

LGBTQIA+ နှင့် သက်ဆိုင်သော ခက်ဆစ်အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်များ

လိင်စိတ်တိမ်းညွတ်မှု၊ လိင်ဝိသေသခံယူမှု၊ လိင်အသွင်အပြင် ဖော်ပြမှုနှင့် လိင်ဝိသေသလက္ခဏာရပ်များ (SOGIESC) ကို နားလည်သဘောပေါက်ခြင်း။

ဤစာအုပ်သည် လိင်စိတ်တိမ်းညွတ်မှု၊ လိင်ဝိသေသခံယူမှု၊ လိင်အသွင်အပြင်ဖော်ပြမှုနှင့် လိင်ဝိသေသလက္ခဏာရပ်များ (SOGIESC) ဆိုင်ရာ သဘောတရားများနှင့် ဖြစ်တည်မှုများကို ရှင်းပြထားပါသည်။ အယူအဆအမှားနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံမှုများကို လျှော့ချနိုင်စေရန်အလို့ငှာ LGBTQIA+ များနှင့် LGBTQIA+ များဆိုင်ရာ ဝေါဟာရများကို နားလည်သဘောပေါက်မှု တိုးတက်စေရန်အတွက် ထုတ်ဝေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။



ပထမဆုံးအနေဖြင့် နားလည်သဘောပေါက်ရန် အရေးကြီးသည်မှာ

လိင်နှင့် ဂျင်ဒါ (Sex VS Gender)



လိင် (Sex) သည် မွေးကတည်းက ပါလာသောလိင်အင်္ဂါကို အခြေပြုစဉ်းစားသော ဇီဝလိင်ဖြစ်သည်။ ၎င်းတွင် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ စဉ်းစားချက်များဖြစ်သည့် ခရိုမိုဇုန်း၊ ဟိုမုန်းနှင့် လိင်အင်္ဂါတို့ ပါဝင်ပါသည်။

ဂျင်ဒါ (Gender) သည် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းမှ ပုံဖော်သော ပုံဖော်မှုဖြစ်သည်။ ၎င်းသည် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း အတွင်းတွင် လေ့လာသင်ယူခံရသော လူမှုစံနှင့် ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ စံသတ်မှတ်ချက်များအပေါ်တွင် အခြေပြုသည်။



ဆက်ပြီး နားလည်သဘောပေါက်ရန် လိုအပ်သည်မှာ



Sexual orientation

Gender Identity and Gender Expression

Sex Characteristics

လိင်စိတ်တိမ်းညွတ်မှု (Sexual orientation)

လိင်စိတ်တိမ်းညွတ်မှုဆိုသည်မှာ လူတစ်ယောက်က လူတစ်ယောက်ကို လိင်ပိုင်းအရ ဖြစ်စေ၊ ချစ်ခြင်းမေတ္တာပိုင်းအရ ဖြစ်စေ၊ စိတ်ခံစားမှုပိုင်းအရ ဖြစ်စေ တိမ်းညွတ်၊ ကိုင်းညွတ်တတ်သော စိတ်ကို ဆိုလိုသည်။ လိင်စိတ်တိမ်းညွတ်မှုသည် ရွေးချယ်လိုရသော အရာတစ်ခု မဟုတ်သလို၊ ရောဂါတစ်ခုလည်း မဟုတ်ပါ။ လူတိုင်းတွင် လိင်စိတ်တိမ်းညွတ်မှုရှိပါသည်။ ၎င်း လိင်စိတ်တိမ်းညွတ်မှုတွင် _



လိင်ကွဲကို ချစ်ခင်စုံမက်မှု (Heterosexual)

လူအများစုသည် လိင်ကွဲကို ချစ်ခင်စုံမက်သူများဖြစ်သည်။ဆိုလိုသည်မှာ သူတို့သည် ဆန့်ကျင်ဘက်လိင်အပေါ် ချစ်တတ်၊ ကြိုက်တတ်ကြသူများဖြစ်သည်။ ဥပမာအားဖြင့် လိင်ကွဲကို ချစ်ခင်စုံမက်သူ အမျိုးသမီး တစ်ဦးသည် အခြားအမျိုးသားအပေါ် ချစ်ကြိုက်ခြင်းဖြစ်သည်။ လိင်ကွဲကို ချစ်ခင်စုံမက်သူ အမျိုးသားတစ်ဦးသည် အခြားအမျိုးသမီးအပေါ် ချစ်ကြိုက်ခြင်းဖြစ်သည်။





စထရိုက်စစ်စ်စ် (Straight)

လိင်ကွဲချစ်ခင်စုံမက်သူ (Heterosexual) များကို ခေါ်ဝေါ်သော စကားလုံးဖြစ်သည်။



လိင်တူကို ချစ်ခင်စုံမက်မှု (Homosexual)

အချို့သောသူများသည် လိင်တူကို ချစ်ခင်စုံမက်သူများ ဖြစ်သည်။ ဆိုလိုသည်မှာ သူတို့သည် လိင်တူအပေါ် ချစ်တတ်၊ ကြိုက်တတ်ကြသူများဖြစ်သည်။ ဥပမာအားဖြင့် လိင်တူကို ချစ်ခင်စုံမက်သူ အမျိုးသမီးတစ်ဦးသည် အခြားအမျိုးသမီးအပေါ် ချစ်ကြိုက်ခြင်း ဖြစ်သည်။ လိင်တူကို ချစ်ခင်စုံမက်သူ အမျိုးသားတစ်ဦးသည် အခြားအမျိုးသားအပေါ် ချစ်ကြိုက်ခြင်း ဖြစ်သည်။



လိင်တူ၊ လိင်ကွဲ နှစ်မျိုးစလုံးကို ချစ်ခင်စုံမက်မှု (Bisexual)

အချို့သောသူများသည် လိင်တူ၊ လိင်ကွဲ နှစ်မျိုးစလုံးကို ချစ်ခင်စုံမက်သူများ ဖြစ်သည်။ ဆိုလိုသည်မှာ သူတို့သည် မိမိနှင့် လိင်တူသောသူ၊ လိင်မတူသောသူ နှစ်ဦးစလုံးကို ချစ်တတ်၊ကြိုက်တတ်သူများဖြစ်သည်။



ချစ်ခင်စုံမက်မှုနည်းပါးမှု၊ မရှိမှု (Asexual)

အချို့သော သူများသည် ချစ်ခင်စုံမက်မှုနည်းပါးသူ၊ မရှိသူများ ဖြစ်သည်။ သူတို့သည် အခြားသူအပေါ် ချစ်မှု၊ ကြိုက်မှုနှင့် ပတ်သက်ပြီး နည်းပါးသည့်သူ သို့မဟုတ် မရှိသည့်သူများဖြစ်သည်။

လိင်ပိုသေသံယူမှု (Gender Identity)

လိင်ပိုသေသံယူမှုဆိုသည်မှာ လူတစ်ယောက်က မိမိကိုယ်မိမိ ကျားဂျန်ဒါ အဖြစ်ခံယူမှု၊ မဂျန်ဒါအဖြစ် ခံယူမှု၊ ကျား၊မဂျန်ဒါ နှစ်မျိုးစလုံးခံယူမှု၊ သို့မဟုတ် မည်သည့်ဂျန်ဒါမှ မခံယူမှု စသည့် ဂျန်ဒါခံယူမှု ဖြစ်သည်။ လူအများ၏ လိင်ပိုသေသံယူမှုသည် သူတို့၏ မွေးရာပါလိင်နှင့် တစ်ထပ်တည်း ကျကြပါသည်။ သို့သော်လည်း အချို့သောသူများ၏ လိင်ပိုသေသံယူမှုသည် သူတို့၏ မွေးရာပါလိင်နှင့် တစ်ထပ်တည်း မကျကြပါ။



စစ်စ်ဂျန်ဒါ (Cisgender)

မွေးရာပါလိင်နှင့် လိင်ပိုသေသံယူမှု တစ်ထပ်တည်းကျသူ



ထရန်စ်ဂျန်ဒါ (Transgender)

မွေးရာပါလိင်နှင့် လိင်ပိုသေသံယူမှု တစ်ထပ်တည်းမကျသူ (ဆန့်ကျင်ဘက်လိင်လို ပြောင်းလဲခံယူနေထိုင်သူ)

လိင်အသွင်အပြင် ဖော်ပြမှု (Gender Expression)



လိင်အသွင်အပြင်ဖော်ပြမှု ဆိုသည်မှာ လူတစ်ယောက်က မိမိဂျန်ဒါနှင့် ပတ်သက်ပြီး ပြုမူ၊ ပြောဆို ဝတ်စားဆင်ယင်သည့် အပြင်ပန်းအသွင်အပြင် ဖြစ်သည်။ လိင်အသွင်အပြင်ဖော်ပြမှုသည် ကျား၊ကျားလျားလျား၊ နွဲ့နွဲ့၊ နှောင်းနှောင်း သို့မဟုတ် ဟိုမကျ၊ ဒီမကျ အသွင်အပြင်ပုံစံမျိုးလည်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

လိင်ဝိသေသ လက္ခဏာရပ်များ (Sex Characteristics)

လိင်ဝိသေသ လက္ခဏာရပ်များသည် ဇီဝလိင်ကို သတ်မှတ်ရာတွင် အသုံးပြုသည့် ရုပ်ပိုင်း၊ ဇီဝပိုင်းနှင့် ဇီဝကမ္မဆိုင်ရာ လက္ခဏာရပ်များပင် ဖြစ်ပါသည်။ လိင်ဝိသေသလက္ခဏာရပ်များ သတ်မှတ်ရာတွင် ခရိုမိုဇုန်း၊ ဟိုမုန်းနှင့် လိင်အင်္ဂါများ ပါဝင်ပါသည်။

အမျိုးသမီး တစ်ယောက်၏ လိင်ဝိသေသလက္ခဏာရပ်များတွင် ယေဘုယျအားဖြင့် မိန်းမကိုယ်၊ မမျိုးဥ၊ သားအိမ်၊ မဟိုမုန်းနှင့် XX ခရိုမိုဇုန်းတို့ပါဝင်သည်ဟု ထည့်သွင်းစဉ်းစားကြပါသည်။ အမျိုးသား တစ်ယောက်၏ လိင်ဝိသေသလက္ခဏာရပ်များတွင် ယေဘုယျအားဖြင့် ဝှေးစေ့၊ လိင်တံ၊ ကျားဟိုမုန်း နှင့် XY ခရိုမိုဇုန်းတို့ပါဝင်သည်ဟု ထည့်သွင်းစဉ်းစားကြပါသည်။

သို့သော်လည်း ကွဲပြားခြားနားသည့် လိင်ဝိသေသလက္ခဏာရပ်များစွာ တည်ရှိပြီး၊ တစ်ခါတစ်ရံတွင် လူတစ်ယောက်၏ ကိုယ်ခန္ဓာကို ကျားကိုယ်ခန္ဓာ သို့မဟုတ် မကိုယ်ခန္ဓာအဖြစ် အလွယ်တကူ သတ်မှတ်၍ မရနိုင်သူများ ရှိပါသည်။ ထိုသူများကို ကျား၊မ သတ်မှတ်မှုဆိုင်ရာ လိင်ဝိသေသလက္ခဏာရပ်များနှင့် ကွဲပြားနေသည့်သူများ (Intersex) ဟု ခေါ်ပါသည်။ ကျား၊ မ သတ်မှတ်မှုဆိုင်ရာ လိင်ဝိသေသလက္ခဏာရပ်များသည် ပုံစံအမျိုးမျိုးဖြင့် ကွဲပြားစွာ တည်ရှိပါသည်။

အယ်ဂျီတီကျူအိုင်အေ (LGBTQIA+)

လိင်စိတ်တိမ်းညွတ်မှု၊ လိင်ဝိသေသခံယူမှု၊ လိင်အသွင်အပြင်ဖော်ပြမှုနှင့် လိင်ဝိသေသလက္ခဏာရပ်များ (SOGIESC) အရ ကွဲပြားသည့်သူများအားလုံးကို လွှမ်းခြုံဖော်ပြသည့် အတိုကောက် စကားလုံးဖြစ်သည်။

L လက်စ်တီယံ
Lesbian
အမျိုးသမီးအချင်းချင်း ချစ်ခင်စုံမက်သူ အမျိုးသမီး

G ဂေး
Gay
အမျိုးသားအချင်းချင်း ချစ်ခင်စုံမက်သူ အမျိုးသား

B ဘိုင်ဆက်ရှယ်
Bisexual
အမျိုးသား၊ အမျိုးသမီး နှစ်ဦးစလုံးကို ချစ်ခင်စုံမက်သူ

T ထရန်စ်ဂျန်ဒါ
Transgender
မွေးရာပါလိင်နှင့် လိင်ဝိသေသခံယူမှု တစ်ထပ်တည်း မကျသူ (ဆန့်ကျင်ဘက်လိင်လို ပြောင်းလဲခံယူနေထိုင်သူ)

Q ကွီးယား
Queer
လိင်စိတ်တိမ်းညွတ်မှု၊ လိင်ဝိသေသခံယူမှု၊ လိင်အသွင်အပြင်ဖော်ပြမှုနှင့် လိင်ဝိသေသလက္ခဏာရပ်များ (SOGIESC) အရ ကွဲပြားသည့်သူများ အားလုံးကို လွှမ်းခြုံဖော်ပြသည့် စကားလုံး

I အင်တာဆက်
Intersex
ကျား၊မ သတ်မှတ်မှုဆိုင်ရာ လိင်ဝိသေသလက္ခဏာရပ်များနှင့် ကွဲပြားနေသည့်သူများ

A အေဆက်ရှယ်
Asexual
လိင်စိတ်တိမ်းညွတ်မှုနှင့် ပတ်သက်ပြီး အခြားသူအပေါ် ချစ်ခင်စုံမက်မှုနည်းပါးသူ၊ မရှိသူ



အခြားသော ဝေါဟာရများ



ဂျင်ဒါ (၂) မျိုးသာ ရှိသည်ဟူသော ယူဆချက် (Gender binary)
 ဂျင်ဒါတွင် ကျားဂျင်ဒါ၊ မကျားဂျင်ဒါ (၂) မျိုးသာ ရှိသည်။ လူတစ်ယောက်၏ ဂျင်ဒါသည် ကျားဂျင်ဒါ သို့မဟုတ် မကျားဂျင်ဒါအဖြစ်သာ ခံယူရမည်ဖြစ်ပြီး၊ ခံယူထားသည့် ဂျင်ဒါသည် မွေးရာပါလိင်နှင့် တစ်ထပ်တည်း ကျရမည်ဆိုသော ယူဆချက် ဖြစ်သည်။



လိင်ကွဲချစ်ခင်စုံမက်မှုစံ (Heteronormativity)
 လူတိုင်းသည် လိင်ကွဲကို ချစ်ခင်စုံမက်သူများ သာ ဖြစ်ပြီး၊ လိင်ကွဲကို ချစ်ခင်စုံမက်သူများ သည် အခြားသော ကွဲပြားစွာ ချစ်ခင်စုံမက် တတ်သည့် သူများထက် သာလွန်မြင့် မြတ်သည်ဟူသော ယူဆချက် ဖြစ်သည်။



ကျား၊မ ဂျင်ဒါ ခံယူမှု စံ (Cisnormativity)

လူတိုင်းသည် မွေးရာပါလိင်နှင့် လိင်ပိုသောခံယူမှု တစ်ထပ်တည်း ကျသူများဖြစ်သည်။ ကျားဂျင်ဒါ၊ မကျားဂျင်ဒါ အဖြစ်သာ ခံယူရမည် ဖြစ်ပြီး၊ မွေးရာပါလိင်နှင့် လိင်ပိုသောခံယူမှု တစ်ထပ်တည်းမကျသော သူများဖြစ်သည့် ဆန့်ကျင်ဘက်လိင်လို ပြောင်းလဲ ခံယူနေထိုင်သူများကို မူမမှန်သောသူများဖြစ်သည်ဟူသော ယူဆချက် ဖြစ်သည်။



လိင်ကွဲချစ်ခင်စုံမက်ခြင်းအပေါ် ကြောက်ရွံ့မုန်းတီးခြင်း (Homophobia)

အမျိုးသားအချင်းချင်း ချစ်ခင်စုံမက်သူ (ဂေး) နှင့် အမျိုးသမီးအချင်းချင်း ချစ်ခင်စုံမက်သူ (လက်စ်ဘီယံများ) အပေါ် ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်း၊ မုန်းတီးခြင်းနှင့် ကြောက်ရွံ့ခြင်း။

ဆန့်ကျင်ဘက်လိင်လို ပြောင်းလဲခံယူနေထိုင်သူများအပေါ် ကြောက်ရွံ့မုန်းတီးခြင်း (Transphobia)

ဆန့်ကျင်ဘက်လိင်လို ပြောင်းလဲခံယူနေထိုင်သူများ သို့မဟုတ် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းက သတ်မှတ်ထားသော ဂျင်ဒါစံများအတိုင်း မနေထိုင်သည့်သူများ အပေါ် ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်း၊ မုန်းတီးခြင်းနှင့် ကြောက်ရွံ့ခြင်း။

လိင်တူ၊ လိင်ကွဲနှစ်မျိုးစလုံး ချစ်ခင်စုံမက်ခြင်း အပေါ် ကြောက်ရွံ့မုန်းတီးခြင်း (Biphobia)

လိင်တူ၊လိင်ကွဲနှစ်မျိုးစလုံးကို ချစ်ခင်စုံမက် တတ်သည့် သူများအပေါ် ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်း၊ မုန်းတီးခြင်းနှင့် ကြောက်ရွံ့ခြင်း။

လူနည်းစုဖြစ်ရသည့် သောက (Minority stress)

အပစ်ပယ်ခံ လူနည်းစု အုပ်စုဝင်များ တွေ့ကြုံခံစားရသည့် စိတ်သောက ဖြစ်သည်။ ၎င်းစိတ်သောကသည် ခွဲခြား ဆက်ဆံခံရမှု၊ စိုးရိမ်ကြောင့်ကြမှုနှင့် ဖယ်ကျဉ်ခံရမှုအပြင်၊ မိမိ၏ လိင်စိတ်တိမ်းညွတ်မှုအမှန်ကို ဆက်တိုက် ဖုံးကွယ်လာရသောကြောင့် ခံစားရသည့် စိတ်သောကဖြစ်သည်။



ဖွင့်ဟ ထုတ်ဖော်ခြင်း (Come out)

လူတစ်ယောက်က မိမိ၏ လိင်စိတ်တိမ်းညွတ်မှုနှင့် လိင်ပိုသောခံယူမှု အမှန်ကို သိရှိသည့် သို့မဟုတ် လက်ခံသည့် ဖြစ်စဉ် (မိမိကိုယ် မိမိ ဖွင့်ဟထုတ်ဖော်ခြင်း)

လူတစ်ယောက်က မိမိ၏ လိင်စိတ်တိမ်းညွတ်မှုနှင့် လိင်ပိုသောခံယူမှု အမှန်ကို အခြားသူများကို ဖွင့်ဟ ပြောဆိုသည့် ဖြစ်စဉ် (သူငယ်ချင်း၊ မိသားစု စသည်တို့ကို ဖွင့်ဟထုတ်ဖော်ခြင်း)

အပုန်း (In the closet)

မိမိ၏ လိင်စိတ်တိမ်းညွတ်မှုနှင့် လိင်ပိုသောခံယူမှုအမှန်ကို ထုတ်ဖော်မပြနိုင်သည့် သို့မဟုတ် ထုတ်ဖော်မပြသည့် LGBTQIA+ များကို ဆိုလိုသည်။

ပုံစံခွက် သတ်မှတ်ချက် (Stereotype)

လူတစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းစီ၏ မတူကွဲပြားမှုများကို ထည့်သွင်း မစဉ်းစားပဲ လူအုပ်စု တစ်စုလုံးအပေါ်တွင် အခြေအမြစ် မရှိပဲ ခြုံငုံသတ်မှတ်သည့် သတ်မှတ်ချက် ဖြစ်သည်။

တွန်ဘွိုင် (Tomboy)

မိန်းကလေးအဖြစ် မွေးလာသော်လည်း လိင်အသွင်အပြင်ဖော်ပြမှုသည် ကျားကျား၊လျားလျား ဖြစ်နေသည့် သူများကို ဆိုလိုသည်။



UNFPA Myanmar
 No. 6, Natmauk Road
 UN Building, PO Box 650 Tamwe Township
 Yangon, Myanmar
 Tel: +95 (1) 546 309
 Fax: +95 (1) 546 029

Email: myanmar.office@unfpa.org
 Website: myanmar.unfpa.org
facebook.com/UNFPAmmr
twitter.com/UNFPAmmr