

Kleine Hausapotheke II

Entscheidungen gegen den cis-normativen Alltag

Entscheidungen | Erfahrungen | Lyrik



rubicon.

lesbisch, schwul, queer



Impressum

Herausgeberin und Bezugsadresse:

Beratung und Fachberatung für geschlechtliche Selbstbestimmung rubicon e.V.

Rubensstraße 8 – 10

50676 Köln

rubicon-koeln.de

info@rubicon-koeln.de

Illustrationen:

Jespa Titelbild, Seite 6, 9, 12, 23, 25, 28, 31, 35, 36, 39, 49, 64, 76

Lais Seite 16, 17 | Merit Seite 43, 72 | Ulrike Seite 52, 57, 61, 85 | Neph Seite 82

Redaktion: Jespa Jacob Smith, Helix Große-Stoltenberg und Merit Kummer

Gestaltung: Ulrike Selders – seldesign

Kontakt für Fragen, Anmerkungen, weitere Informationen:

Merit Kummer – transberatung@rubicon-koeln.de

+49 (0)221 2766999-48

1. Auflage, Köln, 2024

Vi.S.d.P.: Merit Kummer

Inhalt

Einleitung	4
Reflektieren und entscheiden?!	
Entscheidungen aus Lust	7
Für einen Titel konnte ich mich nicht entscheiden	10
Queer Dilemmas: I just don't know what to do with myself	13
zuhause. reflexion über meinen trans körper	18
Wenn ich träume, habe ich keine Brüste	22
Langzeiterfahrungen	
Ich verstehe den ganzen Wirbel nicht	26
Pst, wer bin ich?	32
Stealth Leben ist allerdings so eine Sache	37
Eltern und Kinder	
No way out? Elter-Sein im Cistem	40
Ein Ultraschall – Zwei Herzschläge	44
Nicht-binäre Elternschaft	48
Beziehungen	
A conversation across times	50
Merkst du schon was?	58
Sport	
TRANS* JOY – Dream big, start small	65
Interview	
Entscheidungen und Perspektiven im Kontext des Gesundheitssystems	73
Lyrikline	
Bleiben	77
Fragen Wagen	79
„Fuck, da ist ja mein Bauch.“	84
Gender – eine Abrechnung	86
Small Reminder	88

Herzlich willkommen

Von Merit

Wie schon die erste „Kleine Hausapotheke gegen den cis-normativen Alltag“ erscheint hiermit auch die zweite in Tradition der lyrischen Hausapotheke von Erich Kästner.

Das Thema „Entscheidungen“ ist in vielen trans* Beratungen und Coming Out- oder Empowerment-Gruppen ein zentrales Thema. Wir haben im rubicon das Privileg, Menschen für ein Stückchen ihres Weges zu begleiten und dabei auch bei der Entscheidungsfindung zu unterstützen.

Häufig erleben wir das wie in einer Serie: eine Begegnung ist wie eine Folge – am Ende einer Folge bleibt ein Cliffhanger. Wenn der Beratungsprozess abgeschlossen ist, hören wir nur selten, wie die „Geschichte“ weiterging. So hatten wir Lust auf Beiträge, die in die Tiefe gehen und auch Entwicklungen zeigen, die sich über viele Jahre erstrecken.

Die Idee dazu kam uns, als wir uns im Redaktionsteam über transfeindliche Narrative (wie beispielsweise in der Zeitschrift „Emma“) ausgetauscht haben. In solchen Narrativen werden falsche und verkürzte Annahmen gemacht, unter anderem dazu, wie trans Menschen Entscheidungen treffen und wie diese beeinflusst werden. Die komplexen Prozesse einer Entscheidung werden dort stark vereinfacht. Politische Lager wie die AfD greifen sie dann in dieser Form bedauerlicherweise gerne auf, um gegen trans Menschen zu hetzen, die öffentliche Meinung zu beeinflussen und so Zustimmung zu gewinnen.



Besonders schmerzhaft ist, wie diese Narrative Einfluss auf das Gesetzgebungsverfahren für das Selbstbestimmungsgesetz genommen haben.

Wir hatten Lust, ihnen die Komplexität unserer Geschichten entgegenzusetzen und uns so zu stärken – für den Kampf für Sichtbarkeit und gegen Transfeindlichkeit.

Ich denke, es ist gelungen. Viele der Beiträge sind sehr persönlich. Ich war beim Lesen sehr berührt, manchmal kamen mir Tränen und ich habe auch oft geschmunzelt.

Auf den Aufruf für die Texte hatte sich damals Niemensch gemeldet. Davon haben wir uns aber nicht abschrecken lassen, sondern haben Menschen aus der Community persönlich angesprochen. Viele haben erst gezögert, sich dann doch überzeugen, oder vielleicht auch überreden lassen :). So kommen Menschen zu Wort, die sonst wohl weniger präsent in Veröffentlichungen sind oder eher nicht die Bühnen suchen.

An dieser Stelle möchte ich mich für die Bereitschaft, den Mut und vor allem für die tollen Texte bei den Autor*innen bedanken.

Vielen Dank an Jespa, Helix und Charly für die schöne und inzwischen auch routinierte Zusammenarbeit. Ein großes Dankeschön an Birgit Bungarten, die im Hintergrund so vieles ermöglicht im rubicon, wie auch die Finanzierung der beiden Kleinen Hausapotheken.

Von Jespa

Herzlich willkommen in der zweiten Ausgabe der Kleinen Hausapotheke gegen den cis-normativen Alltag! Diesmal mit dem Schwerpunkt-Thema Entscheidungen. Aber...wie das so ist im trans* und nicht-binären Leben hat sich dieses Thema entschieden, einfach einen anderen Weg zu gehen und deshalb in vielen Facetten zu uns gefunden.

Nachdem die erste Ausgabe soviel Anklang gefunden hat, dass wir mittlerweile fünfmal nachgedruckt haben, hat uns das motiviert, eine zweite Ausgabe zu veröffentlichen.

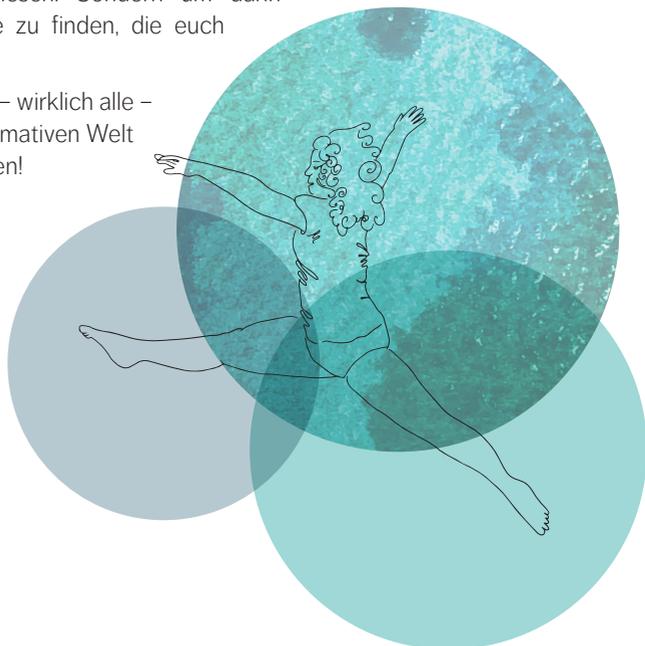
Diesmal haben wir uns ein Rahmenthema gegeben: Entscheidungen. Entscheidungen treffen wir im Alltag auf vielen verschiedenen Ebenen, laut Studien treffen wir jeden Tag 35.000 schnelle Entscheidungen: was ziehe ich an, was will ich essen, und so fort. Aber andere Entscheidungen sind schwerer zu treffen – und beinhalten lange Prozesse. Und gehen ganz andere Wege als eine klassische Pro-/Contra-Liste.

Deshalb sind auch die Texte dazu nicht einfach klassische Abhandlungen zu „Wie ich zu dieser Entscheidung gekommen bin“ – sondern Umwege, Abwege, ganz neue Wege und vor allem alle ziemlich nah an Gefühlen und Körpern orientiert.

Wieder teilen Menschen ihre Ideen und Geschichten: welche Entscheidungen überhaupt anstehen, wie sie damit umgehen. Es gibt Beiträge zu Körpern, Beziehungen, zum Älterwerden als trans* oder nicht-binäre Personen, Gedichte und Bilder.

Und wieder ist auch diese Hausapotheke nicht dazu gedacht, sie genau einmal von vorne bis hinten durchzulesen. Sondern um darin herumzublättern und Texte zu finden, die euch besonders ansprechen.

Und auch so wieder für alle – wirklich alle – gedacht, die mit der cis-normativen Welt hadern. Viel Spaß beim Lesen!



Entscheidungen aus Lust

Von Isus

#Utopien – Dekonstruktionen - Gesellschaft

Stell dir vor, wir leben in einer Gesellschaft, in der Geschlecht keine Rolle spielt. Kindern wird bei der Geburt kein Geschlecht zugewiesen. Menschen schauen sich an, und es läuft nicht innerhalb weniger Sekunden eine Einordnungskaskade bei ihnen ab. Haare, Gesichtsform, Körper, Kleidung, da ist etwas, das irritiert, vielleicht liege ich doch falsch? Nein, ganz eindeutig, das muss eine Frau sein.

Stattdessen sehen wir uns an und gehen offen aufeinander zu. Wie wir uns aufeinander beziehen, wie wir miteinander umgehen und was wir uns gegenseitig zutrauen, wird nicht beeinflusst davon, wie unsere Körper auf andere wirken.

Für mich ist die Vorstellung einer solchen Gesellschaft nicht von der Vorstellung einer insgesamt freien Gesellschaft zu trennen. Geschlecht scheint mir¹ ein Teil zu sein von ineinander verstrickten Verhältnissen, in denen wir unser Glück nur gegen das anderer durchsetzen können, und in denen Kategorien gebraucht werden, um zu rechtfertigen, wessen Glück das wichtigere ist. Dass Geschlecht keine Rolle mehr spielt, oder nicht mehr mit Körpern verknüpft wird, ist Teil meiner größeren Utopie².

Ich habe häufig den Eindruck, dass Personen die Entscheidungen, die ich über meinen Körper treffe, nur verstehen können, wenn ich ihnen dazu eine Leidensgeschichte erzähle. Ich nehme Testosteron, weil ich meinen Körper so nicht ertrage, wie er ist. Ich will eine Mastektomie machen, weil ich meine Brüste an meinem Körper nicht ertrage. Weil ich so nicht in die Sauna oder zum Schwimmen gehen kann, Dinge, die mir Spaß machen und gut tun.

Mein Entscheidungsprozess für Hormone hat nach dem ersten Gedanken daran etwa zwei Jahre gedauert, und der für die Mastektomie mindestens vier. Ich war verunsichert, warum ich meinen Körper verändern möchte. Mir wurden von verschiedenen Seiten verschiedene Gründe angeboten, und auch wenn ich mich politisch gut abgrenzen kann, sind einige Zweifel von Perspektiven, die ich eigentlich nicht teile, bei mir hängen geblieben.

Will ich etwas verändern, weil andere mich als Frau sehen, die ich nicht bin, wenn ich so aussehe wie ich gerade aussehe? Oder liegt es daran, dass ich mich zu dick fühle? Oder

1 Und/beziehungsweise anderen. Ich bin nicht selbst auf diese Idee gekommen.

2 „Utopie ist für uns die Bestimmung der menschlichen Möglichkeit, einer möglichen Gesellschaft, die Menschen nach ihren Bedürfnissen gemeinsam gestalten. [...] Alle Menschen, die sich in irgendeiner Form über eine bessere Zukunft Gedanken machen, haben utopische Vorstellungen.“ Sutterlütti/Meretz, Kapitalismus aufheben, 2018, VSA

dass ich anderen Schönheitsidealen nicht entspreche? Oder etwa doch daran, dass ich patriarchale Vorstellungen von der Wertlosigkeit von Weiblichkeit™ verinnerlicht habe? Ich bin auf dem Leidensweg – indem ich geschaut habe, was mir fehlt, und was sich schlecht anfühlt – nicht zu einer Antwort gekommen.

Stattdessen habe ich mich meinen Utopien zugewandt. Ich habe mir (und einer Freundin) die Frage gestellt: Wenn wir in einer Gesellschaft leben, in der es allen Menschen möglichst gut geht, und Körperlichkeiten nicht mehr mit Vorstellungen von Geschlecht verbunden sind. Würde ich dann immer noch Testosteron nehmen wollen? Und wenn nicht, kann ich dann nicht jetzt schon versuchen, mich von körperlichen Vorstellungen zu lösen, und auf diese Welt hinarbeiten?

Die Antwort, die wir darauf gefunden haben, ist die Lust.

Ich habe **jetzt** Lust darauf, mich mit meinem Körper wohl zu fühlen. Ich habe **jetzt** Lust darauf, zu sein, wer ich bin.

Wir werden die Gesellschaft, die ich gezeichnet habe, vermutlich in meiner Lebenszeit nicht mehr erreichen. Es erscheint mir wahrscheinlicher, dass es schlimmer wird, als es gerade ist. Aber selbst wenn wir das irgendwie schaffen – in den nächsten Jahren das Ruder rumreißen, die Welt retten, und ein gutes Leben für alle Menschen auf dieser Erde ermöglichen – warum sollte ich dann kein Testosteron nehmen wollen?

Testosteron hat dazu geführt, dass ich zu mir gekommen bin. Ich hab ein bisschen um mich selbst gekreist, in immer enger werdenden Spiralen, bis ich mich irgendwann umschlossen habe, und durch meine Haut in mich selbst eingesunken bin.

Überraschung: In mir selbst zu ruhen, macht, dass es mir gut geht. Mich selbst als den Ausgang meines Handelns begreifen zu können, ganz körperlich praktisch, ist die beste Folge meiner Entscheidung, die hätte eintreffen können.

Ich kann nicht genau den Finger darauf legen, was das in mir ist, dass Testosteron diesen Effekt auf mich hat. Ich nenne es, in Ermangelung eines besseren Konzepts, Geschlecht. Aber in Worte fassen, was das sein soll? Dieses Gefühl in mir irgendwie nach außen tragen? Unmöglich. Viel einfacher wäre es, wenn wir uns einfach ansähen, und berührten, und ich verstanden würde (mit vielen anderen trans Personen geht mir das auch so. Das ist schön, und vielleicht ein Anlass für einen anderen Text). Daher liegt die Vermutung zwar nahe, dass in einer Gesellschaft, in der Geschlecht keine Rolle mehr spielt (oder Körper bei Geschlecht), mein Wunsch nach Veränderung nicht mehr da wäre – aber sicher sein kann ich mir nicht.

Menschen verändern schon ewig ihre Körper. Aus verschiedenen Gründen, aber auch, um sich besser zu gefallen. Ich sehe nicht, warum es nicht auch etwas anderes in mir sein sollte, das die Veränderung will, die mir die Hormone bringen. Mein Streben nach Glück, mein Verständnis von mir selbst, dass ich es mag, weiche dunkle Haare auf meinem Bauch zu haben. Geschlecht ist so ein un-fass-bares Konzept, finde ich. Alle guten Beschreibungen

und Dekonstruktionen davon sind in meinem Kopf, aber um den geht es hier nicht. Der hilft mir, ehrlich gesagt, nur sehr begrenzt.

Die Antwort auf die Frage, ob ich meinen Körper verändern will, ist ja. Die Entscheidung ist gefallen, und es werden noch mehr solcher Entscheidungen fallen.

Die Frage nach dem Warum kann ich nur in Fragmenten und ausufernden Spiralsätzen beantworten.

Sicher weiß ich nur, dass es sich gut anfühlt.

Entscheidungen aus Lust, also, damit das so bleibt.

Isus

Isus versucht irgendwie, ses Geschlecht loszuwerden und scheitert daran häufig. Ser ist queer, weiß, hat einen akademischen Hintergrund und braucht viel Ruhe.

In Isus Freizeit beschäftigt ser sich damit, wie die Welt sein könnte, wenn sie eine gute wäre – und wie wir erreichen können, dass sie gut wird.



Für einen Titel konnte ich mich nicht entscheiden

Questioning ist nicht nur meine Genderidentität

Von L*

#Community – genderqueer – questioning

Lian, Linus, Aris, Eden, Nadi ... ihr seid die mutigsten Menschen der Welt.

Warum? Ihr findet Glück und Freiheit an Orten, die die binäre Gesellschaft nicht dafür vorgesehen hat. Das bedeutet gegen Konformität zu verstoßen und erfordert in unserer Gesellschaft Mut. Aber vor allem bin ich von euch beeindruckt, weil ihr Entscheidungen getroffen habt und trefft. Ganz schön viele und manche davon mit 13, mit 15, mit 17. Ich bin beeindruckt, weil ihr für eure Entscheidungen kämpft, oft zu hohen Kosten und in Umfeldern, die es euch verdammt schwer machen. Ihr seid Teenies, trans, out - und die meiste Zeit auch proud. Und das obwohl ihr dafür Freundeskreise aufgegeben habt, eure Elternhäuser verlassen musstet und auf absehbare Zeit aus einer diskriminierenden Schulklasse nicht rauskommt. Aber ihr geht euren Weg trotzdem. Und davon bin ich immer wieder unfassbar beeindruckt; beglückt, das miterleben zu dürfen und freue mich über alles, was gut wird für euch.

Ich bewundere eure Entscheidungen und erzähle hier davon, wie schwer mir meine eigenen fallen.

Ich kenne euch aus der queeren Jugendarbeit, bin 15–20 Jahre älter als ihr und viele meiner Kontexte kann ich selbst wählen. Meine Kompetenz zu queeren Themen ist im Arbeitskontext ein Plus. Mein privates Umfeld ist zu weiten Teilen eine queere bubble, die meinen neuen Namen schon angenommen hatte, als ich mir selbst noch unsicher war. Eigentlich also recht easy, oder?

Doch questioning ist nicht nur meine Genderidentität, sondern auch meine Lebenshaltung. Ich finde Entscheidungen bis heute furchtbar, versuche ihnen so lange ich kann aus dem Weg zu gehen und werde panisch, je näher sie rücken. Stunden-, tage- oder auch wochenlang hänge ich an entscheidenden Weggabelungen und komme nicht weiter, weil ich nicht entscheiden kann, wo es langgehen soll. Ich liege nachts wach, schreibe Listen und hole alle möglichen und unmöglichen Informationen ein... Ich warte, bis es wirklich nicht mehr geht und selbst wenn ich dann endlich mal losgelaufen bin, drehe ich mich noch hundert Mal um und frage mich, was wohl der andere Weg gebracht hätte. Das hat viel mit mir und erst mal wenig mit meiner Geschlechtsidentität zu tun. Ich finde alle Entscheidungen kompliziert. Ich hab vier verschiedene Sachen studiert, frag mich länger, ob

ich auf die Party gehe, als ich dann dort bin und recherchiere vor größeren Anschaffungen (wie z.B. einem Surfbrett) wochenlang. Das führt dazu, dass Entscheidungen mir auch deshalb Angst machen, weil ich befürchte, ewig an ihren Weggabelungen sitzen zu bleiben.

Und genderqueer zu sein macht gleich eine ganze Reihe dieser furchteinflößenden Entscheidungsfragen auf, denen ich doch am liebsten aus dem Weg gehen würde. Doch wenn ich ihnen aus dem Weg gehe, treffe ich auch eine Entscheidung. Keine Operation zu machen, ist auch eine Entscheidung. Nicht durchs TSG-Prozedere zu gehen eine andere. Kein Testo zu nehmen... fühlt sich nicht an wie eine Entscheidung, sondern wie eine Frage. Dass ich seit Jahren keins nehme ist jedoch faktisch doch eine Entscheidung. Eine, die dazu führt, immer wieder misgendert zu werden und in jeder Situation neu zu überlegen, wie ich damit umgehe. Immer wieder fühle ich mich auf Community-Veranstaltungen „nicht trans genug“. Und werde mir die Frage, ob ich es doch noch anfangen zu nehmen, weiterhin regelmäßig stellen.

Und dann gibt es da Entscheidungen, die sich anfühlen, als wären sie mir zugelaufen. Wie mein Name. Der stand plötzlich zusammen mit einem Blumenstrauß vor mir und hat mir Freude gemacht. Heute wissen viele Menschen in meinem Umfeld gar nicht, dass in meinem Pass ein anderer Name steht und auf der Arbeit wissen das auch nur diejenigen, die schon mal in meine Gehaltsabrechnung gelugt haben. Also hab ich mich... entschieden?

Dennoch entertaine ich in Halbjahresabständen die Idee, ich könnte irgendwann nochmal zu meinem alten Namen zurückkehren oder einen anderen ausprobieren. Ehrlich gesagt glaube ich selbst nicht, dass das passiert - aber darüber regelmäßig nachzudenken gibt mir die Illusion, diese weitreichende Entscheidung eines Namenwechsels noch nicht so ganz getroffen zu haben. „Der ist mir nur zugelaufen“ klingt nicht ganz so scary wie „den wollte ich haben“. Ich hoffe auf und mache Aktivismus für das Selbstbestimmungsgesetz. Gleichzeitig habe ich manchmal fast Angst davor, dass es kommt. Denn dann wäre meinen Namen im Pass nicht zu ändern nicht mehr durch das TSG verunmöglicht, sondern nur noch - meine (Nicht-)Entscheidung. Ich sehe mich jetzt schon monatelang an dieser Weggabelung festhängen.

Um ein bisschen fair mir selbst gegenüber zu bleiben, sollte ich ergänzen, dass meine halbjährlichen „Eigentlich-zweifel-ich-nicht, aber-trotzdem“-Momente nicht nur daher kommen, dass ich mich schlecht entscheiden kann. Sie kommen aus Momenten, in denen ich beim Paket abholen gefragt werde, warum sich da wer beim Namen verschrieben hat. Momenten, in denen Leute mich bei der Vorstellung fragen, für welchen femininer klingenden Namen meiner jetzt eine Kurzform sei. Momenten, in denen ich mich alleine fühle, weil ich mich weder cis noch trans genug fühle - Momenten, in denen ich mich erklären, verteidigen, schützen muss. Die Gesellschaft macht mir eine Entscheidung fürs genderqueer sein und leben nicht gerade einfach. Die Gesellschaft macht trans und nichtbinär sein verdammt schwierig. Eine Entscheidung fürs nichtbinär sein (und in Namen, Pronomen, Sprache und Aussehen sichtbar machen) ist eine Entscheidung für Gendereuphorie, für eine wunderbare Community, für einen Teil von mir. Doch zugleich ist

es eine Entscheidung für eine ganze Menge Mist, der bei unangenehmen Alltagssituationen anfängt und bei Transfeindlichkeit aufhört, die Jobs und Wohlbefinden kostet. In diesem Kontext ist überhaupt einen Entscheidungsspielraum zu haben auch ein Privileg. Das Privileg, dass ich mich dafür entscheiden könnte. Und das Privileg, dass mein Leidensdruck nicht so groß ist, dass er mir keine Wahl lässt.

In der Zwischenzeit kann ich mit meinem mir zugelaufenen trans sein gut leben. Letztens hab ich das erste Mal nicht mehr aufgeschaut, als ich meinen alten Namen hörte. Ich liebe meine tinaq Community und fühle mich hier zuhause. Ich freue mich über all die trans Jugendlichen, die ich in meinem Job begleiten darf, bewundere sie für ihren Mut und ihre Entscheidungsstärke und freue mich auf die Gesellschaft, die sie gestalten werden. Ich freue mich immer noch und immer wieder über das Pronomen „dey“. Das heißt nicht, dass ich diese Dinge nie questione. Aber es heißt, dass ich mich immer wieder neu für sie entscheide.

L* Ich arbeite momentan in der queeren Jugendarbeit, seit über 10 Jahren in der politischen Bildungsarbeit. Mein Text ist aus der Perspektive als genderqueere, weiße, akademisierte Person entstanden (die Antwort auf andere Ver_ortungen ist zu lang für eine Kurzbeschreibung). Mich machen Community, Morgenkaffee, Surfen und der Sommer glücklich – manche Entscheidungen sind einfach :)



Queer Dilemmas: I just don't know what to do with myself

Von Lais

#Pathologisierung - Transfeindlichkeit - Technologie - genderqueer

Ich bin Lais und seit 11 Jahren irgendwie queer geoutet. Ich repräsentiere mich mal mehr feminin oder mal weniger maskulin in der Hoffnung gar nichts von beiden zu tun. Mein Geschlecht ist queer, oder auch genderqueer. Eigentlich träume ich von der kategorielosen Gesellschaft als Pendant zur klassenlosen Gesellschaft, nur eben bezogen auf all die übrige Taxonomie und Hierarchie, die wir um Menschen herumkonstruiert haben. Ich versuche meine queere Utopie ohne binäres Geschlecht zu leben. Aber weil ich nicht bloß in Abgrenzung zu anderen existieren möchte, eröffnet mir „Queer“ die Möglichkeit, die Bedeutung von Geschlecht auf meine ganz persönliche Art zu füllen. Ich bin AFAM, assigned female at McDonald's, und damit trotzdem in staatlichen Dokumenten seit meiner Geburt männlich. Daran habe ich bis heute nichts geändert, weil mir auch das PStG §45b eine zu große Hürde darstellt. Auch haben bisher keine Hormonersatztherapie, andere Behandlungen oder Diagnosen den Weg zu mir gefunden.

Aber seit wann weiß ich dann, dass ich genderqueer bin? Ich denke mir, dass es kein Unterbewusstsein gibt. Klar denke ich nicht immer an alles gleichzeitig, aber es gibt nichts „Verstecktes“, dass ich erst durch eine Diagnose herausfinden könnte. Kein Sigmund Freud, der mehr über mich weiß, als ich ihm erzähle. Wenn ich mal sagte, dass ich männlich war, dann ist das alles, was ich war. Und sage ich jetzt, dass ich genderqueer bin, dann ist das jetzt alles von mir. Vielleicht werde ich einmal anders sein, aber die Fluidität akzeptiere ich als einen Teil meiner Geschichte.

Vor ziemlich genau fünf Jahren, fiel meine Entscheidung mich nicht mehr zu verstecken. Verstecken hinter einer cis-normativen Fassade der Männlichkeit. Weder die Rolle zu spielen, die manchmal erwartet wird, noch die Kleidung und Symbole zu akzeptieren, die es mit sich bringt. Aber hatte ich das denn jemals getan? *insert trans Lebenslauf here* ... vermutlich nicht. Ich hatte selbstverständlich eine ganze Weile das Spiel der normativen Männlichkeit mitgespielt, und war ziemlich schlecht. Ich wünschte mir vor der Pubertät oft nie in diese hinein zu geraten, sowieso erinnere ich mich daran, mir zu wünschen AFAB zu sein, auch wenn es ein Tabu für mich war. Irgendwann lief es aber ganz gut und in einer schwulen Rolle konnte ich zwischen 18 und 27 auch Liebe finden.

Zu der Entscheidung mich nicht mehr zu verstecken gehört auch meine eigene Voreingenommenheit zu überwinden. Wenn wir von Entscheidungen im Kontext von Geschlecht sprechen, setzen wir uns nämlich der Gefahr aus, dass das Missverständnis entsteht, trans zu sein sei eine Entscheidung wie sich morgens die Klamotten entsprechend

eines Geschlechts herauszusuchen. Geschlecht ist aber weder eine Entscheidung noch der Ausdruck durch Klamotten. Mir half und hilft es Geschlecht als den Mechanismus zu sehen, in dem Menschen einer normativen Zweigeschlechtlichkeit untergeordnet werden.

Ironischerweise waren es 2015 Stuttgarter homo- und transfeindliche extrem Rechte, die mir das Vokabular gaben mich nicht mehr männlich zu nennen. Zur Vorbereitung auf die Gegendemos musste ich mich schließlich mit Geschlecht, Butler und Transgender auseinandersetzen. Diese widersprachen ausgerechnet auch noch unseren trans-med Bündnispartner*innen. Für sie waren Menschen nur dann trans(„-sexuell“), wenn das ihnen als „körperliche Eigenschaft“ diagnostiziert würde. Meine ersten persönlichen trans Kontakte haben mich leider erstmal zurück in die normative Männlichkeit gezwängt.

Sandy Stone brach schon 1987 die Lanze der andauernden Pathologisierung auch für mich. Vor einigen Jahren fragten Ärzte noch, es waren angeblich wirklich nur cis Männer, „Angenommen du würdest in allen Punkten einem Geschlecht entsprechen, außer deinen Genitalien, würdest du glücklich sein?“, um festzustellen ob eine Person wirklich trans sei. Für klinisches Personal gab es nur eine richtige Antwort, denn es gebe schließlich nur einen Körper je Geschlecht. Keine halben Sachen verlangten sie als Wächter*innen zum Zugang zu unserer eigenen trans Kultur. Sandy Stone zweifelte endlich an, dass die Diagnose sich „im falschen Körper“ zu empfinden, vielleicht für einige passt, aber so gar nicht die vielfältige Realität von trans Menschen wiedergibt. Sie forderte auch, dass wir „passing“ ein Stück aufgeben sollten um für unsere Community sichtbar zu sein und offen unsere Geschichte zu erzählen: ihr Posttranssexual Manifesto.

Für mich bedeutet das auch, dass, egal ob ich mit allen Methoden der Medizin transitioniere oder nicht, sich nichts an meinem Geschlecht ändert. Bisher entschied ich mich auf Hormone und andere medizinische Behandlungen bei meiner Transition zu verzichten, obwohl ich meinen Körper häufig etwas mehr in einer normativ femininen Form wünsche. Auf der anderen Seite steht die Angst davor, dass ich meinen Körper, mit dem ich mich in den letzten drei Jahrzehnten arrangiert habe, für immer aufgeben muss: Würde ich gesünder oder öfter krank? Würde ich öfter oder seltener schlechte Stimmung haben? Würde ich meine Sexualität ausleben können?

Ganz für mich allein traf ich die Entscheidung zu verzichten trotzdem nicht. Bis ich überhaupt mein Geschlecht so ausleben konnte, brauchte es erst ein Kippmoment sozialer Sicherheit, dass ich mich wohlfühlte mein queeres Geschlecht auszudrücken. Erst als mir befreundete Menschen versicherten, dass ich einen berechtigten Platz in FLINTA-Räumen hatte, traute ich mir zu hinzugehen. Zuvor geschah dieser Prozess noch im technologischen Klein-Klein: hier mal einem Kuschtier, einem Online-Acount oder einem Videospiele-Charakter einen Namen, der nicht männlich oder weiblich zuzuordnen ist, gegeben, dort eine feminine oder nicht-binäre Rolle im Theater und hin und wieder Sticker bestellt, die unsere Geschlechterbinarität infrage stellen.

Ärzt*innen verhielten sich mir gegenüber fast wie früher, als die Wächter*innen meines eigenen Geschlechts. Verständnissvoll könne mein Geschlecht ja wirklich ein anderes als in den Dokumenten sein, aber das müssten Expert*innen feststellen. Eine Diagnose und ein Indikationsschreiben traue sich meine Hausärztin nicht zu erstellen. Meine Eltern und mein cis Bekanntenkreis akzeptierte mich glücklicherweise immer so, wie ich mich vorstellte. Auch wenn TERFs meiner Mutter die ein oder andere veraltete Sichtweise gegeben haben, die Emma Jahresausgaben 1988 bis 91 gingen vielleicht nicht spurlos an ihr vorbei. Andererseits hat sich mein Freund*innenkreis in den letzten Jahren sehr mit wertschätzenden Menschen gefüllt, die ihre Transitionserfahrungen teilen und sich für meinen Gendertrouble interessieren. Jeder Abend, den wir verbringen, bringt ein bisschen mehr Experimentierfreude mein Geschlecht auszuleben, so wie es mir gefällt. Dafür brauchte ich keine Indikationsschreiben und bisher keine HRT.

Auch außerhalb der Saferspaces passiert die Transition schon von allein und ich komme ganz gut klar: Regelmäßig werde ich vom Männerklo verwiesen oder erschrecke cis Männer, wenn sie mich auf „ihrem“ WC sehen. Andere rätseln über mein Geschlecht und rufen, ob ich ein Junge oder Mädchen wäre. Dafür bin ich doch mittlerweile sowieso für beides viel zu alt. Zwischendurch passiert es auch immer mal wieder, dass Menschen Gewalt ausüben und androhen. Zuerst waren es die Beleidigungen und Steine die Homophobe auf mich warfen, gezwickte Nippel und Wegschubsen, Grapschen und später sexualisiertes Nachstellen und Catcalls. Die gefährlichste Situation hatte ihr gutes Ende: der gewalttätige Übergriff geschah mit einem Menschen, der dadurch zu meinem ersten trans Freund wurde. Es fühlt sich trotzdem genau richtig an, nicht als Mann geoutet und erkannt zu werden.

Vermutlich sehen Antifeminist*innen in mir ihren „Slippery Slope“: nachdem ich mich entschied meine Rolle jenseits der cis-hetero Normativität einzunehmen folgten Neopronomen, Klamotten aus allen Abteilungen, poly Beziehung, freie Liebe und Sexualität zu anderen ANTIs (agender, nichtbinäre, trans und inter Menschen) und schließlich die Unmöglichkeit meinen Körper in binäre WCs einzusortieren. Hier bin ich: JKR's nächstes Monster.

Bloß bin ich mir selbst schon Monster genug. Selbstverständlich bereue ich auch immer wieder, dass ich nicht meinen Körper mit Hormonen oder anderen Behandlungen forme. Die von Testo gekratzten Hautfurchen, Haarwachstum und -ausfall machen mich doch als Darsteller*in von etwas anderem als einem „Mann“ unglauwbüdig. Wie oft werfe ich mir vor ein Monster auf vielen Ebenen zu sein. Das Monster was uns Hollywood in Psycho oder das Schweigen der Lämmer suggestiert, wenn trans Personen zweifelsfrei Mörder*innen sein müssen. Ich stelle mir manchmal vor wie zu einem Werwolf zu transitionieren und zum gefährlichen Sonderling ohne Freunde zu werden. Und auf der anderen Ebene ist ein Geschlecht jenseits der Zweigeschlechtlichkeit zu haben mein ganz persönliches Monster. Wie der mehrköpfige Hund Zerberus bewacht mein genderqueeres Geschlecht meine scheinbar widersprüchlichen Ziele, damit ich nicht zu mir selbst transitionieren kann. Wie

die Hydra, eröffnet jede beschlossene Entscheidung ein neues Dilemma. Fand ich mal einen Weg Männlichkeit an mir zu akzeptieren, wollte ich an anderer Stelle ausbrechen, und fand ich einen Weg Femininität auszudrücken, wollte ich radikal queer sein. Ob ich mit einer Hormonersatztherapie und weiteren Behandlungen transitionieren möchte, werde ich mir nicht das letzte Mal gestellt haben.

Es bleibt ein Teil vom Queersein, ständig seiner geschlechtlichen Geschichte neuen Platz zu verschaffen. Und „Entscheidungen“ wie vor fünf Jahren zu treffen bleibt unendlich schwierig. Eine Entscheidung von einer genderqueeren oder nichtbinären Person ist paradox, denn in einer durch und durch zweigeschlechtlichen Gesellschaft gibt es keinen Entscheidungsraum für sie. Alle Technologie und das schließt Formulare, Männer- und Frauenmodeabteilungen und alles nicht-menschliche ein, gendert uns und entscheidet für uns in welcher geschlechtlichen Realität wir leben.

Sandy Stone beschwor im Jahr 2000 „Posttransgender“ Theorien. Vielleicht sehe ich meinen Beitrag dazu als Human Centered Designer*in. Unsere Dozentin entwickelte die Designmethode „Dilemma Driven Design“. Technologie ist nicht bloß unser Werkzeug um unsere Transitionsziele zu erreichen, sie kann uns auch bei unseren Entscheidungen unterstützen. Schließlich sollten in diesem Fall weder klinisches Personal für uns Entscheidungen treffen noch müssen wir dabei allein gelassen werden, wenn wir uns fragen, wie wir transitionieren möchten. Eine technologische Intervention kann entweder für uns eine Entscheidung treffen (moderieren), die scheinbar unvereinbaren Ziele beide verwirklichen (lösen) oder uns das Dilemma vor Augen führen und so einen passenden Umgang erleichtern (enthüllen). Vielleicht möchten nicht alle an den Einfluss von Technologie glauben, aber eine enthüllende Intervention hältst du gerade in deinen Händen: Unsere selbstgeschriebene Geschichte.



[Moderieren: Warum ist HRT kein Teil unseres Alltags? Die Dosis, die wir brauchen, gibts im Restaurant, beim Imbiss und ist eine Entscheidung wie vegan oder tierisch zu essen.]

[Lösen: Warum gibt es nur ganz oder gar nicht? Hormone zum austesten wie die Haarfarbe von Directions. In einem Monat ist alles wie vorher und dann überlegen wir uns es nochmal. Das 14-Tage-Rückgaberecht für medizinische Transitionen.]



[Enthüllen: Nutzen wir unsere AI und AR doch für was Praktisches, anstatt für Memojis und Deep-Fakes. Als Spiegelkabinett oder als App können Technologien uns die Möglichkeiten von Transitionen zeigen, und cis Menschen Empathie geben.]

Lais ist genderqueer und studiert in den Niederlanden Industrial Design Engineering, aber lebt in Münster. En ist dabei mit Arbeiten zu queer- und geschlechtergerechtem Design abzuschließen. Bei ens Forschung geht es um Mensch-Technologie-Beziehungen mithilfe Human-Centred-Designs wie zum Beispiel Workshops um sensible und gerechte Interventionen zu finden. Dafür setzt en sich privat und professionell intensiv queere feministischem Aktivismus aus.

zuhause. reflexion über meinen trans körper

von kari

#Brust OPs – Testo – Genitalien – transfeindliche Erfahrungen – Gewalt

*Ich schreibe über meine Überlegungen zu Brust OPs und meine Erfahrungen mit testo. Es wird um Körper gehen, auch Genitalien, ärzt*innen-marathons, transfeindliche Erfahrungen, auch körperliche Gewalt (nicht im detail). Bitte überlege, ob du das gerade lesen möchtest, ob du es zu einem anderen Zeitpunkt liest oder mit einer anderen Person gemeinsam.*

Die Beziehung zu meinem Körper ist mal besser, mal schlechter. Das ist davon beeinflusst, wie mein körper aussieht und welche Eigenschaften mein körper hat, aber auch davon wie mein körper von anderen wahrgenommen wird und welche zuschreibungen deshalb gemacht werden. Es hängt auch damit zusammen, wieviel bewegung ich habe, was ich esse, welche kleidung ich trage, mit welchen menschen ich mich umgebe und ob ich oft mein spiegelbild sehe, ob ich depressiv bin oder ob's mir gerade gut geht. Auch gewalterfahrungen oder tattoos und viele andere dinge spielen eine rolle in bezug auf mein körpergefühl. manchmal habe ich gar keinen bezug zu meinem Körper. Und manchmal fühle ich mich darin zuhause.

Meine Brust

Eine zeit lang war ich sehr distanziert, habe mich überhaupt nicht in meinem körper gesehen. ich habe ewig gebraucht um das haus zu verlassen, weil ich immer, wenn ich an dem spiegel im flur vorbeigekommen bin, die krise gekriegt habe. Besonders belastend fand ich meine brust. Ich wusste, die muss weg. Ich habe meinen binder zu viel und zu lange getragen, trotz der schmerzen und anxiety-gefühle und atemprobleme. mit binder hat mein körper mir schon viel besser gefallen, obwohl meine brust dann nicht ganz flach ist. Deshalb war ich mir dann auch nicht sicher, ob ich eine mastektomie bzw. einen sog. Männlichen brustaufbau oder einfach eine brustverkleinerung, eine sog. Mammareduktionsplastik machen wollte. Das war dann ein längerer prozess für mich, wo ich mir manchmal sehr sicher war eine mastek zu wollen und manchmal sehr sicher war dass es eine brustverkleinerung sein soll. Ich habe mich letztlich für die brustverkleinerung entschieden, aber bin mir nach wie vor manchmal nicht sicher. Ich glaube das werde ich aber bis zum letzten moment nicht sein, und das ist ok für mich.

Letztes Jahr habe ich also einen Antrag auf brustverkleinerung bei der Krankenkasse gestellt und dieses Jahr nochmal, mit Gutachten von der Orthopädin, Psychotherapeutin und Gynäkologin sowie arztbrief vom chirurgen. In dem ersten Antrag habe ich mein trans sein verschwiegen, in dem zweiten steht drin, dass ich nicht-binär bin. Ein Therapeut aus Mülheim, der sich auskennt, meint dann lehnen die Kassen aus Prinzip jede Behandlung die nicht psychotherapie ist ab. Wenn du nicht binär bist, dann musst du erst binär werden, trans oder cis. Dann könne man weitergucken. Ich könnte klagen, aber die Klage kostet ca. so viel wie die OP, wenn du keine Rechtsschutzversicherung hast.

Seit zwei Jahren renne ich jetzt diversen ärzt_innen und der Krankenkasse hinterher. In der ersten Brustklinik habe ich mich null wohl gefühlt. Sie haben dort deutlich gemacht, dass sie nichts von meiner Entscheidung halten. Die zweite Klinik hat ein Trans-Zentrum, sie sind nett, aber ohne die Zusage von der Krankenkasse passiert die OP trotzdem erstmal nicht. Ich habe zu viel Zeit und Energie investiert und ich bin müde davon, dass ich nicht selbst über meinen Körper bestimmen kann. Ich habe nicht die Kohle und sehe es auch nicht ein, die OP selbst zu bezahlen. Es ist also erstmal von der Krankenkasse abhängig, ob ich die OP machen kann.

Testo oder kein Testo? // Körper

Eigentlich wollte ich erst die OP machen und dann schauen, ob ich noch Testo will. Weil ich schon Respekt davor habe, was Hormone mit dem Körper machen, und sich ein chirurgischer Eingriff dagegen risikofreier anfühlt. Vor einem Jahr war ich dann aber an einem Punkt, wo irgendwas passieren musste, weil ich den Zustand nicht ausgehalten habe. Ich habe teilweise mehrere Stunden gebraucht, um das Haus zu verlassen, habe mich mies gefühlt, wenn ich in den Spiegel geguckt habe. Ich habe mich dann dafür entschieden, mit Testo anzufangen. Ich wollte das gel, damit ich niedrig dosiert einsteigen kann und erstmal gucken kann, ob es sich gut anfühlt.

Den Zugang zu Testo habe ich ziemlich einfach bekommen, dazu hat ein Schreiben meiner Therapeutin gereicht und ich musste nicht mal zu dem Standard-Endokrinologen in meiner Stadt gehen, sondern habe mit meinem Hausarzt gesprochen und der war OK damit, mir Testogel zu verschreiben. Zu dem Endo wollte ich nicht, weil Menschen dort teils miese Erfahrungen gemacht haben mit Gatekeeping, Transmedicalism und übergriffigem Verhalten. Menschen haben dort auch gute Erfahrungen gemacht, aber ich war einfach froh darüber es von meinem Hausarzt verschrieben zu bekommen.

Die Entscheidung fürs Testo habe ich vor allem in Vorfreude auf Stimbruch, Körper- und Gesichtsbehaarung, und Muskelwachstum getroffen. Ich treffe Entscheidungen tendenziell impulsiv, aber ich habe vorher auch viel hin- und her überlegt, zB:

Ich mochte meine Klit, wie sie war, und hatte Angst dass sich das mit dem Klitoriswachstum ändern würde. Ich habe viel drüber nachgedacht und bin letztlich zu dem Schluss gekommen, dass ich mich daran schon gewöhnen könnte. Es hat mir auch enorm geholfen, da mit einem Freund drüber zu reden, den ich im Detail zu seiner Klit und zu Masturbation befragen durfte. Im Endeffekt war das Klitoriswachstum eine der ersten Veränderungen, die ich an meinem Körper beobachten konnte. Das hat es irgendwie zu etwas gemacht, worüber ich mich dann doch in erster Linie gefreut habe.

Ich hatte auch bisschen Angst vor der Akne, aber dachte, auch damit kann ich schon irgendwie leben. Im schlimmsten Fall, dachte ich mir, würde ich mich immer noch unwohl in meinem Körper fühlen, nur anders, also konnte ich auf dieser physischen Ebene schnell eine Entscheidung treffen. Jetzt habe ich Akne und es nervt, aber ich denke es wird ja auch besser mit der Zeit. Spätestens wenn ich wieder aufhöre mit Testo, weil ich eh nicht plane das mein ganzes Leben lang zu nehmen.

Eigentlich wollte ich mit dem testo auch warten, bis ich fertig studiert habe. Testo kann zu Konzentrationsschwierigkeiten führen, und die hab ich eh schon. Ich hatte Angst, dass sich das verschlechtert, und dass ich die Bachelor-Arbeit dann nie schreibe. Aber mein studium zieht sich eh, die BA ist noch nicht fertig, und ich kann nicht sagen, ob das testo dabei eine rolle gespielt hat. Zumindest hat es mich nicht enorm emotional gemacht, ich habe mich jedenfalls nicht so gefühlt wie in meiner ersten pubertät. Im gegenteil, ich habe das gefühl, mehr energy zu haben und dass es mir insgesamt eher besser geht. Ich habe auch öfter lust auf sex oder masturbieren, und finde das gut.

Es hätte mir geholfen, eine kompetente betreuende Ärztin an meiner Seite zu haben, die erfahrung mit hormonbehandlungen hat. Mit der ich meine ängste durchsprechen kann, und die mir detaillierte informationen geben kann. Im endeffekt habe ich mir alles im internet selbst zusammengesucht, und wusste nie, ob es da noch etwas gibt, was ich vielleicht wissen sollte.

Das musste ich dann in der praxis herausfinden: Dadurch, dass die Menge an östrogen in meinem Körper abgenommen hat, habe ich eine vaginale Atrophie oder sog. Menopausensyndrom, d.h. dass meine vaginalschleimhaut sich zurückentwickelt hat und anfälliger ist für Entzündungen etc. Ist ziemlich unangenehm, und erst dachte ich es wäre eine chronische Blasenentzündung, als die schmerzen nach ca. 3-4 Monaten testo losgingen. Mein Hausarzt konnte mir nicht helfen, nachdem die gängigen Antibiotika nicht wirkten, und meine gyn war gänzlich überfordert damit, dass ich trans bin und hormone nehme.

Über ein halbes Jahr habe ich das unbehandelt mit mir rumgeschleppt, bis ich einen Gynäkologen gefunden habe, der erfahrung mit trans Männern hat und mir eine estriol creme verschrieben hat zur örtlichen hormonbehandlung um den östrogenmangel lokal auszugleichen. Eigentlich kein hexenwerk und ziemlich gut erforscht, nur halt an cis Frauen in der Menopause. Mit der estriol creme ist es auch ganz schnell besser geworden, ich hätte mir wirklich viel stress und schmerzen sparen können, wenn die medizinische versorgung von trans personen besser wäre.

Testo oder kein testo? // raum

Was mir Angst gemacht hat ist vor allem die Gewalt im öffentlichen Raum. Aber die haben meine friends und ich ja eh erfahren, das würde mit den körperlichen veränderungen so bleiben oder ggf. mehr, weniger, oder einfach anders werden. Genau kann ich das nicht wissen, aber dass patriarchale gewalt ein fester bestandteil kapitalistischer gesellschaften ist, das weiß ich. und ich weiß, dass ich davon nicht meine entscheidung abhängig machen will. (Es wäre schön, wenn ich das einfach so stehen lassen könnte, aber auch wenn mich das nicht abgehalten hat, im endeffekt hat mich jede gewaltvolle erfahrung zweifeln lassen. Freund*innen von mir können sich bis heute nicht für hormone entscheiden, die sie eigentlich dringend brauchen, weil sie sich nicht sicher fühlen. Ich verstehe das.)

Ich habe mir vor allem auch Gedanken gemacht, wie ich mich zukünftig in flinta räumen bewegen würde. Ob ich da mit derselben selbstverständlichkeit sein könnte, oder ob ich mich dort nicht mehr gleich willkommen fühlen würde. Ich wollte auf keinen Fall zum mackrigen trans Mann mutieren, der zu viel raum einnimmt und in dessen gegenwart menschen sich unwohl fühlen. Zum Glück habe ich da ja auch ein Wörtchen mitzureden, und meinen friends habe ich das versprechen abgenommen, mir zu spiegeln wenn ich mackriges verhalten an den Tag lege.

Sozusagen fazit

Jetzt fühle ich mich weiblicher denn je. Obwohl ich nie als Mann gelesen werden wollte, war es lange Zeit sehr verletzend für mich, als Frau gelesen zu werden. Ich habe deshalb meine weiblichkeit bekämpft, habe sie nicht zulassen können, weil sie mir von außen aufgezwungen, zugeschrieben wurde. Mittlerweile fühle ich mich weniger beeinflusst von fremdzuschreibungen, weil ich trans selbstbewusstsein aufgebaut habe: ich weiß, wer ich bin und wie ich zu geschlecht stehe. Jetzt werde ich manchmal als Mann gelesen, vor allem seit ich testo nehme, und das fühle ich so gar nicht. Aber ich kann meine weiblichkeit wieder viel befreiter zulassen und nach außen tragen, weil sie sich jetzt queer anfühlt. Weil sie sich gut anfühlt.

Das testogel wende ich seit einem jahr fast jeden Tag an. Manche Tage vergesse ich es auch oder fühle mich nicht danach, also lasse ich es manchmal weg, aber nie für lange. Ich habe eine ambivalente Beziehung zum testo, aber ich bin in den vergangenen Monaten mehr und mehr in meinen Körper hineingewachsen, und ich denke das habe ich auch den körperlichen Veränderungen zu verdanken.

Meine brust ist durch das testo weniger prall, eher schlaff und hat dadurch an volumen verloren, wodurch ich mich viel wohler fühle. Die brustverkleinerung will ich immer noch, glaube ich. aber ich fühle mich mehr in meinem körper zuhause. Ich liebe meine große klit und meine definierten oberarme. Ich liebe meine Stimme, die immernoch bricht und mit der ich noch schiefer singe als vorher. Ich liebe mein oberlippen-flämchen, das man fast nicht sieht, aber von dem ich weiß, dass es da ist. Ich liebe meine bein- und brusthaare, und ich liebe es dazu ein kurzes kleid mit tiefem ausschnitt zu tragen.

Ich bin dankbar für die vielen gespräche mit meinen trans friends, die ihre erfahrungen mit mir geteilt haben und mir dadurch enorm geholfen haben. Für die empowernden räume, in denen ich überhaupt erst andere trans menschen kennengelernt habe. Für die zusammenschlüsse gegen die gesamtscheiße. Bildet banden :)

Ich bin **kari**, 25 jahre, weiß, student_in, keine Pronomen, nicht behindert, agender, lesbisch, eltern Akademiker_innen, derzeit arbeits- und wohnungslos, feminist_in, Kommunist_in, trans.

Wenn ich träume habe ich keine Brüste

Von Lui

#BHs – Sexismus

Das Thema Brüste verbinde ich mit großem Schmerz. Allein dieses Wort fühlt sich nicht gut an. Und weil wütend sein manchmal einfach einfacher ist als traurig zu sein, hoffe ich, dass es okay ist, dass ich meine Wut-Tirade hier runterschreibe. Vielleicht mag ja wer mit mir gemeinsam wütend sein.

Ich habe mich selbst nie mit Brüsten gesehen, habe mich komisch gefühlt als sie kamen und jedes Mal mehr geschämt, wenn sie größer und größer wurden. Manchmal fühlt sich die Welt so ungerecht an. Denn davon, wovon ich eigentlich gar nichts haben möchte und so viele andere Menschen gerne etwas mehr, habe ich zu viel. Sie fühlen sich so riesig an, sind riesig in meinem Kopf und in manchen Momenten erdrücken sie mich.

Als ich meine Oberweite zum ersten Mal ausmessen ließ, bin ich anschließend weinend nach Hause gestürzt und habe mich tagelang in meinem Zimmer verkrochen. Alle BHs in diesem Laden schrien „Schaut mich an, ich sehe heiß aus, ich bin eine sexy Frau und meine Unterwäsche soll das zeigen!“. Das Problem ist, es ist nicht nur so, dass ich das überhaupt nicht sein will, eine sexy Frau. Ich bin es nicht. Die Mitarbeiter*in in diesem kleinen Laden, in dem es so leise und still war und ich mich so beobachtet, falsch und fehl am Platz gefühlt habe, musterte mich und fragte, wie sie mir helfen könne. Leise und verhalten gestand ich, dass ich keine Ahnung habe, was meine Größe ist. Dass ich aber einen BH brauche, der gut passt, wegen meiner Rückenschmerzen. Das hatte mir mein Physiotherapeut gesagt.

Ich kam mir dumm vor. Wie kann ich die Größe nicht wissen, wenn doch so viel davon da ist? Sie musterte mich und legte gleich los: „Geh du nur schon mal in die Kabine, Schätzchen. Wir schauen mal was dir passt“. Während ich mich in der Kabine versteckte, flitzte sie durch den Laden. Ich weiß noch wie aufgeregt ich war, als ich auf sie wartete. Meine Brüste mochte ich nie, aber vielleicht würde ein BH, der mir gut passt und mir vielleicht sogar gefällt, es ein bisschen erträglicher machen? Sie kam zurück und reichte mir einen Rüschen-BH nach dem anderen in die Kabine. Ich fand sie alle scheiße, aber ganz ohne BH herumlaufen geht nun mal nicht. Die blöden Rückenschmerzen. Sport-BHs gibt's nicht in meiner Größe, die sind immer nur klassisch in S, M, L, XL usw. In meiner Größe gibt es nur Sexy-Girl-Varianten oder welche, die meine Oma damals immer trug, solche beigen mit Bügeln. Sorry, falls das fies klingt, aber ich bin all das nicht und es macht mich wütend, dass es scheinbar nichts für mich gibt. Ich soll die vorgeschlagenen Modelle also eines nach dem anderen ausprobieren und immer Bescheid geben, sobald ich so weit bin. Bereit habe ich mich nicht gefühlt, eher kostümiert. Ich öffnete den Vorhang einen kleinen Schlitz und schon kam sie in die Kabine gestürzt und zupfte an mir herum. „Gut stehen müssen die, schau her, das muss da und da gut sitzen“. Ich verstand, was sie sagen wollte, aber wir wollten wohl unterschiedliche Dinge. Ich habe versucht ihr zu erklären, dass ich

meine Brüste gerne möglichst flach hätte, dass sie so wenig wie möglich auffallen sollen. Sie sollen nicht stehen, sie sollen irgendwie... verschwinden. „Andere Mädchen wünschen sich das, was du hast, Schätzchen. Das kannst du ruhig zeigen“ sagte sie. Ich weiß nicht, wo ich anfangen soll, wie schlimm sich diese Sätze für mich anfühlten. Sätze, die ich zu dem Zeitpunkt schon hunderte Male gehört hatte. Als ich schließlich einen BH trug, von dem sie überzeugt war, er wäre genau richtig für mich, sagte sie: „75F, das ist deine Größe, Süße“.

75F. Ich hätte nie gedacht, dass ein Buchstabe so viel Schock, Ekel, Wut und Verzweiflung in mir auslösen würde. F steht für Fuck, absolute scheiße, für furchtbar und für ich will das nicht. Nicht Doppel-D, sondern F. Das ist selbst für sexistische cis-het Männer, die sich eine „gute Hand voll“ wünschen, zu viel. F ist keine Größe, die je eine Freundin von mir gehabt hat. Oder irgendwer, mit dem ich hätte reden können. Ich fühlte mich ekelig und so allein mit diesem riesigen Gewicht. Damals hatte ich mir geschworen, dass ich niemals jemandem davon erzählen werde, von diesem Buchstaben. Diese ganze Katastrophe noch mit einer Bezeichnung zu versehen, machte es für mich noch viel schlimmer. Schließlich kaufte ich irgendeinen viel zu teuren BH, den ich nur dann trug, wenn ich sicher war, dass ihn niemand sehen würde. Die Vorstellung, ich könnte mit jemandem intim werden und die Person würde das Etikett des BHs mit dem entsprechenden Buchstaben darauf entdecken, versetzte mich in Angst und Panik.



Als ich ungefähr 15 Jahre alt war und meine Oberweite schon deutlich größer war als die von vielen Freund*innen, wurde ich Teil eines Gesprächs, das sich wohl für immer in meinen Kopf gefressen hat. Zwei Freundinnen von mir quatschten mit einem Jungen, den sie irgendwie toll fanden. Aus welchem Grund auch immer sprachen sie über Brüste und in diesem Zuge sah er wohl die Chance, sich als eine „gute Partie“ darzustellen, indem er sagte: „Ach, ich stehe gar nicht auf große Brüste. Die sehen meistens schlampig aus.“

Meine Freundinnen kicherten und ich fühlte mich unsichtbar und gleichzeitig mit einer Leuchtreklame bestrahlt. Was er wohl damit sagen wollte, war, er sei nicht einer dieser „Arschloch-Typen“, er stehe nicht auf „dicke Titten“, sondern er sei einer der Guten, denn er stehe auf kleine Brüste. Dass er genau so ein Arschloch-Typ ist, war mir damals nicht klar. Ich dachte nur: Verdammt, er hat Recht. Ich tue mir selbst leid, wenn ich daran zurückdenke. Ich dachte: „Ja, er hat recht.“ Denn wenn ich im Sommer ein normales, enges Top trage, dann habe ich gefühlt kein Gesicht mehr, in das man schauen kann, nur noch Brüste. Wenn meine beiden Freundinnen dasselbe Top trugen, war das ganz normal. Ab diesem Zeitpunkt war mir klar: Ich will diese Dinger nicht, niemand will sie, und niemand soll sie zu sehen bekommen.

Dass sie niemand sehen soll, stellte sich früher oder später als etwas schwierig heraus. Ich vermied zwar das Schwimmen gehen, vermied es rauszugehen an heißen Sommertagen und verweigerte sowieso alle Kleidungsstücke, die tailliert, am Dekolletée ausgeschnitten oder einfach eng waren. Eine Sache jedoch konnte ich absolut nicht verhindern: Mich zu verlieben. Ich verliebte mich in Menschen, aber dann mit ihnen intim zu werden, zu zeigen, was sich unter meinem riesigen T-Shirt verbirgt, machte mir Angst. Ich hatte Angst davor, dass die Person mich plötzlich anders sieht, wenn sie herausfindet, was für riesige Brüste sich unter meiner Kleidung befinden. Dass ich dann nicht mehr *ich* sein kann, dass ich dann plötzlich wieder Frau bin. „So etwas“ wie mich sehe ich nirgendwo, dachte ich immer. Ein Tomboy mit großen Brüsten, eine Butch mit großen Brüsten. Bis heute habe ich noch nie mit einer Person gesprochen, die sich in Bezug auf Gender ähnlich positioniert wie ich, große Brüste hat und damit struggelt. Die muss es doch geben! Wo seid ihr alle? Auf Social Media suchend fand ich lediglich Personen, die es „geschafft hatten ihre Brüste zu lieben“. Doch ich will sie nicht lieben lernen, sie gehören überhaupt gar nicht zu mir. Ich fühle nichts, wenn mensch mich dort berührt. Wenn ich träume, dann habe ich keine Brüste. Dann sind sie gar nicht da, denn sie gehören nicht zu mir. Wenn ich Menschen, mit denen ich intim war, davon erzählt hatte, dann wurde es meistens komisch. Mit *davon* meine ich meine Brüste und der ganze Horror drumherum. Wenn wir miteinander schliefen, dann fiel mir doll auf, dass die Personen besonders darauf achteten, diesen Teil meines Körpers aktiv zu vermeiden. So, als hätten sie nun selbst Angst vor meinen Brüsten. Das machte es für mich nicht einfacher.

In meiner aktuellen Beziehung ist das anders. Bei einem unserer ersten Dates, es war vielleicht das fünfte oder so, erzählte sie mir, dass sie mal gern einen Binder tragen würde. Ich wollte mich erst nicht recht zu diesem Thema äußern, wollte sie nicht direkt verschrecken, wollte noch nicht zeigen, was sich unter meiner großen Jacke verbirgt. Doch irgendwie gab sie mir ein Gefühl von Sicherheit. Ich erzählte ihr von allem und sie nahm mich in den Arm und sagte, wie schön sie mich findet, dass sie mich so sieht wie ich bin, ohne die Brüste. Das hat sich so unglaublich gut angefühlt. Ein paar Wochen später sagte sie mir, dass sie sich informiert habe, wo man gut Binder kaufen könne. Ein Freund hätte ihr da einen Shop empfohlen und sie fragte, ob wir nicht zusammen dort bestellen wollen. Und da war sie wieder: Die große, große Angst vor der großen Größe. Was war wohl meine Größe in Bindern? Ich wollte so sehr einen Binder, doch ich würde mich wieder ausmessen (lassen) müssen. Meine Freundin brauchte nicht lange um zu erkennen, dass mir die Panik ins Gesicht geschrieben stand. Sie beruhigte mich und sagte: „Hey, wir machen das zusammen, du bist bei mir sicher.“ Und das war ich. Keine blöden Sprüche, kein an-mir-herum-ziehen, kein „sei doch froh“ und keine Rüschen. Mir liefen zwar die Tränen, doch wir konnten zusammen sauer sein und ich war nicht allein.

Irgendwann verabschiedete ich mich von diesem Gewicht und ich werde eine riesige bye-bye-boobie-Party feiern, so viel steht fest.

Ich bin **Lui** (alle Pronomen) und ich verstehe mich als genderqueer. Aufgewachsen bin ich auf einem konservativen kleinen Bauernhof irgendwo im nirgendwo und von dort geflohen nach Köln, wo ich mehr **ich** sein kann. Als einzige einer riesigen Familie von Bäuer*innen studiere ich und oh wie gut, dass niemand von denen so genau weiß, dass ich Gender Studies studiere.



Ich verstehe den ganzen Wirbel nicht

Von Ines-Paul

#Körper-Entscheidungen – Sexualität – Geschlechtsausdruck

Ich verstehe den ganzen Wirbel nicht, der vor allem um „die OP“ gemacht wird. Für mich waren Mastek und Testo eher wie ein Gang zum Friseur: „Hier und da bitte ein bisschen was wegnehmen; da bitte wachsen lassen; danke.“ Das ist nicht der heilbringende Wendepunkt in meinem Leben, nicht der Glückstag aller Glückstage, nicht die Rettung auf Erden, nicht die Entscheidung über mein weiteres Schicksal. Was Unpassendes wird passend gemacht – ja und?

Meine Umgebung reagierte nicht ganz so gelassen. Aus meinem „Friseurbesuch“ wurde ein hochpolitisches Thema. „Du musst dich halt mit deinem Frausein versöhnen!“, wurde mir klargemacht. Und: „Du musst halt einen Umgang damit finden, dass Männer uns Frauen so blöd anglotzen und behandeln!“ Und: „Im Patriarchat müssen wir Frauen gemeinsam kämpfen! Du kannst doch jetzt nicht auf die Seite des Feindes wechseln! Wenn du jetzt die ganzen Privilegien der Männerwelt mitnehmen willst, machst du es dir wirklich zu einfach!“ Die nächsten zehn Jahre war ich also mit großen gesellschaftlichen Fragen und Problemen beschäftigt. Die Klarheit, die ich Anfang 20 hatte, hatte sich aufgelöst in komplexe Fragen um Geschlecht und Macht, die anhand (bzw. anstatt) meiner Wünsche verhandelt werden mussten.

Dabei war es mir nie um die Frage gegangen: „Was muss ich tun, **damit** ich von anderen als Mann wahrgenommen werde?“. Meine Frage wurde zunehmend vielmehr: „Was muss ich tun, **obwohl** ich dann von anderen vielleicht als Mann wahrgenommen werde?“

Damals war „das Kriterium“ für trans* Menschen ja noch, „im falschen Körper geboren“ zu sein. **So** war es bei mir nicht. Also wäre ich damals auch nie auf die Idee gekommen, trans* zu sein. Auch deswegen vergingen so viele Jahre. Zum Glück lernte ich Leute und Theorien kennen, durch die ich langsam kapierte: Auch wenn ich **keine** Frau bin, muss ich deswegen noch lange nicht **Mann** sein.

Mit meinen eigenen Fragen und Problemen kam ich jedenfalls an den Punkt, dass es wirklich gar kein Argument mehr dafür gab, ihnen nachzugehen. Und gerade da – als ich keine vernünftigen Gründe mehr für meine gewünschten Entscheidungen finden konnte – war der Wendepunkt für mich erreicht: „Ok, es spricht irgendwie **nichts** mehr **dafür**, diese Schritte zu gehen. Wenn ich das **trotzdem** noch will – dann ist es wirklich **mein** Wille. Also ... mache ich es.“ Da war ich Anfang 30. (Außerdem wurde mir zunehmend klarer: Jeder Tag **ohne** Entscheidung ist ja auch ein Tag mit einer Entscheidung. Warum wird nur das als Entscheidung angesehen, wenn sich etwas ändert – und nicht auch das, wo etwas unverändert bleibt?!)

Heute, 20 weitere Jahre später, bin ich erneut so unsichtbar wie vorher. Ich werde weiterhin so oft falsch gelesen wie vorher – nur jetzt halt als „Mann“ statt früher als „Frau“. Für mich ist beides immer noch befremdlich. Ich bin beides nicht. Aber **für mich** fühle ich mich jetzt endlich passend an. (Auch mit den „Macken“ im „Ergebnis“. Ich brauche ja keinen Körper, der frei von Macken und Makeln ist. Ich brauchte nur einen Körper, der endlich frei von diesen paar Teilen ist, die nicht zu mir gehörten.)

Das größte Lob von wohlmeinenden Menschen ist ja oft, dass ich „so gelungen“ aussehe. Sie meinen damit, dass sie mir mein trans*-Sein ja gar nicht ansehen. Was soll daran toll sein? Auch **damit** bin ich wieder unsichtbar. Soll ich mir jetzt die Fingernägel lackieren oder Lippenstift auftragen, um ihre binären Vorstellungen zu durchbrechen??? Ich habe keine Lust, diese binären Codes zu bedienen, und sei es einer „angemesseneren Einordnung“ wegen. Dann werde ich halt weiterhin „falsch“ gelesen. Mittlerweile ist mir das egal. Ich fühle mich wohl mit mir. Seitdem ist es zweitrangig geworden, was andere in mir sehen. Das ist eigentlich der größte und einzige wirkliche Unterschied zu vorher.

Da ich „so gelungen“ aussehe, muss ich allerdings auch immer überlegen, wann und wie „es“ dann „offenbar“ und sichtbar wird. Zum einen in Bezug auf die Personen, mit denen ich verbunden bin – wie werden **sie** eingeordnet, wenn sie mit mir zusammen gesehen werden? Zum anderen aber auch in Bezug darauf, dass meine Gegenüber „nicht von falschen Erwartungen“ ausgehen – insbesondere bei körperlich verbundenen Angelegenheiten wie zum Beispiel Sex. Dating-Apps sind da eine wahre Erleichterung. Ich möchte ja nicht, dass jemensch sich davon enttäuscht fühlt, wie ich ausgezogen „wirklich“ aussehe. Oder habe ich doch verinnerlicht, dass ein Körper, der nicht mehr in Gänze den weiblichen oder männlichen Konventionen entspricht, eine Enttäuschung sei? Für mich war das fast ein Ritterschlag, als FtM als Porno-Kategorie auftauchte. Yeah, mein Körper als solcher ist eine begehrte Kategorie!

Jaja, ich weiß, „der Mensch bleibt der gleiche“... Aber schon damals als Lesbe gab es für mich durchaus genitalienbezogene Unterschiede, bei denen ich manches mehr und anderes weniger anziehend fand (= was ich auf sexueller Ebene begehrte und auf persönlich-politisch-gesellschaftlicher Ebene als wichtig und vertretbar erlebte). Wobei ich bis heute nicht weiß, ob ich vielleicht einfach nur **nicht heterosexuell** bin. Solange ich als „Frau“ verstanden wurde, stand ich durchaus auf Frauen: Begegnungen frei von gesellschaftlichen Machtgefällen, yeah! („Frauen“ ganz ohne Sternchen, ja ... Peinlich!). Seitdem ich als Mann verstanden werde, ist das Vermeiden des Machtgefälles fast einfacher mit Männern. Dass es keine zwangsläufige Zuordnung von Genitalien und geschlechtlicher Kategorie geben muss, lerne ich noch – sowohl in Bezug auf andere als auch in Bezug auf mich selbst. (Genitalbezogene Aktivitäten haben jedenfalls viel weniger mit geschlechtsbezogenen Deutungen zu tun, als ich lange dachte, und zum Teil noch denke.)

Im Moment der „Offenbarung“ bin ich trotzdem immer wieder verunsichert. Will mein Gegenüber dann **wirklich** noch auf dieser Ebene mit mir zu tun haben? Auch hierfür wäre Sichtbarkeit **vor** dem Ausziehen vielleicht hilfreich. Andererseits: Ich finde es toll, wie ich jetzt aussehe, auch und gerade **mit** Klamotten. Warum sollte ich daran was

ändern? Was **ich** ändern wollte, habe ich geändert. Für die Irritationen und Unklarheiten, die jetzt manchmal entstehen, bin nicht ich verantwortlich, sondern die Enge unseres gesellschaftlich geprägten Denkens und Wahrnehmens. Und wenn der Widerspruch meiner Wirkung **mit** Klamotten gegenüber **ohne** Klamotten diese Enge jetzt manchmal aufbricht – umso besser! :)

Ines-Paul

Mein (nicht offiziell eingetragener) Name ist Ines-Paul Baumann (Pronomen: er&sie / keins). Meine Perspektiven sind geprägt von Erfahrungen als einer Person, die **weiß**, trans*-maskulin, (meistens) neurounauffällig, abled, gebildet und bisexuell ist. Ich wusste nie, ob/was ich werden möchte. Ich lerne und denke total gerne, und mittlerweile habe ich drei Studiengänge abgeschlossen, zuletzt „Gender & Diversity B.A.“ an der Rhine-Waal University of Applied Sciences (Fakultät Gesellschaft und Ökonomie) in Kleve. Seit Kurzem bin ich in Teilzeit festangestellt im rubicon in Köln und mache dort Bildungsarbeit und Beratung für Regenbogenfamilien und für geschlechtliche Vielfalt. Schon länger bin ich Pastor* der MCC Köln („Metropolitan Community Church“). Ich gebe total gerne Workshops zum Thema Queer & christlicher Glaube. Ich lebe in einer festen, nicht monogamen Beziehung und bin eine_r von 3 Elternteilen mit 2 Kindern.

Früher war ich u.a. aktiv beim „Kingdom of Cologne“ mit den AUSNAHME-Parties und der Drag-King-Zeitschrift „Die Krone & ich“ sowie in der Queercore-Band „Low-End Models“.



Mein Körper und ich

Von Nic da Wig

#agender – Älter werden – Körpergefühl

Intro: Ich gehe auf einer asphaltierten Straße einen steilen Hang hinauf. Zwei Mädchen sitzen am Straßenrand auf einem Stromkasten und gucken mir nach. Sagt die eine zur anderen: Guck mal, wie die mit dem Arsch wackelt.

Ich war damals ungefähr 13 Jahre alt. Seit diesem Tag achtete ich darauf, nie wieder beim Gehen mit dem Arsch, dem Becken, mit den Hüften oder irgendeinem anderen Körperteil ober- oder unterhalb meiner Gürtellinie zu wackeln. Um keinen Preis der Welt wollte ich eine sein, „die mit dem Arsch wackelt“. Diese beiden Mädchen hatten in einem Satz zusammengefasst, was der Sexismus der 1970er, aber auch späterer Jahre für weiblich gelesene Personen bereithielt: Geh eine Straße entlang, lass dich dabei beobachten, egal von wem, und schon bist du ein Objekt, das man nach Belieben auf eine Kombination aus Körper und Sexualität reduzieren kann. Die beiden wollten mich verletzen und zückten dabei ein Schwert, das sie selbst genauso gut treffen konnte. Nur dass mich zusätzlich der Vorwurf schmerzte, eine „die“ zu sein. Das war und bin ich nämlich nicht.

In der Folge tat ich mich schwer mit meinem Gang; ich wusste plötzlich nicht mehr, welcher Gang für mich richtig war. Er sollte keinesfalls „weiblich“, aber auch nicht „männlich“ sein. Damit war die Selbstverständlichkeit, die Leichtigkeit dahin. Und das konnte anstrengend sein, insbesondere bei längeren Strecken. Ich hatte Schmerzen im unteren Rücken, mein Ischias-Nerv tat weh; ich war bis in die letzte Faser verspannt. Erst viel später habe ich – mit Tai Chi und Barfußlaufen – so etwas wie meinen eigenen und damit „gender-losen“ Gang gefunden.

Meine Stimme ist auch so eine Sache, nicht besonders hell, aber machen wir uns nichts vor, sie wird als „weiblich“ wahrgenommen (zum geringen Trost eher Altstimme als Sopran). Das entspricht aber keineswegs meinem Selbstbild, das kein Geschlecht kennt. Ich male mir aus, ich nähme Testosteron und hätte einen Stimbruch. Endlich eine deutlich tiefere Stimme. Aber dann würde ich als „er“ verstanden, der ich auch nicht bin. Und wie wäre es, die ursprüngliche Stimme zu verlieren und eine neue zu bekommen? Wäre es dann erst die wirkliche eigene? Und was würde Testo sonst noch bewirken? Andere Fettverteilung, Haut, Körpergeruch ... Was geschähe mit den Haaren: Bart kommt, Haupthaar geht? Dann sähe ich aus wie mein Vater!

Meine Brüste nerven mich am meisten im Sommer. Aber sonst sind sie okay, in sehr privater Nacktheit oder in kälteren Jahreszeiten unter diversen Kleidungsstücken. Wenn ich mir meinen Oberkörper nach einer OP, im T-Shirt, vorstelle, fühlt sich das gut an. Aber ginge es mir mit einem solchen Oberkörper ohne T-Shirt ebenso? Könnte ich die unverwechselbaren Narben stolz herzeigen? Oder würde ich sie verbergen wollen wie jetzt meine Brüste?

Auf die Menstruation kann ich gerne verzichten, aber sie gehört schon so lange zu meinem Leben, dass ich sie nicht mehr in Frage stelle. Und wegen meines Alters sagt sie vermutlich eh bald adieu. Dann habe ich Ruhe vor dem Reminder daran, dass da etwas urtümlich und sonderbar „Weibliches“ in mir wandert, wächst und wundersamerweise wieder weicht.

Die Bilanz fällt also ambivalent aus, was meine Einstellung zu meinen als weiblich gelesenen Körperteilen betrifft. Mein Leben lang gab es Phasen der Ruhe und Akzeptanz wie auch der Ablehnung und Unzufriedenheit. Mein Kopf weiß: Die Konflikte haben mehr mit dem Blick anderer Menschen und der Gesellschaft auf mich als mit meinem eigenen Empfinden zu tun. Trotzdem zog ich Maßnahmen zur körperlichen Veränderung in Betracht. Mein Haarschopf war stets kurz rasiert, mehr tat ich dann aber doch nicht – vielleicht aus Angst vor dem Unbekannten, möglicherweise aus Bequemlichkeit. So zu bleiben, wie ich war, schien mir die einfachste Lösung.

Nach meiner Überzeugung war meine Identität als „no gender“ (heute bevorzuge ich „agender“) ein sehr persönliches Thema – das sich mit genügend Hirnakrobatik und Psychotherapie in den Griff bekommen ließ. Ich wollte nicht akzeptieren, dass der Zustand meines Körpers durchaus etwas mit meinem allgemeinen Wohlbefinden zu tun hatte, und dass die Zeiten sich änderten: Wo früher gähnende Leere herrschte (jedenfalls in meinem bescheidenen Horizont), gab es jetzt immer mehr Menschen, die den Schritt zu Hormonen und OPs wagten, die sich veränderten, und zwar gewaltig. Aber vielleicht war auch gerade diese Deutlichkeit und Unumkehrbarkeit abschreckend für mich. So radikal wollte ich mein Leben offenbar nicht umkrempeln.

Wenn ich zurückdenke, fühlte ich mich oft hin- und hergerissen. A) Ich wollte aktiv mein Leben gestalten, authentisch und öffentlich mein gefühltes Nicht-Geschlecht leben. B) Ich hatte Schiss vor den Konsequenzen und fand unter den Angeboten einer Transition auch nichts, was wirklich zu mir passte. C) Ich machte mir Vorwürfe; schließlich war ich schuld an meiner Misere: Ich war zu feige und letztlich auch unehrlich gegenüber meinen Mitmenschen.

Im Hier und Jetzt mache ich ein Experiment: Ich schwimme im wohltemperierten Meer der gedanklichen Möglichkeiten und löse mich von meinem Körper, den ich schon früh im Leben zu verachten gelernt habe, weil er an so vielen Orten geringgeschätzt wurde: in der christlichen Jugendgruppe – „Jesus lebt!“ (aber nur für die „Jungs und Mädels“, die sich nicht auf den Weg der Sünde begeben), im cis-männlich dominierten Schul-, insbesondere Sportunterricht, in der Sexualaufklärung durch die Jugendzeitschrift BRAVO, der zufolge es die Aufgabe von „Mädchen“ war, für „Jungen“ zu schwärmen, sowie im protestantischen Elternhaus, das „ordentliche Töchter“ erziehen wollte, keine freien Geister. Alles war streng normiert – kein Daneben, Dazwischen, Woanders, Nirgends.

Ich schwimme und spüre: Es ist heute anders, besser.

Gesellschaftlich, weil es nach vielen kleinen und großen Schritten eine sichtbare und lebbare queere/nichtbinäre Welt gibt.

Persönlich, weil ich mich an meinen Körper gewöhnt habe – so, wie er mit mir gealtert ist und wie er „mein Leben ohne Geschlecht“ geteilt hat. Noch viel mehr: Ich habe mich tatsächlich mit ihm angefreundet. Allen negativen Weichenstellungen und weiteren Widerständen zum Trotz. Die Zuneigung ist beidseitig. Wir sind über die Jahre ein gut funktionierendes, einander zugewandtes Paar geworden. Und wollen einander so lassen, wie wir sind. Insbesondere geben wir einander keine Namen, die sich auf weiblich oder männlich reimen. Momente des Zweifels gibt es immer noch, aber sie sind seltener geworden. Sie kommen, sie nerven und gehen dann auch wieder. Und das gehört, wenn ich mich recht entsinne, zu jeder Beziehung dazu.

Frieden? Frieden.

Nic da Wig (weiß, abled) ist 55 Jahre alt und lebt mit seiner Partnerin in Köln. Seit einigen Jahren schreibt er immer mal wieder über Themen, die sich im weitesten Sinne als trans Themen verstehen lassen.



Pst, wer bin ich?

Von KT Kay

#DDR/BRD – Bisexualität – dazwischen sein

Mit 13 hatte ich einen imaginären Boyfriend, ich nannte ihn Tom. Tom war so, wie ich mir damals meine erste Partnerperson wünschte, inklusive brauner Locken. Heute glaube ich, dass Tom auch ein Teil von mir war, ein Teil davon, wer ich gerne sein wollte - und das ging weit über die Locken hinaus. Aber ich greife vor.

Pst, wer bin ich? Ich bin 18, in meinem Umfeld in der mittelgroßen Stadt gibt es Mädchen und Jungen, sonst nichts. Alle sind hetero, außer die Komischen, die sind wahrscheinlich schwul, das glauben zumindest die Anderen. Ich lebe in einer „Entweder-Oder-Welt“. Hier wird immer geschwiegen.

Das ist wie mit der BRD und der DDR, die es vor kurzem noch gab: Du bist entweder Mannschaft BRD oder Mannschaft DDR, etwas anderes gibt es nicht. Im Grenzland dazwischen ist die Mauer. Das Grenzland hat keinen Namen, da kann man nicht sein. Sie sagen: „Wenn's dir hier im Westen nicht gefällt, dann geh doch rüber.“ Ich will nicht rüber. Aber hier gefällt's mir auch nicht.

Mein Leben fühlt sich oft an wie ein umgekehrter Song von Luciletric. Ich darf nicht in den Fußballverein, weil ich ein Mädchen bin, weil ich ein Mädchen bin. Keiner will mich in der Band haben, weil ich ein Mädchen bin, weil ich ein Mädchen bin. Aber ich darf mit einem Jungen zusammen sein, der Fußball spielt und in einer Band ist. Ich mag Jungen - glaube ich. Aber vielleicht mag ich auch nur sein wie sie.

Ich bin in der Theater-AG und bekomme die Männer-Rollen, weil zu wenig Jungen da sind. Ich freue mich.

Auf der Straße fragt ein Kind seine Mutter:

„Ist das ein Mädchen oder ein Junge?“

Die Mutter guckt mich erschrocken an und zischt dem Kind zu:

„Das fragt man nicht.“

Ich spüre ein freudiges Kribbeln, lächle das Kind verschwörerisch an und antworte nicht.

Was schön ist: Meine Freund*innen, denen es egal ist, ob jemand Mädchen oder Junge ist und mit denen ich skate, Fanzines mache und feiern gehe. Und meine Familie, der Geschlechter-Performance am Arsch vorbeigeht.

Pst, wer bin ich? Ich bin 20, in meinem Umfeld in meiner kleinen Stadt am Arsch der Welt gibt es Mädchen und Jungen, sonst nichts. Die meisten sind hetero, außer ein paar Lesben und Schwule, sie sind nicht mehr komisch. Es wird immer noch ständig geschwiegen.

Als ein Freund mir im Vertrauen erzählt, dass er bi ist, kommen mir zum ersten Mal Selbstzweifel. Ich frage eine Bekannte, wie sie gemerkt hat, dass sie lesbisch ist und sie sagt: „Eines Tages saß ich auf meinem Bett und wusste es.“

Ich warte, dass ich von der Erkenntnis getroffen werde, aber es passiert nichts. Bis mich irgendwann eine Freundin anlächelt und mein Herz klopft. Ich denke: Scheiße. Ich fahre zu meinem Boyfriend und schiebe die Erkenntnis weg. Ich will nicht rüber und auch nicht ins Grenzland, da ist zwar keine Mauer mehr, aber ziemlich viel ödes Brachland.

Was schön ist: Ich habe eine Band und spiele Fußball, sogar mit Jungen. Wenn uns langweilig ist, gehen meine beste Freundin und ich in eine Kneipe und spielen Hetero-Paar ohne Küssen. Es kribbelt, wenn ich Männerklamotten anziehe und ich genieße meine Macker-Sprüche, die so gut zu der Rolle zu passen scheinen.

Einmal gehe ich im Anzug meines Bruders auf eine „Formal-Dress-Party“ bei einem Schulfreund. Sogar sein Aftershave habe ich aufgelegt. Ich finde mich unwiderstehlich. Es gibt viele Skinheads und ausgeprägte Männer- und Frauenrollen. Die Jungen tragen Anzüge, die Mädchen das Kleine Schwarze. Die Mädchen finden mich toll und flirten mit mir. Die Jungen sind überrollt und sprachlos. Sie halten sich von mir fern. Mein Boyfriend flippt aus. Seitdem fragt er mich ständig, ob ich auf Mädchen stehe. Ich antworte nicht.

Pst, wer bin ich? Ich bin 24, in meinem Umfeld in derselben kleinen Stadt gibt es jetzt auch zwei Bisexuelle. Sie haben sich unkomfortabel im Grenzland eingerichtet. Ich wohne irgendwie auch da, zumindest in der Theorie, die Praxis lässt noch auf sich warten. Niemand kann mir erklären, wie das geht mit dem Homo-Flirten. YouTube, Instagram und TikTok gibt es noch nicht und in den lesbischen Pornos sind irgendwie immer Männer dabei.

Eigentlich ist es im bisexuellen Grenzland ganz schön, auch wenn sich nur wenige zu uns trauen. Die Menschen von der Hetero-Seite reden nicht über das Grenzland. Sie halten mich für eine von ihnen und ich tue nichts dagegen. Auf der Homo-Seite weiß man vom Grenzland und man hasst es. Alles Bisexuelle erweckt Misstrauen, Verdacht, ist irgendwie pfui.

Was schön ist: Ich bin in einer Riot Girl-Band und habe eine feministische Gruppe mitgegründet. Es gibt jetzt mehr Menschen, die mir ähnlich sind. Ich gehe immer noch gern im Herrenanzug aus, jetzt ohne Macker-Sprüche. Wenn mich jemand fragt, ob ich auf Mädchen stehe, lächle ich verschwörerisch und antworte nicht.

Pst, wer bin ich? Ich bin 27, in meinem Umfeld in derselben kleinen Stadt organisieren wir ein Ladyfest. In meinem Kopf gibt es Judith Butler, Donna Haraway und seit neuestem einen Transmann. Ich bin ihm*ihr nur einmal begegnet und unsterblich verliebt, glaube ich. Aber vielleicht mag ich auch nur sein wie er*sie.

Was Judith Butler mit dem echten Leben zu tun hat, ist mir unklar. In meiner Freizeit kämpfe ich gegen Sexismus und Patriarchat. Ich bin dabei gern an vorderster Front und weiß viel über die Privilegien von Männern, aber wenig über alle anderen Privilegien. Darüber wird nicht geredet. Ich bin häufig wütend wegen der Privilegien der Anderen.

Manche Leute in meinem Umfeld nennen sich jetzt queer, das Grenzland wird voller, gemütlicher und unübersichtlicher. Die queeren Jungen lackieren sich die Fingernägel und tragen manchmal Röcke. Mir fällt auf, dass sie mehr Mädchen abbekommen als vorher, als sie einfach nur Jungen waren. Vielleicht küssen sie manchmal andere Jungen, aber darüber reden wir nicht. Die queeren Mädchen küssen manchmal andere Mädchen, ansonsten haben sie Beziehungen mit Jungen und eine heterosexuelle Familienplanung. Die Homos nennen sich weiter Homos.

Ich nenne mich bisexuell, aber nur ein paar Freund*innen gegenüber. Für alle anderen habe ich einen Boyfriend, der eine heterosexuelle Familienplanung hat. Ich habe keine Familienplanung und küsse meine queeren Freundinnen, wir sind uns ähnlich.

Pst, wer bin ich? Ich bin 35, in meinem Umfeld in der großen Homo-Stadt gibt es Frauen und Männer, Lesben, Schwule und Bisexuelle und seit neuestem ein paar Transmenschen und Drag Kings. Manchmal treffe ich Menschen auf der Straße, die ein bisschen androgyner wirken als der Rest. Ein kurzer Blick, ein Zucken des Mundwinkels, ein fast unmerkliches Nicken. Wir erkennen uns, auch wenn keine*r von uns etwas sagt. Ein heimliches Vergnügen, in einer Welt, die uns nicht erkennt. Aber wir erkennen uns nur, wenn wir androgyne sind.

Ich habe seit ein paar Jahren eine Beziehung. Von meiner Beziehung wissen: Alle, sogar meine widerwilligen Eltern und meine Arbeitskolleg*innen. Sie nennen es lesbisch. Niemand fragt mich mehr, ob ich Kinder will, nicht einmal, wenn ich keinen Alkohol trinke. Manchen ist es unangenehm, wenn ich mich oute, sie möchten das lieber nicht hören. Das ständige Outen ermüdet mich, ist aber besser, als in die Hetero-Gemeinschaft zwangseingegliedert zu werden.

Meine Welt hat einen öffentlichen und einen geheimen Teil. Zu der öffentlichen Welt gehören Arbeit und Familie, meine Beziehung und meine Freund*innen. Während meine Freund*innen ihre heterosexuelle Familienplanung umsetzen, style ich mich als Drag King und organisiere Partys, queere Veranstaltungen oder Demos. Dort nenne ich mich jetzt Tom-Boy. Außer ein paar Freund*innen weiß niemand davon. In Drag fühle ich mich so toll wie noch nie.

Meine Hetero-Freund*innen und ich versuchen, Kontakt zu halten, auch wenn es gerade nicht viele Gemeinsamkeiten gibt, außer, dass wir alle Karriere machen und ziemlich viele Privilegien haben. Wenn ich auf einem Geburtstagsbrunch mit vielen Hetero-Familien und Babys bin, fühle ich mich einsam.

Was das Schönste ist: Die vielen anderen queeren Menschen, die so unterschiedlich sind. Sie besitzen Wohnungen oder Häuser oder wohnen zur Miete, sie haben Kinder oder keine, sie bezeichnen sich als Frauen, Männer, Trans oder gar nicht. Wir bekämpfen Sexismus, Trans- und Homophobie und ich bin immer noch vorne dabei. Ich fühle mich zugehörig und nicht mehr allein mit meinen Fragen.

Was auch das Schönste ist: Die Drag-Partys. Das fängt schon an, wenn wir uns vorher bei jemandem zum Stylen treffen. Ich färbe meine Gesichtshaare mit Wimperntusche dunkel,

bürste die Augenbrauen buschig auf und schminke meine Wangen so, dass die Konturen kantig hervortreten. Mit einer elastischen Binde schnüre ich mir die Brüste ab und lote dabei den schmalen Grat zwischen möglichst wenig sichtbarer Brust und genug Platz zum Atmen aus. Aus einem Sexshop in Berlin, dem einzigen, der in Deutschland Trans-Mann-Produkte verkauft, habe ich Boxershorts mit Einsatz gekauft. Da stopfe ich jetzt mein selbst gemachtes Packing, ein mit Watte gefülltes Kondom, rein. Wir sehen toll aus. Ich bewundere mein kantiges Gesicht im Spiegel und gehe breitbeinig mit schweren Schritten die Straße entlang mit einem glücklichen Kribbeln im Bauch. Das Kribbeln verschwindet, als ich im Dunkeln zu dicht hinter einer Frau herlaufe, sie sich erschrocken zu mir umdreht und ihre Schritte beschleunigt.



Pst, wer bin ich? Ich bin 40, in meinem Umfeld in der großen Stadt gibt es Cis-Menschen, die sich Männer und Frauen nennen. Und es gibt uns: Wir sind queer, trans, inter, nichtbinär, genderfluid, genderqueer, drag oder questioning. Es gibt endlich Begriffe für das, was wir sind.

Viele meiner queeren Freund*innen outen sich. Sie begnügen sich nicht mehr damit, dass wir irgendwie alle wissen, wer wir sind, ohne es auszusprechen. Sie ändern Namen, Pronomen und Geschlechtseinträge, nehmen manchmal Hormone und fordern von der Welt, sie so zu akzeptieren, wie sie sind. Sie organisieren Trans Prides und Festivals, Lesungen und Partys und haben hartnäckig einen Platz in der LGBT-Community erkämpft. Ich sehe sie aufblühen in einem Chaos aus Euphorie und Widerständen und es macht mich stolz, dass sie meine Freund*innen sind. Ich bin schon lange nicht mehr an vorderster Front dabei. Aber das ist okay.

Es ist 2022 und ich weiß immer noch nicht, wer ich bin. Aber meistens stört es mich nicht mehr und ich warte nicht mehr auf die Erkenntnis, die eines Tages von selbst auf mich herabregnet. Ich habe mich gemütlich im Grenzland eingerichtet. Dort gibt es viele verschiedene Menschen und es ist schon lange nicht mehr öde.

Aktuell weiß ich über mich: Ich bin irgendwas dazwischen, das ich je nach Laune queer, genderqueer oder nichtbinär nenne. Ich finde mich okay. An manchen Tagen fühle ich mich sogar weiblich, und auch das ist okay. Der Feminismus ist immer noch ein Teil von mir, egal welches Geschlecht ich habe. Ich rede nicht gern über meine Pronomen und benutze denselben Namen wie mit 18. Mein Körper ist älter geworden und etwas weniger androgyn, das hat mich lange gestört. Aber aktuell verstehen wir uns gut. Manchmal würde ich gern Hormone nehmen und vielleicht mache ich das auch irgendwann, aber nicht jetzt.

Ich habe lange geglaubt, dass ich meine Identität vor der ganzen Welt outen muss. Also redete ich mir ein, dass ich vielleicht cis bin, um weiter schweigen zu können. Ich habe so lange im namenlosen geheimen Zwischenraum gelebt und geschwiegen, dass ich mich darin eingerichtet habe.

Langzeiterfahrungen

Jetzt glaube ich nicht mehr an eine starre Outing-Verpflichtung. Seitdem bin ich entspannter mit mir selbst und oute mich, wenn es sich richtig anfühlt. Outen finde ich nach wie vor anstrengend. Aber manchmal ist es auch schön, nach all den Jahren endlich zu sprechen und Begriffe zu haben, die besser zu mir passen als „Frau“. Vielleicht war es doch nicht so komfortabel im Schweigen, wie ich dachte.

Bei der Arbeit nenne ich mich queer, homo- oder bisexuell. Ich habe in 20 Jahren Berufstätigkeit nie eine geoutete nicht-binäre oder trans Person getroffen. Es gibt kein verschwörerisches sich-erkennen wie früher mit anderen Homos. In den klassischen Mittelschichts-Jobs hält man sich gern bedeckt, denke ich. Selbst die geouteten Homos kann ich an einer Hand abzählen. Manchmal schäme ich mich für mein Schweigen, weil ich weiß, dass eine*r sich als erstes outen und den Weg bereiten muss. Aber ohne Rückhalt möchte ich das nicht sein. Ich versuche einen Kompromiss und setze mich bei der Arbeit für geschlechtliche und sexuelle Vielfalt ein.

Meine Freund*innen wissen Bescheid. Wenn mich heute jemand fragt, welches Geschlecht ich habe, antworte ich. Ich erzähle es auch denen, die in meinem Alter sind und aus derselben heteronormativen, trans- und homophoben Welt kommen wie ich. Ich erzähle es auch dann, wenn ich glaube, dass sie es nicht verstehen. Viele verstehen es auch nicht und wissen nicht, was sie mit der Information tun sollen, aber sie lernen. Und manchmal erzählen sie mir, dass sie andere Menschen aus den Geschlechter-Zwischenräumen kennenlernen und bessere Allies sein können, weil sie jetzt mehr darüber wissen.

KT Kay



Stealth Leben ist allerdings so eine Sache

Von vijay

#Transition – Verhaltenskodizes – TERF

Als ich mit Ende 30 vor über zehn Jahren den offiziellen Weg der Transition ging, war mir gar nicht klar, was das genau bedeuten und welche Erfahrungen ich machen würde, welchen Menschen und Meinungen ich auf meinem Weg begegnen würde. Um es gleich vorweg zu nehmen: Ich bin sehr froh, diesen Weg gegangen zu sein und würde es immer wieder tun. Für mich persönlich war es die richtige Entscheidung! Gäbe es ein nächstes Mal, würde ich mich aber wesentlich früher zu einer Entscheidung durchringen ;-)

Als ich startete, hatte ich keine genaue Vorstellung davon, wie ich aussehen würde und was mein angepasstes Äußeres und mein neues Selbstbewusstsein mit meinen sozialen Interaktionen machen würden. Ich wusste nur, dass jetzt der richtige Zeitpunkt ist, mein Leben in die Hand zu nehmen und meinen Traum von einem Leben als Mann zu starten. Ich hatte die Stadt gewechselt, mir einen neuen Job gesucht und neue Menschen kennengelernt. Dieser Neuanfang gab mir die Kraft, den Schritt der Transition zu wagen.

Ich informierte mich über Quellen im Internet über das ganze rechtliche und medizinische Prozedere, machte Bekanntschaften im FtM-Forum, besuchte eine FtM-Selbsthilfegruppe. Mir war es von Anfang an wichtig, bestmöglich informiert zu sein. Mit jedem Schritt, den ich selber ging, sammelte ich Erfahrungen, die ich wiederum an die Community zurückgab. Es war mir sehr wichtig, vor allen Operationen alle Informationen zu sammeln, zu diskutieren und mir zu überlegen, was aus dem angebotenen Portfolio der Ärzteschaft ich haben wollte und was nicht; dabei auch immer wieder als mündiger Patient in die Diskussion mit den jeweiligen Ärzt*innen zu gehen. Schließlich ist man als Patient nicht nur das OP-Objekt, sondern auch sein bester Spezialist und Kenner (physisch und psychisch). Zusätzlich ist der Erfahrungsaustausch mit anderen eine sehr wichtige Informationsquelle. So konnte ich mich z. B. entgegen den Vorstellungen meines Operators gegen eine erneute Öffnung des alten Harnröhrenausgangs stellen und lag im Nachhinein betrachtet genau richtig mit meiner Entscheidung: Alles verheilte komplikationslos.

Und so gingen die Jahre ins Land, bis ich selber den Punkt verpasste, an dem ich von außen ganz selbstverständlich als Mann wahrgenommen wurde. War es am Anfang der Hormonersatztherapie noch so, dass sich die Veränderungen gefühlt schleppend langsam vollzogen (die Stimme, die nicht schnell genug dunkler wurde, der Bartwuchs, der auf sich warten ließ, etc.), war ich ab diesem "verpassten Zeitpunkt" immer wieder irritiert, wenn man mich mit "junger Mann", "der Herr" oder ähnlichem ansprach, einfach weil ich der festen Überzeugung war, dass man mir doch mein Anderssein ansehen müsse. Ich versuchte lange

nach Hinweisen zu suchen, die mich „überführen“ würden – aber niemand außer mir schien diese zu sehen. Das irritierte mich noch mehr, allerdings versuchte ich, es mir nicht anmerken zu lassen.

Stattdessen konnte ich unbemerkt und unenttarnt die Welt der Cis-Männer betreten und mich dort ganz in Ruhe umsehen, die unausgesprochenen Verhaltenskodizes studieren. So weiß ich inzwischen instinktiv, wie lange ein Augenkontakt unter heterosexuellen Männern dauern darf, ohne dass sich einer von beiden belästigt fühlt. Ich weiß, welche Körperhaltung ich an den Tag legen muss, um mir „meinen“ Raum zu nehmen, etwa wenn ich in der Bahn auf einem Vierer-Sitz Platz nehmen will und ein einzelnes Alphamännchen mit gespreizten Beinen alle Plätze für sich beansprucht, obwohl die Bahn voll ist.

Und doch unterscheide ich mich im Stillen vom Durchschnittsmann: Mir sind die Privilegien, die weiße Männer haben, sehr wohl bewusst und ich muss mich oft beherrschen, nicht wütend aufzustehen und dagegen zu protestieren. Für mich ist es nicht „normal“, dass einem Mann mehr Platz in der Straßenbahn oder auf dem Bürger*innensteig zugesprochen wird.

Heute und meistens lebe ich als gewöhnlicher Mann. Nur Kleinigkeiten machen mich auf meine Vergangenheit aufmerksam. Zum Beispiel musste ich zur Beantragung unserer Hochzeit meine Geburtsurkunde von meinem Heimatstandesamt beantragen. Auf dieser stand dann doch tatsächlich mein alter Name, so dass ich mich vor der Standesbeamtin outen musste. Ein anderes Beispiel ist ein Krankenhausaufenthalt in einem 3-Bett-Zimmer. Bei meiner Aufnahme kam ein Arzt in das Zimmer und führte in Anwesenheit meiner beiden Bettnachbarn ein Anamnesegespräch durch. Als er mich nach Vorerkrankungen fragte, sagte ich F64.0, was er fragend in meine Richtung beantwortete, so dass ich ihm den ICD-10 Code übersetzen musste. Das sind Situationen, in denen ich mich durch Druck von außen zwangsouten musste, was ich als Lücke im TSG sehe. Wirklich in jedem Moment stealth zu leben ist also so gut wie unmöglich. Zugleich ist mein Passing mittlerweile so grandios, dass sich daraus lustige Momente ergeben.

Meine Hausärztin, die mich bereits vor Transitionsbeginn kannte, versuchte einmal bei einem Jahrescheck zu zweifeln, meine Prostata zu finden. Irgendwann brach sie in ein lautes Lachen aus, als ihr bewusst wurde, wie aussichtslos dieser Untersuchungsschritt sein würde. Ein anderes Beispiel ist die Sex-im-Dreck-Party, auf der ich eine mit meiner Frau befreundete Psychologin kennenlernte, die viel Begleittherapie mit trans Menschen macht. Sie hat mich nicht als trans Mann gelesen.

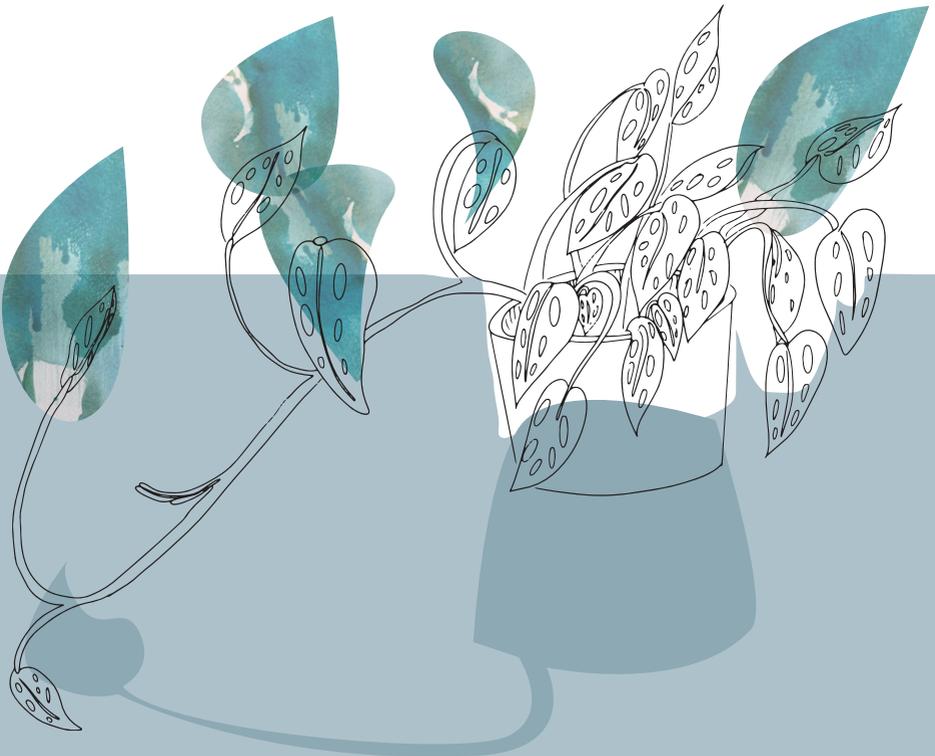
Durch die körperliche Angleichung lebe ich sehr viel freier und zufriedener. Mir ist es jetzt möglich, mich in Sauna, Schwimmbad oder beim Sex nackt zu zeigen und meinen Körper dabei zu genießen. Meine Frau erinnerte mich vor ein paar Tagen in dem Zusammenhang an unsere gemeinsame Geschichte: Als wir uns das erste Mal über den Weg liefen (vor meiner Transition) und eine kurze Affäre hatten, fiel ihr auf, dass ich mich nicht wohl fühlte in meinem Körper. Als wir uns einige Jahre später erneut in intimer Situation wiederfanden

(Transition nahezu abgeschlossen), hatte sie Tränen in den Augen, als sie realisierte, wie wohl ich mich in meinem (neuen) Körper fühlte.

Nach über zehn Jahren würde ich sagen: Ich bin bei mir angekommen. Angekommen in dem Leben, das ich immer führen wollte. On Top bekam ich dazu noch meine Traumfrau, meinen Traumjob und eine schöne Wohnung.

Die Entscheidung mit dem stealth Leben ist allerdings so eine Sache: Ich hatte mich ursprünglich entschieden, stealth zu leben. Seitdem aber die Terf-Bewegung (und alles, was im Hintergrund dazu gehört) immer größere Wellen schlägt, muss ich mich erneut mit dieser Entscheidung auseinandersetzen. Es sieht so aus, als wären die Zeichen auf politisches Aktivwerden gesetzt und das geht offen besser als stealth.

vijay: FtM, geborener Rheinländer, in Köln lebend, IT-ler, glücklich verheiratet, 2 Katzen, lese und reise gerne. Meine Frau und ich fühlen uns der queeren Szene sehr verbunden, auch wenn man uns oft als Heteropaar liest. Politisch aktiv bin ich fast gar nicht mehr. Entstanden ist mein Text, weil ich Merit vor der „Sex-im-Dreck-Party“ versprochen hatte, etwas für die kleine Hausapotheke zu verfassen :-)



No way out? Elter-Sein im Cistem

Von Kala_Denis

#misgendern – Krankenhaus – Geburt – Stillen – tradierte Elternschaftsmodelle

Ich musste seit vier Uhr dringend aufs Klo. Aber für konzentrierten Morgenurin tut mensch mitunter viel. Und vielleicht ist Beckenbodentraining ja auch perspektivisch gefragt ... Als der Wecker um sieben endlich klingelt, sprinte ich zur Toilette. Kurze Zeit später grinst mich ein Smiley an. Nach mehreren Versuchen hat es geklappt. Ich bin schwanger. Und werde Solo-Elter.

77 days to go: Wegen Corona findet der Geburtsvorbereitungskurs digital statt. Zwei Bezugspersonen des Kindes, meine Beziehungsperson und ich sitzen vor unseren Laptops. Bzw. ich mit Papaya im Bauch – so groß soll das Kind laut Schwangerschafts-App inzwischen sein. Wir sehen Bilder von schwangeren und gebärenden trans Männern. Abbildungen von ganz unterschiedlichen Körpern und Elternkonstellationen. Selbstverständlich wird eine Sprache verwendet, die Körperteile nicht gendert. Und romantisierende Skripte von Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett werden hinterfragt. Es ist der Kurs des queer-feministischen Hebammen*kollektivs Cocoon. Ein Ort zum Auftanken. Ohne Erklärungsnotwendigkeiten und irritierte Blicke Fragen stellen zu können. Sich zeigen zu können, vor einem der größten Abenteuer überhaupt. Das tut gut.

Während ich mir vor der Geburt noch meine Nischen suchen und mich in so manche queer_feministische Bubble zurückziehen konnte, wird es nach der Geburt komplizierter.

Tag 2, 5:36 Uhr: Eine Pflegekraft steht am Wickeltisch des Krankenhauses und versorgt das Kind. Ich selbst habe erst vor 12 Stunden per Kaiserschnitt entbunden und bin noch ans Bett gefesselt. Das Kind brüllt sich die Seele aus dem Leib. Ist vermutlich auch nicht so easy – gerade erst in dieser kühlen, hellen Welt angekommen zu sein und ungefragt zerren alle an 1 herum. Dafür hat die Pflegekraft wenig Verständnis. Sie meint das Kind erstmal geschlechtsnormativ maßregeln zu müssen. „Hör auf zu weinen. Jungs weinen nicht!“ Noch ziemlich geschafft von vier Tagen Wehen, Opiaten, Lachgas und Narkosen, bleiben meine Lippen geschlossen. Willkommen auf der Welt mit all ihrer genderstereotypen, cisnormativen Kackscheiße. Und in meinem Kopf Sookee: „Warum hat denn niemand dieses Patriarchat zerbombt?“³

3 Sookee feat. Spezial-K (2013): „Zusammenhänge“, Album: „Spuck auf Rechts

Tag 3, 14:37 Uhr: Vor uns sitzt die krankenhauseigene Stillberaterin. Ob Ko-Stillen nicht was für uns wäre! KO-STILLEN! Sie hätte sowas ja noch nie erlebt! Aber das wäre doch mal was, so als Frauenpaar! Ko-Stillen! Ihre Augen funkeln. Die nicht-binäre Person, die mich während der Geburt begleitet hat, blickt mich irritiert bis erschrocken an. Ich schaue mindestens ebenso erschrocken zurück. Mal abgesehen davon, dass ich gerade selbst eher verzweifelt bin, weil Stillen bei mir einfach nicht klappen will und Stillnormen – wenn auch vorher selbstbewusst dekonstruiert – dann doch viel hinterlistiger und wirkmächtiger sind als gedacht, merke ich, wie wenig Nerv ich darauf habe, dass wir nicht nur misgendert werden, sondern auch ungefragt angenommen wird, dass wir zusammen sind und in einem Haushalt leben. Und das passiert alles, während ich meine Brustwarze versuche so zusammenzudrücken, dass sie angeblich besonders leicht vom Mund des brüllenden Säuglings umschlossen werden kann. Klappt natürlich wieder nicht. Fail. Auf ganzer Linie.

Tag 14, 16:25 Uhr: Geburtsnachsorge im Krankenhaus. Dass ich fiese Entzündungen an der Naht hatte und wegen einer Uterusinfektion drei Antibiotika nehmen musste, scheint nicht wirklich zu interessieren. Wesentlicher ist, dass ich mich nicht reproduziere. Beziehungsweise frühestens in einem Jahr wieder. Alle meine Versuche, zu erklären, dass mir das gar nicht ungeplant und kostengünstig passieren kann, dieses Schwangerwerden, scheitern. Und so bekomme ich unaufgefordert eine umfangreiche Aufklärung über cisnormativen heterosexuellen Geschlechtsverkehr nach dem Kaiserschnitt und über Verhütungsmethoden und -notwendigkeiten, auch in der Stillzeit. Dass das Kind meine Brust bislang nicht nehmen mag, scheint ebenfalls irrelevant zu sein. Wirklich interessante Fragen wie „tut ein Orgasmus mit seinen Muskelkontraktionen anfangs weh, weil der Uterus ja immerhin aufgeschnitten und zugenäht wurde“, bleiben wiederum unbeantwortet.⁴

Tag 425, morgens um 10 in der Krippe einer Großstadt: Ich soll möglichst unauffällig sein, damit das Kind sich frei fühlt, die Krippe zu entdecken. Sprechen mit den Erzieher*innen wäre also eher kontraproduktiv, weshalb ich in der Regel möglichst still bin. Angesprochen werde ich dennoch. Eine der Erzieher*innen bastelt gerade einen Lampion fertig und verrät mir ungefragt ihre Sicht auf die Eingewöhnung und die Welt. Dass das Kind sich aus ihrer Perspektive recht schwer tue mit der Eingewöhnung, liege eindeutig an den vielen Bezugspersonen meines Familiensystems. Das sei einfach zu viel. Drei weitere Bezugspersonen – es könne sich ja nicht einfach irgendwer um das Kind kümmern! Mal abgesehen davon, dass sich nicht irgendwer um das Kind kümmert, sondern meine das Kind fast täglich begleitende Mitbewohnerin, die Person, die bei der Geburt dabei war, und mein Bruder, der das Kind einmal pro Woche sieht, frage ich mich, ob sie das auch so sehen würde, wenn diese drei weiteren Bezugspersonen Vater, Oma und Opa wären. Außer einem „es ist nicht irgendwer, es sind Menschen, die das Kind seit Stunde null begleiten“, bekomme ich kaum etwas heraus. Ich habe gar keine Lust mich zu verteidigen.

4 Weil Erfahrungen teilen so wichtig ist: Tut er nicht! Bei mir und einer befreundeten Person zumindest...

Aber der Ärger ist da. Und irgendwo ganz hinten im Kopf das Aufblitzen des Gedankens: Was, wenn manches doch an meinem Familienmodell liegt?! Bevor ich mich in Zweifeln verlieren kann, möchte sie mir aber noch etwas erzählen. Sie hätte bei solchen Menschen ja schon mal als Tagesmutter gearbeitet. Während ich mich noch frage, wer damit wohl gemeint sein könnte, macht sie deutlich, dass es um zwei Frauen mit Kind geht. Die Wörter lesbisch, queer oder homosexuell scheint sie nicht in den Mund nehmen zu wollen. Mit einem Lächeln verkündet sie, sie hätte dabei etwas festgestellt: „Das sind ja auch Menschen!“ Ich verfall in eine Starre, nicke ihr mit einem schiefen Lächeln zu. Und beginne erst langsam zu realisieren, was sie da gerade gesagt hat. Ich frage mich, ob ich jetzt froh sein soll, dass sie Queers finally zu ihrer eigenen Spezies zählt? Vielleicht möchte mensch mit so einer Person aber auch gar nicht in einen Speziestopf.

Tag 447, kurz vor Mitternacht: Es ist die Nacht der Steuerabgabefrist. Immer wieder erscheint im Fenster der Steuersoftware leuchtend rot markiert „Fehler im Dokument“. Und immer wieder erhalte ich die Meldung, das Dokument könne so nicht ans Finanzamt übertragen werden. Der Teufel liegt hier im Detail der kernfamilienorientierten Elternschaftseingabe. Als gebärende Person habe ich notgedrungen das Feld Mutter ausgefüllt. Als wäre das nicht schon anstrengend genug, werde ich wiederholt darauf hingewiesen, einen Vater (leiblich, Pflege- oder Adoptiv-) angeben zu müssen. Den gibt es aber nicht. Wirklich! Versteh das doch, du Programm. „Fehler im Dokument“. Mir wird heiß. Die Abgabefrist endet in zwanzig Minuten. „Fehler im Dokument“. Es ist einfach so richtig scheiße, nicht vorzukommen. Sich reinpressen zu müssen in tradierte binäre Elternschaftsmodelle. Noch zehn Minuten. „Fehler im Dokument“. Okay, dann gebe ich jetzt einfach was an. „Leiblich“ und „amtlich nicht feststellbar“. Stimmt irgendwie beides nicht. Aber am ehesten. Und fühlt sich ziemlich doof an – mit der eigenen familialen Lebensrealität ein Fehler im Dokument zu sein.

*Warum beschreibe ich all diese Szenen, von denen es noch Dutzende mehr gab? Auch nach Jahren der theoretischen Beschäftigung, der Dekonstruktion von Normen der Heterosexualität und Zweigeschlechtlichkeit, der Beratung von anderen Familien und der Bildungsarbeit zu familialer Vielfalt, ist es eine Zumutung, dieses queerfeindliche Cistem. Und es braucht Mut und Kraft, um jeden Tag aufs Neue dafür einzustehen, ein*e queer feminist killjoy zu sein. Oder auch bewusst mal nicht einzustehen, sondern schweigend den nicht vorhandenen Ressourcen Rechnung zu tragen, weil die letzte Nacht schon wieder nur 3,5 Stunden dauerte. Es ist eine Ohnmacht, die 1 in Situationen wie den oben genannten mitunter befällt. Eine Ohnmacht, die sich neu anfühlt, weil sie nicht nur mich betrifft, sondern ein kleines Wesen mit drinhängt, für das ich einstehen muss und mag.*

Umso wichtiger waren und sind für mich die Inseln jenseits des hetero- und cisnormativen Alltags. Vom queer family-Treff und der queeren Elter(n)-Messenger-Gruppe über meine Wahlverwandten bis hin zu den (leider bislang wenigen) queer-feministischen Angeboten, Büchern, Filmen etc. rund um das Leben mit Kind. Diese Inseln braucht es, um Kraft

zu tanken zur Bewältigung von Diskriminierungserfahrungen und Othering und für die notwendigen Erklärungen. Und doch glaube ich, dass all die Bildungs- und Beziehungsarbeit, die Queers hineinstecken, um ihre Visionen und längst gelebten familialen Wirklichkeiten zu vermitteln und um sich Orte zu schaffen, nicht nur unabdingbar für ihr Überleben und das ihrer (culturally) queer Kids sind: Sie brechen damit Hetero- und Cisnormativitäten auf, fordern sie heraus und erschließen neue Räume und neue Lebbarkeiten für alle. Oder, wie Jin Haritaworn es formulieren würde: „Ich denke, dass wir auf diese Zeit zurückblicken und denken werden: Queers haben die Welt verändert. Und wir waren dabei.“⁵

Kala_ Denis beschreibt sich als queer femme* und verwendet kein Pronomen oder nichtbinäre Pronomen. Kala_s Denken ist inspiriert von Autor*innen wie Donna Haraway oder Judith Butler und they forscht zum Thema queere Elternschaft. Außerdem fühlt sich Kala_ in queeren aktivistischen Kontexten zuhause und ist Solo Elter. Ein Herzensprojekt von Kala_ ist es, queer-feministische und queersensible Räume fürs Schwangerwerden, Elternwerden und Elternsein zu schaffen.



5 Haritaworn, Jin (2021): Queere Wahlfamilien und Community-Building. Jin Haritaworn im Gespräch mit dem Projekt „Erklär mir mal“, in: KitchenPolitics (Hg.) Mehr als Selbstbestimmung! Kämpfe für reproduktive Gerechtigkeit, edition assemblage, Münster, S. 141.

Ein Ultraschall - Zwei Herzschräge

Von Şefika

#Elternwerden – inter* – nichtbinär – Gewalt im medizinischen Kontext

Meine Frau hat einen Kinderwunsch. Mein Kinderwunsch entsteht mit ihr. Wir haben einen Kinderwunsch. Und jetzt? Meine Frau kann keine Kinder mehr bekommen. Ich hatte nie das Bedürfnis Kinder in mir wachsen zu lassen. Es ist bei mir auch nicht klar, ob das geht. Wir erkundigen uns darüber, wie es wäre ein Pflegekind aufzunehmen. Im Laufe der nächsten Jahre machen wir das zwei Mal. Beide Male überkommen mich vergangene Ohnmachtsgefühle. Und ich antizipiere zukünftige Ohnmachtsgefühle. Verlust von Kindern. Verlust von Elternrolle. Verlust von Alltag. Verlust von Bindung. Es geht nicht. Ein Pflegekind kommt nicht in Frage. Das auszuhalten schaffe ich nicht noch ein zweites Mal. Was jetzt? Ach, fuck it! Ich kann ja versuchen schwanger zu werden.

Wo fangen wir an? Bei meinem Endokrinologen, der hauptberuflich Babys macht. Wir sitzen vor ihm und erzählen von unserem Kinderwunsch. Er ist unmissverständlich in seiner Ablehnung: „Ich halte diese Familienform für falsch. Deshalb unterstütze ich sie nicht.“ Meiner Frau stockt der Atem. Sie ist bereits Mutter von zwei großen Kindern. Sie lebt und liebt diese Familienform. Ich bin paralysiert. Seit 2002 bin ich in Behandlung bei diesem Mann. Er hat unzählige genitale Untersuchungen bei mir gemacht, meine Blutwerte überwacht, meine Medikamente verschrieben. Seit ich mich bei ihm 2007 als lesbisch geoutet hatte, stand etwas zwischen uns. Hatte ich damals so empfunden und dann beiseitegeschoben. Weil mir zu oft gesagt wurde, dass ich zu empfindlich bin. Bin ich das? Jetzt sitzt dieses „zwischen uns“ gewaltförmig im Raum. Er übt seine Macht aus.

Wir brauchen sein Know-how über meinen Körper. Und er sagt nein. Mach ich nicht, denn euer Wunsch ist falsch. Wir verlassen seine Praxis. Und ich werde tatsächlich in ein paar Wochen noch zu einer Abschlussuntersuchung bei ihm gehen. Werde mich auf diesen Stuhl setzen, der die Beine breit macht. Warum ich das tue? Ich weiß es nicht. Weil ich es gewohnt bin, in medizinischen Settings zu dissoziieren? Weil ich ihm so lange vertraut habe und jetzt nicht damit aufhören kann. Weil es dann noch schlimmer wird? Weil ich einen alleinigen Abschluss mit ihm brauche? Die nächsten Jahre werde ich meine Wut noch oft in seine Richtung lenken. Wenn es wieder einmal nicht geklappt hat. Wenn ich wieder einmal nicht schwanger geworden bin. Mit ihm, bilde ich mir ein, hätte es sofort geklappt. Was für eine Macht. Auch in meinen Gedanken. Was für ein Arsch!

Meine Wunschfamilienform ist Mehrelternschaft. Viele Erwachsene übernehmen Verantwortung für das gemeinsame Kind und tun ihr Bestes, zusammen als Eltern zu funktionieren. Also frage ich einen ehemaligen Kollegen, ob er sich vorstellen kann, eine Familie mit Steffi und mir zu gründen. Nach intensiven Gesprächen wird klar, dass wir nicht zusammenkommen.

Ich werde älter. Wir fühlen Druck. Also bestellen wir Sperma aus Dänemark zu uns nach Hause. Das kleine Röhrchen kommt in einem riesigen Behälter. So versuchen wir es dreimal. Parallel suchen wir sowohl private Samenspender als auch potentielle Spenderväter. Ich möchte meinen Traum von einer Mehrelternfamilie nicht aufgeben. Möchte mindestens ein weiteres Elternteil an unserer Seite. Denke, dass es das Beste für ein potentielles Kind und für uns als Eltern ist.

Wir finden P. Er möchte Vater werden, ist sensibel und vor allem sehr grenzwahrend. Das ist das Wichtigste für mich. Denn bei der sogenannten Bechermethode wird mensch schnell sehr intim, auch ohne sexuell zu werden. Wir versuchen es 13-mal mit P. zusammen. In einigen Zyklen an zwei Tagen hintereinander. Wir werden müde. Es gibt Spannungen und Streit. Erst zwischen Steffi und mir. Wir schleppen es. Ich möchte, dass es mit P. klappt. Ich denke, dass P. ein guter Vater wäre und einfach als Mensch eine wunderbare Ergänzung zu uns ist. Ich möchte nicht erneut auf die Suche gehen. Nicht wieder potentielle Spenderväter kennenlernen und emotional so viel reingeben.

Aber ich möchte auch nicht ins Kinderwunschzentrum. Ich möchte nicht wieder in ein medizinisches Setting. Steffi hatte schon vor einiger Zeit eine IVF ins Spiel gebracht. In mir schreit es nein. Und im Streit schleudere ich Steffi dieses Nein lautstark entgegen. Wenn wir aufhören mit P., dann ist es vorbei. Steffi fühlt sich erpresst von mir und ich fühle mich unter Druck gesetzt von ihr. Es ist Frühling und wir haben eine ernsthafte Krise. Der Boden unter meinen Füßen wankt und mir geht es beschissen. Es ist vorbei. Es zieht eine gigantische Traurigkeit bei uns ein. Wir schaffen es nicht, uns gegenseitig zu halten. Weil jede*r von uns sich kaum selber halten kann. Wir haben auch keine Kraft mehr, einen guten Abschluss mit P. zu finden. Es kommt zum Bruch und endet in Schweigen.

Monate ziehen ins Land. Steffi lässt mich in Ruhe. Sie beginnt abzuschließen. Ich bin erneut paralysiert. Versuche mich darin zu bestärken, dass meine Entscheidung, nicht ins Kinderwunschzentrum zu gehen, die richtige ist. Dass es nicht sein soll. Dass ein Leben ohne Kind auch schön ist. Dass es gut ist, dass das Ganze jetzt ein Ende hat. Dass wir endlich aufhören können in diesem Dazwischen zu leben. Mit dem immer wieder hoffen und dem immer wieder enttäuscht sein. Dass ein Ende eine Erleichterung ist. Das denke ich mir. Das erzähle ich meinen Freund*innen. Aber fühlen tue ich es nicht.

Erst fühle ich gar nichts. Und im Herbst bin ich mir sicher, dass ich eine Insemination im Kinderwunschzentrum versuchen muss.

Die ganzen letzten Monate haben Steffi und ich das Kinderthema ausgespart. Ich habe sie nicht an meinen inneren Prozessen teilhaben lassen, weil ich es ihr nicht zumuten wollte. In mir erzeugt dieses Vorgehen eine tiefe Einsamkeit. Denn meine Frau ist mein Mensch. Der Mensch, dem ich mich zeige und mitteile. In meinen Prozessen. Im Werden.

Jetzt bekommt sie erst eine Mitteilung meiner Entscheidung. Sie ist erstaunt. Sie muss aber nur kurz nachdenken. Stimmt schnell zu. Obwohl sie eine Insemination für einen unnötigen Zwischenschritt hält.

Die Insemination klappt nicht und doch brauche ich diesen kostspieligen Zwischenschritt. Muss mich erleben als Patient*in im Kinderwunschzentrum. Was fühle ich? Was kann ich noch aushalten? Am Ende zeigt sich, dass ich noch viel aushalten kann: Unzählige Hände zwischen meinen Beinen, unzählige sexistische Kommentare. Belehrungen darüber, was ich zu tun habe, damit ein Kind nicht so wird wie ich mit meiner Variation. Während ich da liege und meine Beine gespreizt sind. Es gibt so viel Raum und Zeit für diese ganze Scheiße, weil wir nach der Insemination entscheiden, mit IVF weiter zu machen. Und wir halten noch mehr aus. Nach der ersten IVF bekomme ich Blutungen und der Schwangerschaftstest ist positiv. Wir verlieren das Kind in der 7. Woche.

Es gibt aus vielen guten Gründen unterschiedliche Meinungen darüber, wann ein Zellhaufen ein Mensch wird. In meiner Situation ist der blutige Klumpen, der an diesem Montagabend beim Abwischen an meinem Toilettenpapier klebt und aussieht wie ein Mini-Alien, mein Kind. Ich bin komplett schockiert. Niemand hat mich darauf vorbereitet. Ich dachte, das viele Blut und Gewebe vor einer Woche war der Abgang unseres Babys. Nun sitze ich auf der Toilette und kann meinem Gehirn beim Verarbeiten zuhören. Kurz sieht es so aus, dass ich diesen Moment ignorieren werde. Doch dann rufe ich nach Steffi. Sie eilt ins Bad. Sie schaut auf das Papier. Sieht das, was ich sehe. Wir machen ein Foto. Dann spüle ich das Papier runter. Einfach, weil ich nicht weiß, was ich anderes tun kann. Ich bin bis heute froh, das Foto zu haben.

Wir wechseln das Kinderwunschzentrum, unter anderem weil wir davon ausgehen, dass unser Kind nicht abgegangen wäre, wenn ich nach der Einnistung ein bestimmtes Medikament bekommen hätte. Jetzt sind wir in Köln bei einer Ärztin, die bei Patient*innen in meinem Alter bei den Hormonen und Medikamenten eher nach dem Motto „mehr ist mehr“ agiert. Das ist genau das, was wir wollen. Mir ist es mittlerweile egal, was ich alles schlucke, in mich reinspritze und schiebe.

Wir machen also eine zweite IVF. Den Schwangerschaftstest mache ich nachmittags zu Hause und Steffi ist bei der Arbeit live am Telefon dabei. Nachdem ich auf den Streifen gepinkelt habe, bleibe ich einfach auf der Toilette sitzen, während das Gerät arbeitet. Ich lese laut „schwanger“ und breche schluchzend in Tränen aus. Steffi weint lachend ins Telefon. In diesem Moment wird die ganze Anstrengung der letzten Jahre sichtbar.

Anders als nach dem ersten positiven Schwangerschaftstest fangen wir unsere Freude schnell wieder ein. Wir warten mit einem verhaltenen inneren Lächeln. Jedes Mal, wenn ich auf die Toilette gehe, habe ich Angst, Blut zu sehen. Meine Lösungsstrategie: Ganz selten auf die Toilette gehen.

Im Dezember dann der Ultraschall, der unser Leben komplett verändert. Zwei Herzschräge: Beide Embryonen haben sich eingenistet und haben begonnen in mir zu wachsen. Ich lächle, während ich das schreibe. Eines unsere Kinder liegt in meinem Arm. Das andere schläft oben. Es hat geklappt! Wir haben Zwillinge bekommen!

Meine Schwangerschaft war der absolute Horror. Egal! 24 Stunden Übelkeit und bis zu 12-mal täglich starkes Erbrechen. Egal! Im dritten Trimester extrem hoher Blutdruck und enorme Wassereinlagerungen. Egal! Eine weitere eigentlich unerträglich übergriffige Untersuchung durch einen Oberarzt in einer Wuppertaler Klinik. Egal! Unsere Zwillinge mussten acht Wochen zu früh per Kaiserschnitt geholt werden. Egal!

Danach bin ich vier Wochen auf der Intensivstation mit den Minis. Eines unserer Kinder hat eine schwere Infektion mit einem Krankenhauskeim. Der Kampf des kleinen Körpers löst eine Krise aus. An diesem Mittwoch gehen wir durch die Angst, unser Kind zu verlieren. Mir fehlen die Worte, um diese Situation zu beschreiben. Sie ist unbeschreiblich.

Wir lassen das Krankenhaus hinter uns. Wir sind zu Hause. Wir kommen an. Wir sind hier. Wir leben. Wir lieben.

Şefika, 42 Jahre, inter*, nicht-binär und in Elternzeit.

Mir ist es wichtig, das Geburtskrankenhaus unserer Kinder Witten Herdecke als meine absolut positive Ausnahmeerfahrung im medizinischen Setting herauszustellen. Ich habe viele zugewandte und zuhörende Menschen in allen Berufsgruppen bei meinem mehrwöchigen Aufenthalt erlebt. Deswegen habe ich mich so sicher gefühlt, dass es mir möglich war darüber zu sprechen, dass ich nicht binär bin.

Und das wurde nicht ignoriert, sondern sowohl auf struktureller als auch oftmals auf persönlicher Ebene berücksichtigt. Ich war davon total überrascht und konnte es immer wieder nicht glauben. Und die wohlwollende Anerkennung meines ganzen Seins und zu sehen, dass Menschen sich auf den Weg machen inklusiver zu denken, zu handeln und zu sprechen, hat einen enormen Unterschied gemacht. Danke Herdecke 😊

Nicht-binäre Elternschaft

Von Charly

#KiTa – Bilderbücher - Binarität

Schafft das wer?

Wen schafft es am meisten?

Schafft dies neue Möglichkeiten? Oder nur Verzweiflung?

Trans* sein & Elternteil sein

Schon während ich die Überschrift formuliere, merke ich, wie schwer es ist, die passenden Worte zu finden ... Elter* sein? Eltern sein? Elternteil sein? Ja wie heißt denn das passende Wort für einen nicht-binären Elternteil? Unsere deutsche Sprache hat da (noch) nichts vorzuweisen. Müssen wir uns also mal wieder selbst Worte schaffen! Aber wer versteht diesen selbst geschaffenen Begriff dann? Mein Kind! Immerhin ;)

Mein Kind ist super! Das weiß genau, wer ich bin und wie wir in Relation stehen, wen es in seiner Familie gibt und wen auch nicht. Aber was ist mit den Erzieherinnen? (Es scheinen ausschließlich cis Frauen zu sein.) Die haben auf uns gut reagiert und meine Frau und mich zu Beginn gefragt, wie unser Kind uns denn nennt. Mama und Malu haben wir gesagt. Und das war's dann auch an Fragen. Seitdem bin ich also Malu. Naja, die Malu!

Aber was bedeutet das nun? Von außen werden wir trotzdem als Frauen-Paar gelesen. Hätte ich mich dann nicht auch einfach Mami nennen lassen können? Wie so viele es machen? Nein, natürlich nicht! Dann würde ich mich ja jeden Tag, wenn mein Kind mich anspricht, falsch fühlen, nicht gemeint. Aber wie, mit welchem Begriff kann ich erklären, dass ich Elternteil bin? Nicht Mama. Wäre doch Mapa besser gewesen? Oder Pama? Ich hatte Sorge, dass dieser Begriff sich für die Außenwelt komisch anhört und somit auch für unser Kind nicht gut anfühlt ... Aber nun denken viele „Ok, sie ist eben eine der Mamas und heißt Malu“. Naja, schöner Name eigentlich. Ist dann auch erst mein vierter ;)

Die verflixte Binarität

Unser Kind ist erst 2 Jahre jung. Aber trotzdem ist es schon mitten in der Binarität der Geschlechter angekommen. Wenn wir Bücher lesen, was wir ziemlich oft machen, handeln diese Bücher ziemlich oft von Familien. Und diese Familien sind ziemlich oft so aufgebaut: Mutter, Vater, zwei Kinder, ein bis zwei Katzen. Und nach dem Lesen machen wir ziemlich oft Rollenspiele. Unser Kind hatte ziemlich schnell raus, wie es die Rollen verteilt, denn es hat ziemlich schnell verstanden, dass wir Eltern keine Kinder sind. Und Katzen leider

auch nicht. Na, und da die Mama eben die Mama ist – bin ich halt der Papa. Logisch! Aber es geht noch weiter: Wir haben natürlich auch Bücher, in denen Familien ein bisschen anders aussehen. Also, leider nicht wie unsere. Nicht-binäre Elternteile haben es noch nicht so oft in Bücher geschafft... Aber lesbische Eltern. Somit haben wir also Bücher mit zwei Mamas. Und zwei Kindern. Und zwei Katzen ;) Aber was macht unser Kind? Eine der Mamas ist dann eben der Papa! So muss ich es dann auch lesen. Und im Rollenspiel? Wer ist dann dieser Elternteil? Genau - ich!

Ich bin **Charly**, mittlerweile 36 Jahre alt und beschreibe meine geschlechtliche Identität als nicht-binär. Wobei sie fließend ist und sich immer mal wieder verändert. Gleichzeitig kann ich sagen, dass ich eigentlich noch nie eines der beiden, in unserer Gesellschaft zur Verfügung stehenden Geschlechter als passend erlebt habe. Da ich auch noch kein stimmiges Pronomen für mich gefunden habe, lasse ich mich am liebsten ohne anzusprechen. Schaffe es aber nicht immer, dies einzufordern. Mein Name begleitet mich nun bereits seit 10 Jahren, hat es jedoch bisher noch nicht in meinen Pass geschafft.



A conversation across times

Von Finley & Charly

#weiße Schönheitsideale – Rassismus – Transition – Asexualität

Ich fotografiere schon immer gerne. Seit einigen Jahren habe ich mich in die analoge Fotografie verliebt und arbeite daran, Alltägliches in besonderem Licht, Rahmen oder Chemikalien einzufangen. Also bewaffnete ich mich eines Tages mit meiner analogen Kamera und schoss mich selbst. Die Schwarz-Weiß-Bilder entwickelte ich selbst. Ich war nämlich auf der Suche. Ich war auf der Suche nach einem Bild, auf dem ich mich selbst (schön) finde. Wenn ich andere Menschen fotografiere, halte ich nichts von dem Konstrukt "fotogen". Umso mehr fuchste es mich, dass ich keines meiner Selbstportraits je wirklich mochte. Hat es mit Schönheit zu tun? Es geht doch vielen Menschen so, sie mögen sich selbst nicht auf Bildern – fallen aber dadurch nicht gleich in eine Sinnkrise.

Ich verstand, dass etwas nicht passte. Also schoss ich einen Film nach dem anderen, entmutigt davon, dass ich vielleicht nur eines der 36 Bilder als würdig empfand, mit anderen zu teilen.

Du fotografierst mich viel.

Von Anfang an gab es sehr viele Bilder von mir. Ich las es als eine Sprache von Zuneigung, von Verliebtheit. Das ist es bestimmt – auch. Fotos von dir machst du am liebsten selbst. Manchmal hab ich die Kamera in der Hand; ich möchte so gern den Moment festhalten, die Stimmung und dich. Schnell merk ich, dass ich hier etwas einfange, das du gehen sehen möchtest. Von diesen Fotos erhoffe ich mir die Abbildung einer Erinnerung. Manchmal funktioniert das auch gut und manchmal liegt zwischen diesem Bild und deinem Selbsterleben ein großer Graben. Das wird sich bald ändern, wir wissen es nur noch nicht.

Ich sehe nicht so aus wie der weiße Teil meiner Herkunftsfamilie. Wurde ich zu oft geothered, sodass ich mich als zu anders sah? Gut möglich, dachte ich mir, und fragte in deutsch-asiatischen Communities herum. Viele kämpften gegen das internalisierte weiße Schönheitsideal. Ich fühlte mich nicht alleine. Aber wie werde ich das los? Vielleicht musste ich mich nur mit mehr Menschen umgeben, die so ähnlich aussahen wie ich, aber das war gar nicht so einfach, weil ich mich ja selbst nicht auf meinen Bildern wiedererkannte. Aber ich versuchte es trotzdem, und sah die schönsten und inspirierendsten Menschen auf dieser Reise, nur leider brachten sie mich mit den Selbstportraits k_ein Stück weiter.

Ist es womöglich ein fehlendes Selbstvertrauen? Merkwürdig, das passte nicht zu mir. Ich fühlte mich sogar manchmal schön. Aber vielleicht geht es gar nicht um Schönheit. War es schlichtweg ein Fluch, der meine Sicht getrübt hat? Irgendeine andere internalisierte

Scheiße, weswegen ich mich nicht auf Bildern lieben konnte? Musste ich mich einfach noch mehr in body positivity üben, mich mehr selbst lieben, mehr Geld für Fashion ausgeben oder womöglich einfach aufgeben?

Etwas anderes hatte mir den Teppich unter den Füßen weggezogen und ein neuer Impuls zog sich durch mein Leben. Ich schnitt mir die Haare kurz. Und fing jeden Blick ein, den ich mir zuwarf. In den Reflexionen von Autoscheiben, in Spiegeln, in den online Videomeetings. Mit Neugier, etwas Spaß und einem wahnsinnigen Ernst kaufte ich mir einen Binder. Pure Angst. Was, wenn es mir gefällt? Was, wenn es mir gar nicht gefällt? Eine Hoffnung loderte in mir, gepaart mit der puren Angst, etwas zu sehr an mir zu mögen.

Vier Stunden lang verbrachte ich in einem Modegeschäft, nur der Binder und ich und ziemlich viele verschiedene Hemden, zitternd, ängstlich, euphorisch. Eine neue Garderobe. Meinen alten Namen legte ich wie einen nicht mehr so ganz passenden Lieblingspullover dafür zur Seite. Nach der Anprobe von Pronomen und Namen begann ich wieder damit, Selbstportraits zu schießen, weiter auf der Suche meinen Blick zu treffen.

Mit braunem Mascara habe ich meine Oberlippe bemalt, in der Hoffnung, mir weitere Fragen zu beantworten. Weitere Fotos. Mit rasendem Herz habe ich sie mir angesehen, hatte es etwas zu bedeuten, sollten sie mir nicht gefallen?



Ein Blick. So hatte ich mich noch nie gesehen und ich sah mich sofort.

Zum ersten Mal sah ich them.

Mich.

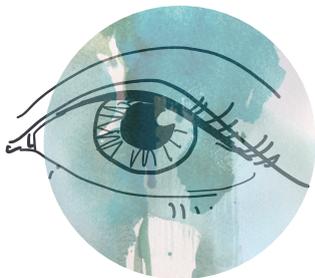
Du sagst zu mir: "Ich freu mich so und dafür brauch ich so viel Mut."

Vieles rauschte an mir vorbei, betrunken war ich vor Selbstliebe und Furcht und Entdeckung und dem Fühlen von Gefühlen. Eine Diagnose war nötig, um weitere Entscheidungen treffen zu können. Ich wollte mit Testo anfangen. Kann ich mich noch mehr finden? Werde ich mich wiedererkennen, wenn ich mich verändere? Oder mich mehr wie ich selbst fühlen? Was bedeutet das überhaupt?

Tagebucheintrag 7.2.22 – geschrieben im Wartezimmer

"Ich sitze in der Klinik und warte. Wenn ich etwas um die Ecke schaue, sehe ich dich dort im Profil sitzen. Dein erster Termin für die Hormontherapie. Ich sehe deine Anspannung, ich spüre sie. Wenn ich deine Hand nehme, fließt sie förmlich durch mich durch. Ich schaue dich an. Wenn ich dich in einem Jahr hierher begleite, wen sehe ich dann dort auf dem Stuhl sitzen? Dich natürlich. Du in der Nähe von dir selbst.

Leute laufen hier gerade auf und ab. Aber ich kann nur an dich denken, wie du gerade in diesem Termin sitzt. Ich hab das Gefühl, ich kann deinen Herzschlag durch die Wände spüren. Gedanken, dass irgendjemand dir gerade grenzüberschreitende Fragen stellt oder dich grundlos untersucht, drängen sich auch auf. Weg damit, das treibt mir die Tränen in die Augen.



Da bist du. Mit einem Zettel.

Ich muss aufhören zu weinen, du brauchst gerade meine Freude. Die will ich dir geben. Du bekommst das Rezept für Testogel. Du kannst morgen anfangen. Ich muss schon wieder weinen. Du wirkst so sicher und entspannt. Es passiert. Endlich. Und du musst nicht warten, ich empfinde so viel Glück für dich.

Wow. Morgen ist so bald."

"Happy T-Day". Voller Ängste und Sorgen vor dem, was auf mich zukommt, und voller Vorfreude und Selbstvertrauen, begann mein Körper sich auf das Testosteron einzustellen. Werde ich mich, meine Stimme, mein Aussehen denn mögen? Mein Zyklus machte mich verrückt. Als ob sich meine Eierstöcke an mir rächen wollen, weil ich sie nicht genug liebe. Auch das Singen wurde dank des Stimmbruchs schwieriger. Ich wusste, es würde eine Achterbahnfahrt, aber von außen sah sie etwas lustiger aus. Ich misse es trotzdem nicht, denn so viele Selfies wie jetzt hatte ich noch nie in meinem Leben gemacht. Ich brauche keine Kamera mehr, um mich selbst zu sehen. Ein Blick in den Spiegel reicht sogar aus.

Aber eine Hoffnung blieb aus: Insgeheim wünschte ich mir, dass sich meine Sexualität durch die Hormontherapie „korrigiert“. Viele Menschen auf Testo haben davon erzählt, dass sie einen neuen Zugang zu ihrer Sexualität gefunden haben. Aber lange habe ich in meiner Asexualität einen Fehler gesehen. Auch diese Achse meiner Identität wurde

vielmehr ungetrübt aufgedeckt als hinter anderen Blockaden versteckt. Und mit der Enttäuschung, dass Testo mich nicht verändert hat, kam auch die Erleichterung, dass Testo mich nicht verändert hat. Eine Gelassenheit, da sich die Angst, dass ich mich selbst nicht wiedererkenne, auflöst. Die Gewissheit, dass auch meine A_sexualität ein Teil von mir ist und ich nicht weiter noch darauf warten muss, dass der Groschen fällt. Es gibt keinen Groschen. Oder zumindest keine Gravitation.

Sexualität und romantische Verbindung sind zwei Themen, von denen ich immer gesagt habe, dass ich sie sehr gut voneinander trennen kann. Im Rückblick wird mir klar, dass ich dabei jedoch nur in eine Richtung gedacht hab: Nämlich, dass ich keine romantische Verbindung mit einer Person brauche, wenn ich mit Menschen Sex habe. Aber was ist denn mit einer romantischen Verbindung ohne, beziehungsweise mit wenig Sex?

Ehrlich gesagt, hab ich vor unserem ersten Treffen gedacht, dass wir ein, für meine Erfahrungen, sehr klassisches Sexdate haben. Wenn ich heute daran denke, muss ich schmunzeln. Das war es nicht. Als wir Wochen später darüber gesprochen haben, dass wir zusammen sein wollen, war ich übergücklich und kurz danach kam noch ein anderer Gedanke - Ich bin noch nie mit einer Person eine romantische Beziehung eingegangen, mit der ich bis dahin keinen Sex hatte. Das blieb nicht so, wir hatten Sex und in mir machte sich ein Gefühl von Erleichterung breit und du sagtest zu mir, dass es dir genauso ging. Vermutlich kam das gleiche Gefühl bei uns aus jeweils sehr verschiedenen Richtungen. Wir spürten, dass wir unterschiedliche Gefühle und Zugänge zu Sex haben und dass wir aus verschiedenen Intentionen Sex mögen.

So fing unsere Gespräche über Sexualität an und ich erinnere mich noch gut daran, wie du vor mir sitzt und ich anfangs zu verstehen, dass dieses ungreifbare drückende Gefühl, was über unseren Gesprächen schwebt, Scham ist. Ich löse Scham bei dir aus ... und dafür schäm ich mich. Scham ist keine gute Beraterin, sie erzeugt Schweigen und Isolation.

Wir gehen weg von Sexualität und sprechen über deine Dysphorie, über deine Transition und dein körperliches Erleben. Testo, Mastek, Stimmbruch und welche (sexuellen) Hoffnungen du damit verbindest. Also taten wir, was wir immer tun, wenn uns ein Thema beschäftigt: Ein Buch kaufen und es uns gegenseitig vorlesen. Viele trans maskuline Biografien, Essays und Gedichte später sitzen wir mit unseren Campingstühlen im See und haben etwas anderes in der Hand: Ein Buch über A_Sexualität(en). Du liest es mir vor, ich mach die Augen zu, und ich hör wie deine Stimme etwas bricht, und zwar diesmal nicht wegen deinem Stimmbruch, den Unterschied hör ich deutlich. Representation matters. Du fühlst dich zugehörig. Weder zum ersten noch zum letzten Mal fließen bei uns die Tränen.*

Sich gegenseitig in Sexualität zu empowern, kann sehr unterschiedlich aussehen. Gemeinsam Sexualität zu teilen auch. Miteinander und mit anderen. Wir haben uns auf den Weg gemacht unsere zu finden und ich glaube, wir kommen dem näher. Kommen uns näher.

Tagebucheintrag 20.11.2022, Trans Day of Remembrance

On the 14th of October something truly life-changing happened, in what felt like a mere second. I went to the clinic in Düsseldorf and had my mastectomy done. I'm so grateful to have fought for this so much and so grateful for everyone in my life that has supported me on this way. I've focused mostly on my healing in the past 5 weeks. One more week and I can get rid of my compression vest. It's almost been anticlimactic, because the relief from daily stress is just so calming. Doesn't mean that dysphoria is gone. But it feels like I got handed a hefty package of freedom from a single life event.

But the truth is that the road towards that has been quite long. The way people have talked to me about it makes it look fast. Like a short amount of time. I was told I am speedrunning transition. Or that it's been quite fast. Or that I am rushing forward.

Honestly, their words hurt me. It erases all the dysphoria before I came out. I never had the language to ask for a mastectomy. The other day I watched a documentary where a trans boy was talking about dreading puberty. He teared up when he was asked what puberty meant to him. I felt his pain so much. I never was asked that. I hid the shame I felt from my own puberty. Not on purpose. I wish I had told someone that I hated my chest. Or not hate. I was ashamed of it. I hated it when someone noticed my boobs. I hated the fact that I had to wear bras. That they were fucking uncomfortable and never, and I say NEVER, fit. So I hate it when someone tells me that the mastectomy was fast. Because it wasn't. I was bearing this burden for over 15 years.

Dear Finley from 15 years ago, it's okay. It's going to be okay, I promise. I know sometimes you feel out of place. Despite that you always find a way to make people laugh, feel respected and drawn towards you. You are not alone. So far being a girl was pretty okay. Not a lot has distinguished you from the boys so far. But now with puberty, the girl/woman box will feel tougher to fit in. It will hurt and you will go numb. But you also find ways to soothe you from that pain. You discover that you belong to the queer community. You experience love. Many things turn out great! You will be successful in many things you try. And that's awesome because you try so many things! Don't stop trying. Don't stop looking in all kinds of different places. You (re)discover different things about yourself. But it also gets tough. You will get hurt. And hurt others as well. You even get married! Who would have thought! You never planned for it and it's bittersweet, because you will get divorced soon after. There will be a point in your life then where you just live towards where your intuition leads you. The way you plan your life suddenly will feel very different. You question a fundamental thing about how you see yourself and how others see you. The euphoria hits you like a brick on the head. The sudden impact is felt for days, weeks, months. And with that brick it also makes the possibilities clear.

Those goddamn boobs have to go. You wish you could just snap your fingers for them to be gone. You wish you had known earlier. You get angry at yourself. Your ex. Your parents ... You wish you had known earlier. Then maybe they would be gone already. Now suddenly the pain stings every time you look into the mirror.

But it gets better, I promise! For the first time in a while you prioritize yourself. You live day by day. It's exhausting, but you meet new people. With a ton of luck you find a therapist. It will be a rocky start. You will hate him. And for a long time you will not know if he can write you the fucking piece of fucking paper that you need to get your boobs cut off for free. And for that kind of power you detest him. But you stick through it. And you do so gracefully. You pour out your heart every time in the process.

You will find love again. It's going to be rough, though, because ... you've been hurt. And the internalized transphobia surely has made you believe that you are unlovable "until you've transitioned". You would have loved to just hide around, like during the pandemic, transition, and then – only after that – maybe fall in love again. But life has its ways. And you will fight hard for that. And receiving love has been transformative in of itself.

So much will have happened within just another year. It will feel like a second lifetime. Your confidence will suffer, but you don't shy away from pain anymore. Or at least you try.

You will get the fucking paper and ask the health insurance for money. The system is fucked, so they delay and take their damn time. But on the 14th of October 2022, right after getting mistaken for a 16-year-old boy...

(around the age of 16 you have your first boyfriend. After that experience you stumble over the label asexuality for the first time. You love photography. You code your first homepages.)

... you will fall into a chemical sleep. Wake up. A tight bandage around your chest. It cuts into your flesh under your arms. You feel like you are wearing a tight binder. Clinic food. Visit from your love. A letter, and a relieving cry.

It's surreal, it only hits me in small moments, like going for the cupboard and just pulling a shirt out. And wearing it. It just feels so ... simple now. Almost like you could make a routine out of it. You look in the mirror, you adore the fuzz on your upper lip.

I think about how much energy I have put into managing my chest dysphoria. Hide it under too many black hoodies. Under "I don't care how I look" or "I don't care about what others think." Under "ich bin halt keine Tussi". I'm getting tired.

I'm proud of you Finley, and love you dearly. Keep your head up. It's going to get so much better.

I'm going to sleep now.

Finally fucking free.



Mein Brief an dich am 14. Okt. 22, du wirst gerade operiert

“Mein Herz, es regnet am Tag deiner OP. Mich macht das glücklich. Ich laufe um das Krankenhaus herum und pflück dir Blumen. Es tut mir gut, mich zu beschäftigen, schon seit heute Morgen kreisen meine Gedanken um dich. Du warst so aufgeregt heute früh, genau wie ich. Aber du hattest noch etwas anderes an dir: eine ganz ansteckende Ruhe und Entschlossenheit; ich habe in deinem Blick diese tiefe Freude gesehen. Gesehen, wie sehr du dich immer mehr in dir selbst erkennst und dass du beschlossen hast, dich dir selbst nicht mehr vorzuenthalten. So oft hast du dich in diesem Jahr für Mut, Kampf und Ungewissheit entschieden und auch heute hast du dich wieder für dich selbst entschieden. Ich bin so stolz auf dich.

Ich geh jetzt zu dir. Bis gleich, ich liebe dich. Charly”

Deine OP ist vorbei und ich schleiche schon seit Stunden über die Flure vom Krankenhaus. Dann kommt eine Pflegekraft und sagt mir, dass du gerade aufwachst und ich zu dir kann. Du liegst im “Männerzimmer” und das fühlt sich im ersten Moment auch genau so unqueer an, wie es sich anhört.

Links und rechts neben dir im Bett liegen zwei weiße alte Männer und mich beschleicht ein bisschen Sorge, ob du dich hier wohlfühlst die nächsten Tage. Du wachst langsam auf und ich sitz neben deinem Bett und halte deine Hand. Auf dem Tisch stehen die Blumen und der Brief, den ich gerade für dich geschrieben hab. Eigentlich war er für später gedacht, aber du lässt es dir nicht nehmen, nachdem du kurz was gegessen hast und besser bei Bewusstsein bist, ihn sofort zu lesen. Du hältst dir die Hände vors Gesicht und fängst innig an zu weinen und ich gleich mit dir mit. Genau hier, in diesem sehr binären, sehr sterilen Raum, füllt sich alles mit purer queerer Joy.

Mit der Mastektomie ist mein Kampf um meine geschlechtsangleichenden Maßnahmen gewonnen. So viel Energie verspüre ich, die frei wird! Mit jedem kleinen Schritt, Tag, Selbstportrait, Text schäle ich mich mehr von dem Bild, das die Gesellschaft von mir will. Ich werde weiterhin zur Therapie gehen und ich werde das Selbstbestimmungsrecht nutzen, sobald es das gibt. Ich werde mich weiterhin für meine eigene Sicherheit entscheiden, wenn es darum geht, welche Toiletten oder Umkleiden ich benutze. Ich werde lernen, was es heißt, nun von der Gesellschaft in eine andere Box gesteckt werden zu wollen. So viel habe ich mich mit Feminität auseinandergesetzt, gezofft und versöhnt, aber was ist mit Maskulinität?

Ich bin gerade dabei mir neben meiner Lohnarbeit das Tätowieren beizubringen. Die Tinte unter meiner Haut hat in meinem Leben und Körper schon länger eine große Rolle. Nur ich alleine entscheide darüber, und niemand kann sie mir wegnehmen. Es ist etwas selbstbestimmtes und selbstempowerndes. Schon lange vor meinem trans Outing war es ein Mittel, mir meinen Körper anzueignen. Und jedes Tattoo ist ein kleiner Liebesbrief

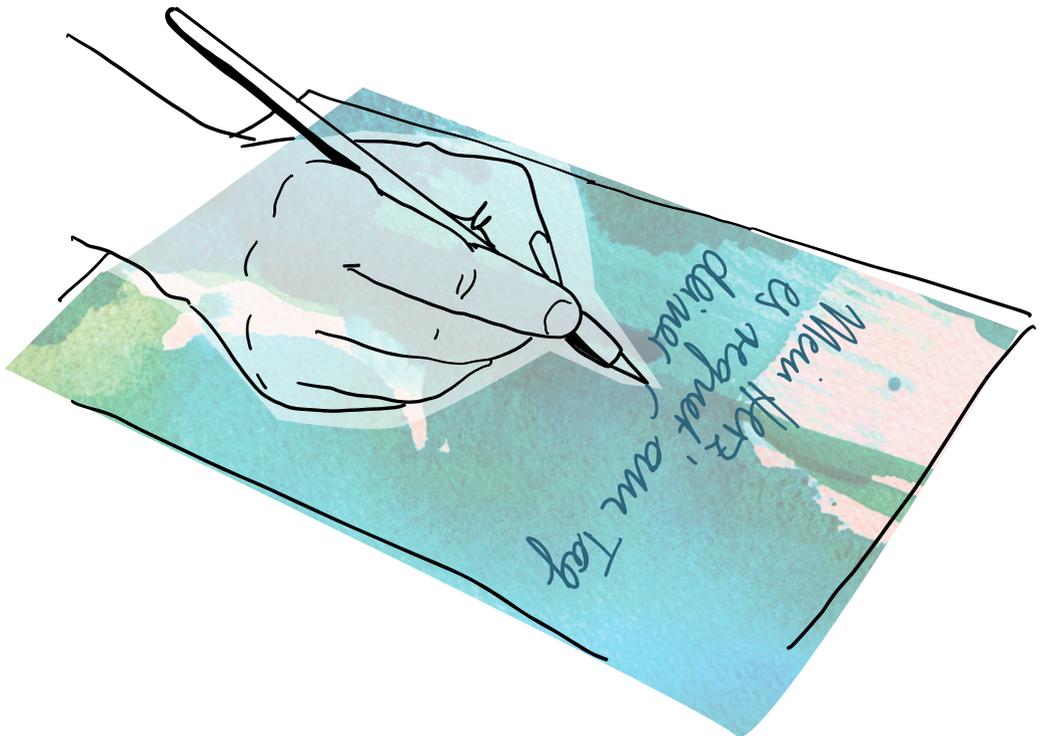
an die verschiedenen Körperstellen, die ich verzieren lasse. Das würde ich so gerne mit anderen queeren Menschen teilen.

Ich möchte mich bei allen Menschen in meinem Leben für ihre Liebe und Unterstützung bedanken, besonders bei dir, Charly.

Kurzbiografie:

Mein Name ist **Finley**, meine Pronomen sind they/he und ich positioniere mich als trans*maskulin, genderqueer, ace, queer, deutsch-asiatisch und able-bodied. Ich bin Game Developer und Programmierer*in und lebe mich gerne kreativ in alle möglichen Richtungen aus. Ich liebe es, neue Gadgets zu lernen.

*Ich heiße **Charly** (sie/-) und positioniere mich als cis-weiblich, weiß, allosexuell und poly. Als ich 18 war, hab ich mich als lesbisch geoutet, dann haben sich mehrere Partner*innen von mir als nicht-binär geoutet und seitdem macht das alles für mich keinen Sinn mehr - ich bin einfach queer. Mich beschäftigt vor allem das Thema Gewalt & Queerness, da gibt's noch einiges zu tun.*



Merkst du schon was?

Küchentischgespräch

Von Lukas und Farn

#Testosteron – Genitalien – sexuelle Anziehung – Unsichtbarkeit von Bi_Pansexualität

Lukas und **Farn** sind seit einem Jahr zusammen. Lukas ist cis Mann und Farn nicht-binär. Farn hat gerade angefangen, Testosteron zu nehmen. Hier sprechen sie darüber, wie sich Dinge verändern werden.

Was weißt du eigentlich über mögliche Veränderungen?

Es sprießen Haare an verschiedenen Stellen, vor allem im Gesicht. Ich glaube ich habe keinen Vergleich, ob du an den Beinen schon plötzlich mehr Haare hast. Die Stimme wird tiefer, du kommst in einen Stimmbruch und ich habe auch schon das Gefühl, dass es schon ein bisschen so ist.

Gibt es denn Veränderungen, die du antizipierst, bei denen du ein ungewisses oder flaes Gefühl hast?

Wirklich null. Ich bin interessiert daran, was mit deinem Geruch passiert.

Vielleicht wird der sehr ... maskulin.

Ich mag ihn so wie er ist, aber vielleicht vor allem, weil ich ihn mit dir verbinde. Und wenn du einen anderen Geruch hast, den ich dann auch mit dir verbinde, fühlt sich das auch nach Nähe an.

Wie bärtig siehst du mich in der Zukunft?

Ich glaube, wenn du die Dosis nicht so krass steigerst, wird es vereinzelter sein als bei mir. Vielleicht fängt es ein bisschen fleckig an – in meiner Jugend hatte ich immer so ganz fleckigen Bartwuchs und hab abgewartet, bis der Rest dazukommt.

Erklärst du mir dann ein bisschen was über Rasierer, Trimmer, trocken, nass und so?

Ja, klar! Wow, stell dir vor, wenn du ganz behaart bist. Haare machen ja schon was aus. Ich bin schon ein sehr haptischer Mensch, kraule gerne Haare...

Das heißt ich werde mehr gekrault?

Du wirst eh viel gekrault. Aber zum Thema Haare hab ich noch die Frage: Wie stellst du dir deine ideale Gesichtsbehaarung vor?

Eine schwere Frage! Dafür hab ich wenig Gefühl ... Das trägt zu meinem Wunsch bei,

erstmal Testo zu nehmen und jederzeit aufhören zu können. Da ist die Außenperspektive wichtig, ich erhoffe mir weniger konsequent weiblich misgendert zu werden. Ich hoffe auch, mich wohler zu fühlen mit Dingen wie Makeup, weil es in gegenderter Perspektive ein Gegengewicht gibt... aber das ist ja nicht wirklich ein Wunsch nach dem Bart an sich. Wenn ich auf einer einsamen Insel leben würde, wüsste ich gar nicht, was ich nur für mich wollen würde.

Kannst du dir vorstellen, wenn der Bart kein Kriterium zum Gendern wäre, dass du dein Gesicht einfach so lassen würdest, wie es ist? Würdest du auf einer einsamen Insel gar keinen Bart brauchen?

Vielleicht ... ich habe ja jetzt schon eine gegenderte Sicht auf mich und Wünsche mir manche Veränderungen einfach für mich. Wenn ich wüsste, dass ich nie wieder misgendert würde, hätte ich vielleicht Lust, mein Gesicht einfach so zu lassen, wie es ist, ja.

Von sonstiger Körperbehaarung weiß ich nicht, was so kommt, ob du Haare auf dem Nacken oder der Brust bekommst... ich weiß, dass sich die Fettverteilung von der Hüfte Richtung Bauch ändert, ich weiß, dass die Klitoris sich verändern wird, sich vielleicht auch schon verändert hat? Das würde mich mal interessieren, da hab ich noch nicht so genau nachgesehen.

Würdest du gerne?

Ja, schon. Mich interessiert auch, wie es zum Beispiel in einem halben Jahr ist, da möchte ich mir gern merken, wie es jetzt ist. Was hältst du von der Idee, ein close-up Foto zu machen, das was zuzuschließen und das in einem Jahr zu vergleichen?

Gar nicht blöd. Ich hab ja nichts dokumentiert, bevor ich angefangen hab, vielleicht ist jetzt ein guter Zeitpunkt. Und wenn du dir vorstellst, dass das ein paar Zentimeter groß sein könnte?

Ich find's spannend. Das ist doch haptisch bestimmt ziemlich toll.

Meinst du deine Entspanntheit hängt damit zusammen, dass du eh Erfahrung mit verschiedenen Genitalien hast? Man könnte sich ja Sorgen machen, dass du nicht genau weißt, was du jetzt damit anfangen kannst.

Ich habe zwar Erfahrung mit Penissen, finde aber nicht alle heiß. Eine gewachsene Klitoris stelle ich mir aber auch nicht wie einen Penis vor. Und je nachdem, was sich mit deinen Genitalien verändert, müssen wir vielleicht mal drüber sprechen. Ob ich ändern soll, wie ich dich berühre, falls sich deine Empfindsamkeit ändert. Vielleicht muss ich das anders lernen. Das würde ich dann halt fragen.

Das ist ja lieb, dass du dich da an meine veränderten Bedürfnisse anpassen magst.

Ich kenne noch andere Veränderungen: Dass der Zyklus sich verändern kann, ich glaube aber das kommt auf die Dosis an. Es muss wohl nicht passieren, kann aber passieren. Das wäre interessant zu sehen, wann das einsetzt.

Beziehungen

Ich hab mal gehört, dass auch Akne entstehen kann, die Haut sich überhaupt verändert. Was ich nicht weiß, ist wie es aufs Wesen geht, ob es dein Begehren verändert. Kennst du Erfahrungen, verändert sich das Wesen?

Ich glaub da weiß man wieder nicht vorher, was passiert. Es gibt keine kontrollierten Studien. Manche Menschen berichten natürlich von ihren Erfahrungen, in die dann Hormone ebenso reinspielen wie die Behandlung durch das Umfeld. Manche Menschen berichten zum Beispiel von Situationen, in denen sie früher eher traurig geworden wären, und jetzt eher wütend werden. Das hängt bestimmt auch damit zusammen, was man so erwartet – Menschen berichten auch, dass sie weniger weinen.

Das halte ich für Schwachsinn. Ich hab dich vor ein paar Tagen noch weinen hören. Das ist binäre Kackscheiße.

Jetzt gerade werde ich auch sehr selten wütend, reagiere selten mit Ärger. Aber die Situationen, die mich besonders verärgern, haben mich auch schon vor einem Jahr schon ähnlich geärgert.

Ich hab nur gehört, dass Menschen die mit Testo anfangen von mehr Energie sprechen und gehyped, sehr extravertiert werden.

Würdest du mir sagen, wenn du das Gefühl hast ich werde vielleicht gereizt, meckere rum oder so?

Ich sag ja schon immer, wenn ich deine Reaktion auf etwas garstig finde, weil ich auf Sprache sehr sensibel reagiere.

Ich hab schon so eine Befürchtung, weniger in Verbindung mit meinen Gefühlen zu sein, sodass es mir schwerfallen könnte, meine Gefühle oder Empathie für andere zu spüren.

Das ist mir auch als cis-Mann mega wichtig, einfühlsam zu sein und auf meine eigenen Bedürfnisse zu gucken.

Du bist immerhin ein Gegenbeispiel, dass man auch mit viel Testosteron mit Gefühlen umgehen kann.

Und was ist mit Begehren? Wenn ich vor irgendwas Angst habe, dann davor, dass du mich nicht mehr schön findest oder nicht mehr zu mir hingezogen fühlst.

Jemand attraktiv zu finden, hat für mich einerseits die Komponente, Anziehung zu empfinden, andererseits eine Komponente von Körperneid. Ich war tendenziell mit Menschen zusammen, deren Körper so aussahen, wie ich meinen auch möchte.

Schließt das mich ein?

Ja, ich gucke mir ja manchmal Sachen an deinem Körper an und überlege, ob ich mir das für mich auch so wünschen würde.

Und das könnte sich dann einfach ändern?

Meine Wünsche und Ideale ändern sich ja nicht, vielleicht nähert sich mein Körper nur meinen Wünschen an. Und ich wüsste nicht, warum Testo dazu führen sollte, dass ich dich nicht mehr schön finde. Wovon aber manche Menschen berichten, ist Libido-Steigerung.

Das ist ja gut.

Vielleicht haben wir dann voll die Diskrepanz in unserer Libido.

Damit kann ich umgehen. Ich kann dir sagen, wenn ich nicht will, und kriege ja vielleicht auch Lust, wenn du Lust hast.

Andererseits gibt es Medikamente, die die Libido kaputtmachen können.

Davor hätte ich selbst Angst. Sex ist ein großer Teil meines Lebens.

Das ist mir auch unheimlich, dass chemische Gegebenheiten solche komplexen und grundlegenden Dinge wie Begehren beeinflussen können... wie war das eigentlich, wusstest du schon immer, als wir uns kennengelernt haben, dass ich darüber nachdenke, Hormone zu nehmen?

Ich wusste das nicht, hab das aber für möglich gehalten. Ich glaub ich hab dich irgendwann gefragt ... als wir angefangen haben zu daten, wusste ich dass du ein Enby bist. Und ob du Hormone nimmst oder nicht, hat für mich keinen Unterschied gemacht. Es gibt doch auch viele Enbies, die keine Hormone nehmen, oder?

Klar, aber wenn jemand keine Hormone nehmen will, weißt du ja, wie die Person aussieht und ob sie dir gefällt. Mit Hormonen gibt es Veränderungen, die anstehen.

Das klingt jetzt vielleicht komisch, aber ich habe nicht das Gefühl, dass die Hormone etwas daran ändern werden, wie deine Augen aussehen, wie dein Grinsen aussieht... das macht dich jetzt nicht zu einem anderen Menschen, und ich werde dich weiterhin wiedererkennen. Ich denke einfach, das ist toll für dich, und eigentlich ist das dann auch toll für mich, weil ich dich halt so mag, wie du bist und ich hab keine Sorge, dich irgendwann nicht mehr zu mögen wie du bist.

Tatsächlich... ich steh auf Muskeln, und mag auch Haare, und ich mag total gerne kantige Gesichter. Und stehe gar nicht so sehr auf Menschen, die sich sehr stark feminin präsentieren.

Das trifft sich ja alles prima.

Ja – ich fetischisiere aber auch nicht dein Transsein! Nur dass du bescheid weißt.

Haare machen ja auch viel aus, wie man gelesen wird. Denkst du darüber nach, wenn wir dann gemeinsam irgendwo sind?



Beziehungen

Wenn du anders gelesen würdest, würde ich das toll finden. Jetzt gerade achte ich immer sehr aufmerksam darauf, wie wir gelesen werden und bin abgefickt, dass wir zwischenzeitlich als heteronormatives Paar gelesen werden, weil du häufig weiblich gelesen wirst. Ich freu mich schon voll, wenn Leute sehen, dass wir queer sind. Wenn wir meine Familie besuchen, fühle ich mich verantwortlich dafür, dass die dich richtig lesen, das ist mir wichtig. Das wäre schön, wenn diese Komponente weg ist, wenn ich das nicht mehr ständig im Kopf habe.

Also geht es dir um die Sorge um mich, wenn ich misgendet werde? Oder auch um deine Unsichtbarkeit als bisexueller Mensch?

Ich kann mir dich einfach nicht als Frau vorstellen, und wenn Leute das machen, irritiert mich das total. Ich weiß nicht, wie die auf die Idee kommen.

Auch wieder sehr schön zu hören! Und wenn wir als schwules Paar gelesen werden? Oder einfach Verwirrung stiften?

Ich hab vielleicht Sorgen vor Diskriminierung, aber eigentlich verwirre ich lieber als heteronormativ gelesen zu werden.

Das heißt ich darf auch bärtig bei deiner Familie auftauchen?

Ja bitte!

Und wenn der Eindruck entsteht, dass du ein schwuler Mann bist?

Bisexualität ist im Zweifel immer unsichtbar, damit kann ich leben. Den Struggle haben wir ja beide, den haben ganz viele.

Stimmt, ich kann ja auch nicht realistisch das Ziel haben, spontan als nicht-binär gelesen zu werden. Und vielleicht lesen dich Leute als meine Begleitung dann entweder als schwul oder hetero.

Ja, ist mir dann im Zweifel egal. Vielleicht besorge ich mir einen Button mit so einer Flagge, dass man sieht, dass ich pan bin.

Eine Sache hab ich dich noch gar nicht gefragt – gibt es Dinge, vor denen du Angst hast?

Letztens schrieb jemand: Wenn dein Ziel ist, als Mann wahrgenommen zu werden, kommt damit auch die Skepsis, die Männern entgegengebracht wird. Leute wechseln die Straßenseite, wenn sie dich nachts sehen, und finden dich nicht mehr so unbedrohlich. Dann gibt es vielleicht mehr Reibungspotenzial in Interaktionen, weil dir nicht mehr von vornherein gegendert unterstellt wird, dass du eine Frau bist und nett bist und für Harmonie sorgst. Das ist eine Furcht, dass es soziale Interaktionen und Begegnungen verändert. Da war die Rede von einer Verbundenheit unter Frauen, die man als gegeben hinnimmt, wenn man da reingelesen wird. Vielleicht gibt es dann eine Distanz, wenn man nicht als Frau gelesen wird.

Da hab ich noch nie drüber nachgedacht.

Kannst du mir dazu etwas sagen als Mensch, der die Erfahrung macht, als Mann wahrgenommen zu werden?

Ich bin da relativ sensibel, und merke häufig, dass Leute darauf reagieren, dass ich ein Mann bin. Ich versuche das aber zu entschärfen. Dann wechsele ich halt die Straßenseite, oder manchmal überlege ich auch mit wem ich noch telefonieren könnte, sodass man meine Stimme hört und ich unbedrohlicher wirke. Aber darüber hab ich echt noch nie nachgedacht.

Wir reden viel über meine Transition. Wie ist es für dich, dass das so präsent ist?

Ich höre voll gerne deine Gedanken dazu. Manchmal würde ich gerne einen wöchentlichen Podcast dazu hören. Ich find es richtig aufregend.

Danke, dass du dich so viel dafür interessierst.

Eine Frage hätte ich noch – du möchtest ja Dinge an deinem Körper ändern. Es gibt diese Idee, dass Gender eigentlich egal sein müsste, und dass wenn die Gesellschaft das Thema Gender nicht binär sehen würde und das nicht am Aussehen festmachen würde, dann könnte es so etwas wie Gender Dysphoria nicht geben. Ich finde das verkürzt, aber wenn du dir das anhörst: Was ist die Motivation, sich Änderungen am Körper zu wünschen – kann das überhaupt sein, dass da Druck von außen kommt oder ist es ein Wunsch, der von innen kommt? Möchte ich anders aussehen, weil Leute mich dann anders gendern, oder möchte ich anders aussehen, weil ich anders aussehen will? Hat das anders aussehen wollen nichts damit zu tun, wie dieses Aussehen gendert wird?

Huiuu! Schön wär's, wenn es nichts damit zu tun hätte. Ich glaube, ich kann meine Sicht auf meinen Körper nicht unabhängig von dem denken, was ich gelernt habe wie Dinge vergeschlechtlicht werden. Und da gibt es den einen Aspekt von täglicher Erfahrung, wie Leute mich gendern, und dass ich ein bisschen berechnen kann, wie es anders wäre, weil ich weiß wie es an meinem Körper festgemacht wird. Andererseits ist das nur die soziale Komponente davon, und es wäre ja schön zu beschließen, dass die mich nicht interessiert: Dass die denken sollen, was sie wollen und ich das vollkommen trenne, das wäre aber eine krasse Leistung, zu beschließen, dass das was die anderen Leute zu mir sagen, irrelevant ist und ich mich darüber hinwegsetze. Zusätzlich hab ich diese Sicht internalisiert und gelernt, was welche Körperteile bedeuten, wie sie aussehen, assoziiere da Sachen mit... das habe ich schon ziemlich weit dekonstruiert, was auch eine Errungenschaft der Community ist. Aber wir sind nicht an dem Punkt, an dem Gender vorbei ist. An dem Körper gar nichts bedeuten und wir zwar wissen, dass es verschiedene Hormone gibt und verschiedene Körperteile, aber wir das nicht nutzen, um die Menschen in Kategorien einzuteilen und überinterpretieren diese Körper-Merkmale nicht. Das wäre schön und richtig interessant zu spüren, wie es wäre unter solchen Umständen aufzuwachsen. Das kann ich mir kaum vorstellen.

Lukas, Cis-Männlich, GNC, poly, pan, weiß, ist in Köln Mülheim verortet und ist Kameramensch und Künstler.

Wenn er nicht gerade seine Zeit mit alleine Musikhören verbringt, nutzt er seine Energie für Vernetzung und Schaffung von queeren Räumen in Köln, von den denen er selbst auch gerne profitiert.

Farn ist ein umtriebige Queerchen Ende zwanzig und verläuft sich nur noch selten in cis-normative Umgebungen. Nin arbeitet im queeren Kontext und hat dort Selbstbestimmung, Community und Intersektionalität im Blick. Beziehungen sind für Farn wichtige Support-Netzwerke, aber auch Lernorte gegen kapitalistische, monogame, cis-hetero-normative Denkweisen.



TRANS* JOY - Dream big, start small

Von Rakka und Finley

#Sport - Ultimate Frisbee - Sportssozialisationen

Warum die Entscheidung für ein neues Team außerhalb bestehender Strukturen?

Dieser Text wurde von Finley (Dey/ Er) und Rakka (keine Pronomen) verfasst und soll von unseren Ideen, Beweggründen bis hin zur ersten Umsetzung unserer Teamgründung, des Ultimate Frisbee Teams „TRANS* JOY“ berichten.

Nach einer ersten Rahmenidee ergab sich im Schreibprozess ein etwas anderer Text als anfangs gedacht. Wir hoffen, dass Du das Ergebnis ähnlich interessant findest und mit vergleichbarer Freude Lesen kannst, wie wir es im Schreibprozess erlebt haben.

Die Sportart an sich erklären wir hier begrenzt. Bei Interesse/Neugier kannst Du im Internet dazu viele Ressourcen finden. Wenn Du den Sport mal auszuprobieren oder auch in ein regelmäßiges Training einzusteigen möchtest, schreib uns gerne bei Instagram an.

Nach einer kurzen Einleitung und Vorgeschichte teilen wir jeweils unsere persönlichen Zugänge zum Sport allgemein, sowie bezogen auf Ultimate Frisbee. Danach gehen wir konkreter darauf ein, warum wir uns bewusst für den Aufbau eines eigenen und neuen Teams entschieden haben, anstelle unseren Platz in bereits bestehenden Strukturen zu suchen.

EnJOY :)

Ultimate Frisbee ist eine Sportsportart, bei der Fairplay besonders im Vordergrund steht. Einer der super spannenden Aspekte des Sports ist, dass auf externe Schiedsrichter*innen verzichtet wird. Das Regelwerk muss also von allen Spielenden aktiv eingehalten, vermittelt und eingefordert werden, wodurch eine sozial reizvolle und demokratische Spielkultur entsteht.

TRANS* JOY ist ein 2023 gegründetes Ultimate Frisbee Team in und um Köln mit dem Anliegen, einen Brave Space für TINAQ* Personen im Ultimate Frisbee Sport aufzubauen.

Vorgeschichte

Finley und ich (Rakka) kannten uns aus unserer gemeinsamen Trainingszeit in einem der Kölner Club Teams. Wir haben ab und zu mal außerhalb des Trainings zu einem Spieleabend oder Renovierungsarbeiten connected und uns auf dem Feld im Argumentieren gegen sexistische Sprüche gegenseitig Rückhalt gegeben.

Während ich in Frankreich (zufällig?) in fast ausschließlich queeren Freund*innenkreisen behutsam anfang, Fragen zu meiner eigenen Geschlechtsidentität zuzulassen und in unserem „Heim-Verein“ beim Mixed Training eine Person aufgrund von grenzüberschreitenden, sexistischen Kommentaren vom Training vorübergehend ausgeschlossen wurde, teilte Finley bereits unserem Team den eigenen neuen Namen und Pronomen mit. Von den letzten beiden Punkten erfuhr ich über Freundinnen im Team, als ich wieder zurück vor Ort war.

Da ich nicht wieder nach Köln zog, sondern im ländlichen Umfeld blieb, gab es erst mal keinen direkten Kontakt beim Training. Irgendwann schmiss ich meine Sehnsucht nach queeren und vor allem trans* Kontakten mit all meinen Mut zusammen und schrieb dey eine Nachricht.

Aus Gesprächen zu empowernden, queeren Räumen und triggernden Ultimate Trainings entstand der gemeinsame Traum von einem queeren Team, einem neuen Verein und großen Revolutionen.

Größte Hürde war allerdings, erst einmal wieder eine sportliche Grundfitness aufzubauen, um verletzungsfrei wieder ins Ultimate-Zocken einsteigen zu können.

Über einen Zeitraum von ca. 1,5 Jahren tauschten wir uns in schwankender Regelmäßigkeit über unser aktuelles Fitness-Level, Inspirationen und Wünsche aus. Ab und zu ging eine Person von uns wieder ins Ultimate Training und berichtete von der Lage vor Ort. Wie trans*freundlich sah es momentan aus, welche Trainingselemente waren triggernder als andere und wie fühlte sich die Stimmung im Team an. Parallel fand sich beim Deutschen Frisbeesport-Verband eine Gruppe zusammen, die an einer Richtlinie zur Inklusion von trans* und nicht binären Spieler*innen arbeitete. Nach einem zweijährigen Arbeitsprozess wurden Anfang dieses Jahres besagte Richtlinie sowie begleitende Q&As zur Sensibilisierung für TINAQ* Teilhabe im Frisbeesport veröffentlicht.

So konnten wir bei unserem 1. Turnier mit TRANS* JOY im August 2023 direkt nach dieser Richtlinie spielen. Auch wenn das Spielsystem binär strukturiert bleibt, soll die Richtlinie absichern, dass alle TINAQ* Personen in der Geschlechterkategorie spielen können, mit der sie sich am meisten identifizieren können (Nicht-binäre Personen können auch pro Punkt die Kategorie wechseln). Wir haben uns beide im Laufe des Prozesses an der Erarbeitung der Richtlinie mitbeteiligt und haben alles gegeben, um sie unserem aktuellen Wissensstand nach so fair und inklusiv wie möglich zu gestalten. Weitere Infos gibt es auf der Homepage des Deutschen Frisbeesport-Verbandes.

Rakka's Sportsozialisation:

(geschrieben aus der Ich-Persepektive einer weißen, ableisierten, agender und AFAB-Person)

Ich treibe seit meiner frühen Kindheit Sport und liebe es, in Bewegung zu sein. Angefangen bei Kinderballett, Voltigieren und Turnen, sowie Fußball über Volleyball und Tennis habe ich jahrelang mindestens 1-2 mal pro Woche an einem Sportangebot teilgenommen. Ich habe vor allem die spielerischen Bewegungsangebote, den Spaß und die gemeinsame Zeit mit den anderen Kindern sehr genossen. Auch als Teenie beim Volleyball und Tennis bot mir der Sport die Möglichkeit, Teil einer Gruppe zu sein und mit Gleichaltrigen in Kontakt zu kommen.

Einerseits konnte ich mich beim Sport bewusster spüren und in meinem Körper ankommen, andererseits habe ich bei Bewegung auch super abschalten und gleiten lassen können.

Dennoch habe ich den Sportkontext auch stark als sozial disziplinierende Umgebungen in Erinnerung. Es haben sich Grüppchen gebildet. Vor allem beim Tennis wurden die Kleidungsmarken bewertet, die manche trugen und andere wiederum nicht. Es gab immer „die Coolen“ und auch „Außenseiter*innen“.

Mein queer-Sein war, seitdem ich davon wusste, auch stets beim Sport für mich ein präsent Thema. Die meiste Zeit war ich dort nicht als homosexuell geoutet, bzw. fand es zu intim, als dass ich darüber in den Sportteams reden wollte. Umkleiden waren für mich primär unangenehm, da ich nicht wollte, dass sich andere wegen meiner Homosexualität unwohl fühlen könnten.

Während untereinander viel über Verliebtheit geredet wurde, hielt ich meine Gedanken dazu auf jeden Fall nicht für aussprechbar. Ich entwickelte also ein spannungsgeprägtes Zugehörigkeitsgefühl, aus dem ich immer einen Teil von mir davon ausschloss.

Kurz vor meinem Abitur lernte ich über eine Freundin die Sportart Ultimate Frisbee kennen und bin bis heute davon begeistert. Ich denke gerade die Spielkultur, das Fairplay-Verständnis und die soziale Herausforderung, auch nach einem Vollsprint meine Perspektive bei einem Foul Call respektvoll kommunizieren können zu müssen, spricht mich an.

Als ich mit Ultimate anfang, war ich bereits in meiner/m kompletten Familie und Freund*innenkreis als homosexuell geoutet.

Mit 23 Jahren war ich teil des U24 Junior*innen-Nationalteams und hatte eine super intensive und krass schöne Zeit in diesem Team. Sau spannend war es für mich, dass wir unter 20 Spielenden drei geoutete homo-/bisexuelle Personen waren. Da ich auf dem Land aufgewachsen bin und in meinem Umfeld lange die einzige homosexuelle Person in meinem Alter war, war das echt mega aufregend für mich, diesmal nicht die Einzige zu sein! Ich hatte das Gefühl, mich ganz anders bei den Gesprächen nach und zwischen den Trainings beteiligen zu können und zu dürfen.

Trotzdem habe ich mich zu einem durchaus grundlegenden Teil weiterhin immer ein Stück außerhalb der Gruppe wahrgenommen.

Mit meinem Wissensstand von heute wird das sicher auch daran gelegen haben, dass ich mich in einem Frauen-Team befand und nun seit einigen Jahren im gender-questioning-Prozess befinde und heute eher als agender identifiziere.

Ich glaube aber, dass das jahrelange eigene Ausklammern aus Gruppen sich so tief eingepägt hatte und mein Verständnis von mir in der Welt um mich herum geprägt hat, dass ich das nicht einfach von jetzt auf gleich abstellen konnte.

Ich arbeite seitdem stark daran, aber bin immer noch oft am struggen, mich in Gruppen wirklich zugehörig zu fühlen, bzw. Zugehörigkeit mit einer Art Grundvertrauen annehmen zu können.

Für mich war Sport immer ein Ort, an dem ich mich, trotz der beschriebenen Abtrennungsgedanken, am wohlsten in mir gefühlt habe und einfach super viel Spaß und Gemeinschaft erleben konnte.

2019 habe ich beim Reisen eine queere Community entdeckt, in der ich mich anders als je zuvor angenommen gefühlt habe und wo ich bewusst ein Teil von sein wollte!

Losgelöst von meinem Alltag und in Gesellschaft vieler trans*, genderqueeren und gender-questioning Personen habe ich behutsam zulassen können, mich und meine Geschlechtsidentität zu hinterfragen.

Seit dieser Erfahrung fällt es mir heute deutlich auf, wenn ich mich an Orten oder in Gruppen nicht voll angekommen fühle.

Wieder zurück im Alltagsleben hat es etwas gedauert, bis ich langsam Zugänge zu queeren Räumen in Köln erschließen konnte, in denen ich mich ähnlich wohl fühle. Daher habe ich in der Zwischenzeit viele queere TED-Talks geschaut und Podcasts gehört, wodurch ich auf den Vortrag von Jenna Weiner zu Geschlechter-Inklusivität im Sport und Ultimate aus dem Jahr 2019 gestoßen bin.

Ich kann kaum in Worte fassen, wie aufregend und empowernd ich den TED-Talk und die Podcast-Folgen mit Jenna Weiner, Shanye Crawford, Opi Payne und weiteren Menschen aus der Ultimate- und Frisbeesport-Welt der USA erlebt habe. Sie geben mir immer noch starken Halt und inspirieren mich, hoffnungsvoll zu träumen. Plus sie haben mir die Perspektive eröffnet, dass es möglich sein kann, zwei der Bereiche in meinem Leben, die mir unglaublich viel Kraft geben, miteinander zu verbinden. Um einen weiteren Ort zu gestalten, an dem ich das Gefühl haben kann, aufrichtig ich selbst sein zu dürfen.

Finleys Sportsozialisation.

Es schreibt Finley aus der ich-Perspektive.

Ich habe schon immer vor allem aus Spaß an der Bewegung Sport gemacht. Besonders Team- oder Ballsportarten im Schulsport haben mir Spaß gemacht, während Umkleidesituationen und besonders das Schulschwimmen irgendwann zur Tortur wurden. Kommentare zu meinem Körper oder zu dem, was ich trug, selbst wenn es Komplimente waren, haben mich nur weiter verschlossen und so war es oft einfach nur ein Aushalten.

Ich habe ein paar Jahre Tennis gespielt, aber war davon abgestoßen, wie es, obwohl es zwar auch ein Team gibt, eher ein Einzelkämpfer*innen-Sport ist. Und da ich ständig als Schlechtestes eingestuft wurde und dann in Spielen noch fremde Eltern in die Regeln eingemischt haben, habe ich jegliche Motivation verloren.

An die Frisbee-Scheibe bin ich durch meinen Vater gekommen. Er konnte sie echt gut und weit werfen, und in der wenigen Zeit, die ich mit ihm als Kind hatte, beeindruckte er mich nachhaltig damit. Mit 17 habe ich dann von Ultimate gehört und war besonders begeistert davon, dass es u.a. Mixed gespielt wird (also „Männer und Frauen zusammen“), dass Körperkontakte Fouls bedeuten (also kein Rempeln und Zwicken wie im Fußball oder Handball) und es keine Schiedsrichter*innen gibt (also kein Diskutieren, keine Schwalben, keine Schuldzuweisung, sondern Eigenverantwortung). Ich habe den Sport, obwohl ich mich selbst noch nicht als queer bezeichnet habe, trotzdem als sehr queer wahrgenommen.

Und so habe ich Ultimate lieben gelernt. Es hat mir viele neue Bekanntschaften in meinem Jahr in den USA ermöglicht, und dort auch Anschluss an eine queere Community gegeben. Es hat mir Spaß in meinem Körper bereitet, ich fühle mich stark und selbstwirksam und die Sportart tat mir seit jeher gut.

Mit meinem trans Coming Out mit 29 habe ich allerdings abrupt aufgehört, Ultimate zu spielen. Obwohl ich auch Mixed gespielt habe, habe ich mich plötzlich dort fremd gefühlt. Der Verein, an dem ich spielte, hatte noch Probleme mit Sexismus, von Queer- oder Transphobie noch keine Rede; Die Aufklärungsarbeit, die ich zu leisten gehabt hätte, um mich dort wohlfühlen, erschien mir zu groß und nicht tragbar. Es genügt nicht, wenn ein Frauen-Team sich jetzt einfach ein Flinta-Team nennt, ohne sich selbst zu hinterfragen und an zugänglicheren Strukturen zu arbeiten. Es tat weh, weil ich diesen Sport so geliebt habe. Ironischerweise ist das Mixed-Spielen sogar noch schlimmer gewesen. Klassischerweise sollen dabei immer eine bestimmte Anzahl Frauen und Männer auf dem Feld sein. Das bedeutet, dass bei fast jedem Punkt Ausrufe kommen wie „noch ein Mann aufs Feld“ oder „noch eine Frau aufs Feld“, oder auf Distanz abgezählt werden muss, wie viele Frauen oder Männer denn gerade auf der Linie stehen. Ständig dem eingliedernden Blick aller Spielenden ausgesetzt zu sein, ist mir zu viel. Ohne Aufklärungsarbeit fühle ich mich einfach nicht mehr wohl.

Dream big, start small

Mit unseren Erfahrungen, als trans, nicht-binäre und agender Person im Sport mit Unwissen und Ignoranz der Mitspielenden konfrontiert zu sein und erst über Aufklärungsarbeit einen gleichberechtigten Zugang erarbeiten zu müssen, sind wir lange nicht alleine.

In den ca. 1,5 Jahren Vorlaufzeit bis zu unserer 1. Turnierteilnahme mit dem Team TRANS* JOY hat es uns so viel Last abgenommen, sich direkt über Trainingssituationen austauschen zu können. Und auch mega dabei geholfen, den eigenen Self-Talk, z.B. direkt nach herausfordernden Situationen, korrigieren zu können und sich selbst wertschätzender zu begegnen. Dennoch war das Raum-Erkämpfen in schon bestehenden cis-, heteronormativen Strukturen schlicht auslaugend! Denn eigentlich wollten wir dort ja einfach nur Spielen, den Kopf mal kurz abschalten können und den Alltagsstress ausgleichen.

Eigentlich auf etwas Anderes bezogen, war unser Motto „dream big, start small“ auch hier ganz passend, um den Spagat zwischen dem Flugniveau unserer Gespräche und gemeinsamen Träumen hin zu dem Niveau der (fehlenden) Sensibilisierung unseres Trainingsumfeldes zu beschreiben. Hinzu kam der eigentliche Bezug, nämlich zu den mühseligen Trainingsschritten, um unsere individuellen Fitnesslevel wiederaufzubauen. Letzteres wirklich mit recht schleppenden Ergebnissen.

Unser Wunsch war, neben dem sportlichen Comeback, beim Sport selbst aufatmen zu können und sich als trans, nicht-binäre/agender Person gesehen, wertgeschätzt und zuhause fühlen zu können.

Leider standen uns dabei u.a. unzählige kleine Bemerkungen, „belanglose“ Witze und fehlende Toiletten, Umkleide- und Duschräume bei den cis und hetero dominierten, plus binär strukturierten Trainings im Wege.

In unseren Entscheidungsprozess hat sicher mit reingespielt, dass wir beide zu dem Zeitpunkt nicht mehr aktiv ins Team eingebunden waren. Zu der Zeit, als wir beide regelmäßig mitgespielt haben und auch auf Turniere gefahren sind, hatten wir eine stärkere Teamzugehörigkeit aufgebaut. Vermutlich wären wir zu der Zeit bereit gewesen, mehr Aufwand auf uns zu nehmen, um innerhalb der vorhandenen Strukturen weiter teilhaben zu können ...

Wir haben uns letztendlich entschlossen, uns einfach bei einem Spaßturnier in Bonn anzumelden, um unser Rumgedümpel zu durchbrechen und unseren Motto-Spruch etwas abgewandelt zu realisieren: „dream big & start playing!“.

Bei dem Turnier wurde 4 gegen 4 gespielt, was uns machbar erschien.

Kurz gesagt, es gab prompt recht viel zu koordinieren, zu bedenken, abzusprechen und zu initiieren.

Letztendlich zog die Entscheidung, mit einem noch nicht real bestehenden Team an einem Turnier teilzunehmen, sehr viele weitere Schritte mit sich. Den Aufwand konnten wir zum

Glück vorher nicht ganz abschätzen, sonst hätten wir vielleicht nicht die Kapazitäten dazu gehabt. Aber mit jedem Schritt ließen wir auch unseren Traum ein Stückchen weiter wahr werden, was wiederum sehr aufregend und kraftgebend war.

Neben der Suche nach weiteren Spielenden waren wir auch damit konfrontiert, dass wir uns bei dem Turnier wieder in einem cis-, heteronormativ dominierten Umfeld bewegen würden. Demnach galt es für uns, mit der Turnier-Orga ein paar Sachen abzuklären.

Traumhafterweise kam diese bereits in einer Mail mit dem Anliegen auf uns zu, ob sie etwas Bestimmtes berücksichtigen könnten, damit wir uns, als deren erstes (offen deklariertes) queeres Team, auf dem Turnier wohlfühlen könnten.

Daran anknüpfend erklärten wir im Vorfeld die neue Gender-Richtlinie und stellten sicher, dass wir diese auf dem Turnier anwenden durften. Des Weiteren haben wir die Nutzung der öffentlichen Toiletten/Duschen zusammen abgestimmt und vorgeschlagen, die abgestimmten Punkte als eine Art Awareness-Konzept an alle Teams zu kommunizieren. Darin inbegriffen war auch, dass zwei Ansprechpartner des Ausrichter-Teams am Wochenende zur Verfügung stehen würden, sodass Rückfragen oder auch kritische Stimmen nicht bei uns landen würden, sondern von der Turnier-Orga aufgefangen werden könnten. Ob dies tatsächlich genutzt wurde, wissen wir nicht. Aber sehr wahrscheinlich hat es vorbeugend dazu beigetragen, dass wir keinen anstrengenden oder triggernden Fragen von anderen Spieler*innen ausgesetzt waren.

Um spielfähig zu werden, erstellten wir einen Instagram-Account und fragten im Freund*innenkreis rum, wodurch wir tatsächlich am Turnier-Wochenende mit insgesamt sieben Personen antreten konnten *_*

Um eine solide Teamstimmung zu ermöglichen, auch wenn wir recht spontan und bunt zusammengewürfelt waren, haben wir die Protokolle unserer Planungstreffen, alle Turnier-Infos, Guidelines zu Braver Spaces und eine Turnierplaylist gesammelt. Wir haben Schlafplätze und -ausrüstung plus Mitfahrgelegenheiten koordiniert, Teamleibchen geliehen, Team-Kuchen gebacken, und uns einen Team-Cheer überlegt. Zudem hatten wir queere Sticker als Geschenk an unsere gegnerischen Teams dabei, wodurch wir hoffentlich Denkanstöße zum Mitnehmen präsentieren konnten.

Während des Turniers haben wir mit jedem unserer sieben gegnerischen Teams die Richtlinie und unsere Gender-Matchings noch mal abgestimmt. Und nebenher noch unseren Instagram-Feed bespielt.

Gemeinsam hatten wir wirklich ein wunderschönes und empowerndes Wochenende. Spielerisch konnten wir uns super schnell aufeinander einstimmen und einfach Spaß haben.

Tatsächlich hatten wir bei der Turnieranmeldung einfach ins blaue hinein angekündigt, leistungsmäßig im soliden Mittelfeld zu spielen. Selbst das haben wir auf den Punkt bestätigt und original von 20 Teams den 10. Platz belegt! :D

Als zuckersüße Abrundung haben wir die Spirit-Wertung gewonnen. Im Ultimate Frisbee

bewerten die Teams sich gegenseitig nach den Spielen in 5 Kategorien zum Fairplay. Der Spirit-Sieg garantiert im nächsten Jahr wieder bei dem Turnier mitspielen zu dürfen.

Das ist für uns als Team in der Neugründung und dazu noch als TINAQ* Team in der Ultimate Frisbee Szene eine enorme Unterstützung, um uns langfristig aufzubauen.

Vielleicht hätten wir es uns auch in der Vorbereitung etwas leichter gestalten können bzw. unsere Ansprüche niedriger setzen ...

Es ging aber gefühlt um alles, was uns wichtig war, und stellte unsere Träume der letzten 1,5 Jahre auf Realitätsprobe.

Ergebnis: Sooo stark BEFLÜGELND und EUPHORISIEREND!!! Spielerisch haben wir einfach phänomenal gerockt und trotz unterschiedlicher Spielniveaus alle innerhalb des Teams aktiv eingebunden und einfach verdammt viel Spaß gehabt.

Auch wenn es die ganze Anstrengung definitiv wert war, bleibt etwas ernüchternd festzuhalten: Dass wir uns an dem Wochenende so sicher und wohl fühlen konnten, haben wir uns selber erarbeitet! Es wäre sehr schön, wenn die Gespräche über Toiletten und Duschen, wie auch über die neue Gender-Richtlinie nicht von uns gestartet/geführt werden müssten. Und wenn sich mehr Teams ernsthaft die Frage stellen, wer sich bei ihnen eigentlich momentan wie wohl fühlen kann und was die nächsten Schritte sind, um diesen Kreis stetig zu erweitern.

Wir haben hier ein kleines Stückchen Sport- und Ultimate-Geschichte geschrieben. Wie so oft wissen wir nicht, wie weitreichend unsere Entscheidungen sein werden. Wir träumen weiter. Mehr TINAQ* Menschis sollen sich in diesem wirklich tollen Sport wohl- und auch gesehen fühlen können.

Wer Lust hat, kann uns gerne nächsten Sommer wieder in Bonn anfeuern kommen und das bisher einzige TINAQ* Ultimate Team in Deutschland unterstützen! <3

Ich bin **Rakka**, keine Pronomen, und positioniere mich als agender, trans*, homosexuell, able-bodied, neurodivergent und weiß. Ich studiere Soziale Arbeit und träume sehr gerne, am liebsten höre ich dabei Musik.

Mein Name ist **Finley**, meine Pronomen sind they/he und ich positioniere mich als trans*maskulin, genderqueer, ace, queer, deutsch-asiatisch und able-bodied. Ich bin Game Developer und Programmierer*in und lebe mich gerne kreativ in alle möglichen Richtungen aus. Ich liebe es, neue Gadgets zu lernen.



Entscheidungen und Perspektiven im Kontext des Gesundheitssystems

#Gesundheit – Versorgung - Medizin

Merit: Vielen Dank, dass Du Dich bereit erklärt hast für ein Interview. Du bist ja unter anderem Herausgeber des Buches „Trans und Care – trans Personen zwischen Selbstfürsorge und Versorgung“ und hast in dem Bereich geforscht. Und heute möchten wir darüber sprechen, inwieweit Forschungsergebnisse und Studien bei der Entscheidungsfindung helfen können. In meiner Beratungsarbeit werde ich immer mal wieder gefragt, was es an wissenschaftlichen Erkenntnissen gibt, die bei der Entscheidungsfindung weiterhelfen können. Bist Du bei Deiner wissenschaftlichen Tätigkeit fündig geworden und haben Studien möglicherweise sogar Deine eigenen Entscheidungen beeinflusst?

Max: *Damals bei meinem eigenen Coming Out und der Frage, ob ich medizinische Schritte für meine Transition gehe, habe ich auch das Internet durchforstet und gesucht, was es zu Langzeitwirkung und Hormonen bei trans Personen gibt. Mythenhaft kommt immer wieder die Furcht auf, sich damit Schaden zuzufügen. Die Antwort ist leider, dass es bislang keine ausreichend valide Forschung dazu gibt, bzw. noch nicht lange genug beobachtet wurde. Jedoch haben sowohl die Community selbst als auch Mediziner_innen, die jetzt schon x-beliebige Jahre begleiten, bislang nichts Negatives feststellen können. Wenn ich jetzt mal zwölf Jahre, wo ich die Entscheidung zu Hormonen getroffen habe, zurück denke und ich mich zurück versetze: Wenn ich damals eine Studie gehabt hätte, die gesagt hätte es ist alles schick, da passiert nix Negatives, außer dass es dir danach viel besser geht, hätte mir das auf jeden Fall geholfen. Das ist ja das große Problem, dass die Ärzt_innen sagen, da können wir nix zu sagen und wenn die dir nix sagen, schafft das Unsicherheit. Aber ich bin froh, dass ich mich trotzdem dafür entschieden habe.*

Es gibt ja Tabellen mit Nebenwirkungen von Hormonen, gestaffelt nach Wahrscheinlichkeiten des Auftretens. Kennst Du diese Listen?

Ich habe die Listen tatsächlich nie gesehen und möchte da auch nicht draufschauen. Ich weiß, dass es gesundheitliche Risiken gibt, die mit Testosteron einhergehen. Aber ich habe das große Glück, dass ich das unter medizinischer Supervision machen kann und rate das auch jeder Person. Wenn regelmäßig Verlaufskontrollen gemacht werden, wie Blutkontrolle, das Herz- und Kreislaufsystem adäquat überprüft wird, dann kann im Endeffekt auch nicht viel passieren. Was ich immer wieder sage, gerade bei trans Personen, die in medizinischer Behandlung sind und das hoffentlich eben auch von kompetenten Mediziner_innen: Es gehen ja selten Leute so häufig zur Verlaufskontrolle wie wir, das hat den Vorteil, dass andere Dinge, die gar nicht mit transitionsbedingter Versorgung in Zusammenhang stehen, früher entdeckt

werden. Da sehe ich auch Vorteile und versuche mir damit auch meine Ängste, die ich damals hatte, zu nehmen. Heute kann ich sagen, egal welche negativen Nebenwirkungen es gehabt haben könnte, das was es mir an Positivem in meinem Leben gegeben hat und mein positives Körpergefühl, das möchte ich dafür nicht missen. Ich würde auch die gleiche Entscheidung für Testosteron treffen, retrospektiv, auch wenn es negative Nebenwirkungen gehabt hätte.

Kennst Du das Problem, dass Ärzt_innen, wenn ein trans Mensch älter wird, viele Krankheitssymptome sofort auf die Transition beziehen?

Ich habe das in der Form selbst noch nicht erlebt, kenn es aber aus Erzählungen von anderen, dass jemand Durchfall hat und dann ist es das trans sein oder die Hormone. (Max lacht) Bestimmte Dinge können damit zu tun haben, wenn sich etwa jemand den Arm einfach so gebrochen hat, ohne einen ersichtlichen Grund wie einen Unfall, dann muss man schon schauen ob eine Osteoporose dahintersteckt, weil eine Hormon-Unterversorgung da ist. Wenn klar ist, ich bin beim Rollschuhfahren hingefallen und habe mir den Arm gebrochen, muss man nicht unbedingt nach der Osteoporose schauen.

In Beratungsgesprächen nehme ich immer wieder große Sorgen wahr, dass ein Krebsrisiko bestehen könne, aber da hast Du schon gesagt, dass es keine Auffälligkeiten gibt in der Praxis?

Bislang gar nicht, das wurde früher ja häufiger gesagt, dass trans männliche Personen, die mit Uterus auf die Welt gekommen sind und Testosteron nehmen, diesen unbedingt entfernen lassen sollten, weil es ein gesteigertes Krebsrisiko geben könnte. Dabei gibt es bis heute keinerlei Belege dafür, dass es ein gesteigertes Risiko für Gebärmutterhalskrebs gibt.

So gibt es gibt es bis dato also keine verlässlichen Zahlen oder Studienergebnisse, die hilfreich sein könnten in der Entscheidungsfindung. Was würdest Du denn Menschen stattdessen mit auf den Weg geben?

Es wichtig, sich Informationen zu holen und nicht alles unhinterfragt anzunehmen. Es ist wichtig, in die Waagschale zu werfen, was „ältere“ trans Personen, die schon lange Hormone nehmen, der nächsten Generation mit auf den Weg geben. Wir können und sollten unsere Erfahrungen teilen und vielleicht die Ängste, die wir irgendwo mal gehabt haben, den nachwachsenden Generationen nehmen. In Bezug auf Hormone sind für mich die positiven Wirkungen so deutlich. Hätte ich das vorher gewusst, hätte ich viel früher damit angefangen.

Dann ist es noch wichtig auf das eigene Bauchgefühl zu hören – selbst wenn es Unsicherheiten gibt, kann man Dinge auch einfach mal ausprobieren. Mit einer Testosteronspritze wächst dir kein Vollbart und bricht dir nicht die Stimme. Es verändert sich nicht alles auf einmal, auch mit Östrogenen nicht. Man kann das einfach mal ausprobieren und das habe ich dann auch gemacht und einfach geguckt wie mein Körper darauf reagiert, welches Gefühl gibt mir mein Körper. Das war tatsächlich für mich im ersten Moment so klar, dass das die richtige Entscheidung war, die Euphorie und die Freude, die ich verspürt habe, da waren die Sorgen auf einmal wie wegblasen.

Wie nimmst Du die Professionalisierung der Mediziner_innen und des Gesundheitssystems wahr, und gleichzeitig den Zustand, dass die Kapazitäten nicht ausreichen und das System überlaufen ist? Wie wird sich das in der Zukunft weiterentwickeln?

Wir haben noch große Lücken und großen Nachholbedarf, besonders in der Ausbildung von Mediziner_innen und generell von medizinischem Fachpersonal. Da gehören ja nicht nur Ärzt_innen dazu, auch die Sprechstundenhilfe soll dich ordentlich ansprechen und dich nicht blöd von der Seite anmachen, weil Sie dir eine Testosteronspritze geben soll.

Ich habe das Gefühl, dass mittlerweile generell die Sichtbarkeit in der Gesellschaft steigt und damit auch das Bewusstsein, dass wir eben auch in Arztpraxen auftauchen. Dass Menschen sich besser vorbereiten oder offen dafür sind, aber halt nicht so richtig eine Ahnung davon haben, und dass sich da Menschen auf den Weg begeben, sich um Informationen zu bemühen. Das war ja auch mit der Hintergrund für das Buch, wir wollten mal eine Grundlage schaffen, auf die Leute sich beziehen können und einfach mal irgendwo anfangen Informationen zu bekommen. Und ich denke, dass wir da auf lange Sicht auch auf einem guten Weg sind, dass das in der Ausbildung von medizinischen Berufen irgendwann Einzug halten wird. Das wird wahrscheinlich noch ein bisschen dauern, es gibt aber auch schon jetzt Fortbildungen für medizinisches Fachpersonal, um sich in dem Bereich weiterzubilden, und das wird ja auch in Anspruch genommen.

Was sagst Du dazu, dass die Wartezeiten in Köln für einen Platz in einer Endokrinologie bis zu einem halben Jahr lang sind oder sogar die Wartelisten geschlossen sind für Therapieplätze bei therapeutischen Praxen, die viel Erfahrung auf dem Gebiet haben?

Ja, das ist leider ein großes Problem. Vor allem wenn eine Hormonbehandlung an eine therapeutische Begleitung gebunden ist, was ich als sehr sehr schwierig erachte. Grundsätzlich, wenn es eine optionale Beratung ist, finde ich das ja sehr gut, aber ich finde halt nicht, dass zwangsläufig irgendeine therapeutische Indikation Voraussetzung sein muss für eine Hormonbehandlung. Ich finde da kann sich generell etwas an dem Blick ändern. Bei meinen Fortbildungen in medizinischen Facheinrichtungen sage ich immer, wenn man sich darauf spezialisiert, hat man für die Zukunft ausgesorgt. Eine gute Versorgung spricht sich schnell in der Community herum. Mit der Spezialisierung hebt man sich gegenüber anderen medizinischen Kolleg_innen hervor. Über die Schiene versuche ich Leute dazu anzuregen sich mit dem Thema zu tiefgründiger zu befassen: Der Bedarf ist enorm und ich hoffe, dass das langsam auch erkannt wird. In England sind für jede transitionsbedingte Behandlung zwei bis drei Jahre Wartezeit die Norm und dann medikalisieren sich Leute selbst, besorgen sich irgendwo im Internet Hormone und haben keine medizinische Aufsicht. Ich hoffe, dass das von offizieller Stelle erkannt wird uns sich da etwas tun wird.

Stell dir vor, du kommst langsam in ein Alter, in dem du Unterstützung brauchst, bist du zuversichtlich, dass du gut versorgt wirst und dass du eine kultursensible Pflege erhalten wirst?

Ich habe das große Glück in Köln zu leben, in Großstädten wie Köln oder Berlin ist halt ein anderes Bewusstsein da und es gibt ja bestimmte Orte für die Community, die unsere Bedarfe mehr auf dem Schirm haben. Ich würde sagen, wenn ich jetzt akut pflegebedürftig würde, ganz unabhängig vom Alter, wäre ich mir nicht so ganz sicher, ob ich gut versorgt werden würde. Ich bin jetzt Mitte dreißig und bis ich eine Versorgung brauche dauert es ungefähr nochmal so lange wie ich jetzt schon gelebt habe. Und ich hoffe bis dahin, dass es mehr Orte gibt, die für unsere Community gemacht sind. Die vielleicht auch von unserer Community gemacht sind und an denen wir so sein können wie wir sind. Ich hoffe, dass wir uns dort nicht verstecken müssen, geschweige denn weil wir trans oder queer sind eine schlechtere Versorgung erfahren. Da gucke ich grundsätzlich optimistischer in die Zukunft als der Ist-Zustand ist.

Das waren meine Fragen – gibt es noch etwas, was Du den Leser_innen mit auf den Weg geben möchtest?

Ich finde eine Sache grundsätzlich wichtig, wenn man medizinische Versorgung in den Fokus rückt: Man sollte sich nicht scheuen, egal ob bei der Hausärztin oder bei Trans-Spezialist_innen, Fragen zu stellen, selbst wenn die Mediziner_innen in dem Moment keine Antwort haben. Dann kann man vielleicht bis zum nächsten Termin um eine Antwort bitten, bzw. einen Hinweis, wo man die Antwort finden kann. Bei Mediziner_innen mit ihrem weißen Kittel, was ja eine Art Uniform ist, trauen wir uns oftmals gar nicht, unsere Bedürfnisse wirklich zu äußern und das ist aber ganz wichtig. Wenn wir unsere Bedürfnisse nicht äußern, werden die auch nicht erkannt und Mediziner_innen wissen nicht, was wir brauchen. Das sollten wir uns angewöhnen, das ohne Scham zu sagen.

Max Nicolai Appenroth (M.A.), geb. 1986, promoviert am Institut für Public Health der Charité Universitätsmedizin Berlin zum Zugang zur medizinischen Versorgung von trans Personen. Er lehrt und doziert im In- und Ausland und setzt sich auf (inter-) nationaler Ebene für die Rechte von trans Menschen ein.



Bleiben

Von Zaf

#Rückzug – Überleben – Spielen

Bleiben

Immer wieder bleiben, nicht (ganz) aufgeben, mich neu berappeln, weitermachen, alles nochmal neu machen. Ich bin nicht das Problem. Ich bin die Lösung. Ich kämpfe! nicht nur für mich. Ich bin nicht allein. Die Isolation ist nicht wahr. Sie ist eine Geschichte. Die ich so oft fast geglaubt hätte. Jedes Mal bin ich ihr doch noch von der Schippe gesprungen, gestürzt, gerollt oder gefallen. Hab die Notbremse gezogen, dem Teufel ein Schnippchen geschlagen. Meinen Körper am Leben erhalten (vielleicht in einer unbewussten Hoffnung, ihn irgendwann beleben zu können?). Keinen Schimmer, aber ich hab ihn am Leben gehalten. Ich habe ihn auch ganz schön gequält, vergiftet, geschunden und geprügelt. Aber ich hab ihn am Leben gehalten. War das eine Entscheidung? Immer wieder? Oder war es Instinkt? War es Scham? Vielleicht hat sie mir hier das Leben gerettet, die Scham?

Gehen

wohin es mich zieht.

weg von Orten. von Situationen. von Menschen. die mir nicht (mehr) guttun. Rückzug. still und heimlich verkriechen. mit erhobenem Kopf. laut, geifernd, kratzend. je nachdem. auch wenn sie nicht böse sind, auch wenn sie es nicht verstehen, auch wenn ich es überhaupt nicht mehr versuchen will zu erklären.

raus aus meinem Leben, raus aus meinem Bett, raus aus meinem Kopf, raus aus meiner Familie, raus aus meinem Herzen. Auch mal nicht die Person sein, die geht. Verantwortung für mich selbst übernehmen. Ich bleibe, du gehst!

Überleben

Es ist schlimmer, als ich gedacht habe? Nichts gedacht? Nichts gespürt. nicht da. Taub, out of body. Dornröschenschlaf. Dissoziiert. Entkörper. für Jahrzehnte?! Fuck! Ich habe überlebt! Für mich? und für die, die es nicht geschafft haben. die vielen, die zerbrochen und nicht wieder zusammengewachsen sind. Ich bin noch da! Wir sind noch da! Und es sind jetzt so viele. Verbundenheit.

Zerbrechen

Tiefe Wunden, viele auch jetzt noch klaffend, blutend, eiternd. Wundbrand. Irgendwas drauf kippen um es zu überleben. So viele Jahre... Und dann das Zerbrechen. Nicht mehr weiter biegen. totale Zerstörung. Wirklich zerstört sein, fragmentiert, lost, alleine, noch nie

so nah am Tod! Noch nie so nah am Leben. Erstmals liegen bleiben, zersplittert in unzählige Teile, leblos, Absturz, Dunkelheit, Angst, so viel Angst und Schrecken.

Heilen?

Keine Ahnung. Auf jeden Fall weiter machen. Die Chance nutzen. Mich neu zusammensetzen. Schillernder als je zuvor. Zeit nehmen. Zeit geben. Stück für Stück zusammensetzen. Zusammenwachsen. Neues ausprobieren. Springen! über Schatten.

Zurückkommen

Zurückkommen nach so vielen Jahren. die Hölle: Schmerz!

Freude? Liebe? Lebendigkeit? Erst ein Funke. Hart erkämpft!

Ich kämpfe jetzt anders. um anderes. an anderen Fronten. Außen ist nicht mehr so wichtig. Mein Kuchen! und ich gebe ihnen nix mehr ab. Den Schatz in mir wiederfinden. Gut behütet. Ja, da ist er! tief vergraben und eingemauert. Langsam freilegen. Jetzt nehme Ich mir mein Leben! Der Tanz auf dem Vulkan macht Spaß! oft noch taumelnd. immer mehr ausgelassen. sexy. mit Feuerbällen jonglieren. um mich werfen. Ihr könnt mir gar nix mehr!

Den Körper zum ersten Mal beleben. Verstehen. Langsam. Sehr langsam. Spüren. Atmen. Bewegen. Tanzen. Schreien und Singen. Lust. Verkörpern.

Kämpfen

um Verbindung. um Liebe. um Nähe. um Leichtigkeit. um Lebendigkeit!

Spielen

von Schlachtfeldern zurück zu Spielplätzen. Nicht mehr Kämpfen. Ausprobieren. Leichtigkeit. Lebendigkeit. Spaß. Klettern. Buddeln. Dreck. Aufgeschlagene Knie. Blaue Flecken. Rotznase. Regen. Sonnenschein. Weitermachen. Bauen. Scheitern. Neues Spiel. Alleine. Gemeinsam. Verzeihen. mir und anderen. Heulen. Lachen. Spüren. Der Scham ins Gesicht schauen. nicht wegducken. Schiss haben und trotzdem bleiben.

Zaf f. Roser (keine/zaf/they; weiß positioniert), genderqueere Person, der bei der Geburt ein männliches* Geschlecht zugeschrieben wurde; macht u. A. queere intersektionale Soziale Arbeit mit Schwerpunkt sexuelle und geschlechtliche Vielfalt, somatische Bildung und Begleitung, somatische Sexualpädagogik / Sexological Bodywork, Einzelbegleitungen, Gruppen und Workshops; <https://linktr.ee/zaf.body.works>

Fragen wagen

#Text: Genitalien – sexuell explizit

#Bilder: Nacktheit, Genitalien (nicht sexuell)

I: Du willst dich entscheiden?

Tauch in deinen Körper ein
schwimm mit ihm

frag

wohin treibt es dich, was fühlst du, was willst du?
Fühl Ebbe und Flut in dir, lass sie in dir wirbeln und wühlen⁶.

Lass los, du wirst nicht ankommen.
Das Einzige, was bleibt, ist Wandel⁷. Welle um Welle.
Wage den Sprung, einen Weg zurück gibt es nicht. Aber es geht weiter und du wirst dich
finden.

Hörst du das Rauschen? Das ist das Blut in deinen Ohren.
Du lebst.
tief verkörperte Freude
Wellen
Schützende Wut

Du bist unergründlich wie der tiefe Ozean
Es gibt noch so viel zu lernen. Gib dir die Möglichkeit.
Finde heraus wonach du suchst.
Finde heraus wer du werden musst, um weiter zu leben.
Finde heraus als wer du weiter leben kannst.

6 Verkörpertes Wissen, siehe u.a. die Arbeit von Kai Cheng Thom, Prentis Hemphill

7 Siehe z.B. die Werke von Octavia Butler, adrienne maree brown, Autumn Brown

II: Ich entscheide mich

Täglich neu
Auszuprobieren
Werde belohnt
Mit einem Bart
Mit einem Schwanz
Mit einem haarigen Bauch
Wandele geschlechtlich herum

Geschlecht wandelt sich um mich herum
formen und geformt werden
Gewässer können auch stürmisch und unbarmherzig sein
Schwimm nicht allein
Du wirst untergehen

Bestärkt

Entscheide ich mich
für Glück
für Genuss trotz Frost auf der Straße
für transsexuelle Praxis
für Kreativität
für Schönheit als Widerstand.

Stetige Erinnerung
was normal ist

wer ich sein will
verändert sich

Entscheide mich
für maximale transsexuelle Geilheit
werde belohnt
mit zarten Brusthaaren
mit kräuselnden Haaren auf meinen Armen
Scharmhaare
ver-harre in Scham
gerollt-fröhliche Locken
Manche Spannungen bleiben



Entscheide mich
verliere
Brust und Arsch
Unsichtbarkeit

Vermutete es schon früher,
weiß es heute im eigenen Leibe
Sichtbarkeit ist eine Falle⁸
Mit der ich mich entscheide zu spielen.

Entscheide mich
aber nie allein.
Ohne euch wäre ich nicht
Wer ich mit euch werde.

Wage dich nicht allein in die Fluten.

Wer blickt dir direkt ins Herz?
Mit ihnen kannst du der Kälte die Waage halten.

Finde sie
sanfte Blicke
schützende Geschwister
sichere Berührungen
Schmelzpunkte des Verlangens

Für dich

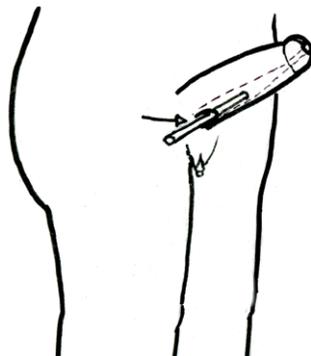


III. Transsexuell geschlechtsumwandelndes Manifest

ich erlaube mir zu wollen
entscheide mich zu träumen
verlange ...

- Transsexualität für alle.
- Einen Hormoncocktail, der meine Brüste und meinen Arsch nicht verkleinert.
- Aus meinem biologisch-testosteron-inspiriert gewachsenen Schwanz abspritzen zu können.

• Folgenden Phalloid-Aufbau (siehe rechts): Ein Penis mit einem Kanal im Schaft. Haut dafür wird vom Bauch oder Arm genommen. Der T-Dick bleibt bestehen. Es gibt ein Loch oben an der Eichel und eins unten, wo der Schwanz auch am Körper befestigt ist. In das Loch kann ein Stab geschoben werden, der den Schwanz hart macht. Oder ... wer kreativ ist und Spaß haben will, kann auch den eigenen Daumen reinschieben, wie Les Nichols⁹, und damit den/die Partner_in ficken. (Achtung, kann im Daumen wehtun.) Ich möchte sagen, das ist ein Schwanz, in den mensch Sachen REIN stecken kann, den man dann wieder in Leute/Sachen/... REIN stecken kann. Ein fickbarer fickender Schwanz. Das ist die Zukunft. 2 Schwänze!! 3 Löcher!! So viele Möglichkeiten!!!



- Sicherheit für alle Schwuchteln, Tunten, Transen, Tussen und Transvestiten, für jeden einzelnen Menschen auf dieser Erde. Ich will, dass wir uns in Sicherheit ausziehen können, egal ob wir keinen, einen, oder zwei Schwänze haben. Schluss mit dem Versteckspiel. Ich will im Kreis tanzen und mit meinem nackten Körper herumschlackern, ohne bereit zu sein mich in der ein oder anderen Form zu verteidigen. Ich hab keinen Bock mehr mich gegen Schönheit, Kreativität und maximales transsexuelles Geilsein zu entscheiden, um die lauenden Gefahren in meinem Leben auf Abstand zu halten. Ich will mich schminken können, ohne mich für die harten Blicke und Worte draußen wappnen zu müssen.

9 Gesehen im Porno-Doc „A Female-to-Male Transexual Love Story - Linda/Les and Annie“ von Les Nichols und Annie Sprinkles.

IV. Was könnte die Künstlerin damit wohl meinen?

Eine Sache will ich euch mitgeben: Transsexualität meint hier explizit Menschen mit, die ihre Körper nicht mit Hormonen oder den „klassischen“ geschlechtsangleichenden OPs verändern. Darüber hinaus: Lasst euch bitte provozieren. Lasst diesen Text in euch leben und anecken. Nehmt mich ernst, wenn ich sage, dass ich Sicherheit für uns alle will. Wisst, es verlangt in mir nach einem guten Leben für alle. Fragt. Werdet und bleibt unbequem, gefährlich, provokant.

Neph

Freundliche ewig-fragende Transexuelle aus der Nachbarschaft (sie/keins)... sucht nach Verbindung und Solidarität, beschäftigt sich gerade viel mit linken Blickwinkeln auf Soziale Arbeit, transformativer Gerechtigkeit und Cancel Culture. Lebt in Berlin, liebt kantige Menschen mit Meinungen, t4t Beziehungen und Natur in allen ihren Facetten. Möchte mehr mit dem eigenen Körper zusammenarbeiten. Dankt allen lieben Leuten, mit denen freundliche ewig-fragende Transexuelle aus der Nachbarschaft Wissen schaffen und lebendig machen darf, insbesondere Elsbeth für die Fotos.



Fuck, da ist ja mein Bauch

Von Desz

#Körper – Diskriminierung im Gesundheitssystem

Erinnerung Abnehmkur.
Untersuchung der Ärztin: erste Kur.
Ich solle mir die Beine
besser nicht rasieren.
Ich bin etwa
13 Jahre alt
Meine Haut ist etwas rau
und rot an den Beinen,
irgendwie irritiert,
was genau das ist,
wusste ich nie so genau.

Ich solle mich vornüber beugen
Meine Wirbelsäule sei leicht schief
zehn Jahre später dann
ein Vorfall
an der Bandscheibe.
Zu viele alte Matratzen
zu wenige Familienspaziergänge
stattdessen
Sitcoms und Schlemmerfilet.

Doch diese Ärztin
markiert nur Mängel,
winkt hungrige Kinder durch.
Diese Erinnerung
macht heute noch Bauchweh.
Wer ich bin
spielt darin kaum eine Rolle.
Mein Körper
war immer schon falsch.

Wir mussten:
Tabellen ausfüllen
BMI ausrechnen

hungrig ins Bett gehen
lange Spaziergänge
an der Nordsee
hatte ich meine erste
Mittelohrentzündung.

Mit Anfang zwanzig,
hinter der Theke am Bierzapfen.
Warum ich sie mir denn nicht abrasiere,
sagt der alte, verkiffte Stammgast zu
mir.
Was hatte das zu bedeuten?
Beine nein,
Koteletten ja?

Der Neurochirurg sagt,
„auch dünne Kinder haben
Bandscheibenvorfälle.“
Die Hausärztin sagt,
„dass Sie dick sind,
muss ich Ihnen ja nicht sagen.“
Meine Mutter sagt,
„wenn du genug Sport machst,
bildet sich die Haut
bestimmt zurück.“

Mein Körper
war doch immer schon falsch?

Mit Mitte zwanzig
sagt eine*r meiner besten Freund*innen
Ich heiße jetzt ____
Ich frage,
ob ich um den alten Namen
trauern darf

Ich frage mich,
ob ich das auch darf?

Mein Körper
war der immer schon falsch?

Ohne Ankündigung
kauft mir mein Mitbewohner,
ein paar Jahre später,
meinen ersten Binder -
ich hatte weder das Geld,
noch das Recht darauf,

ich zwänge mich rein
ich schaue an mir runter,
„Fuck, da ist ja mein Bauch.“

Ich fühle mich geil
endlich passen mir
Hemden, so, dass es funkt.
Aber ich halte diese Hitze,
diese Enge
nicht lange aus,
halte diesen Bauch
nicht lange aus.

Irgendwie irritierend,
dass etwas so Gutes,
so an diesem Körper reibt.

Mein Körper
war doch immer schon falsch?

Mein Name mein Pronomen
hatten sich längst angepasst.
Immer wieder erfüllt mich
diese Fülle an einzigartigen
Fettzellen mit verzerrter
Selbstwahrnehmung.
Mein Name mein Pronomen
haben es sich längst passend
gemacht.



Desz Debreceni schreibt schon seit der 7. Klasse Gedichte. Auf Klopapier, Bestellzetteln, Bierdeckeln und Servietten. Desz schreibt auch Tagebuch und schrieb Hausarbeiten und eine Masterarbeit, zahlreiche Einkaufszettel, früher ICQ Nachrichten, leidenschaftlich lange Emails in verschiedenen Sprachen und übersetzt seit ein paar Jahren literarische Texte und würde am liebsten reich werden mit Gedichte übersetzen aber das geht eigentlich nicht, also Gedichte übersetzen.

Gender – eine Abrechnung

Von Rant

#raue Sprache – sexualisierte Sprache

disclaimer: wie es bei Abrechnungen manchmal so ist, verwende ich eine sehr raue Sprache, die auch sexualisiert ist. Wenn Du weißt, dass Dich das triggert, freu ich mich, wenn Du jetzt nicht weiterliest oder gemeinsam mit einer befreundeten Person – danke für Self-care.

Ich bin nun mal ein alter Sack, relativ gesehen.

Inzwischen sind es schon einige Jahrzehnte, in denen ich mich in verkörperten Räumen aufhalte. Die Art der Körperlichkeit hat sich sehr verändert: angefangen bei feministischer Selbstverteidigung, ging es nach Zeiten von vielen Kämpfen gegen das Patriarchat in einen Entspannungsraum. Dieser Raum hat mich all die letzten zwei Jahrzehnte begleitet. Dann gab es einen sehr langen Ausflug in Tantra-Räume, da war ganz viel Körper. Was das alles genau mit der alten Tradition des Tantra zu tun hatte? Kann ich nicht beantworten.

Hinzu kamen BDSM-Räume. Kink, mhm, diese Räume, in denen zugeschriebene Rollen einfach mal so durch einen Hirnfick durchbrochen werden können. Hirnfick, energetical genitals, all das – yummie.

Mein gender hat sich in diesen Räumen im Laufe der Zeit verändert: dyke, butch, femme, tomboy, jetzt nichtbinär, oder um dieses binäre da mal rauszunehmen, genderqueer, genderfuck. Und dann kommt der Hirnfick wieder dazu, denn wie hat denn eine Person auszusehen, die gender fickt? Kann diese Frage einfach nicht beantworten. Einfach eh nicht.

Mein Begehren hat sich auch in den letzten Jahrzehnten verändert, eben sehr fluid.

War mal straight, obwohl ich immer schon ein tomboy oder ein tomgenderfluid (?) war, aber die Zwänge waren mächtig. Also da waren cis Männer und ich hab die aus einer Heteroperspektive aus begehrt (hab ich?), dann kamen die butches, oh my, da läuft mir immer wieder das Wasser im Mund zusammen, dann die dykes, auch femmes waren dabei. Und im Moment, ich gestehe, gay (mostly, aber nicht nur) MEN!

Viele Haare, viel Bart, je mehr desto besser, ein Begehren aus einer gay Perspektive.

Da stehe ich dann, mir läuft das Wasser im Mund und auch anderswo, aber wie kann das gehen, in einem Körper, der immer wieder bestätigt „weiblich“ gelesen wird.

Da macht mein Hirnfick was mit gay sex, nur wo komme ich da vor?

Da hilft mir auch keine Pronomenrunde am Anfang irgendeines Körperbewegungs-intimitätsmitsexworkshop. Da nenne ich mein Pronomen (er, mister), doch was macht das schon dabei aus, wie mich dieser hotte gay man gegenüber liest?

Das Allerschlimmste wäre, als heterosexuell und weiblich missinterpretiert zu werden (oh nein bin ich heterofeindlich jetzt?), das nächste wäre dann als lesbisch wahrgenommen zu werden.

Nichts gegen Lesben, aber wenn es dann darum geht, mit welchem gender ich ... und so ...
Ach fuck – GENAU.

Für mich ist Sex und Begehren so ne krasse Kopfsache, nicht umsonst ist unser Hirn das größte Sexualorgan. Diese Welt ist so scheißbinär und ich will da raus.

Ob ich mehr Chancen bei gay men hätte, wenn ich mehr Haare und so, also doch Testo?

Wenn es um die Frage nach Testo geht, kommt dann immer: und für wen mache ich das?
Für mich oder die anderen?

...

Die Vorstellung mit einem gay man zu sein und als Heteropaar gelesen zu werden macht mich auch nicht glücklich.

Ich sehne mich soooooo sehr danach, die Wahl zu haben, jenseits von Zuschreibungen. Ich sehne mich als genauso trans gelesen zu werden wie die Person neben mir, die sich für Hormone entschieden hat.

Mein Fetisch ist queerness, je perverser & nichtangepasster, umso besser.

Rant, (gesprochen rânt), ist in seinen Fünfzigern. Rant möchte gern genderretired sein, aber bis dahin sind es wohl noch ein paar Jährchen. Rant ist aufsteigende working class, war die erste und einzige Person aus der weiteren Familie, die jemals eine Fachhochschule von innen gesehen hat. Rant sagt von sich, „ich weiß, alter Slogan, aber so isses, I can't even think straight, mein Hirn ist dafür nicht gemacht“.



