



เราทุกคนมีสิทธิ์
ที่จะมีชีวิตที่
ปราศจากความ
รุนแรง



คุณเป็นบุคคลรักร่วมเพศและเป็น เหยื่อของความรุนแรงหรือไม่?

พวกเราหลายคนตกเป็นเหยื่อของความรุนแรงจากคู่รัก อดีตคู่รัก หรือสมาชิกในครอบครัวที่ใกล้ชิด

เมื่อ

บุคคลที่ควรใส่ใจดูแลคุณกระทำความรุนแรงกับคุณ

สถานการณ์นี้จึงอาจเป็นสถานการณ์ที่เจ็บปวดและซับซ้อน เป็นเรื่องปกติอย่างยิ่งที่จะยังคงรักและห่วงใยคนที่ใช้ความรุนแรงต่อคุณ บางทีคุณอาจรู้จักพวกเขามาเป็นเวลานาน หรือพวกเขาเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว กลุ่มเพื่อน และเครือข่ายของคุณ หากคนที่ใช้ความรุนแรงต่อคุณคือคนที่คุณรักหรือเคยรัก และมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกันจึงเป็นเรื่องยากที่จะสังเกตเห็นได้

สัญญาณที่กำลังบอกคุณว่ามีบางอย่างผิดปกติหรือบอกล่วงหน้าได้ว่าบุคคลนั้นกำลังจะใช้ความรุนแรง การวิจัยยังแสดงให้เห็นว่ามีข้อมูลเพียงเล็กน้อยเกี่ยวกับความสัมพันธ์แบบรักร่วมเพศและการใช้ความรุนแรง

เมื่อบุคคลหนึ่งกระทำความรุนแรงต่อคุณ ความผิดนั้นจะเป็นความผิดของพวกเขาเสมอ แต่คุณอาจรู้สึกว่าคุณที่ใช้ความรุนแรงกับคุณ ต่อว่าคุณและทำให้คุณรู้สึกเหมือนว่าคุณทำให้พวกเขาโกรธ และอยู่ร่วมกับคุณด้วยยาก

มีคู่รัก อดีตคู่รัก สมาชิกในครอบครัวของคุณ หรือคนใกล้ชิดกับคุณ

- ตี หยิก กัด ผลัก จับตัวคุณ ขว้างสิ่งของ หรือ สัมผัสคุณด้วยวิธีอื่นใดก็ตามที่คุณไม่ชอบหรือ ทำให้คุณหวาดกลัวหรือไม่?
- ทำร้ายคุณด้วยวาจา อับอาย และข่มขู่คุณหรือไม่?
- ใช้เรื่องเพศหรือเพศสภาพของคุณ เพื่อข่มขู่ ขู่เข็ญ หรือทำร้ายคุณหรือไม่?
- ขู่ว่าจะทำร้ายคุณ ทำร้ายผู้อื่นที่คุณห่วงใย หรือ สัตว์เลี้ยงของคุณหรือไม่?
- ทำลายสิ่งของของคุณหรือไม่?
- นำเสนอเรื่องทางเพศที่ไม่ต้องการหรือบังคับให้คุณมีการสัมผัสมทาง เพศที่ไม่ต้องการหรือไม่?
- ปฏิเสธที่จะใช้การป้องกันระหว่างมีเพศสัมพันธ์หรือไม่?
- กีดกันไม่ให้คุณทำงานหรือเรียนและทำในสิ่งที่ คุณต้องการในวันหยุดของคุณหรือไม่?
- ควบคุมจำนวนเงินที่คุณใช้และเรียกร้องให้คุณ บอกพวกเขาว่าคุณใช้เงินไปกับอะไรบ้างหรือไม่?
- ไม่ยอมให้คุณเข้าถึงการรักษาพยาบาลหรือ ฮอโมนหรือไม่?
- ควบคุมสิ่งที่คุณดูบนทีวีหรือไม่?
- ตรวจสอบคอมพิวเตอร์และโทรศัพท์มือถือของคุณหรือไม่?
- เผยแพร่ภาพถ่ายของคุณโดยไม่ได้รับความ ยินยอมจากคุณหรือไม่?
- ใช้สรรพนามส่วนตัวที่ไม่ถูกต้องต่อคุณโดย เจตนา หรือไม่?
- ใช้สถานะการอพยพเข้าเมืองหรือเชื้อชาติกับคุณ หรือไม่?
- ใช้ความกตัญญูของคุณกระทำกับคุณ ปฏิเสธที่จะช่วยเหลือคุณ หรือใช้ความต้องการของคุณ เพื่อขอรับความช่วยเหลือให้เป็นสาเหตุถึงสิ่งที่ คุณต้องยอมพวกเขาที่ ใช้ความรุนแรงกับคุณ หรือไม่?
- ควบคุมคนที่ใช้เวลาทางสังคมด้วยหรือ บอก คุณไม่ให้ติดต่อกับเพื่อน ครอบครัว คน ที่ทำงาน หรือเครือข่ายกลุ่มบุคคลที่มีความ หลากหลายทาง เพศ (LGBT) หรือไม่?
- บังคับคุณหรือกดดันคุณให้แต่งงานโดยไม่ได้รับ ความยินยอมจากคุณหรือไม่?
- ทำให้คุณสงสัยในอัตลักษณ์ทางเพศหรือ รสนิยม ทางเพศของคุณหรือไม่?
- ทำให้คุณตกอยู่ภายใต้แรงกดดันทางอารมณ์ หรือขู่ว่าจะทำร้ายตัวเองหากคุณทิ้งพวกเขาไป หรือขอความช่วยเหลือจากที่อื่นหรือไม่?
- ทำนินทาพฤติกรรมของคุณควบคุมแอลกอฮอล์หรือ ยา เสพติดของพวกเขาหรือไม่?

หากคุณตอบว่าใช่ในคำถามข้อใดข้อหนึ่งข้างต้น คุณอาจจะ ตกเป็นเหยื่อของความรุนแรงในความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดนั้น

มีความพร้อมในการช่วยเหลือ

ที่พักพิง

ทุกเขตเมืองในประเทศนอร์เวย์มีบริการที่พักพิงที่ให้ความช่วยเหลือโดยไม่มีค่าใช้จ่ายและเปิดให้บริการตลอด 24 ชั่วโมง ตลอดทั้งปี ที่พักพิงเหล่านี้เป็นที่พักชั่วคราวและเป็นที่พักที่ได้รับการคุ้มครองสำหรับเหยื่อจากความรุนแรง คุณไม่ต้องค้างคืนที่พักพิงเพื่อขอรับความช่วยเหลือ อีกทั้งคุณยังสามารถไปที่นั่นเพื่อพูดคุยและรับคำแนะนำได้ทั้งที่พักพิงจริงหรือทางโทรศัพท์ หากคุณตัดสินใจที่จะไปที่พักพิงเพื่อขอความช่วยเหลือ คุณสามารถพานักคนอื่นไปกับคุณเพื่อขอรับความช่วยเหลือได้หากคุณต้องการ

ที่พักพิงไม่ต้องการหลักฐานใดๆ ว่าคุณเป็นเหยื่อของความรุนแรงก่อนที่จะให้การช่วยเหลือและให้คำแนะนำแก่คุณ คุณไม่จำเป็นต้องรายงานถึงบุคคลที่ใช้ความรุนแรงกับคุณก่อนที่จะติดต่อที่พักพิง หากคุณต้องการ คุณสามารถพูดคุยกับบุคลากรจากที่พักพิงได้โดยไม่เปิดเผยตัวตน

สายด่วนความรุนแรง
ในครอบครัวแห่งชาติ

116 006

สายด่วนช่วยเหลือผู้ถูกล่วง
ละเมิดทางเพศ

800 57 000

สายด่วนสุขภาพจิต

116 123

สายด่วนภาษาเรื่องการบังคับ
แต่งงานและ
การขริบอวัยวะเพศหญิง

815 55 201

ไปที่ dnutvei.no สำหรับการติดต่อสายด่วน หน่วย
บริการช่วยเหลือ กฎหมาย และสิทธิของคุณ

เครือข่ายและสายด่วนสำหรับ บุคคลรักร่วมเพศ:

FRI

องค์การแห่งประเทศนอร์เวย์เพื่อความหลากหลายทางเพศ
สายด่วนสำหรับบุคคลรักร่วมเพศที่เป็นผู้ใหญ่:

regnbuetelefonen.no

SKEIV UNGDOM

บริการสายด่วนและแชทสำหรับเยาวชนอายุต่ำกว่า 30 ปี

ungdomstelefonen.no

SKEIV VERDEN

สมาคมแห่งชาติสำหรับ LGBTIQ+ ที่มีภูมิหลังเป็นคนกลุ่มน้อย:

skeivverden.no

SALAM

องค์กรเพื่อชาวมุสลิมรักร่วมเพศ


salamnorge.no

YOUCHAT

ระบบแชทไม่ระบุชื่อสำหรับกลุ่มวัยรุ่นรักร่วมเพศที่ดำเนินการโดยศูนย์สุขภาพ สำหรับเกย์
และเลสเบียนประเทศนอร์เวย์:

helseutvalget.no





**“ผู้ที่ไม่มีประสบการณ์หรือ
มีประสบการณ์น้อยในการใช้ชีวิตแบบความสัมพันธ์รัก
ร่วมเพศ
มีความเสี่ยงเป็นพิเศษ”**

ประเภทต่างๆ ของ ความรุนแรงและการเลือกปฏิบัติ

บุคคล รักร่วมเพศมักเผชิญกับความรุนแรงเช่นเดียวกับคนอื่นๆ แต่ไม่ได้ขอความช่วยเหลือบ่อยครั้งนัก ในความสัมพันธ์ที่รุนแรง คู่ของพวกเขาอาจใช้ลักษณะทางเพศหรืออัตลักษณ์ทางเพศของเหยื่อเพื่อควบคุม ทำลาย หรือทำให้มีการแยกตัวจากพวกเขา

ผู้ที่ไม่มีประสบการณ์หรือมีประสบการณ์น้อยในการใช้ชีวิตแบบความสัมพันธ์รักร่วมเพศมีความเสี่ยงเป็นพิเศษ ในบางกรณี บุคคลเหล่านี้อาจถูกชักนำให้เชื่อว่าความรุนแรงเป็นเรื่องปกติธรรมดาและเป็นเรื่องธรรมชาติของความสัมพันธ์ดังกล่าว บุคคลรักร่วมเพศวัยหนุ่มสาวที่ใช้แอปหาคู่หรือการหาคู่ออนไลน์อาจมีความเสี่ยงเป็นพิเศษเช่นกัน ความแตกต่างด้านอายุในความสัมพันธ์เหล่านี้บางครั้งอาจค่อนข้างเป็นเรื่องใหญ่ และในบางครั้งอาจเป็นเรื่องยากที่จะแยกแยะระหว่างการสนับสนุนเชิงบวกและการเอาใจเอาเปรียบ

บางคนตกเป็นเหยื่อของความรุนแรงหลายประเภท สิ่งสำคัญที่จะต้องพิจารณาสิ่งเหล่านี้โดยรวมเพื่อที่จะเข้าใจผลที่จะตามมาทั้งหมดทั้งทางร่างกายและจิตใจ สำหรับผู้ที่ตกเป็นเหยื่อของความรุนแรง การแยกแยะความแตกต่างระหว่างความรุนแรงประเภทต่างๆ กับเหตุผลเบื้องหลังอาจดูไร้ความหมาย

ความเครียดของคนกลุ่มน้อย

หลายคนที่เป็นส่วนหนึ่งหรือคิดว่าเป็นส่วนหนึ่งของคนกลุ่มน้อยเผชิญกับความไม่รู้เท่าไม่ถึงการณ์ การเหมารวม และอคติจากผู้อื่น มีความรู้สึกอยู่เสมอว่าคุณต้องประเมินความเสี่ยงในสถานการณ์ หรือกับบุคคลที่คุณพบ หรือสถานที่ที่คุณไปอาจเป็นเรื่องทำให้มีความเครียดและเหนื่อยหน่าย คุณยังอาจเผชิญกับความเครียดของคนกลุ่มน้อยได้หากไม่รับรู้ตัวตนด้านอื่นๆ ของคุณ สิ่งนี้อาจรวมถึงคนที่คุณใส่ใจเกี่ยวกับการไม่รับรู้ต่อรสนิยมทางเพศของคุณ

หากคุณมีลักษณะเฉพาะอื่นๆ ของคนกลุ่มน้อยนอกเหนือจากการเป็นบุคคลรักร่วมเพศ เช่น ความทุพพลภาพ กลุ่มชาติพันธุ์ชาวมิ หรือภูมิหลังของผู้อพยพ คุณอาจเผชิญกับความเครียดของคนกลุ่มน้อยเพิ่มขึ้น ไม่ใช่เรื่องผิดปกติที่บุคคลที่มีอัตลักษณ์ของคนกลุ่มน้อยต่างๆ ที่หลากหลายจะได้รับประสบการณ์ความรุนแรงหลายประเภท ทั้งความรุนแรงทางเพศ ทางกาย และทางวาจา

อาชญากรรมที่เกิดจากความเกลียดชัง

อาชญากรรมที่เกิดจากความเกลียดชังเป็นอาชญากรรมที่มีพื้นฐานมาจากแรงจูงใจในการเหยียดเชื้อชาติ การรังเกียจคนต่างถิ่น และการแสดงความไม่ชอบความหลากหลายทางเพศ หรือในทางใดทางหนึ่งหรืออย่างอื่นก็ขึ้นอยู่กับอคติต่อบุคคลหนึ่งหรือกลุ่มบุคคลเนื่องจากการแสดงตัวของกลุ่มจริงหรือกลุ่มที่สันนิษฐานไว้

อาชญากรรมที่เกิดจากความเกลียดชังเป็นความผิดที่มีโทษ และอาจเป็นเรื่องยากโดยเฉพาะอย่างยิ่งสำหรับผู้ที่ถูกเป็นเหยื่อของความรุนแรงในความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดและความรุนแรงที่เกิดจากความเกลียดชังและคำพูดแสดงความเกลียดชัง

การควบคุมทางสังคมเชิงลบและความรุนแรงที่เกี่ยวข้องกับการให้เกียรติแก่กัน

การควบคุมทางสังคมเชิงลบ รวมถึงแรงกดดัน การคุกคาม และการบังคับประเภทต่างๆ โดยมีจุดประสงค์เพื่อให้บุคคลปฏิบัติตามบรรทัดฐานหรือค่านิยมของครอบครัวหรือกลุ่มสังคมของตน กลุ่มดังกล่าวอาจเป็นชุมชนทางศาสนา กลุ่มเชื้อชาติ หรือครอบครัวขยายของบุคคลคนหนึ่ง ในบางชุมชนการเป็นเลสเบี้ยน เกย์ โบเช็กชวล อินเตอร์เซ็กส์ หรือบุคคลข้ามเพศเป็นสิ่งต้องห้าม เมื่อมีคนเปิดเผยตัวตนอาจถูกมองว่าเป็นการเสียดสีศักดิ์ศรีของครอบครัวหรือกลุ่มสังคม และสามารถใช้เป็นเหตุผลสำหรับความรุนแรงที่เกี่ยวข้องกับเกียรติยศศักดิ์ศรีหรือการบังคับแต่งงาน

บางชุมชนยังมองว่าเป็นความพินาศที่เป็นการลงโทษจากพระเจ้าหรือเป็นหลักฐานว่าพ่อแม่ของบุคคลนั้นทำบาป เยาวชนผู้มีความทุกข์ทรมานอาจเผชิญกับการควบคุมทางสังคมในเชิงลบ และยิ่งกว่านั้นหากพวกเขาเป็นบุคคลรักร่วมเพศ



สำหรับบุคคลที่ ให้ความช่วยเหลือ

คุณทำงานให้กับสายด่วนหรือหน่วยบริการ หรือหากคุณต้องการพูดคุยกับบุคคลที่ทำงานให้กับสายด่วนหรือหน่วยบริการ ควรทำความเข้าใจกับข้อมูลด้านล่างนี้ การวิจัยพบว่าความรุนแรงในความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดมักเกี่ยวข้องกับอำนาจของสถานะที่ไม่สมดุลกันในสัมพันธ์กับผู้กระทำความรุนแรงหลัก ไม่ว่าบุคคลในความสัมพันธ์จะเป็นเพศทางเลือกหรือเพศแท้ก็ตาม ในขณะเดียวกัน มีปัจจัยเฉพาะหลายประการที่มักเกิดขึ้นเกี่ยวกับความรุนแรงในความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดระหว่างบุคคลรักร่วมเพศ:

- มีการขู่ว่าจะบอกครอบครัว เพื่อน หรือเพื่อนร่วมงานของเหยื่อเกี่ยวกับรสนิยมทางเพศและอัตลักษณ์ทางเพศของเหยื่อ
- การแยกตัวเพิ่มขึ้นเนื่องจากขาดการสนับสนุนจากครอบครัวหรือเครือข่ายความปลอดภัยทางสังคม
- ผู้ที่ตกเป็นเหยื่ออาจถูกทำให้รู้สึกไม่ปลอดภัยเกี่ยวกับอัตลักษณ์ทางเพศหรือรสนิยมทางเพศของตนเอง
- ผู้ที่ตกเป็นเหยื่ออาจถูกจำกัดหรือถูกควบคุมเมื่อต้องเข้าถึงกลุ่มหรือสถานที่นัดพบที่จะช่วยให้พวกเขาเปิดเผยตัวตนและทำความเข้าใจกับอัตลักษณ์ทางเพศและรสนิยมทางเพศของตนเอง
- ผู้ที่ตกเป็นเหยื่ออาจถูกทำให้รู้สึกว่าพวกเขาสมควรที่จะตกเป็นเหยื่อของความรุนแรงเนื่องจากการรับรู้ตนเองเชิงลบที่อยู่ภายใน

- ผู้ที่ตกเป็นเหยื่ออาจเชื่อว่าไม่มีความช่วยเหลือใดๆ เพราะพวกเขาเคยประสบกับอาการเกลียดกลัวผู้มีความหลากหลายทางเพศ/การเกลียดกลัวบุคคลข้ามเพศ จากหน่วยบริการช่วยเหลือและสายด่วน ฯลฯ
- คู่รักที่ใช้ความรุนแรงสามารถหลอกล่อและโน้มน้าวให้ผู้ตกเป็นเหยื่อรู้สึกว่าจะไม่มีใครเชื่อว่าพวกเขาเป็นเหยื่อของความรุนแรง โดยใช้เรื่องเล่าเกี่ยวกับอุดมคติที่ถูกกำหนดจากสังคมในเรื่องความก้าวร้าวและความรุนแรง ตัวอย่างของเรื่องเล่าประเภทนี้ ได้แก่ ผู้หญิงต้องไม่ใช้ความรุนแรง หรือผู้ชายต้องไม่ตกเป็นเหยื่อของความรุนแรงในความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิด
- คู่รักที่ใช้ความรุนแรงสามารถหลอกล่อเหยื่อให้เชื่อว่าความรุนแรงเป็นเรื่องปกติของความสัมพันธ์ระหว่างคนเพศเดียวกัน หรือกดดันให้เหยื่อคิดว่าไม่ใช่เรื่องสำคัญในการใช้ความรุนแรงเพื่อที่จะรักษาชื่อเสียงของชุมชน LGBTI

- คู่รักที่ใช้ความรุนแรงอาจโน้มน้าวจิตใจว่าความรุนแรงที่เกิดขึ้นร่วมกันหรือสร้างความที่ว่ายเหยื่อยินยอมที่จะตกเป็นเหยื่อของความรุนแรงเอง
- คู่รักที่ใช้ความรุนแรงอาจพูดว่าจะโทรหาตำรวจและอ้างว่าตัวเองเป็นเหยื่อของความรุนแรงจากความสัมพันธ์
- มีการเก็บยาของคู่รักจากพวกเขาหรือขัดขวางไม่ให้พวกเขาได้รับการรักษาที่จำเป็นในการแสดงอัตลักษณ์ทางเพศของพวกเขา



อุปสรรค

มีปัจจัยหลายประการที่สามารถหยุดบุคคลที่ไม่ปฏิบัติตามบรรทัดฐานเรื่องเพศและเพศสภาพจากการขอความช่วยเหลือเมื่อพวกเขาเผชิญกับความรุนแรงในความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดได้ ความเครียดจากคนกลุ่มน้อยอาจเป็นปัจจัยร่วม ผู้ที่ตกเป็นเหยื่อความรุนแรงอาจมีประสบการณ์ด้านลบจากที่เคยติดต่อกับหน่วยบริการสาธารณะมาก่อน ความรู้สึกของการไม่เชื่อเนื่องจากร่างกาย รูปลักษณ์ หรือการแสดงออกทางเพศ อาจเป็นเหตุให้ขาดความไว้วางใจต่อหน่วยบริการช่วยเหลือ ผู้ที่ตกเป็นเหยื่อความรุนแรง ยกตัวอย่างเช่น มีรูปร่างใหญ่กว่าและดูแข็งแกร่งกว่าคู่ของตน อาจมีความรู้สึกว่าเป็นเรื่องยากที่จะถูกยอมรับให้เชื่อได้

สำหรับบุคคลที่อยู่ในคนกลุ่มน้อยหลายกลุ่ม อุปสรรคเหล่านี้อาจซับซ้อนและมีจำนวนมากขึ้น



การสร้างพื้นที่ปลอดภัย

หากคุณทำงานเกี่ยวกับความรุนแรงในความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิด สิ่งสำคัญคือต้องส่งสัญญาณอย่างมั่นใจว่าสถานที่นี้เป็นพื้นที่ปลอดภัยที่คุณสามารถพูดคุยเรื่องเพศและเพศสภาพได้ เพื่อสร้างขอบเขตที่ปลอดภัย และเพื่อรับรู้และแสดงออกว่าความรุนแรงสามารถเกิดขึ้นได้ในความสัมพันธ์ของบุคคลกร่วมเพศ

GOOD ADVICE FOR CREATING SAFE SPACES:

- เรียนรู้การใช้คำและคำศัพท์เรื่องเพศและเพศสภาพโดยการอ่าน ตัวอย่างเช่น อภิธานศัพท์ของคำศัพท์เกี่ยวกับ LGBT ที่จัดพิมพ์โดยสำนักงานอำนวยการประเทศนอร์เวย์ สำหรับช่วยเหลือเด็ก เยาวชน และครอบครัวที่ต้องการความช่วยเหลือ (Bufdir)
- พูดว่า “คู่รัก” หรือ “คนที่คุณรัก” มากกว่า “สามีของคุณ” หรือ “ภรรยาของคุณ” คำที่เป็นกลางทางเพศและคำกว้างๆ ที่ครอบคลุมสามารถช่วยให้คุณกำลังคุยด้วยเปิดใจได้ง่ายขึ้น คุณสามารถถามพวกเขาว่าคุณควรใช้สรรพนามเรียกพวกเขาว่าอย่างไร
- ใช้คำที่ครอบคลุมอยู่ในข้อความและการนำเสนอ
- ตรวจสอบให้แน่ใจว่ามีการกล่าวถึงความหลากหลายทางเพศและเพศสภาพอย่างชัดเจนในเว็บไซต์และโบรชัวร์/โปสเตอร์ที่คุณใช้
- ในสถานที่ของคุณ: แสดงอย่างชัดเจนว่าคุณให้บริการสำหรับบุคคลทุกประเภท: ใช้ธงสีรุ้งวางโบรชัวร์ และติดโปสเตอร์ที่แสดงประเด็นที่เกี่ยวข้อง ใช้กระดานประกาศอย่างต่อเนื่อง ด้านหลังต้องมีธงไพรด์เวอร์ชันต่างๆ แขนวหรือติดให้ที่บนผนังของคุณ!
- โปรดระลึกด้วยว่าบุคคลที่มีความหลากหลายทางเพศอาจมาจากคนกลุ่มน้อยอื่นๆ ได้ ไม่ใช่บุคคลที่มีความหลากหลายทางเพศทุกคนที่เป็นชาวนอร์เวย์หรือเป็นผู้ไม่พูดภาษา!
- เรียนรู้เพิ่มเติม! ตรวจสอบให้แน่ใจว่าคุณและเพื่อนร่วมงานเข้าร่วมหลักสูตรฝึกอบรมทั้งหมดที่มีให้ เพื่อให้ความรู้ของคุณเกี่ยวกับวิธีการเข้าถึงประชากรทั้งหมดเป็นปัจจุบัน

GLOSSARY

ไบเซ็กซ์วล

การเป็นไบเซ็กซ์วล หมายถึงการถูกดึงดูดความสนใจและ/หรือตกหลุมรักโดยไม่คำนึงถึงเพศของพวกเขา

ซิส

การเป็นซิส หมายถึงคุณระบุเพศตามที่คุณเกิดมาพร้อมกับเพศทางชีวภาพ ตัวอย่างเช่น บุคคลที่มีองคชาตถูกระบุว่าเป็นเพศชายเมื่อแรกเกิดและระบุว่าเป็นชาย

เฮน (asswนาม)

“เฮน” เป็นคำสรรพนามที่เป็นกลางทางเพศซึ่งใช้ในภาษาเยอรมันสำหรับผู้ที่ไม่ได้ระบุว่าเป็นหญิงหรือชาย ไม่มีคำเทียบเท่าในภาษาอังกฤษ

“เฮน”ยังสามารถใช้กล่าวถึงบุคคลในกรณีที่คุณไม่ทราบว่าพวกเขาใช้สรรพนามใดหรือเมื่อเพศของพวกเขาไม่ได้มีความสำคัญ ขอแนะนำให้สอบถามบุคคลเหล่านั้นว่าพวกเขาต้องการให้ใช้สรรพนามใด

เกย์

ผู้ที่ เป็นเกย์สามารถตกหลุมรักและ/หรือดึงดูดใจทางเพศกับคนเพศเดียวกันได้

นอน-ไบนารี

บุคคลที่ไม่รู้สึกรว่าตนอยู่ในประเภท "ชาย" หรือ "หญิง" บางคนระบุว่าเป็นสิ่งที่อยู่ระหว่างชายหรือหญิง คนอื่นๆ อาจระบุเป็นแค่บุคคล สิ่งนี้ไม่เกี่ยวข้องกับรูปร่างหน้าตาของบุคคล แต่เป็นคำถามเกี่ยวกับอัตลักษณ์ทางเพศ

อินเตอร์เซ็กซ์

อินเตอร์เซ็กซ์ หมายถึงการมีร่างกายที่มีลักษณะทางเพศที่เรียกว่าเพศชายและเพศหญิง ร่างกายของอินเตอร์เซ็กซ์ต่างกันทั้งหมด และความแตกต่างเหล่านั้นอาจเกี่ยวข้องกับความแตกต่างมากมาย ตั้งแต่อวัยวะเพศไปจนถึงระดับโครโมโซม

การระบุเพศ

ความรู้สึกร่างกายในของบุคคลคนหนึ่งว่าพวกเขาเป็นเพศอะไร การรับรู้เพศของเราไม่ได้ถูกกำหนดจากร่างกายที่เราเกิดมา

เลสเบียน

ผู้หญิงที่เป็นเกย์ ผู้หญิงที่ถูกดึงดูดและ/หรือตกหลุมรักผู้หญิงคนอื่น มักมีการเรียกกันว่าเลสเบียน

บรรทัดฐาน

กฎเกณฑ์ ความคิด และแนวความคิดที่ไม่ได้มีการกำหนดไว้เป็นลายลักษณ์อักษรในทางสังคม บรรทัดฐานสร้างความคาดหวังว่าเราควรประพฤติ มีรูปร่างลักษณะ และปฏิบัติอย่างไร พวกเขาสร้างอุดมการณ์ที่บอกเราว่าสิ่งใดที่เป็นแง่บวก เป็นที่น่าพอใจ และเป็นสิ่งที่ดีกว่า และสิ่งใดที่ไม่เป็นเช่นนั้น ผู้ที่ฝ่าฝืนบรรทัดฐานเหล่านี้สุดท้ายจะพบว่า มีบรรทัดฐานคงอยู่ การต่อต้านบรรทัดฐานส่งผลให้เกิดการล่วงละเมิดทุกอย่างตั้งแต่คนที่มองคุณอย่างน่ารังเกียจและการตั้งคำถาม ไปจนถึงอาชญากรรมที่เกิดจากความเกลียดชังและการแยกตัวทางสังคม บรรทัดฐานของคู่รัก บรรทัดฐานของการมีเพียงสองเพศ และบรรทัดฐานของเพศตรงข้าม - สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นบรรทัดฐานที่มักถูกทำลายโดยบุคคลรักร่วมเพศและอาจทำให้เกิดการล่วงละเมิด

รสนิยมทางเพศ

รสนิยมทางเพศเกี่ยวข้องกับคำที่เราใช้เพื่ออธิบายเรื่องเพศสภาพของเราเอง ผู้ที่คุณหลงใหลทางเพศและความรักใคร่ มีเพียงคุณเท่านั้นที่สามารถตัดสินใจถึงวิธีการระบุตัวตนของคุณ ไม่ใช่บุคคลอื่น

การปฏิบัติทางเพศ

การมีเพศสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับประเภทของการมีเพศสัมพันธ์ของคุณ ไม่จำเป็นต้องมีความเกี่ยวพันระหว่างตัวตน การดึงดูดความสนใจ และผู้ที่คุณมีเพศสัมพันธ์ด้วย บุคคลที่ระบุว่าเป็นชายแก่ตัวอย่างเช่น อาจจะมีเพศสัมพันธ์กับชายอื่นโดยที่ไม่มีความเกี่ยวพันกับรสนิยมทางเพศของพวกเขา

บุคคลรักร่วมเพศ

คำศัพท์โดยรวมสำหรับรสนิยมทางเพศ การแสดงออกทางเพศ และอัตลักษณ์ทางเพศที่ไม่เป็นไปตามความคาดหวังของสังคมซึ่งคุณควรเป็นเพศแท้ และซิสเจนเดอร์

ทรานส์

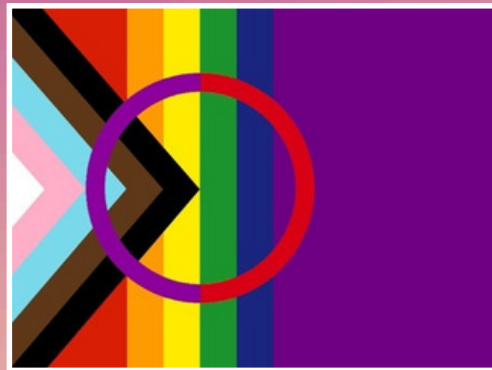
บุคคลข้ามเพศระบุว่าเป็นอย่างอื่นทั้งหมดหรือบางส่วนนอกเหนือจากเพศที่พวกเขาเกิด บุคคลข้ามเพศอาจใช้คำว่า ทรานส์ คนข้ามเพศ ผู้ชายข้ามเพศ ผู้หญิงข้ามเพศ ทรานส์เจนเดอร์ นอน-ไบนารี ซึ่งเกิดในร่างที่ผิด เป็นต้น เพื่อที่จะอธิบายถึงตัวเอง



ธงสีรุ้ง



ธงชาติ



ธงความภาคภูมิใจของ Sami

7 สิ่งที่ควรจดจำ:

1. บุคคลที่ร่วมเพศอาจเผชิญกับความรุนแรงในความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดได้
2. ความสัมพันธ์ที่รุนแรงมักแสดงถึงอำนาจที่ไม่สมดุลกัน
3. ความรุนแรงอาจเกิดขึ้นได้ในความสัมพันธ์หลายประเภท
4. ความรุนแรงในความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดไม่ใช่ปัญหาเกี่ยวกับเรื่องของขนาด หรือความแข็งแกร่ง หรือใครที่ดูเป็นเพศชายหรือเพศหญิงมากที่สุด
5. ในความสัมพันธ์ที่รุนแรง ผู้หญิงสามารถกระทำความรุนแรงได้พอๆ กับผู้ชาย
6. ความรุนแรงทางเพศสามารถเกิดขึ้นได้ในความสัมพันธ์ของคนเพศเดียวกัน
7. เป็นเรื่องยากสำหรับบุคคลที่ร่วมเพศที่จะออกจากความสัมพันธ์ที่รุนแรง เหมือนกับบุคคลที่มีเพศแท้