
- Farklı bir isim ya da farklı bir zamir ile hitap edilmesi isteğini dile getirme
- Kendini dile getirilen cinsiyet kimliği ile dışarıda gösterme (örneğin kıyafet ile)
- İş yerinde ya da okulda Coming-Out
- Transition’a eşlik edecek terapiye başlama (bu tıbbi transition için zorunlu bir koşuldur)
- Yasal olarak adını değiştirme (çoğu zaman uzun ve pahalı bir prosedür, tutanak ve mahkeme duruşması içerir)

- Hormon tedavisi (hormonlar, etkisini sağlaması için ömür boyu kullanılmalıdır)
- Cinsiyet değiştirme ameliyatları (örneğin cinsiyet özelliklerin değiştirilmesi)

Sistem, binary (yani iki cinsiyet) üzerine kurulu olduğu için, non-binary insanlar için tıbbi ve hukuki aşamaların bazıları çok daha zorlu geçebilir.

### ***Hukuki anlamda hangi noktalar düşünölmelidir?***

*Yazarlar: Isabelle Melcher & Kai Janik*

Trans\* bireylerin yasal konumları şu an bir dönüm noktasında. Birçok trans\* birey için, adlarını ve nüfusta kayıtlı olan cinsiyetlerini değiştirebilmek oldukça önemlidir. Bu alanda yeni yasal uygulamalar gelene kadar, maalesef şu anda hâlâ “Gesetz über die Änderung der Vornamen und die Feststellung der Geschlechtszugehörigkeit in besonderen Fällen (Transsexuellengesetz - TSG)” adlı yasa geçerlidir. Bu yasa, bahsi geçen değişiklikler için mahkeme karşısında duruşmayı şart koşuyor. Aynı zamanda iki tane psikiyatrik rapor şartı içeriyor. Bu uygulama, LGBTQ\* toplumu ve siyasetin de önemli kısımları tarafından çağdışı ve ayrımcı olarak değerlendiriliyor. Siyasi partiler tarafından parlamentoya bu yasayı değiştirmek için çeşitli yasa önerileri sunulmuş olsa bile, yeni bir yasa kararı alınması senelerdir erteleniyor. Söz konusu uygulama, mahkeme içeren bir uygulama olduğu için, bireyler duruşma için maddi destek talep edebilirler. Almanya’da, ad ve nüfusta cinsiyeti değiştirme talebi, ikamet durumu gözetmeksizin Almanya’da yaşayan insanlar için mümkündür. Fakat bu durumda değişiklik sadece Almanya’da geçerli olup, diğer ölkelerde geçerli olmayabilir.

Seçilmiş isim ve arzu edilen hitap şeklini hayatın bir çok alanında kullanabilseniz bile, bunu yasal olarak talep etme hakkı sadece adınız ve cinsiyetinizin hukuki olarak değiştiğinde doğar. Bu durum, trans\* bireylerin hâlâ başka insanların anlayışına ve iyi niyetine bağlı oldukları anlamına geliyor. Diğer bir sorun ise, şu an ki yasaların yalnızca binary olan trans\* bireyler için uygulanabilmesidir. Non-binary trans\* bireyler, bahsi geçen TSG yasasından faydalanamazlar. Bazı trans\* bireyler, çeşitli kurum ve mahkemelere başvurarak cinsiyet kayıtlarını “divers” olarak kaydettirme hakkını elde ettiler, fakat bu mahkeme kararların hiçbirini genel bir prosedür değişikliğine yol açmadı. Burada, yakın zamanda uygulamaya geçecek olan yeni bir yasa umut veriyor: yasa, non-binary trans\* bireyleri de dikkate alacak ve rapor zorunluluğunu kaldıracak. Ayrıca, trans\* bireylere özel yasa uygulamasının sonlanması ve yerine genel nüfus kaydına aktarılmaları ve bu bağlamda yetkilerin mahkemelerde değil de nüfus dairelerinde olması önemli ve gerekli bir adımdır.

### ***Almanya’daki sağlık sistemi hangi desteklerde bulunuyor (ya da bulunmuyor)?***

*Yazarlar: Isabelle Melcher & Kai Janik*

İlk olarak şu belirtilmelidir ki; Almanya’daki sağlık sigortaları, tedavilerin (bedensel önlemler dahil olarak) maddiyatını üstlenmekle yükümlüdür. Fakat maalesef, hâlâ „S3-Leitlinie - Geschlechtsinkongruenz, Geschlechtsdysphorie und Trans-Gesundheit: Diagnostik, Beratung, Behandlung“ (Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften e.V. – AWMF) ve „Begutachtungsanleitung - Geschlechtsangleichende Maßnahmen bei Transsexualismus“ (Medizinischer Dienst des Spitzenverbandes Bund der Krankenkassen e.V. - MDS) kurumları arasında hangi koşulların gerekli olduğu konusunda içerik olarak çok

büyük farklılıklar bulunmaktadır. Bu bağlamda, terapi genelde “S3-Leitlinie” baz alır, fakat burada sağlık sigortaların öne sürdüğü rapor kılavuzu da dikkate alınmalıdır. Genelde, sağlık sigortasında çalışanlar ve MDK’da çalışan tıpçılar, rapor kılavuzunda yer alan koşullara göre tedavi ederler. Dolayısıyla bu durum, belirti yazısında ve raporda da dikkate alınmalıdır.

Sağlık sigortaların ödeme yükümlülüğü, tüm tıbbi ve terapötik önlemleri kapsar. Bunun koşulu ise, bireyin bulunduğu durumda yaşadığı ağır psikolojik stresi yeterince kanıtlanmasıdır. Bu maalesef şu anlama geliyor ki; bütün önlemler için terapötik belirti tespit edilmesi gerekir. Sağlık sigortaları, bazı önlemler için 1-2 psikolojik ve ya psikoterapik rapor talep edebiliyor. Rapor kılavuzunda şu hizmetler net olarak vardır: hormon tedavisi, epilasyon tedavisi, jenital ameliyatlar ve göğüs ameliyatı, ses tonu düzeltmeleri ve peruk, epitez gibi yardımcıları. Rapor kılavuzunda yer almayan önlemlerin gerekliliği, ya sağlık sigortasına karşı çok iyi bir şekilde kanıtlanması gerekir ya da genel olarak “güzellik ameliyatı” (yanı tıbbi anlamda gerekli olmayan ameliyatlar) olarak geçer ve sigorta tarafından karşılanmaz.

### ***Transition’da hangi tıbbi imkanlar mevcut?***

*Yazarlar: Isabelle Melcher & Kai Janik*

Terapötik tedavi:

Yukarıda da belirtildiği gibi, terapötik tedavi maalesef hâlâ masrafları üstlenmeleri için, sigortalar tarafından zorunlu bir koşuldur ve dolayısıyla her tıbbi transition için ilk adımdır. Burada, terapötik tedavinin ileride zorunlu değil de gönüllü olması temennimizdir.

Hormon tedavisi / Ergenliği engelleme:

Birçok trans\* bireyler için, hormon tedavisine başlamak önemli bir adımdır. Hormon tedavisi sürecinde bazı bedensel özellikler bireyin cinsiyet kimliğine uyumlu olacak bir şekilde değişmeye başlar. Ergenlik çağındaki gençler için ergenliğin başlangıcında, bu durumu engellemek için alınan hormonlar bireyin çektiği ağır psikolojik stresi daha da zorlaştırmamak için önemli bir adım olabiliyor. Ergenliği engelleme süreci geri dönüşü olan bir tedavidir. Hormon tedavisi ise, birlikteliğinde belli bir zaman sonra kolayca geri dönüşü olmayan değişiklikler getirir. İki tedavi yöntemi de her zaman tıbbi gözetim altında yapılmalıdır. Cinsiyet değiştirme ameliyatları:

Cinsiyet değiştirme ameliyatları kavramı altında, beden ve cinsiyet kimliğinin birbirine uyması için yapılan çeşitli cerrahi önlemler tanımlanır. Bu ameliyatların bazılarını burada kısa bir şekilde belirttik. Bunların dışında farklı yöntemler ve cerrahi önlemler de bulunmaktadır. Önemli olan, cerrahi önlemleri iyi bir şekilde araştırmak, bilgi sahibi olmak ve bu bağlamda mümkünse çeşitli kliniklere danışmaktır.

Mastektomi (trans\* erkeklerde): Kişinin göğsünü erkek göğsüne benzetmek anlamına gelir. Temel olarak iki yöntem vardır ve yöntemin seçimi çoğu zaman göğüslerin büyüklüğüne bağlıdır.

Göğüs ameliyatı (göğüs büyültme), trans\* kadınlarda: Sağlık sigortaları, bu ameliyatın masraflarını yalnızca çok ağır psikolojik stres söz konusu olduğunda üstlenir. Burada, hormon tedavisi sonucunda göğüslerin büyüüp büyümesi de bir etkidir.

**Histerektomi:** Rahmin cerrahi yöntemle alınması. Bu önlemlerle birlikte yumurta kanalı ve yumurtalıklar da alınır. Çoğu zaman bu önlem, devam etmekte olan hormon tedavisi sonucunda oluşan kanser riskini azaltmak için de yapılır.

**Phalloplastik:** Erkek cinsel organın şekillenmesi (Penoids). Burada birbirinden çeşitli metotlar bulunmaktadır. Çoğu zaman bu önlem, “Hodenplastik” ile kombine edilir. Önleme başvurmadan önce, bulunan çeşitli yöntemleri araştırmak tavsiye edilir.

**Vajinoplastik:** Kadın cinsel organın yapılması. Burada da farklı metotlar vardır. Amaç, optik olarak mümkün olduğu kadar otantik bir sonuç elde etmektir.

**Epilasyon tedavisi:** Vücut kılların farklı yöntemlerle alınması (lazer, ışık tedavisi, iğneli epilasyon). Trans\* kadınların epilasyon masraflarını bazı şartlar altında sağlık sigortası üstlenebiliyor.

**Ses teli ameliyatı:** Kadınsı ses tonuna ulaşmak için çeşitli cerrahi yöntemler. Bu ameliyat oldukça risklidir ve sonucu tam olarak öngörülemez. Bu nedenle, ameliyata başvurmadan önce logopedi’ye (ses terapisi) başvurmak faydalı olabilir.

**Yüz feminenleştirme ameliyatı:** Bu kavram altında, yüz odaklı çeşitli cerrahi yöntemler toplanır. Ortak hedefleri, kişiye daha “feminen” bir görünüş vermektir. Bu tarz ameliyatlar, tıbbi ya da terapötik olarak yeterince gerekçelendirilemiyorsa eğer, “güzellik ameliyatı” olarak geçer ve sağlık sigortası tarafından karşılanmaz.

Daha fazla önlem:

- Logopedi: Kişinin cinsiyet kimliğine uyacak bir ses tonunu hedefleyen ses terapisi.
- Epitez: Estetik “protezler”. Örneğin kadının göğüsü ya da erkeğin cinsel organı.
- Peruk: Yeterince gerekçe mevcut ise, perukların masrafını sağlık sigortası karşılar.

### ***Başka neler önemli?***

*Yazarlar: Isabelle Melcher & Kai Janik*

Sosyal çevreden gelecek olan açıklık, sabır ve takdir, kişinin transition yolunda karşılaştığı tıbbi ve hukuksal sorunları daha kolay aşmasına yardımcı olabilir.

Trans\* insanların görünürlüğü, medya, eğitim programları, internetin olanakları ve diğer gelişmeler sayesinde giderek arttığı için, arkadaş çevresi ve aile de giderek daha fazla destek göstermeye hazır oluyor. Anlaşılmaz davranışlar ise genelde bilgisizlik ve korkulardan kaynaklanıyor. Burada insanlarla diyaloga girmek yardımcı olabilir. Fakat çoğu zaman insanların Coming-Out’a karşı tepkileri, beklenen tepkilerden çok daha pozitif olur. Burada, sabır da çok faydalı bir faktör olabilir. Kişinin içsel Coming-Out’u dahi nasıl bazen uzun sürebiliyor, diğer insanların da bu yeni konuya alışması zaman alabilir. Kişi kendini keşfettiyse ve kendini yolunu çizdiyse, elbette hızlıca ilerlemek isteyebilir. Burada kişi için önemli olan nokta, arada bir hedeflerini hatırlamak, gerçekleştirme imkanlarını değerlendirmek, her şeye alışmak için kendine zaman tanımak ve transition yolunda ulaşılmış hedefleri kutlamaktır. Burada, kişiyi dinleyen ve cesaretlendiren insanlar da çok önemli bir rol oynar. Yardım grupları ve Coming-Out gençlik grupları, aynı ya da benzer yollarda olan insanlarla bir araya gelmek için güvenli yerlerdir. Yalnız olmama hissi çok rahatlatıcı olabilir. Sizi dinleyebilecek, korkularınızı ve endişelerinizi ciddiye alacak ve aynı zamanda da transition yolundaki başarılarınızı sizlerle kutlayacak kişiler, size çok büyük bir rahatlama hissi verebilir. Bu kişi-

ler terapist, arkadaşlar ya da aile fertleri olabilir. Uzman çalışanlar da artık eğitim imkanlarından faydalanabiliyor ve bir çok şirket de LSBTTIQ içeren diversity (çeşitlilik) çalışmalarını yapıyor.

### ***Birliktelik***

Eşcinsel birliktelikler, tıpkı heteroseksüel birliktelikler gibi iyi yürüyebilir. Lezbiyen ve gay insanların ilişkileri, heteroseksüel insanların ilişkileri kadar mutluluk taşıyabilir ve aynı zamanda yine onlar kadar uzun vadeli. Bir ilişkiyi tatmin edici, bağlayıcı ve uzun vadeli kılan faktörler benzerdir (APA 2008).

Bu bağlamda Riggle et al.’ın 2010 yılında yapmış olduğu araştırmaya değinmek isteriz: Araştırma eşcinsel çiftlerde, heteroseksüel çiftlere göre çok daha düşük stres düzeyleri ve daha yüksek ruhsal sağlık düzeylerine rastlamıştır. Devlet tarafından tanınmış bir birliktelikte yaşayan eşcinsel çiftler için kendilerini iyi hissetme duygusu daha da yüksek.

Elbette eşcinsel birliktelikler, tıpkı heteroseksüel birliktelikler gibi zorluk da yaşayabilir. VLSP, 2009 yılında yapmış olduğu bir konferansta erkek-erkek ilişkilerinde iki tane olası sorun tespit etmiştir: HIV-diskordant olan çiftlerin durumu ve eşcinsel çiftlerde domestik şiddet.

Lezbiyen çiftlerin durumunu daha iyi anlayabilmek için burada D. Merilee Clunis ve G. Dorsey Green’in “Sevgili – Arkadaş – Partner” (Geliebte – Freundin – Partnerin) (1995) adlı kitabına değinmek isteriz. Yazarlar bu kitapta, lezbiyen ilişkilerin birlikteliğinde getirdiği mutluluklara ve zorluklara değiniyorlar. Konular: Yakınlık ve uzaklık, birlikte yaşama, aile, yaş, seks, monogami, iletişim. Kitabın önemli bir bölümü farklılıkları ele alıyor: etnik, yaş, beden ya da sosyal farklılar.

#### **Kaynaklar:**

American Psychological Association. (2008). Answers to your questions: For a better understanding of sexual orientation and homosexuality. Washington, DC. Verfügbar unter <http://www.apa.org/topics/sorientation.pdf>. Copyright © 2008 American Psychological Association.

D. Merilee Clunis & G. Dorsey Green (1995). Geliebte – Freundin – Partnerin. Berlin: Orlan-da.

Riggle, E. D.B., Rostosky, S.S. & Horne, S.G. (2010). Psychological Distress, Well-Being, and Legal Recognition in Same-Sex Couple Relationships. *Journal of Family Psychology*, 21 (1), 82 – 86.

## **HIV**

*Yazarlar: M. Barzawi, Leyla Jagiella*

HIV, insanın bağışıklık sistemine saldıran bir virüsdür. Bu virüs immün hücrelerine saldırıyor, öldürüyor ve DNA’yı kendisini çoğaltmak için kullanıyor. Böylece bağışıklık sistemi gittikçe zayıflıyor ve diğer virüs, bakteri ve mikroplara karşı savunamaz hale geliyor. Bu durum sonuç olarak zayıf bağışıklık sistemi hastalığı olan AIDS hastalığına yol açabiliyor. Ama HIV-



pozitif olmak, hemen AIDS hastası olmak anlamına gelmiyor. HIV-pozitif olduğunı biliyorsan, ilaçlarla virüsü bastırabilir ve böylece AIDS hastalığına yol açmasını engelleyebilirsin.

HIV ile yaşam:

HIV-pozitif olan insanlar normal bir hayat sürdürebiliyor. HIV çok nadir yollarla bulaştırılabilir, özellikle kan naklinde, korumasız sekste ya da iğne paylaşımında. HIV-pozitif olan insanlar, kendilerini sosyal izolasyona sokmak zorunda değiller ve otomatikman etraflarındaki insanlara da bulaştırmazlar. Ne yazık ki günümüzde de bu bilgiler yeterince yaygın değil ve bu durum HIV-pozitif olan insanların ayrımcılığa uğramasına sebep oluyor.

HIV-pozitif insanlar için psikolojik destek:

HIV-pozitif teşhisi alan insanlar, bu durumu ilk öğrendiklerinde yaşamlarını bundan sonra nasıl sürdürecekleri, hangi değişiklikler olacağı ve hangi tedavi yöntemleri bulunduğu konusunda endişe duyabiliyorlar. Bu durum, çok ağır psikolojik stres, korku ve travmalara yol açabiliyor. O nedenle olası bir durumda psikolojik destek almak tavsiye ediliyor. Terapi, olası psikolojik sorunları önlemekte ve söz konusu kişiyi günlük ve sosyal yaşamında gerçekleştirecek olan küçük değişikliklere hazırlamasında yardımcı olacaktır.

## Ön yargılar ve ayrımcılık

Almanya’da da LSBTIQ\* bireylere karşı ayrımcılığın uzun bir hikayesi vardır.

LSBTIQ\* bireylere karşı sosyal ayrımcılık:

*Yazarlar: Leyla Jagiella & M.Albarzawi*

Yasalar, LSBTIQ\* bireylerin çoğu haklarını koruyor fakat bu durum ayrımcılığa uğramadıkları anlamına gelmiyor. Günümüzde de, ön yargıların tetiklediği ayrımcılığı görebiliyoruz; sosyal çevrede, okulda, işte. Yasaların bireyleri koruması, toplumun her alanında LSBTIQ\* bireylerin saygıyla karşılanması anlamına gelmiyor.

LSBTIQ\* bireylere karşı ayrımcılıkların çeşitli formları:

Ayrımcılık kendini çeşitli derecelerde gösterebilir. Bunlar, “microaggression” olarak tanımladığımız, belirli bir azınlığa yönelik bilinçsizce yapılan ayrımcı söylemlerden başlıyor ve sözsel ya da fiziksel şiddete kadar gidiyor.

Homofobi:

Bir çok toplumda, eşcinsel ilişkilerde olan insanlara karşı ön yargı vardır. Bu ön yargılar kendilerini çeşitli derecelerde gösterebilir: Bunlar hakaret ile başlayabilir, yasal ayrımcılık olabilir ve hatta acımasız fiziksel şiddete kadar dayanabilir. Homofobi, çoğu zaman transfobi ve femifobi ile el eleder. Örneğin, eşcinsel erkeklere sıkça “fazla feminen” oldukları söylenirken, lezbiyen kadınlara da “fazla erkeksi” oldukları söylenir.

Transfobi:

Trans\* bireyler, LSBTIQ\* toplumunun en görünür bireyleri olmakla birlikte en sık ayrımcılığa uğrayanlardır. Hatta, LSBTIQ\* toplumu içerisinde dahi ayrımcılığa uğrarlar çünkü bir çok eşcinsel erkek ya da lezbiyen kadın trans\* bireyler hakkında yeterince bilgiye sahip değillerdir

Femifobi:

Femifobi demek, feminenliğin her türünü ret etmek demektir. Bu, özellikle doğuştan cinsiyeti erkek olan bireylerin feminenliğine karşı bir tutumdur. Feminen erkekler çoğu zaman alay

konusu olur ve cinsiyet kimlikleri sorgulanır. Bu sorun, sadece genel toplumda değil, eşcinsel erkekler arasında da mevcuttur.

LSBTIQ\* toplumu ve ırkçılık:

LSBTIQ\* toplumu içerisinde etnik köken ya da ırk üzerinden yapılan ayrımcılık, ayrımcılığın en yaygın olan formudur. Burada, göçmen geçmişi olan bireyler ya da etnik bir azınlığa ait olanlar, kendilerini çoğunluk tarafından marjinalleştirilmiş hissediyorlar. LSBTIQ\* ve “of colour“ olan bireyler, toplum içerisinde sıkça cinselliklerini ya da cinsiyet kimliklerini nasıl yaşadıkları konusunda ön yargılara uğralar. Bunun yanı sıra ırkçılık, bazı roller ve davranışlar hakkında kurulmuş beklentilerden oluşabiliyor ya da fetiş hali de alabiliyor.

## LSBTIQ\* hakları

*Yazarlar: Lu Kenntner & M. Albarzawi*

LSBTIQ\* insanların hakları dünyada çok farklıdır. Bazı ülkelerde, son yıllarda eşitliğe yönelik pozitif gelişmeler görebilirken, bazı ülkelerde ise geri adımlara rastlayabiliyoruz. Bu, çoğu zaman ülkedeki siyasi durumdan kaynaklanır. Eşcinsellik, günümüzde de yaklaşık 80 ülkede suç unsurudur. LSBTIQ\* insanlar örneğin zorla evlilik, para ve hapis cezaları, işkence ya da hatta idama dahi çarptırılabilir. LSBTIQ\* insanlara karşı ayrımcılık genelde hükümetler, dini kurumlar ya da toplum tarafından yapılmaktadır. LSBTIQ\* hakların dünya çapındaki durumu ile ilgili şu sayfada kapsamlı bilgilere ulaşabilirsiniz: The International Lesbian, Gay, Bisexual, Trans and Intersex Association (ILGA) - <https://ilga.org/maps-sexual-orientation-laws>. Burada, yasal durumun bazı zamanlar toplumun LSBTIQ\* karşı olan tutumunu tam olarak yansıtmadığını da unutmamalıyız. Trans\* ve inter\* insanların durumları yasalara çok nadir yansırken, bu insanlara karşı yapılan ayrımcılık çok daha kapsamlıdır. Trans\* ve inter\* insanlara karşı dışlamalar, yoksulluk, cinayet oranları dünya çapında oldukça yüksek.

LSBTIQ\* hakların büyük çapta korunan Almanya’da bile ayrımcılığa uğramak mümkün. Hetero- ve cisseksüellik hala norm olarak tanınmakta. Ayrıca heteroseksüel ya da cisseksüel olmayan insanlara karşı var olan toplumsal önyargılar sıkça ayrımcılığa yol açmaktadır.

Almanya’da gerçekleşen birkaç yasal gelişmeler:

- Eşcinsel evlilik 1 Ekim 2017 tarihinden itibaren yasaldır.
- Üvey evlat edinme ilk defa 2005 yılında legaldir.
- Etnik köken, cinsiyet, din, engel, yaş ya da cinsel yönelim ile ilgili her türlü ayrımcılık eylemi yasa dışıdır (3, § 19 AGG).
- İş yerinde ayrımcılık ülke çapında yasaktır (Katolik kilise eşcinsel evliliklerde bulunan insanları görevden alabiliyor).
- Transseksüel insanlar 1980 yılından itibaren cinsiyetlerini değiştirebiliyorlar.
- 2018 yılından itibaren, interseks insanlar istedikleri ve doktor raporu aldıkları takdirde bu durumu kimliklerinde kaydedebilirler. Elbette bu, non-binary insanlar için bir çözüm değildir.

Daha fazla bilgi için: <https://handbookgermany.de/en/rights-laws/lgbtiq.html>

## **Intersectionality**

Terimler, kategoriler ve kimlikler hakkında konuştuğumuzda, bir insanın kimliğinin birden fazla kategoriden oluştuğunu unutmamalıyız. Bu kategoriler toplama gibi üst üste durmaktan ziyade, daha çok birbirlerine bağlıdır ve böylece birbirlerini etkiler. Bu kategoriler arasında şunlar vardır: cinsiyet/toplumsal cinsiyet, cinsel yönelim, etnik kimlik, sınıf, milliyet, yaş, din, sağlık, vücut vs.. Intersectionality terimi, ilk bakışta farklı gibi duran bu kategorilerin birbirleriyle ne şekilde bağlı olduğunu ve bu bağlılığın sonuç olarak hangi güç ve baskı sistemlerine yol açtığını göstermektedir.

Kaynaklar:

[http://www.antidiskriminierungsstelle.de/SharedDocs/Downloads/DE/publikationen/Expertise\\_n/Expertise\\_Mehrdimensionale\\_Diskriminierung\\_jur\\_Analyse.pdf](http://www.antidiskriminierungsstelle.de/SharedDocs/Downloads/DE/publikationen/Expertise_n/Expertise_Mehrdimensionale_Diskriminierung_jur_Analyse.pdf)

<https://gender-glossar.de/i/item/25-intersektionalitaet>

<https://www.gwi-boell.de/de/2019/04/28/reach-everyone-planet-kimberle-crenshaw-und-die-intersektionalitaet>

## **Gelenek ve Göç**

*Yazar: Jochen Kramer*

### **Farklı ülke ve dinlerde LSBTIQ\***

LSBTIQ\* insanlar her zaman ve her ülkede varlardı. Eskiden ya da hatta bazı ülkelerde günümüzde de görünür olmamaları, LSBTIQ\* insanların maruz kaldığı baskılardan dolayıdır. LSBTIQ\* olmak, dini inançlara genel olarak aykırı olmak anlamına gelmez çünkü tanınmış olduğumuz dünya dinlerin hepsinde liberal yorumlamalar da bulunmaktadır. LSBTIQ’u ret etme, çoğu ülkelere sömürgecilik kapsamında batı tarafından ihraç edilmiştir (Kaynak: AI2013 eşcinsellik hakkında).

### **Kültürel geleneklerin anlamı**

Bazı ailelerde veya toplumsal gruplarda, LSBTIQ\* olmanın geleneklerle uyuşmadığına inanılıyor. Böyle durumlarda dini ve etnik gelenekler, LSBTIQ\* bir insan olarak hür bir hayat yaşamayı oldukça zorlaştırır. Diğer tarafta, dini ve etnik gelenekler önemli bir güç kaynağı da olabilir. Dini ve etnik değerlerin yapıcı veya kırıcı etkide bulunması şu faktörle dayalıdır:

- Ailede dini veya etnik geleneklerin açık ve destekleyici (= güç kaynağı) ya da sert bir şekilde (= zorluk) yaşanması
- Sosyal çevreye uyumun iyi (= güç kaynağı) ya da kötü (= zorluk) olması
- Ailede ve çevrede her insana (ve tüm cinsiyetlere) aynı hakların verilmesi, herkesin iyiliği üzerinde çalışılması ve şiddetin ret edilmesi (= güç kaynağı), ya da oldukça hiyerarşik, ataerkil bir düzenin bulunması ve bu düzende ağır bir namus kavramının olması, cinselliğin kontrol edilmesi ve şiddetin kullanılması (= zorluk).

Burada önemli olan nokta, geleneklerin ne şekilde yaşandığıdır çünkü ona göre gelenekler, güç kaynağı ya da tehlike olarak belirlenebilir. Hangi dine ya da etnik gruba ait olduğunuz burada aslında önemsizdir.

Kendi çevrenizde gelenekler, LSBTIQ\* insanları tehlike altında bırakabilecek şekilde yaşıyorsa eğer:

İçsel Coming-Out zorlaşır. Yani, hem cinsel yöneliminizi ve(ya) cinsiyet kimliğinizi hem de dini ve etnik kökeni kendi hayatınızda nasıl bir arada yaşayabileceğiniz sorusunu cevaplamakta zorluk çekebilirsiniz.

Dışsal Coming-Out da zorlaşır. Çünkü dolaylı olarak kendinizi dışarıya doğru ifade etmeniz kolay olmayacaktır. Hem LSBTIQ\* olup hem de yeterince kültürel hassasiyete sahip olan insanlardan yardım talep etmek özellikle önemlidir.

### **LSBTIQ\* ve göçmen kökenli insanlar için daha fazla bilgi**

Kendilerinin eşcinsel, biseksüel ya da trans olup olmadığını anlamaya çalışan göçmen kökenli insanlar çoğu zaman cinsel yönelim ve kültür arasında oluşan ilişki ve bazen çelişkiden dolayı daha fazla zorluklarla karşı karşıya olabiliyorlar.

Prof. Dr. phil. Melanie Steffens, 2010 yılında LSVD için yayınlamış olduğu bir araştırmada göçmen kökenli lezbiyen ve gaylerin yaşam koşullarını ve durumlarını ele almıştır. Araştırmanın sonuçlarını ve özetini burada bulabilirsiniz: [www.migrationsfamilien.de](http://www.migrationsfamilien.de).

Göçmen kökenli aileleri LSBTIQ\* konusu hakkında bilgilendirmek için LSVD, aynı sayfada online olarak bulabileceğiniz bir metot kitapçığı çıkartmıştır:

Psikososyal Kadın Danışma Merkezi “donna klara”, Schleswig-Holstein’da lezbiyen olmak ve göç hakkında bir broşür çıkartmıştır.

LSBTIQ\* olan mültecilerin durumunu ele alan “Anders ankommen – Vielfalt verstehen” projesimiz vardır. Burada, tercümanlık için bilgilendirme hazırladık - sitemizin “Download” bölümünde bulabilirsiniz.

### **Proje "Anders ankommen – Vielfalt verstehen"**

Proje „Farklı şekilde varmak – Çeşitliliği anlamak“

Bu proje, lezbiyen, eşcinsel (gay), biseksüel, trans\*, interseks ve queer mültecilere yöneliktir. Proje amaçlarından biri ise, LSBTIQ\* yaşamları hakkında çeşitli dillerde bilgi sunmaktır. Örneğin, cinsel yönelimler ve cinsiyet kimlikleri bölümünde ya da Coming-Out, Sağlık, Danışmanlık/Terapi ve LSBTIQ\* insanların danışmanlığında tercümanlık konuları hakkında farklı dillerde bilgilere ulaşabilirsiniz.

Proje aynı zamanda tercümanlara, psikososyal uzmanlara ve ayrıca mültecilere ve göçmenlere yardım eden gönüllü çalışanlara yöneliktir: bir çok LSBTIQ\* mülteci geldikleri ülkelerde farklı dışlamalara maruz kalıyorlar, bazıları travmalı. Almanya’da da farklı türde ayrımcılıklara maruz kalabiliyorlar ve bu nedenle özellikle korunmalılar. İhtiyaçlara yeterli bir şekilde karşılık verebilmek ve LSBTIQ\* olan mültecileri destekleyebilmek için spesifik bilgiye, anlayışa ve hassas bir dile sahip olmak şarttır.

Aşağıdaki alanlarda workshop ve danışmanlık hizmeti veriyoruz:

Cinsel yönelimlerin ve cinsiyet kimliklerin çeşitliliğini daha iyi anlayabilmek  
LSBTIQ\* mültecilerin ve göçmenlerin durumlarını ve ihtiyaçlarını öğrenmek

Pratikte birlikte somut çalışma imkanları bulmak,

Sizlerden gelen soruları cevaplamak,

Size destek olabilir miyiz? O zaman bizlerle iletişime geçin:

İletişim

Sexual orientation and gender identity – Information on the VLSP\*-Website  
Project „Anders ankommen – Vielfalt verstehen“, funded by Aktion Mensch  
(turkish version)

29

VLSP\*

Reinsburgstraße 82

70178 Stuttgart

Telefon: 0711 888 999 29

E-Mail: refugees@vlsp.de

Proje yönetimi

Lu Kenntner (M.Sc.)

E-Mail: luise.kenntner@vlsp.de

Projemiz „Aktion Mensch“ tarafından desteklenmektedir.