

Podcast Buchstabensuppe: Transition

Hallo und Herzlich Willkommen zu unserer heutigen Folge über Transition, also den Prozess, den Trans*Personen manchmal durchleben, um sich ihrem Geschlecht anzugleichen. Bevor wir starten erklären wir nochmal, was Trans* genau bedeutet und wieso manche Trans*Personen transitionieren.

Was ist nochmal Trans*?

Trans*Personen sind Personen, die sich nicht mit dem Geschlecht identifizieren, dem sie bei ihrer Geburt zugewiesen wurden[Symbolbild -> denkende Person, in der Denkblase Person von hinten, die auf einem Zettel ein Venus- oder Marssymbol ankreuzt und ein Fragezeichen oder so]. Trans*Frauen sind bei ihrer Geburt meistens männlich zugewiesen worden, sie sind aber Frauen. Trans*Männer sind bei ihrer Geburt meistens weiblich zugewiesen worden, sie sind aber Männer. Außerdem gibt es noch nicht-binäre Menschen, die unabhängig vom Eintrag in ihrer Geburtsurkunde weder männlich noch weiblich sind, oder sowohl männlich als auch weiblich.

Was bedeutet ‚Passing‘?

Passing bedeutet – kurz gesagt - wie andere Menschen xs Geschlecht wahrnehmen. Das hat sehr viel damit zu tun, wie unsere Gesellschaft Männlichkeit und Weiblichkeit versteht, nämlich sehr zwanghaft und kleinkariert[der Hintergrund des Videos wird zum deutschest-denkbaren Karomuster]. Passing ist für viele Trans*Personen wichtig, um sich wohl zu fühlen, aber meistens muss eine ellenlange Checkliste von Eigenschaften erfüllt werden: Der - gesellschaftlich gesehen - "richtige" Körperbau, Brüste oder keine Brüste, die "richtige" Stimmlage, die richtige Kleidung, Bart oder nicht, Haarlänge, Makeup, all das muss zusammenwirken, damit eine Person passen kann[eine Person, die beliebige dieser Eigenschaft bekommt, oder ziemlich viele aufblappende Personen, die jeweils eine Kombination davon haben – oder, falls wir das witzig finden, Balth beliebige dieser Eigenschaften geben).

Was bedeutet Transition?

Transition bedeutet Übergang. Eine Transition ist der Prozess, in dem eine Trans*Person sich ihrem eigenen Geschlecht angleicht, deswegen werden die verschiedenen Handlungen auch ‚geschlechtsangleichende‘ oder ‚geschlechtsbestätigende Maßnahmen‘ genannt. Gleichzeitig ist die Transition auch ein Prozess, in dem eine Person sich selbst zu akzeptieren lernt. Viele Trans*Personen verspüren Dysphorie[zusätzlich herleitung einblenden, griechisch, wissenschaftlich], „das bedeutet, sie fühlen sich nicht wohl mit ihrem Körper, und oder mit der Art und Weise, wie sie von anderen Menschen angesprochen oder gesehen werden. Eine Transition kann also das Passing erleichtern und dazu beitragen, dass eine Trans*Person sich selbst wohler fühlt.

Es gibt drei Ebenen, auf denen x transitionieren kann: die soziale, die rechtliche und die medizinische. Wir schauen uns die Ebenen nun nacheinander an.

Vorher aber noch eine Bemerkung: In den Medien wird Trans* oft definiert als 'Menschen, die sich im falschen Körper gefangen fühlen'. Diese Beschreibung stimmt aber nur für einen Teil der Trans*Personen. Nicht alle Trans*Personen wollen alle von den

geschlechtsangleichenden Maßnahmen, von denen wir hier reden für sich. Manche Trans*Personen transitionieren überhaupt nicht, andere ändern nur ihren Namen und ihre Pronomen und nehmen Hormone und wieder andere machen das volle Programm. Alle diese Entscheidungen sind richtig und gut. Und: Die Formulierung ‚Geschlechtsumwandlung‘ ist veraltet und diskriminierend, deswegen verwenden wir ‚Geschlechtsangleichung‘.[streichen und ersetzen]

Soziale Transition

Die soziale Transition ist meistens der erste Schritt und beginnt oft schon nach dem Coming-Out als Trans*. Ein Teil der sozialen Transition ist das Ändern des eignen Vornamens und der eigenen Pronomen. Ein Beispiel: Alex ist nicht-binär und bittet deswegen Freund*innen und Familie darum, nicht mehr ‚er‘ als Pronomen zu verwenden, wenn sie über x sprechen, sondern das Pronomen ‚x‘ – also zum Beispiel „Alex mag Äpfel so gerne, x isst mindestens zwei am Tag!“

Einblendung: Mehr zum Thema Pronomen findest du in unserer Folge über geschlechtergerechte Sprache.

Ein weiterer Teil der sozialen Transition kann eine Änderung der Geschlechtspräsentation sein. Dazu gehören zum Beispiel Kleidung, Nagellack oder Make-Up. Ein Trans*Mann oder eine nicht-binäre Person mit Brüsten kann sich die Brüste mit einem sogenannten Binder abbinden. Dazu bieten wir bald mehr Informationen an. Für Trans*Männer gibt es außerdem noch Penis-Prothesen, die zum Beispiel dafür benutzt werden können, im Stehen zu pinkeln oder es einfach in der Öffentlichkeit so aussehen zu lassen, als hätte x einen Penis unter der Jeans. Viele Tipps dazu findest du in der Infobox.

Medizinische Transition

Alles, was über eine soziale Transition hinausgeht, ist in Deutschland durch Gesetze und Vorschriften[Symbolbild: Richterin in Robe mit Hammer wedelnd und Sprechblase: "ORDNUNG MUSS SEIN!"] geregelt. Bevor eine Trans*Person also rechtlich ihren Vornamen ändern [Liste aufbauen] oder eine geschlechtsangleichende Operation [auf die Liste] machen kann, braucht x zwei psychologische Gutachten. Das bedeutet, dass zwei Psycholog*innen bestätigen müssen, dass die Person tatsächlich trans* ist. Dazu muss jede Trans*Person ein bis anderthalb Jahre in psychotherapeutischer Behandlung sein. Manchmal ist das eine gute Idee, um über Fragen, Zweifel und Unsicherheiten zu sprechen. Dass es sich aber um einen Zwang handelt, wird von Trans*Personen und ihren Unterstützer*innen stark kritisiert.

Bevor x medizinische Schritte unternimmt, um xs Geschlecht anzupassen, ist es eine gute Idee, sich zu überlegen, ob x eines Tages Kinder bekommen[mit Fragezeichen auf die Liste] möchte und dies mit xs Ärzt*innen zu besprechen.

Ein erster Schritt ist dann für viele Trans*Personen eine sogenannte Hormonersatz-Therapie. Dazu braucht es in Deutschland nur ein kurzes Schreiben des*der Therapeut*in, die bestätigt, dass x trans* ist. Bei der Hormonersatztherapie bekommen Trans*Männer Testosteron, beispielsweise als Gel oder Spritze. Das macht ihre Stimme tiefer, lässt einen Bart wachsen und nach einiger Zeit hört die Menstruation auf. Außerdem wird die Klitoris größer. Trans*Frauen bekommen testosteronblockierende Mittel plus Östrogene. Damit werden die Gesichtszüge weicher, die Körperbehaarung weniger und Brüste fangen an zu wachsen.

Oft fordern Gutachter*innen und Gerichte, die über eine Personenstands- und Vornamensänderung entscheiden, einen sogenannten Alltagstest. Der ist nicht fest definiert, bedeutet aber oft, dass x für einen bestimmten Zeitraum vollständig in xs Geschlecht leben muss, also die entsprechende Kleidung trägt, den neuen Namen verwendet und so weiter,

ohne vorher medizinisch oder rechtlich transitioniert zu sein. Daran ist vieles problematisch, zum Beispiel ist die Chance sehr hoch, Gewalt ausgesetzt zu sein, wenn x zum Beispiel in der Gesellschaft kein eindeutiges Passing hat. Und außerdem entscheiden dann psychologische und juristische Expert*innen, die selbst nicht trans* sind und meistens auch wenig Ahnung von trans* haben, darüber, was eigentlich genau weibliche oder männliche Kleidung ist, und was nicht. Vor allem für nicht-binäre Menschen, die medizinisch oder juristisch transitionieren wollen, ist das schwierig, weil sie eben nicht in diese festgelegten Muster passen.

Medizinische geschlechtsangleichende Maßnahmen können in Deutschland von den Krankenkassen bezahlt werden, wegen des sogenannten Leidensdrucks, unter dem Trans*Personen stehen, wenn sie Dysphorie verspüren. Bei allen Maßnahmen, die keine Hormone sind, muss das aber bei der Krankenkasse beantragt werden. Aber auch das ist ein langer Prozess mit vielen Formularen und Gutachten.

Für Trans*Personen mit Brüsten kann eine sogenannte Mastektomie durchgeführt werden.[Symbolbild, Gliederpuppe, die das mechanisch kann] Das bedeutet, dass in einer Operation die Brüste entfernt oder verkleinert werden. Mit einer Operation können auch der Uterus, die Eierstöcke und/oder die Vagina entfernt werden. Dazu findest du weitere Informationen in der Infobox. Wenn x Testosteron bekommt, fängt die Klitoris an, zu wachsen. Es gibt dann die Möglichkeit, die Harnröhre in die Klitoris zu verlegen, so dass ein kleiner Penis entsteht, mit dem x auch im Stehen pinkeln kann. Es ist auch möglich, einen Penis aus der Haut im Unterarm oder Unterschenkel zu formen, allerdings ist diese Operation sehr risikoreich und wird deswegen seltener durchgeführt. Außerdem gibt es die Möglichkeit, einen künstlichen Hoden aufzubauen.

Für Trans*Frauen gibt es die Möglichkeit, den Penis zu amputieren, die Hoden zu entfernen und eine künstliche Vagina anzulegen. In der Info-Box findet ihr ein animiertes Video, in dem das gezeigt wird. Außerdem kann der Bart dauerhaft entfernt werden und durch spezielles Training kann die Stimme eines Menschen höher gemacht werden.

Trans*Kinder und Trans*Jugendliche haben die Möglichkeit – wenn ihre Erziehungsberechtigten zustimmen – Medikamente zu bekommen, die ihre Pubertät aufhalten, damit sie sich, wenn sie alt genug sind, entscheiden können, welche Maßnahmen sie selbst ergreifen wollen. Manchmal bekommen Trans*Jugendliche auch schon die Hormone während der Pubertät, damit sie die Pubertät im richtigen Geschlecht durchmachen können. Damit ist ihr passing als Erwachsene später viel besser.

Rechtliche Transition

In Deutschland gibt es das sogenannte Transsexuellengesetz, das bestimmt, wie x seinen Vornamen und seinen Personenstand, also den Geschlechtseintrag im Reisepass und in der Geburtsurkunde, ändern lassen kann. Es gibt dabei die Unterscheidung in die ‚kleine‘ und die ‚große‘ Lösung. Bei der kleinen Lösung wird nur der Vorname geändert, bei der großen Lösung der Vorname und der Geschlechtseintrag. Da diese Änderungen oft langwierige und komplizierte Prozesse sind, kannst x sich von der Deutschen Gesellschaft für Trans* und Inter*sexualität einen sogenannten Ergänzungsausweis ausstellen lassen[Symbolbild: Juhu, noch mehr Papier!], in dem schon der richtige Vorname und das richtige Geschlecht stehen. Dieser Ergänzungsausweis wird auch vom Bundesinnenministerium anerkannt. Momentan kämpfen Aktivist*innen dafür, dass es diese Möglichkeit auch für nicht-binäre Geschlechter gibt. [Einblendung: mit Urteil vom 10. Oktober hat das Verfassungsgericht hier ebenfalls rechtliche Änderungen gefordert]

Den Vornamen zu ändern ist ein gerichtliches Verfahren beim Amtsgericht. Dazu muss x einen Antrag stellen und zwei Gutachten von zwei verschiedenen Psychiater*innen vorlegen, die

vom Gericht bestimmt werden. Diese Gutachten sind aber sehr teuer. Deshalb kann x beim Gericht beantragen, dass die Kosten teilweise übernommen werden. Momentan ist nicht ganz geklärt, wie das Verfahren für Änderung des Geschlechtseintrags in Deutschland aussehen soll. Oft ist es aber gleich wie das der Vornamensänderung – deswegen kann x beides gleichzeitig beantragen. Wenn der Vornamen und der Personenstand offiziell geändert sind, kann x alle wichtigen Institutionen wie Banken und Versicherungen informieren.

Für Menschen, die sich einen geschlechtsneutralen Vornamen wünschen, ihren Personenstand aber nicht ändern wollen, zum Beispiel weil es in Deutschland nicht möglich ist, einen nicht-binären Personenstand zu haben, gibt es ein anderes Verfahren. Dazu haben wir mehr Informationen in die Infobox gepackt.

Bis 2011 gab es außerdem die Regelung, dass für eine Personenstands- und Vornamensänderung eine medizinische Geschlechtsangleichung vollzogen wurde, das bedeutet: Trans*Personen wurden gezwungen, sich zum Beispiel Penis oder die Eierstöcke entfernen zu lassen, nur damit sie den richtigen Vornamen in ihren Personalausweis stehen haben durften. Heute ist das anders, so dass theoretisch auch Männer schwanger sein können, weil sie ihren Uterus behalten haben. Wenn ein Mann allerdings mehr als 300 Tage nach einer Personenstandsänderung ein Kind bekommt wird diese wieder rückgängig. Das ist für Trans*Männer, die Kinder bekommen wollen eine diskriminierende Regelung.

Wie kannst du Trans*Personen in ihrer Transition unterstützen?

Du kannst Trans*Personen in ihrer Transition dadurch unterstützen, dass du ihren richtigen Namen und ihre richtigen Pronomen respektierst und verwendest und dich dafür einsetzt, dass auch andere das tun. Außerdem ist es wichtig, dass du nicht einfach davon ausgehst, dass eine Trans*Person alle möglichen geschlechtsangleichenden Maßnahmen unternehmen möchte, sondern vielleicht nur manche oder keine. In aller Öffentlichkeit danach zu fragen ist übrigens auch nicht cool. Wie du heute gehört hast, ist die Transition mit viel Bürokratie und Kosten verbunden, du kannst eine Trans*Person also bei Behördengängen, Briefen, Recherche und vielleicht mit etwas Geld unterstützen, wenn x das möchte oder x einfach die Möglichkeit geben, sich bei dir über den komplizierten Prozess auszuheulen.

Literatur und Quellen

Licht, Martin (2012): TM-Brevier: Das Handbuch für Transmänner. Hamburg: tredition.

Mardell, Ashley (2016): The ABC's of LGBT+. Mango Media.

Rauchfleisch, Udo (2013): Anne wird Tom, Klaus wird Lara. Transidentität/Transsexualität verstehen. Ostfildern: Patmos Verlag.

www.transmann.de [Stand Februar 2017]

Weitere Informationen:

<https://www.youtube.com/watch?v=chtulQgvFQs> Hier ein animiertes Video, das eine geschlechtsangleichende Operation für Trans*Frauen zeigt, d.h. die Entfernung von Hoden und Penis und das Anlegen einer künstlichen Vagina.

<https://transformationen.wordpress.com/2008/05/20/bruste-abbinden/> Hier eine Zusammenstellung der wichtigsten Regeln zum Thema Brüste abbinden in Bezug auf gesundheitliche Risiken.

https://www.youtube.com/watch?v=sdLD_B1_5Ww Ein Video von Dany Xy über Abbinden von Brüsten mit wichtigen Tipps!

<https://www2.gender.hu-berlin.de/ztg-blog/wp-content/uploads/2015/07/vornamens%C3%A4nderung-info-1.pdf> Hier findet ihr einen Bericht einer nicht-binären Person, die ihren Vornamen zu einem geschlechterneutralen Namen geändert hat.

<http://www.transmann.de/downloads/download-infohefte/send/2-infohefte/50-medizinisches-hysterektomie-co> In dieser Broschüre findest du viele Informationen zu den Operationen Mastektomie (die Entfernung der Brüste) und Hysterektomie (die Entfernung des Uterus).

<http://www.transmann.de/downloads/download-infohefte/send/2-infohefte/2-therapie-und-gutachten> - eine Broschüre zu den Gutachten und der Therapie. Allerdings in Teilen eventuell veraltet.

<http://www.transmann.de/downloads/download-infohefte/send/2-infohefte/19-alltagsleben-und-alltagstest-praktische-tipps-und-infos> eine Broschüre mit vielen Tipps und Tricks für den Alltagstest für Trans*Männer

<http://www.transmann.de/downloads/download-infohefte/send/2-infohefte/3-vornamens-und-personenstandsänderung> In dieser Broschüre finden sich viele Informationen zur rechtlichen Transition.

<http://www.dgti.org/ergaus1.html> Hier alle Informationen zum Ergänzungsausweis der deutschen Gesellschaft für Trans- und Intersexualität (dgti).

<https://www.transgender-network.ch/information/rechtliches/> Informationen über die rechtliche Transition in der Schweiz

<http://www.transx.at/Pub/Recht.php> Informationen über die rechtliche Transition in Österreich

<http://www.txkoeln.de/infothek/txpedia.htm> Ein Glossar über Trans* Begriffe

http://www.tsroadmap.com/physical/voice/Begleitheft_MzF-Stimmbildung_v1.0.pdf Sehr ausführliche Broschüre über das Stimmtraining für Trans*Frauen.

<http://hormonmaedchen.de/> Viele Informationen, vor allem für Trans*Frauen.