

ADOLESCENTES TRANS

Manual para familias y profesionales que apoyan
a adolescencias transgénero y no binarias

Stephanie Brill
y Lisa Kenney



Índice

Prólogo	11
<i>María Fernanda Castilla Peón</i>	
Palabras del padre de un chico trans	15
<i>Eduardo Cheda</i>	
Introducción	17
Capítulo 1. Ser madre o padre de un adolescente transgénero o no binario	27
Capítulo 2. Entender el género y el espectro de género	53
Capítulo 3. Aceptar la complejidad	79
Capítulo 4. Conseguir la consolidación de la identidad de género	109
Capítulo 5. Objetivos del desarrollo de los adolescentes	131
Capítulo 6. Lo que te quita el sueño	155
Capítulo 7. Apoyar a tu hijo adolescente en su camino de género	177
Capítulo 8. Comprender cómo afecta el estrés de minorías a tu hijo adolescente	203
Capítulo 9. Apoyo profesional y consideraciones de salud mental	219
Capítulo 10. Lo que puedes hacer para mejorar las probabilidades	243

Capítulo 11. Cómo fortalecer la capacidad de resiliencia de tu hija/hijo adolescente	273
Conclusión	309
Glosario	313
Bibliografía	325
Recursos adicionales	339
Agradecimientos	345
Acerca de las autoras	347

Capítulo 1

Ser madre o padre de un adolescente transgénero o no binario

Sin saber siempre supe que mi hija era diferente.



Lo que supe por primera vez sobre los adolescentes trans me aterrizó. Tengo que ser sincera, sentía que me estaba derrumbando. Pero entonces me di cuenta de que este no era mi propio problema y que perderlo no mantendría a mi hijo a salvo. Era solo una evasión. Entonces me recuperé y empecé a educarme a mí misma y a todos los que me rodeaban... Sé que puedo marcar la diferencia. Tengo que marcar la diferencia. Mi hijo, tu hijo, todos nuestros hijos necesitan saber que son amados y valorados y que su existencia tiene valor.



Lo más difícil [hablar con mis padres sobre mi identidad de género] fue saber que no podrían entender cómo me sentía.

¿Cuál es tu historia? ¿Cómo te enteraste de que tu hijo está intentando comprender y lidiar con cuestiones relacionadas con su género? Hemos escuchado miles de historias a lo largo de los años y, aunque diferentes temas siguen saliendo, lo que siempre es conmovedor es el deseo de un niño de ser visto y aceptado por las personas que más quiere y necesita: su familia.

Algunos han escuchado quizá no pocos comentarios de sus hijos desde que eran pequeños. Aunque el hecho de que un niño pequeño te diga o te haya dicho que su género es diferente del que tú creías es algo que tiene en sí sus propios retos, hay una simplicidad que también puede hacer las cosas un poco más sencillas (al menos en ese momento). Los problemas de desarrollo que experimentan los niños más pequeños suelen ser menos desconcertantes para los padres y existe la sensación de que hay tiempo suficiente para resolverlos todos juntos. Con los adolescentes es más complicado: su comprensión suele tener en cuenta las identidades de género fuera del binario y quieren encontrar la que mejor englobe lo que son. Además

de esta exploración de género, están atravesando los retos de desarrollo de la adolescencia. Con los adolescentes, el tiempo se siente como algo muy breve, como un reloj que marca cuenta atrás hasta que se van de casa, cuando ya no será posible reflexionar juntos sobre lo que sucede, teniendo la comodidad de un techo compartido sobre la cabeza. Por último, el tiempo también tiene una sensación de urgencia porque los adolescentes no dependen de sus padres para tomar medidas en su nombre del mismo modo que los niños pequeños. Como madre o padre de un adolescente, eres muy consciente de que si no actúas con la suficiente rapidez, tu hijo tomará las riendas del asunto en sus manos, por eso los riesgos parecen mayores cuando se trata de cuestiones de género en un adolescente.

¿Cómo te planteó tu hijo la cuestión de su género? ¿Habló contigo en persona? Algunos padres que conocemos recibieron una carta (en un par de casos, dejada encima de las galletas o de los *brownies* que les hizo su hijo, ¡lo cual nos encanta!). Conocemos a padres a los que se lo dijeron en el coche de camino al colegio, o en un correo electrónico, mientras hablaban por Skype o FaceTime, o a través de uno de sus otros hijos, con un “por cierto” mientras salían de casa, e incluso por medio de un mensaje. Independientemente de cómo te hayas enterado, tu hijo adolescente lo pensó mucho antes de decírtelo. No lo hizo por capricho. Fue un acto de valentía al hacerse vulnerable ante ti, porque desea y necesita tu amor y aceptación con desesperación.

Si acabas de descubrir que tu hijo es transgénero, no binario o que se cuestiona su género, sabemos lo mucho que tu mundo está girando a tu alrededor en este momento. Entender la identidad de género de tu adolescente puede ser un reto; es potencialmente confuso y estresante tanto para los adolescentes como para sus familias. Te ayudaremos a entender qué es lo más importante en este periodo inicial tras conocer su identidad de género. Todos los padres que tienen adolescentes que se enfrentan a cuestiones relacionadas con el género tienen preguntas (y han sido cuestionados por otros) sobre lo que significa todo este asunto, por qué le sucede esto a su hijo y qué hacer al respecto. Como este es el lugar por donde todo el mundo empieza, hemos pensado en empezar aquí también. Así que, tanto si llevas un día como una década hablando con él o ella sobre el tema del género, este es un buen lugar para analizar los temas, las preocupaciones y las preguntas que probablemente formen parte de su proceso.

Más que nada, tu objetivo como madre o padre de un adolescente transgénero, no binario o que se está haciendo preguntas al respecto es

asegurarle que lo quieres y mantener la comunicación entre ustedes. Tranquilízalo diciéndole que, aunque tengas algunas cosas que aprender, estás comprometido a hacerlo. Hazle saber que no está solo y que quieres ayudarlo y apoyarlo.

Tu hijo prestará especial atención a lo que *hagas* después de esta revelación, no solo a lo que digas. Ten en cuenta que te está observando —e interpreta tus acciones— con mucha más atención que de costumbre. Asegúrate de comprobar con tu hijo adolescente que sabe que has entendido la importancia de lo que te ha contado, que estás trabajando para comprender la información relacionada y que él no está llegando a conclusiones incorrectas basadas en sus propios miedos o preocupaciones sobre cómo podrías reaccionar después de haber compartido contigo quién es.

Si te sientes desequilibrado, confundido, asustado o incluso enfadado con esta noticia, date cuenta de que muchos padres se han sentido igual. Es posible que sientas muchas cosas a la vez, incluido un cierto entumecimiento de las emociones en respuesta a la revelación de tu hijo, y estas emociones pueden cambiar rápidamente. Esto es normal. Lo mejor será encontrar formas de expresar estos sentimientos a otras personas que no sean tu hijo; por ejemplo, con amigos que te apoyen, miembros de la familia y profesionales de la salud mental. Intenta, en la medida de lo posible, ser paciente y no juzgarlo. Recuerda que probablemente también esté asustado y buscando tu apoyo.

Suele haber muchos sentimientos, incluido el miedo, en todas las partes implicadas, sobre todo en los primeros días de la conversación. Es probable que tu hijo tenga miedo de que dejes de quererlo o de que lo rechaces de algún modo fundamental a causa de su identidad de género. Le preocupa que te sientas decepcionado con él o que desapruebes lo que es. También puede temer que no lo apoyes en los cambios que quiere hacer para sentirse congruente, y que posponer estos cambios hasta que tenga 18 años y pueda decidir por sí mismo le parezca un retraso imposible. Tú, por supuesto, tienes tu propio y complejo conjunto de reacciones.

Lo ideal es que mantengas una actitud paciente, comprensiva y sin juicios de valor al entablar conversaciones con tu hijo adolescente y con tu familia sobre cuestiones de género. Si crees que tu respuesta inicial fue negativa, mal recibida, o simplemente no comunicó suficientemente tu amor y compromiso con él o ella, puedes cambiar tu enfoque a uno que te haga sentir mejor y que también apoye a tu hijo adolescente. *Nunca es demasiado tarde para hacer ese cambio.*

Capítulo 2

Entender el género y el espectro de género

Hay una curva de aprendizaje para los jóvenes trans y sus padres, y para cuando los jóvenes cuentan a sus padres su identidad, ya están completamente informados y esperan que nos pongamos al día.

A pesar de que interactuamos con el género todos los días, la mayoría de nosotros nunca hemos recibido ninguna educación formal al respecto. ¡Es realmente increíble darse cuenta de esto! Por desgracia, esta es precisamente la razón por la que hay tanta confusión y malentendidos sobre los adolescentes transgénero y no binarios. Sabemos que, como padre o madre, puedes sentirte abrumado y confundido en este momento. Te ayudaremos a caminar a través de estos sentimientos y a ser más capaz de apoyar a tu hijo adolescente a lo largo de esta etapa. Después de haber trabajado con miles de familias que crían a niños transgénero y no binarios, sabemos que lo que más te ayudará, antes de explorar las cuestiones que mayor preocupación provocan al tener un adolescente no binario o transgénero, es contar con una sólida comprensión fundacional del género. Ampliar tus percepciones sobre el género te permitirá conocer a tu hijo adolescente en el lugar donde se encuentra y te ayudará a estar mejor preparado para las discusiones y los desafíos únicos que se avecinan.

Sabemos que algunos de ustedes han pasado años apoyando a su hijo en su género auténtico. Si este es tu caso, te recomendamos encarecidamente que leas este capítulo, aunque tengas la tentación de saltártelo. Aquí también tenemos información para ti. La comprensión del género evoluciona y por mucho que lo ya hayas explorado, siempre hay más cosas en las que pensar. Cuando te abres a aprender sobre temas que crees conocer por dentro y por fuera, creas la posibilidad de obtener una revelación o actualización inestimable que puede ayudar a transformar tu comprensión o conducir a un inesperado momento “¡ajá!”.

Comprender la diferencia entre sexo y género

Cuando alguien tiene un bebé, normalmente la primera pregunta que hace todo el mundo es: “¿Es niño o niña?”. Esta pregunta aparentemente inocente refuerza la noción siempre presente de un sistema de género binario. ¿Qué es el sistema binario de género? Es el marco actual de nuestra cultura en el cual hay dos géneros, niño-hombre y niña-mujer, y que presupone que podemos conocer el género de alguien desde el momento en que nace. Sin embargo, esta forma de ver el género está demasiado simplificada. Se basa en tres suposiciones muy arraigadas, pero no por eso menos defectuosas:

1. El sexo y el género son lo mismo.
2. Solo hay dos opciones de género.
3. Este aspecto fundamental del ser se determina únicamente mirando los genitales del bebé cuando nace.

Esta comprensión limitada del género tiene una consecuencia importante y costosa. Las personas que no se ajustan a esta definición con frecuencia son marginadas porque se las considera diferentes. Con más de siete mil millones de personas en el planeta, ¿no es curioso que pensemos que podemos dividir a todo el mundo en solo dos categorías? Cuando nos sentimos incómodos con los que no encajan en estas dos opciones disponibles, nos arriesgamos, como sociedad, a perder el acceso a las contribuciones potenciales de muchos de sus miembros.

La idea de que el sexo y el género son lo mismo es tan común que rara vez se cuestiona. Cuando una persona nace, sus genitales se utilizan para determinar su género. Sin embargo, el sexo y el género no son intercambiables. El sexo asignado a una persona y su género no son siempre los mismos. Mientras el sexo se refiere a nuestra biología, el género incluye mucho más que nuestro cuerpo.

El género es la palabra utilizada para describir lo que consideramos “masculino” o “femenino”. Sin embargo, lo que se espera de un “hombre” o una “mujer” puede diferir significativamente en las distintas culturas. Del mismo modo, lo que se considera masculino y femenino varía en función de los antecedentes, la edad y las culturas de una persona. Muchas de las ideas que tenemos sobre el género tienen que ver con características y comportamientos. Luego, asociamos esas características con “cuerpos masculinos” y “cuerpos femeninos”, con lo que se define un género asociado al cuerpo.

Sin embargo, estas cualidades no físicas, que consideramos como el género, están en realidad separadas del sexo de una persona. El sexo de una persona refleja las características físicas de su anatomía (sus genitales), pero no refleja necesariamente sus preferencias personales, lo que le gusta hacer o lo que siente por sí misma, por lo tanto, aunque el sexo y el género parecen ser intercambiables, no lo son.

Para muchas personas, no es un problema que se haya asumido que, por los genitales con los que nacieron, fueron criados para ser una chica o un chico. Esto tal vez no nos haya causado ningún problema personal. Pero para las personas cuyo sexo y género no están alineados, la suposición de que deberían estar alineadas con su sexo de nacimiento puede ser una fuente de mucho conflicto.

Si el género no se basa solo en nuestros genitales, entonces ¿qué es el género?

El género es algo más complejo de lo que nos han hecho creer. El género forma parte de nuestra identidad personal y también de nuestra identidad social. Como cultura, utilizamos la palabra *género* para referirnos a la interacción entre el cuerpo de una persona, la forma en que se ve y se presenta, y la forma en que es percibida y reconocida por los demás.

Quédate con nosotros. No te preocupes si te sientes confundido. Todo esto se irá aclarando a medida que vayas leyendo este capítulo y el siguiente. Es completamente normal sentirse confundido cuando empiezas a comprender que algo que siempre pensaste que era una parte simple y sencilla de la vida no es tan simple después de todo.

¿Naturaleza o crianza?

Existe un debate continuo sobre si las diferencias que existen entre las personas son resultado de las diferencias biológicas o de las diferencias en la forma de educar a los niños. En otras palabras, ¿las diferencias de género son innatas (naturaleza) o aprendidas (crianza)? Este debate de naturaleza frente a crianza, aunque convincente, es otra forma binaria y demasiado simplificada de ver las cosas.

En realidad, hay muchos factores que influyen en el género y que no pueden separarse fácilmente. Cada uno de nosotros tiene características innatas y formamos parte de la sociedad desde el momento en que nacemos. Este

cruce de naturaleza y crianza es lo que nos hace ser quienes somos de forma única. Cuando la gente se pregunta si las personas no binarias y transgénero nacen así o si de alguna manera se debe a la influencia de sus padres o a traumas pasados, se pierden la diversidad que es inherente a la vida.

La naturaleza se transforma en entornos propios y produce una hermosa y amplia variedad que es esencial para la supervivencia. La naturaleza (la biología) y la crianza (el entorno) tampoco son unidimensionales. La biología es compleja. Los seres humanos son, en general, 99.9% genéticamente idénticos, pero la pequeña variación biológica genera la tremenda diversidad que vemos a nuestro alrededor. Los ambientes en los que interactuamos contribuyen a formarnos, pero no es una cosa específica la que lo hace; son los millones de interacciones —y nuestras percepciones y experiencias de estas— las que dan forma a lo que llamamos “crianza”. Así, intentar averiguar si el género de alguien —si se ajusta a lo que la sociedad espera o no— es una cuestión de naturaleza o de crianza es infructuoso. También limita nuestra capacidad de comprender, apreciar y valorar a los demás.

Nos encontramos entonces en una encrucijada temporal, en la que el pensamiento simplista sobre el género se sustituye por modelos que explican la diversidad que vemos cada día a nuestro alrededor. En lugar de ver el género como algo binario, en el que todo lo que no se ajusta se considera incorrecto y necesita corrección, es hora de adoptar un modelo de variabilidad natural que nos enriquezca e incluya a todos.

Hago memoria, hace 10 años ya, de cómo me sentía, qué pensaba. Y era igual que ahora desde el día en que me dijo: “Voy a coger a palos a la cigüeña que me trajo nena y soy varón”. “¿No ves, mamá? ¿No te das cuenta?”, me preguntaba y miraba mi reacción con sus grandes ojos negros. Solo atine a decirle esa noche: “Vamos a dormir. Es muy tarde. Hablamos mañana”. Logré salir de esa habitación en donde me sentí como una hoja en blanco, sin información, sin saber qué hacer. Lo que sí sabía era que debía escuchar lo que me estaba diciendo. Tomar su mano y acompañarlo desde el más profundo amor.

Excelente estrategia, pero muy difícil de llevar en la práctica; en principio por mi propia ignorancia en el tema... Haciendo memoria, ¿qué sabía o conocía yo de lo que estaba pasando en mi familia? ¿Acaso una personita de solo 8 años podía ser trans?

Si lo único que se ve en los medios de comunicación son personas adultas, del espectáculo y mujeres, ¿dónde hay infancias? Es más, ¿dónde hay varones trans? Las horas de la noche fueron eternas. Mi primer error fue acudir a "San Google", donde buscando información terminé con más angustia que ideas claras. Interminables páginas que solo decían enfermedad mental, disforia, terapia de conversión, perversión, y como eso muchísimo más, cosa que jamás aceptaría.

Mi segundo gran error fue pedir una consulta con un médico, pensando que me iba a ayudar y acompañar en este nuevo universo, puesto que como "profesional" seguramente sabría más que yo del tema. La recomendación de este médico fue que ambos, yo y mi hijo, acudiéramos al psiquiatra, ya que yo era la culpable de lo que estaba pasando.

MADRE, ARGENTINA

Cómo se enseña, se aprende y se refuerza el género

Todo lo que quería para Hanukkah cuando tenía 6 años era un castillo de princesa rosa. En lugar de eso, mis padres me regalaron un aburrido castillo gris, creo que tenía algunos caballeros y dragones, no estoy segura, porque nunca jugué con él. Y sabes, no era una niña que llorara mucho, pero durante años recordaba haber sollozado cuando abrí aquel regalo. No era solo que no obtuviera lo que quería, es que de alguna manera ya sabía que las cosas que más quería no estaban bien para ellos.

El género nos rodea, los mensajes de género y las expectativas de género nos bombardean constantemente. La educación, la cultura, los compañeros, las escuelas, la comunidad, los medios de comunicación y la religión son algunas de las muchas influencias que conforman nuestra comprensión de este aspecto fundamental del ser. Prácticamente todo en la sociedad tiene asignado un género —juguetes, colores, ropa, peinados y comportamientos son solo algunos de los ejemplos más evidentes—. Los padres, los cuidadores y otras personas (influidos por su propio género y sus valores culturales) comunican sus expectativas sobre lo que es apropiado para cada género a través de sus interacciones con el niño (formas de contacto visual, qué juguetes se

Capítulo 4

Conseguir la consolidación de la identidad de género

Supe de la existencia de las personas transgénero cuando tenía 11 años. Nunca me planteé que pudiera ser trans porque todo lo que sabía sobre las personas trans parecía muy raro. Yo no soy raro. Me siento normal, así que nunca consideré que pudiera ser trans. Cuando por fin vi a alguien que me gustaba y respetaba de verdad y supe que esa persona era trans, me di cuenta de que también había espacio para mí en ese término.

La tarea central de la adolescencia es la consolidación de la identidad, que es la creación de un sentido del *yo* fuerte y estable con el que pasar a la edad adulta. Es vital que los adultos en la vida de un adolescente comprendan que los jóvenes transgénero y no binarios necesitan una enorme cantidad de apoyo durante la adolescencia, mientras aceptan su identidad de género y la integran en su identidad adulta. Los años en que el género de tu hijo se consolida son algunos de los más vulnerables de su vida. Nuestro objetivo en este capítulo es informarte de lo que ocurre en su desarrollo durante esa época para que, al mismo tiempo, puedas ayudarlo a entenderlo, asegurarle que lo que está pasando es un proceso normal y elaborar juntos una estrategia para que pueda superarlo.

La mayoría de los padres no están preparados para tener un hijo transgénero o no binario. La crianza de los hijos es increíblemente exigente, independientemente del niño y de sus necesidades específicas; sin embargo, cuando te encuentras en un territorio desconocido sin el suficiente conocimiento o apoyo, incluso los padres bienintencionados pueden alejarse de su hijo, pensando que no son capaces de ayudarlo como necesita, o creyendo que su hijo necesita espacio y que lo está haciendo bien. Sin embargo, sabemos por experiencia que no todo es lo que parece con los adolescentes visto desde fuera. Tu hijo adolescente te necesita, especialmente durante su proceso de consolidación de género, que puede continuar hasta la mitad de

su vida. Una vez que llegue a la consolidación de su identidad, empezarás a respirar un poco más tranquilo. Por supuesto, incluso cuando él o ella haya aceptado quién es y haya alcanzado cierto nivel de congruencia, no significa que sus luchas con el género hayan terminado. Tu papel y tu implicación en su camino diario de género pueden cambiar, pero tu amor y tu apoyo seguirán siendo una fuerza estabilizadora en su vida.

Ya no hablamos de género a diario, ni siquiera cada semana. Está muy seguro de quién es. Pero a veces algo desencadena su disforia corporal y vuelve a ser muy sensible y vulnerable. Es fantástico que sepa que puede acudir a mí y hablar de estas cosas.

Formación de la identidad de género

Empecé a investigar por mi cuenta y luego hablé con un par de amigos... ellos me ayudaron a conocer toda la cultura y los términos y las cosas para ayudarme a descubrir el gran signo de interrogación que soy yo.

La adolescencia es una época en la que los cambios en el cuerpo y el cerebro dan lugar a una profundización de la identidad sexual y de género. Cuando un adolescente se da cuenta de que es o tal vez sea transgénero o no binario, este puede ser un momento difícil en su vida.

Mientras que algunos adolescentes se dan cuenta “de la noche a la mañana” y encuentran alivio al encontrar un lenguaje para su experiencia, muchos tienen un largo proceso de reconocimiento y aceptación de una identidad de género que no corresponde con su sexo asignado. Aunque todos los adolescentes pasan por el desarrollo de la identidad y puede ser un proceso confuso para ellos, para los jóvenes transgénero y no binarios puede ser aún más complicado.

Deben enfrentarse a las expectativas de género internas y externas, al tiempo que intentan descubrir y articular (aunque solo sea para sí mismos) su propia identidad de género interna. Debido al estigma social generalizado, esta identidad no suele ser la que ellos quieren o elegirían y a menudo se asocia con la vergüenza, la culpa y el miedo al rechazo de la familia, los compañeros y la sociedad en general. Si llegan a aceptar su identidad, una vez que lo hacen, a menudo luchan por saber cómo expresarla, cómo

decírselo a sus padres y cómo encajar. Este proceso suele desembocar en una lucha entre el deseo de ser auténticamente quienes son y el deseo de ser como los demás. Muchos adolescentes mantienen esta lucha en silencio hasta que llega un momento en el que ocultar su identidad crea tanto conflicto interior que tomar el riesgo de abrirse se considera la única decisión posible. Es un camino muy complicado. Para los muchos adolescentes que tienen que recorrer este camino sin el apoyo de la familia y los amigos, el camino puede ser más de lo que pueden soportar. Incluso con su amor y apoyo, puede ser una tarea monumental.

Es una profunda necesidad humana sentirse completo y coherente. Todos queremos sentir que sabemos quiénes somos y que por ser quienes somos seremos reconocidos y aceptados por los demás. En el caso de los adolescentes más jóvenes, existe un fuerte deseo de integrarse, un objetivo que puede parecer imposible y, por lo tanto, estresante para los jóvenes transgénero, no binarios y aquellos que se hacen preguntas. Cuando los adolescentes maduran, además de querer ser reconocidos y aceptados por los demás, a menudo anhelan ser únicos. En este proceso, el impulso de sentirse completos —auténticamente quienes son— puede superar el deseo de conformarse y encajar en la sociedad. No obstante, el deseo de ser comprendido y aceptado permanece durante toda la vida.

Conseguir la consolidación del género

En algún momento de nuestra vida, todos emprendemos un proceso para sentirnos completos en lo que somos: necesitamos integrar los distintos aspectos de nuestras identidades, como el género, la etnia, las capacidades físicas, la orientación sexual, la apariencia y la religión. Esto se llama consolidación de la identidad. Cuando este camino se centra en una identidad que se sale de las normas sociales, como ocurre con el camino de género de tu hijo, el proceso es más difícil.

Si reconoces y aceptas que su camino de género puede ser un motivo de aislamiento, puedes encontrar estrategias para contrarrestar la soledad y ayudarlo a desarrollar un sentido de autoconcordancia. Esta no tiene que ver tanto con lo que es visible en el exterior —como la apariencia personal o incluso los nombres o pronombres—, sino con la sensación interior que tiene una persona de que sabe quién es, le gusta quién es y se siente cómoda en su propia piel.

Aunque este camino hacia la plenitud puede durar, en muchos sentidos, toda la vida, hemos llegado a reconocer a través de nuestro trabajo con los jóvenes y las familias que hay algunos puntos de referencia comunes a lo largo del camino durante la adolescencia.

Hay un camino de desarrollo común desde la formación de la identidad de género hasta su consolidación, aunque la trayectoria sea diferente para cada persona. Todo el mundo pasa por este proceso en torno a su género, no solo las personas transgénero y no binarias; sin embargo, en la medida en que alguien se salga de las normas de la sociedad, es probable que el proceso sea más consciente y posiblemente más complicado.

En el caso de mi hija mayor, la pregunta adolescente de "¿Quién soy?" se desarrolló de varias maneras. Se cambió el nombre en el primer año de preparatoria y se lo volvió a cambiar en el segundo año. Se hizo muchos peinados diferentes y probó múltiples piercings. Algunos de los piercings se quedaron, pero la mayoría no. Experimentó con diferentes grupos sociales y tipos de música. Llevó a toda nuestra familia a un viaje desenfrenado. Ella es "cisgénero", como suele decirse. Mi adolescente transgénero no exploró la ropa, ni los peinados, ni los piercings; él es muy normativo en lo que se refiere al género. Su proceso fue más interno que externo. Luchó con la autoestima y su derecho a ser él mismo. Una vez que encontró un lugar de descanso con estas cuestiones más profundas, desarrolló amistades más significativas.

Cuestiones únicas para los adolescentes transgénero y no binarios que han vivido en consonancia con su identidad de género desde la infancia

Nuestra hija adolescente lleva más de diez años viviendo en su género afirmado y me gustaría haberla visto luchar más con su identidad de género durante esos años. Por un lado, me doy cuenta de que es un pensamiento tonto. No he cuestionado ni una sola vez la forma en que mi otra hija (cisgénero) entiende quién es. Pero, al mismo tiempo, al considerar estos procedimientos médicos importantes, sería tranquilizador saber que mi hija transgénero ha luchado con esto tanto como yo. Me gustaría tener algo grabado en piedra que dijera: "Sí, esta es su identidad y estás haciendo lo correcto". Hasta ahora, no ha caído ninguna tabla grabada del cielo y no espero que lo haga pronto.

Si un adolescente transgénero o no binario ha vivido alineado con su identidad de género desde la infancia, algunos aspectos de la consolidación del género en la adolescencia pueden ser más fáciles que para aquellos que llegaron a esta conciencia más tarde o a los que no se les permitió expresar su auténtica identidad de género. Sin embargo, incluso para los adolescentes que han vivido en su género afirmado desde la infancia, la adolescencia no siempre es una época fácil. La infancia puede parecer una burbuja, ya que las preocupaciones relacionadas con el género giraban en torno a los nombres, los pronombres, la vestimenta y la garantía de tener acceso al baño correcto. Una vez que llega la adolescencia, la situación se vuelve mucho más compleja. Lo que antes podía parecer un camino estable y manejable, de repente se convierte en algo más desafiante e incierto. Y también lo es para ti como padre; al haber “subido a bordo” cuando tu hijo era joven, puede ser bastante desconcertante verse de nuevo desafiado cuando tu hijo adolescente vuelve a examinar su género.

Los adolescentes que han sido apoyados en su identidad transgénero o no binaria desde la infancia pasan por las mismas etapas de consolidación de la identidad que el resto de los adolescentes y es muy probable que refinen su identidad de género en la adolescencia. Tal vez su identidad cambie hacia una que sea más compleja o menos binaria. Otros pueden llegar a reconocer que las suposiciones de la infancia sobre las formas de modificación del cuerpo que querrían para sí mismos ya no son válidas. Darse cuenta de un cambio de identidad de género (por ejemplo, de transgénero a no binario o de no binario a transgénero) conlleva los mismos miedos y preocupaciones que tienen otras personas que se encuentran con una incongruencia de género por primera vez. También implica el temor adicional de que el mundo exterior (incluidos los padres y otros miembros de la familia) no vea su género como válido si sigue evolucionando. Así, la lucha por reconocer una identidad cambiante puede ser muy difícil y estar cargada de una profunda ansiedad que llega a desencadenar una nueva crisis de identidad en torno a su género.

Es importante señalar que, en nuestro trabajo, todavía no hemos visto ni un solo adolescente transgénero o no binario que se haya afirmado en su género en la infancia y que se haya dado cuenta en la adolescencia de que es cisgénero. La mayoría de las veces su identidad de género permanece constante y simplemente se profundiza en la adolescencia. Sin embargo, hemos visto a adolescentes transgénero darse cuenta de que son no binarios y a adolescentes no binarios pasar a una identidad transgénero.