

TRANS* UND FAMILIE

**EIN RATGEBER FÜR
ELTERN UND
ANGEHÖRIGE VON
TRANS* KINDERN
UND JUGENDLICHEN**

INHALTSVERZEICHNIS

Das Sunrise	3
Einleitung	4
Warum nutzen wir gendergerechte Sprache?	5
Was ist Trans*, nicht-binär und Inter*?	6
Bedürfnisse von jungen trans* Menschen und warum Pro-nomen wichtig sind	8
Sechs Vorurteile, die trans* Kinder und Jugendliche (zu) oft zu hören kriegen	11
Informationssuche im Internet – Tipps zur Vermeidung von Stolperfallen	14
Was ist ein Coming-Out und was ist dabei zu beachten?	16
Wie gehen wir im familiären Alltag mit Trans* um?	18
Erfahrungsberichte aus dem Trans*Treff	24
Der rechtliche Weg	25
Trans* Hilfsmittel und medizinische Aspekte	27
Zusammenarbeit mit Schule und anderen Institutionen	30
Hilfestellen: Wo bekomme ich mehr Informationen und Beratung?	32
Quellen und Tipps zu weiteren Broschüren und Büchern	34
Impressum	35

DAS SUNRISE

Das Sunrise in Dortmund ist ein Jugendtreff für junge LSBPAT*INQ Jugendliche bis 23 Jahre. LSBPAT*INQ steht für lesbisch, schwul, bi, pan, dem A*Spektrum zugehörig, trans*, inter, non-binary, und queer. Im Umgang mit den queeren Jugendlichen wird besonders darauf geachtet, dass es zu keinen Diskriminierungen kommt und ein Umgang mit Gleichaltrigen mit ähnlichen Erfahrungen möglich ist, um gemeinsam an Freizeitaktivitäten und Aktionen teilzunehmen. Ein spezifischer Treff für trans* und nicht-binäre Jugendliche ist ebenfalls im Programm und soll ermöglichen, dass sich die Jugendlichen in einem Schutzraum austauschen können. Dadurch wird ermöglicht, in sicherer Atmosphäre über trans*-spezifische Themen und Erfahrungen sprechen zu können.

Durch das Sunrise werden die bestehenden Jugendfreizeiteinrichtungen in Dortmund um ein spezielles Angebot für queere Jugendliche (of Color) ergänzt.

Im Sunrise können sich queere Menschen, Fachkräfte, Eltern und Angehörige von queeren Menschen beraten lassen. Die Beratung ist lösungsorientiert und traumasensibel und hat neben den Freizeitangeboten für Jugendliche einen zentralen Stellenwert im Sunrise.

Geschulte Fachkräfte bieten unter anderem eine allgemeine Coming-out-Beratung, Trans*-Beratung, BIPOC (Black, Indigenous and People of Color)-Beratung für queere Jugendliche of Color/mit Fluchterfahrung an und unterstützen bei der Bewältigung von Gewalt- und Diskriminierungserfahrungen. Zudem bietet das Sunrise Informationsveranstaltungen zum Thema Trans* an, welche sich an Angehörige und Eltern von trans* Menschen sowie an Fachkräfte richten. Insgesamt ist das Sunrise eine Anlauf- und Fachberatungsstelle für sämtliche Fragen im Zusammenhang mit sexueller und geschlechtlicher Identität bei Jugendlichen.



EINLEITUNG

Wenn sich das eigene Kind als trans* outet, kommt es bei Eltern, Angehörigen und Erziehungsberechtigten oft zu Verunsicherungen und Sorgen:

- „Wie wird unser Kind später mal leben und wird es glücklich sein?“
- „Wie können wir unser Kind unterstützen?“
- „Wie wird die Familie und das weitere Umfeld reagieren?“
- „Ich habe das Gefühl mein Kind zu verlieren - wie kann ich damit umgehen?“
- „Wird es Probleme in der Schule geben?“

Dazu kommt eine zusätzliche Verunsicherung durch widersprüchliche Informationen zu Trans* im Internet und in den

Medien. Des Weiteren gibt es nur sehr wenige Beratungsangebote und Broschüren, die sich spezifisch an Eltern und Angehörige von trans* Kindern und Jugendlichen richten. Dadurch wird es für diese erschwert, die eigenen Sorgen und Gedanken einzuordnen, was es wiederum erschwert auch eine Unterstützung zu sein.

Um diesen Bedarf zu decken sowie Eltern und Angehörige zu entlasten, haben wir diese Broschüre verfasst. Diese soll sowohl Wissen über die Bedürfnisse von trans* Kindern und Jugendlichen vermitteln als auch praktische Tipps für den familiären Alltag geben, um das Zusammenleben zu erleichtern. Dadurch soll langfristig ermöglicht werden, dass trans* Kinder und Jugendliche mehr soziale Unterstützung in der Familie erhalten.

Durch das Sternchen bei „Schüler*innen“ fühle ich mich jetzt mitgemeint und das fühlt sich super an.

WARUM NUTZEN WIR GENDERGERECHTE SPRACHE?

Gendergerechte Sprache ist eine Form der Sprache, die alle Menschen und Geschlechter ansprechen und mit einschließen soll. In dieser Broschüre wird daher das Gendersternchen (*) verwendet.

Statt z. B. nur von Schülern zu sprechen, womit nur männliche Menschen direkt angesprochen werden, wird die Form Schüler*innen gewählt, um sowohl Jungen, Mädchen als auch Menschen anzusprechen, die sich nicht eindeutig oder gar nicht als Junge oder Mädchen definieren. Deswegen ist diese Form auch „Schülerinnen und Schüler“ vorzuziehen.

Mit dieser Sprache soll ein Gegengewicht gegen sexistische Elemente der Sprache geschaffen werden. Da beispielsweise

beim Begriff „Manager“ oft die erste Assoziation eine Gruppe von Männern ist, hilft hier die Verwendung von „Manager*innen“ auch dabei, dass sofort an eine vielfältige Gruppe von Menschen gedacht wird.

Auch das Sternchen im Begriff Trans* ist ein Platzhalter, welches alle binären und nicht-binären Trans* Menschen einschließen soll. Was Trans*, binär und nicht-binär bedeutet, wird auf der nächsten Seite erklärt. Alternativen zum Gendersternchen sind der Unterstrich wie in Lehrer_innen und der Doppelpunkt wie Ärzt:innen. Zudem ist eine neutrale Schreibweise möglich wie z. B. „Lehrkräfte“ oder „Studierende“, um einen Bezug zum Geschlecht zu vermeiden.

WAS IST TRANS*, NICHT-BINÄR UND INTER*?

Wenn sich Angehörige und Eltern das erste Mal mit dem Thema Trans* befassen, kann schnell eine Überforderung hinsichtlich der Vielzahl von Begriffen auftauchen. Hier wollen wir die wichtigsten erläutern, um den Einstieg ins Thema zu erleichtern.

WAS BEDEUTET EIGENTLICH TRANS*?

Trans* beschreibt alle Menschen, die nicht in dem Geschlecht leben oder sich als das Geschlecht identifizieren, welches ihnen bei der Geburt zugewiesen wurde.

Beispiel: Lisa wird bei der Geburt als Junge zugewiesen. Im Laufe des Lebens merkt sie, dass Junge nicht passt, sondern sie ein Mädchen ist. Lisa ist ein (trans*) Mädchen.

Meist machen Mediziner*innen die Zuweisung des Geschlechts bei Geburt am Geschlechtsteil des Kindes fest. „Zugewiesenes Geschlecht“ wird als Begriff verwendet, um Beschreibungen wie „wurde als Mann/Frau geboren“ zu vermeiden. Trans* Menschen können diese Formulierung als diskriminierend wahrnehmen.

UND WAS BEDEUTET DER BEGRIFF CIS?

Das Gegenstück von trans* ist cis, das sind Menschen, die in dem Geschlecht leben, welches ihnen bei der Geburt zugewiesen wurde.

Es ist ok, Zeit zu brauchen, um die Begriffe richtig zu lernen.



WAS IST DER UNTERSCHIED ZWISCHEN BINÄR UND NICHT-BINÄR?

BINÄR

Binär sind Menschen, die sich eindeutig als Mann oder Frau (Junge oder Mädchen) bezeichnen.

NICHT-BINÄR

Nicht-binär sind Menschen, die sich weder eindeutig als Frau noch als Mann (Mädchen oder Junge) verorten, sondern sich dazwischen bewegen, sich als beides gleichzeitig bezeichnen oder sich zu keinem Moment einem der beiden Geschlechter als zugehörig fühlen.

Beispiel: Kay wird bei der Geburt als Mädchen zugewiesen. Im Laufe des Lebens merkt Kay, dass „Mädchen“ nicht passt. Kay merkt aber auch, dass „Junge“ ebenso wenig passend ist. Kay verortet sich zwischen den beiden binären Geschlechtern „Frau“ und „Mann“ und ist nicht-binär.

WAS BEDEUTET INTER*?

- Inter* beschreibt Menschen, die aus medizinischer Sicht nicht eindeutig dem männlichen oder dem weiblichen Geschlecht zugeordnet werden können.
- Inter* Menschen werden nach wie vor und im Säuglings- oder Kindesalter operiert oder medikamentös behandelt, um sie geschlechtlich „eindeutig“ zu machen, ohne dass sie die Möglichkeit haben, in so eine Behandlung einzuwilligen.
- Inter* Menschen können Männer, Frauen oder nicht-binär sein.
- Inter* und Trans* gelten medizinisch und rechtlich als unterschiedliche Dinge.



BEDÜRFNISSE VON JUNGEN TRANS* MENSCHEN, UND WARUM PRONOMEN WICHTIG SIND

Eine der ersten Fragen, die sich viele Eltern und Angehörige von trans* Kindern und Jugendlichen stellen: Wie kann ich mein Kind unterstützen?

Gleichzeitig kommen auch Sorgen und Unsicherheiten auf, was der richtige Weg sein könnte und welche Fehler bei einer Unterstützung gemacht werden können.

Wichtig für den Anfang ist es, die Geschlechtsidentität des Kindes ernst zu nehmen und zu respektieren. Da können konkrete Aussagen helfen wie:

**„Ich unterstütze dich bei deinem Weg!“
„Ich nehme dich und deine Identität ernst!“**

Eigene Sorgen und Unsicherheiten sollten auch ernst genommen werden, weil diese den Umgang mit trans* Kindern und Jugendlichen beeinflussen können. Hier kann es ratsam sein, eine Beratung oder den Austausch in Angehörigengruppen zu nutzen, in der diese Sorgen besprochen werden können.

WORAUF IST BEIM PRONOMEN ZU ACHTEN?

- Binäre trans* Menschen wählen oft das Pronomen ihrer Geschlechtsidentität, also „er“ bei trans* Männern oder „sie“ bei trans* Frauen
- Nicht-binäre trans* Menschen können sowohl eins der binären Pronomen wählen, oder auch beide, keins oder ein geschlechtsneutrales Pronomen
- Beispiele für geschlechtsneutrale Pronomen sind: xier, sier, dey

- Im Englischen hat sich das Pronomen „they“ etabliert, dies verwenden auch einige nicht-binäre Menschen in Deutschland
- Um die Situation für alle trans* Menschen zu erleichtern, wäre es am besten, wenn sich die Frage nach Pronomen normalisiert, so dass auch cis Menschen diese bei einer Vorstellung nennen

Wie es sich anfühlen kann, wenn das falsche Pronomen verwendet wird...




Wie es sich anfühlen kann, wenn das richtige Pronomen verwendet wird...





TIPPS FÜR DEN ANFANG

- 
- Wenn ein trans* Kind noch nicht weiß, wie es sich geschlechtlich definiert, sollten Eltern und Angehörige eine neutrale Unterstützung zur eigenen geschlechtlichen Selbstfindung liefern und keinen Druck bezüglich geschlechtlicher Rollenerwartungen aufbauen
 - Neutrale Unterstützung kann z.B. erstmal bedeuten, trans* Kindern und Jugendlichen bei der Suche nach Informationen und Beratungsangeboten zu helfen, sowie auch zuzuhören und aktuelle Bedürfnisse zu erfragen
 - Wichtig ist es, die Bedürfnisse des Kindes ernst zu nehmen und auch vor allem dem Wunsch nach Verwendung des korrekten Namens und Pronomens nachzukommen
 - Sowohl bei binären als auch nicht-binären trans* Kindern sollte weder in Aussehen noch Verhalten abverlangt werden, dass sie Geschlechterstereotypen oder klassischen Geschlechterrollen entsprechen

SECHS VORURTEILE, DIE TRANS* KINDERN UND JUGENDLICHE (ZU) OFT ZU HÖREN KRIEGEN

1. "DAS KIND WILL NUR AUFMERKSAMKEIT"

Dieser Eindruck kann bei Eltern und Angehörigen entstehen, wenn für sie das Coming-Out des trans* Kindes sehr plötzlich kam. Diese "Plötzlichkeit" liegt aber eher daran, dass Angst vor dem Coming-Out bestand oder die eigene Identität verdrängt wurde.

Ein Problem ist auch eine Gleichsetzung mit anderen Hobbies. Bei Trans* geht es aber um die Identität und somit um eine ganz andere Ebene als bspw. die Zuordnung zu einer Subkultur. Deshalb ist "Punk sein" und "Trans*" nicht miteinander gleichzusetzen.

2. "ES IST NUR EINE PHASE"

Diesen Satz hören viele trans* Kinder und Jugendliche nach ihrem Coming-Out. Es kursieren zudem Mythen, die besagen, dass Trans* bei den meisten Kindern und Jugendlichen nur

eine Phase ist. Um diese Mythen zu untermauern, werden Studien angeführt, die von hohen Abbruchquoten bei trans* Kindern und trans* Jugendlichen berichten, mit Quoten bis zu 80 %. Aktuelle Studien und auch die Erfahrungen von vielen Behandler*innen aus Deutschland, die auf trans* spezialisiert sind, können dies aber nicht bestätigen. Hier wird von einer sehr geringen Quote ausgegangen.

Warum also dieser Unterschied? Grundlage für die erstgenannten hohen Abbruchquoten ist der Fakt, dass bei diesen Kindern jedes Kind mit nicht geschlechtskonformen Verhalten als trans* eingeordnet wird - insofern werden sehr viele Fälle erfasst, die letztendlich gar keinen oder keinen offiziellen Trans*Weg gehen. Auch nicht-binäre trans* Menschen wurden vielfach zur Abbruchquote mit dazugezählt.

3. "WENN DU EIN JUNGE BIST, MUSST DU AUCH FUSSBALL SPIELEN"

Dies ist ein Stereotyp, welches oft an junge trans* Menschen herangetragen wird. Nicht jeder Junge spielt gerne Fußball und Fußball zu spielen macht einen Menschen nicht mehr oder weniger männlich. Manche trans* Jungen spielen gerne Fußball und manche nicht, genau wie die cis Jungen.

4. "WENN DU EIN MÄDCHEN BIST, SOLLTEST DU AUFHÖREN, AUTOS ZU MÖGEN"

Auch das ist ein Stereotyp und für trans* Kinder und Jugendliche besonders schädlich, wenn verlangt wird, vorherige Hobbies und Interessen aufzugeben, um sich Geschlechterstereotypen anzupassen. Um dem ohnehin schon vorhandenen Druck, gesellschaftlichen Erwartungen an Geschlechterrollen zu entsprechen, abzuschwächen, wäre es hier unterstützend, darauf hinzuweisen: „Du bist dein Geschlecht, egal welche Hobbies und Interessen du verfolgst.“

5. "DU BIST ERST DEIN GESCHLECHT, WENN DU DICH KÖRPERLICH VERÄNDERT HAST"

Das ist eine falsche Annahme und sehr problematisch, da nicht jeder Trans*-Weg körperliche Angleichungen beinhaltet. Sowohl binäre als auch nicht-binäre trans* Menschen können sich für oder gegen hormonelle und medizinische Maßnahmen entscheiden. Manche Menschen bevorzugen z. B. nur die Durchführung von rechtlichen Maßnahmen, aber keine medizinischen Maßnahmen, die den Körper verändern. Die individuellen Bedürfnisse eines trans* Menschen sind ent-



scheidend, somit kann nicht von außen beurteilt werden, welcher Eingriff „nötig“ oder „unnötig“ ist. Daher ist es wichtig, keinen Druck hinsichtlich Angleichungen aufzubauen. Insofern ist eine körperliche Dysphorie auch keine Voraussetzung, um trans* zu sein. Dysphorie beschreibt körperliches oder soziales Unwohlsein, das durch Erwartungen und Geschlechterrollen und dem damit verbundenen gesellschaftlichen Druck verstärkt wird.

6. "NUR WENN DU ES IM KINDESALTER SCHON WUSSTEST, BIST DU WIRKLICH TRANS*"

Das ist ebenfalls eine falsche Annahme. Ein trans* Mensch kann sich in jedem Alter der eigenen Identität bewusst werden, auch wenn es in der Kindheit noch keine Gedanken oder Anzeichen für Trans* gab. Dies kann teilweise an Kompensations- und Verdrängungsprozessen liegen. Deshalb kann Trans* für Angehörige und Eltern sehr überraschend und plötzlich auftauchen.



INFORMATIONSSUCHE IM INTERNET TIPPS ZUR VERMEIDUNG VON STOLPERFALLEN

Wenn Eltern oder Angehörige das erste Mal im Internet nach Informationen zum Thema Trans* suchen, kann es für sie sehr schwierig sein, zu erkennen, welche Quellen hilfreiches Wissen liefern und welche nicht.

Auch tauchen in größeren Medien wie Zeitungen und Online-Magazinen vielfach Artikel auf, die über Trans* und trans* Menschen berichten. Hier besteht leider oft das Problem, dass diese Artikel aus der Sicht der Trans*Community problematisch sind. Mit dem Begriff Trans*Community wird die Gesamtheit aller Individuen, Organisationen und Institutionen bezüglich Trans* bezeichnet, welche durch politische und soziale Ziele verbunden sein können. Die Trans*Community hat auch eigene Angebote im Bezug auf Beratung und Informationsquellen, die das Ziel einer besseren gesellschaftlichen Akzeptanz und Unterstützung von trans* Menschen haben.



MERKMALE, UM PROBLEMATISCHE ARTIKEL ZU ERKENNEN:

- Reißerische Überschrift, die auch aus dem Zusammenhang gerissen sein kann, wie beispielsweise "Trans* ist nur ein Trend"
- Inhalt meist von allgemeiner Skepsis geprägt. Wenn überhaupt Expert*innen befragt werden, dann meist welche, die dem Thema Trans* gegenüber sehr kritisch stehen
- Fokus auf leidvolle Einzelschicksale, die auf die Allgemeinheit der trans* Menschen übertragen werden
- Bezug zu häufigen Sorgen von Eltern, die unsicher bezüglich hormoneller und operativer Maßnahmen bei jüngeren trans* Menschen sind

FRAGEN, DIE ELTERN UND ANGEHÖRIGE SICH BEIM LESEN VON ARTIKELN STELLEN SOLLTEN

- Wer wird als Quelle für die Informationen genannt?
- Wird ausgewogen über das Thema Trans* berichtet?
- Habe ich verschiedene Artikel verglichen und hier auch auf Ressourcen und Quellen aus der Trans*Community geachtet?
- Wird respektvoll über die Identität und Bedürfnisse von trans* Kindern und Jugendlichen geschrieben?
- Werden die Vorurteile, die im vorherigen Abschnitt genannt wurden, reproduziert?

Im Anhang finden sich Verweise zu weiteren Informationsquellen und Büchern. Weiterhin kann es helfen, bei Beratungsstellen nach weiteren Informationen zu fragen oder darum zu bitten, bei der Suche nach Informationen zu unterstützen.

WAS IST EIN COMING-OUT UND WAS IST DABEI ZU BEACHTEN?

Beim Coming-Out kann zwischen einem inneren und einem äußeren Coming-Out unterschieden werden.

Das innere Coming-Out beschreibt den Moment, wenn trans* Kinder oder Jugendliche sich selbst über die geschlechtliche Identität bewusst werden.

Das äußere Coming-Out beschreibt den Prozess, wenn trans* Menschen diese Erkenntnis auch mit anderen Menschen in ihrem Umfeld teilen.

Es muss nicht immer das "eine große Coming-Out" geben, oft gibt es auch viele kleine Coming-Outs. Bei manchen Menschen oder in bestimmten Umfeldern wollen sich trans* Menschen auch erstmal nicht outen. Nicht-binäre Menschen müssen sich möglicherweise immer wieder outen, wenn sie neue Menschen kennenlernen. Die Entscheidung, dass sich ein Mensch in einer bestimmten Situation outen will, ist ganz allein diesem Menschen überlassen und das ist auch unbedingt zu respektieren.

Für trans* Kinder und Jugendliche kann es eine schwierige Entscheidung sein, bei wem sie sich zuerst outen. Das können Eltern und Angehörige sein, aber es ist auch möglich, dass Freund*innen oder betreuende Menschen in Schule und anderen Einrichtungen die ersten Ansprechpartner*innen sind. Eltern und Angehörige sollten es aber nicht persönlich nehmen, wenn sich Kinder und Jugendliche erst bei anderen Menschen outen.

Angehörige und Eltern können in die Rolle kommen, dass sie Unterstützung bei der Planung und Umsetzung weiterer Coming-Outs leisten. Hier ist es wichtig, ein Fremd-Outing zu vermeiden. Das bedeutet, dass ohne Zustimmung eines Menschen die Information über die Geschlechtsidentität nicht an andere Menschen weitergeleitet werden sollte. Auch Menschen innerhalb der Familie oder

Freund*innen bilden hier keine Ausnahme. Weiterhin sollte kein Druck beim Coming-Out aufgebaut werden.

UNTERSTÜTZUNG BEIM COMING-OUT

- Wo sich trans* Kinder und Jugendliche outen möchten, bestimmen sie am besten selbst.
- Ratsam ist es, erst diejenigen Umfeldler zu wählen, in denen eine höhere Akzeptanz vermutet wird.

Beispiel: Es wird davon ausgegangen, dass die Großeltern keine Probleme haben werden. Dann sollte zuerst dort das Coming-Out durchgeführt werden - und erst danach in der Schule, wenn in diesem Fall mehr Probleme vermutet werden.

- Ist in einem Bereich von mehr Problemen auszugehen, sollten Fachkräfte oder Vertrauenspersonen aus der Einrichtung oder dem sozialen Umfeld mit in die Planung involviert werden. Hier ist aber das Einverständnis des betreffenden trans* Menschen unbedingt erforderlich. In einer Schule kann das z.B. die Schulsozialarbeit sein
- Begleitung anbieten, wenn z.B. ein Gespräch mit betreuenden Menschen wie Lehrer*innen oder Sozialarbeiter*innen ansteht.



WIE GEHEN WIR IM FAMILIÄREN ALLTAG MIT TRANS* UM?

- Der familiäre Alltag kann sich durch das Coming-Out eines trans* Kindes erstmal verändern und so auch verstärkt von anderen Familienmitgliedern wahrgenommen werden.
- Das kann beispielsweise bedeuten, dass viel über das Thema Trans* geredet und diskutiert wird. Außerdem kann es Zeit benötigen, bis sich Familienmitglieder an den neuen Namen und das Pronomen gewöhnt haben. Diese Aspekte sind für trans* Kinder und Jugendliche aber ebenfalls sehr anstrengend. Es ist wichtig, zu signalisieren, dass die Bedürfnisse von trans* Kindern und Jugendlichen nicht gegenüber anderen Familienmitgliedern hinten anstehen und als anstrengend erlebt werden.
- Das Coming-Out und Aspekte des Trans*-Weges können dazu führen, dass erstmal einiges an Mühe und Zeit investiert wird. Aber nach einiger Zeit wird sich die Situation wieder normalisieren. Routine und ein gewohnter Familienalltag können wieder entstehen. Der Zusammenhalt der Familie kann sich durch die gemeinsam gemeisterte Situation auch deutlich verbessern, genauso wie das deutlich gesteigerte Wohlbefinden von trans* Kindern und Jugendlichen sich auch positiv auf das Lebensgefühl der Familie auswirken kann.



HÄUFIGE PROBLEMSITUATIONEN UND MÖGLICHE LÖSUNGEN:

“MIR FÄLLT ES SEHR SCHWER, DAS TRANS*SEIN MEINES KINDES ZU AKZEPTIEREN, WÄHREND MEIN PARTNER WENIGER PROBLEME HAT.”

Das Gefühl vom Verlust des eigenen Kindes, sowie entsprechende Gedanken, können bei Eltern und Angehörigen auftreten.

Dieses Gefühl sollte zugelassen und nicht verdrängt werden, gleichzeitig ist es auch wichtig, zu erkennen, dass das Kind noch der gleiche Mensch ist und es jetzt möglich ist, das Kind in der eigenen Identität kennenzulernen.

Dieser Vorgang braucht Zeit und es kann förderlich sein, eine spezifische Beratung für dieses Thema in Anspruch zu nehmen.

Das kann zu Konflikten führen und das Gefühl entstehen lassen, dass Elternteile und Angehörige gegeneinander arbeiten.

Hier ist hilfreich, wenn sich Angehörige und Eltern die nötige Zeit zum Verständnis nehmen und versuchen, auf einem gemeinsamen Level zu kooperieren, damit der Stress innerhalb der Familie sinkt und dies nicht die Situation des trans* Kindes noch weiter verschlechtert.

Beispielsweise sollten Angehörige, welche größere Probleme mit der Akzeptanz oder dem Umgang haben, vermehrt Beratung suchen.

“ICH HABE DAS GEFÜHL MEIN KIND ZU VERLIEREN, WIE KANN ICH DAMIT UMGEHEN?”

“WIR WISSEN NICHT, WIE WIR ES DEN JÜNGEREN GESCHWISTERN ERKLÄREN KÖNNEN - DIE KÖNNEN DAS NOCH GAR NICHT NACHVOLLZIEHEN.”

Leben trans* Kinder mit den Geschwistern zusammen, kann es förderlich sein, diese zeitnah zu informieren, um mögliche Konfliktsituationen und ungewollte Fremd-Outings zu vermeiden.

Hier sollte eine altersgerechte Kommunikation des Themas erfolgen und auch Geschwister brauchen Zeit und Fürsorge im Rahmen des Verarbeitungsprozesses.

Bei besonders jungen Geschwistern können z.B. queere Kinderbücher helfen, die das Thema Trans* erläutern. Hierzu findet sich auch ein Buchtipp im Anhang.

Wenn ablehnende Haltungen von Geschwistern und anderen Angehörigen auftauchen sollten, ist es wichtig, dies sofort zu unterbinden, um die betreffenden trans* Kinder und Jugendlichen zu schützen.

Danach sollte herausgefunden werden, woher diese Haltungen kommen und nach einer Lösung zur Verbesserung der Akzeptanz gesucht werden.

“DIE GESCHWISTER HABEN EIN PROBLEM DAMIT, DASS TRANS* IN DER FAMILIE EIN SO GROSSES THEMA IST UND RESPEKTIEREN DIE GESCHLECHTS-IDENTITÄT NICHT.”

“WIR HABEN ANGST, DASS DIE GROßELTERN EIN PROBLEM MIT DEM TRANS*SEIN DES KINDES HABEN UND ES NICHT MEHR AKZEPTIEREN.”

Diese Befürchtung kann eine Grundlage haben, wenn die generelle Akzeptanz gegenüber trans* Menschen in einer Generation deutlich geringer war und das möglicherweise deren Einstellung geprägt hat. Es sollte aber nicht generell davon ausgegangen werden, dass ältere Menschen dem Thema negativ gegenüberstehen.

Hilfreich kann es sein, zu vermitteln, dass es dem Kind in der richtigen Geschlechtsidentität deutlich besser gehen wird. Es sollte ein individueller Fokus auf die Wichtigkeit der Beziehung der älteren Familienmitglieder und dem Kind gelegt werden.

Wenn es bei einzelnen Familienmitgliedern nicht möglich ist, eine langfristige Akzeptanz zu erreichen, ist aber auch eine Einschränkung oder ein Abbruch des Kontakts eine Lösung. Hier sollte auf die Bedürfnisse des trans* Kindes geachtet werden.



BEISPIELSSITUATIONEN MIT GESCHWISTERN

- Fühlt sich ein Geschwister vernachlässigt und nicht in den eigenen Bedürfnissen gesehen? - Mögliche Lösung: Bedürfnisse erfragen und diese ernst nehmen
- Gibt es eine generell ablehnende Haltung gegenüber Trans*? - Mögliche Lösung: Aufklären und anbieten, dass Geschwister auch Beratung erhalten können
- Nimmt das Geschwister die Identität des trans* Kindes nicht ernst? - Mögliche Lösung: Vermehrt gemeinsame Gespräche anbieten und zwischen den beiden Parteien vermitteln

WARUM FAMILIENFEIERN BESONDERS ANSTRENGEND SEIN KÖNNEN

- Ohne ein Coming-Out vor der gesamten Familie können trans* Kinder und Jugendliche auf einer Familienfeier nicht in der eigenen Identität auftreten
- Nach einem Coming-Out kann die Akzeptanz unter den Familienmitgliedern sehr unterschiedlich sein
- Angst vor blöden Sprüchen und negativen Reaktionen
- Tipp: Bedürfnisse erfragen und zur Wahl stellen, ob und wie ein*e Kind/Jugendliche*r Familienfeiern besuchen möchte



NICHTS HILFT?

Wenn nach Erschöpfung aller Handlungsmöglichkeiten nicht gewährleistet werden kann, dass ein trans* Kind oder der/die trans* Jugendliche im Rahmen der Familie ein normales und/oder sicheres Leben führen kann, ist es ratsam, das zuständige Jugendamt einzuschalten und Optionen für eine alternative Unterbringung zu suchen. Mittlerweile entstehen in Deutschland immer mehr queere Wohngruppen, in denen trans* Kinder und Jugendliche die Möglichkeit erhalten, ihre Identität nach ihren Vorstellungen auszuleben und andere trans* Menschen kennenzulernen.

Für mehr Infos kann sich an Beratungsstellen gewandt werden.

ERFAHRUNGSBERICHTE DER JUGENDLICHEN AUS DEM TRANS* TREFF

Meistens war mein Coming-Out gut, vor allem in Freundeskreisen, da ich mir immer Zeit nahm, deren Stellung bezüglich des Themas zu erfahren, bevor ich mich outete. Bei meiner Familie hingegen war das Ergebnis eher demotivierend, da die Reaktionen eher negativ ausfielen. Meine tendenziell eher konservative Familie hat es eher aufgenommen wie ein Edelgas Elektron, also gar nicht. Das Thema wurde komplett unter den Teppich gekehrt und verstaubt seit jeher.
(Liv, 16, weiblich)

Wie meine Familie es aufgefasst hat, weiß ich nicht, da meine Mutter nicht viel darüber versteht und mein Vater keine große Hilfe ist. Nachdem ich mich geoutet habe, sagte er mir nur, dass wir darüber reden, wenn ich wieder zuhause bin, aber es kam nichts mehr von ihm.
(Mike, 17, Pronomen: Er)

Meinen Eltern und meiner Schwester habe ich einen Brief geschrieben, in dem ich mich geoutet habe. Sie akzeptieren es, dass ich trans* bin, nennen mich aber weiterhin bei meinem „Mädchennamen“, obwohl mein Outing schon 8 Monate her ist. Sie versuchen es nicht mal und tun so, als wäre nie etwas gewesen. Mein Vater denkt, es sei eine Phase. Ich wünsche mir eine tolerantere Gesellschaft!
(Sam, 15, Männlich)

Mein Coming-out war für mich relativ schwer, weil ich mit meinen Eltern nicht dieses Verhältnis habe, über alles zu reden.
(Anonym)

Ich habe mich mit 14 bei meinem Vater geoutet. Er hat es sehr gut aufgenommen und liebt mich weiterhin als sein Kind. Meine Mutter hingegen akzeptiert mich nicht mehr als ihr Kind und hat lieber jede Beziehung (zu mir) damals zerstört. [...]
(Leo, 17)

[...]Am Anfang hat meine Familie gedacht, dass es nur eine Phase ist, aber jetzt glauben sie mir.
(Max, 14, Männlich)

DER RECHTLICHE WEG

Für trans* Kinder und Jugendliche kann im Verlauf ihres Trans*-Weges das Bedürfnis auftreten, auf ihrem offiziellen Ausweisdokument den Namen und/oder Personenstand (männlich/weiblich/divers) ändern zu lassen. Dies kann das Leben in der eigenen Geschlechtsidentität vereinfachen bzw. erst ermöglichen.

Eine Möglichkeit der Änderung des Namens und des Geschlechtseintrags ist der Weg der Vornamens- und Personenstandsänderung (VÄ/PÄ), nach Transsexuellengesetz (TSG). Seit einem Gerichtsurteil im Jahr 2020 ist auch eine Änderung des Geschlechtseintrags in „divers“ möglich. 2023 soll ein Selbstbestimmungsgesetz kommen, welches die Änderung des Vornamens und Personenstands deutlich vereinfachen wird.

Für die Änderungen nach TSG existiert kein Mindestalter, bei Jugendlichen unter 18 Jahren ist aber das Einverständnis der Eltern bzw. Sorgeberechtigten notwendig. Für Menschen mit geringem Einkommen ist es möglich, die hohen Kosten durch einen Antrag auf Prozesskostenhilfe zu senken. Für trans* Menschen und besonders für Kinder und Jugendliche stellt das Verfahren aber einen enormen Ressourcenaufwand dar und deswegen ist hier eine Unterstützung besonders notwendig.

Mehr Informationen findet sich in unserer **Broschüre „Trans*Relevanz“** und in den weiteren Informationsquellen im Anhang. Hier ist



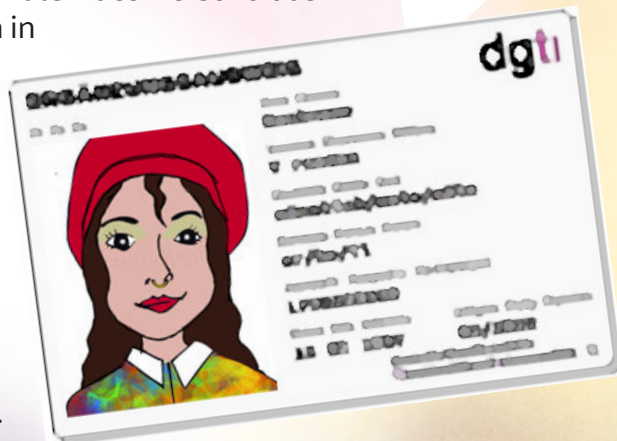
es ratsam, nach aktuellen Informationen im Internet zu suchen, aufgrund der bereits angesprochenen rechtlichen Änderungen.

ERGÄNZUNGS AUSWEIS DER DGTI E.V.

Bei der dgti e.V. (Deutsche Gesellschaft für Transidentität und Intersexualität e.V.) ist es möglich, einen sogenannten Ergänzungsausweis zu beantragen. Dieser bietet eine Möglichkeit, sich schon vor der rechtlichen Änderung des Vornamens und des Personenstandes, durch den Ergänzungsausweis mit dem eigenen Namen sowie der eigenen Geschlechtsidentität eindeutig auszuweisen. Der Ergänzungsausweis ist mit den Daten des Personalausweises verknüpft und kann in vielen Situationen statt diesem vorgelegt werden.

Gerade für Trans* Kinder und Jugendliche kann dieser Ausweis ein wichtiger erster Schritt sein, um ein Dokument mit dem eigenen Namen und Pronomen zu erhalten. Dies kann das psychische Wohlbefinden und Selbst-

bewusstsein deutlich steigern. Es wird auch ein Ausprobieren ermöglicht, um herauszufinden, wie es sich anfühlt, einen gewünschten Namen und Pronomen in verschiedenen Situationen zu verwenden und dafür auch ein Ausweisdokument zu besitzen.



TRANS*HILFSMITTEL UND MEDIZINISCHE ASPEKTE

Für trans* Menschen kann das Bedürfnis entstehen, bestimmte Aspekte ihres Körpers an ihre Geschlechtsidentität oder ihr gewünschtes körperliches Idealbild anzugleichen. Das kann z. B. bedeuten, dass ein trans* Mann gerne Hormone nehmen möchte, damit ein Bart wächst, oder ein trans* Mädchen Hormone einnehmen möchte, damit eine Brust wächst. Auch nicht-binäre Menschen können sich Behandlungen wünschen, um sich körperlich wohler zu fühlen.

HILFSMITTEL FÜR TRANS* MENSCHEN GEGEN KÖRPERLICHES UNWOHLSEIN

- Hilfsmittel können trans* Menschen helfen ohne medizinische Maßnahmen ihr körperliches Unwohlsein zu reduzieren. Dieses Unwohlsein wird bei trans* Menschen auch als (körperliche) Dysphorie bezeichnet.
- Das können alltägliche Dinge wie eine bestimmte Kleidung oder Make-Up sein.
- Außerdem gibt es Hilfsmittel, die speziell für trans* Menschen hergestellt werden, wie z. B. Brusteinlagen, um eine Brust zu erzeugen oder Brustabbinder - auch Binder genannt - um Brüste optisch zu reduzieren.
- Binder helfen vielen trans* Menschen dabei, sich in verschiedenen Situationen deutlich wohler zu fühlen. Angehörige und Eltern reagieren hier manchmal mit Sorgen, da sie Gesundheitsrisiken vermuten. Bei einer verantwortungsvollen Nutzung sind diese Risiken aber gering bis gar nicht vorhanden.



Derartige Eingriffe sind auch für viele trans* Kinder und Jugendliche relevant. Angehörige und Eltern reagieren hier oft mit den größten Sorgen. Vor allem aus Angst, dass das Kind mögliche Eingriffe bereuen könnte oder dass es negative gesundheitliche Folgen durch Behandlungen und Operationen geben könnte. Neben dem oft genannten Aspekt des Bereuens möglicher Entscheidungen, sollte auch an den Schaden gedacht werden, der entsteht, wenn ein trans* Kind nicht behandelt wird. Einem sehr großen Teil von trans* Menschen geht es nach der Durchführung von derartigen Eingriffen deutlich besser.

Die Kosten für Eingriffe werden von der Krankenkasse übernommen, sind aber mit einer anstrengenden und zeitaufwändigen Begutachtung durch Behandler*innen verbunden. Leider übernehmen die Krankenkassen nach den aktuellen Richtlinien nur die Behandlungen für binäre trans* Menschen. Hier brauchen besonders junge trans* Menschen Unterstützung bei der Informationssuche im Hinblick auf mögliche Behandlungen und Operateur*innen. Insofern kann es auch für Angehörige sinnvoll sein, sich umfassend über die Wirkungen, Risiken und Veränderungen, die durch Hormone und operative Eingriffe erzeugt werden, zu informieren.

Welche Behandlungen oder Operationen ein trans* Jugendlicher durchführen will, ist ganz allein die Entscheidung des Menschen. Ob ein Eingriff notwendig ist oder nicht, kann nicht durch Angehörige oder Eltern bestimmt werden. Wichtig ist aber eine neutrale familiäre Unterstützung bei der Entscheidungsfindung. Bei trans* Menschen unter 18 Jahren bedarf es zudem das Einverständnis der

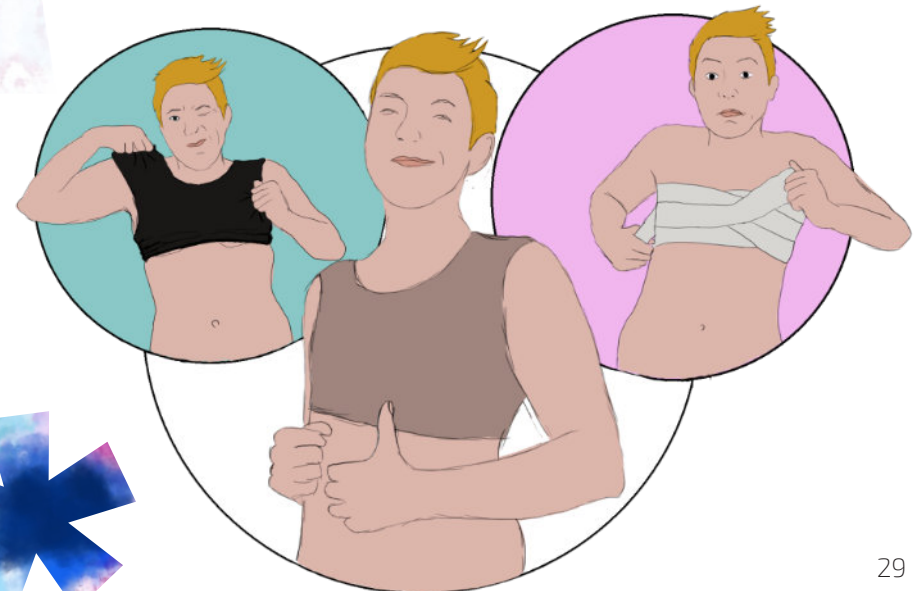
Eltern oder Erziehungsberechtigten.

Angehörige können sich in Bezug auf ihre Sorgen und Bedenken bei möglichen Eingriffen ebenfalls beraten lassen oder Selbsthilfegruppen aufsuchen.

Weiterführende Informationen zu einzelnen Eingriffen und damit verbundenen Aspekten finden sich in den Büchern, die im Anhang genannt werden.

KLEINES 1 X 1 DES SICHEREN UND GESUNDEN BINDENS:

- Einen Binder nie so eng tragen, dass es schwerfällt, darin zu atmen.
- Den Binder nicht länger als 12 Stunden an einem Tag tragen.
- Den Binder nicht beim Schlafen tragen.
- Bei Atemproblemen oder Muskelkrämpfen den Binder sofort ausziehen.



ZUSAMMENARBEIT MIT SCHULE UND ANDEREN INSTITUTIONEN

Wenn es aus verschiedenen Gründen (wie z. B. einem Coming-Out) nötig ist, mit Schulen, Kitas oder anderen Einrichtungen zu kommunizieren, ist es hilfreich, vorher herauszufinden, ob es Fachkräfte wie Sozialarbeiter*innen gibt, die Ansprechpersonen für das Thema Trans* sind.

Wenn eine Fachkraft gerne Unterstützung leisten möchte, aber Wissen zum Thema Trans* fehlt, kann es helfen, die Fachkraft an eine Beratungsstelle zu verweisen, um eine optimale Unterstützung zu gewährleisten.

Um in so einem Fall den anfänglichen Informationsbedarf zu decken, haben wir die **Broschüre „Trans*Relevanz - Grundlagen und praktische Tipps für Fachkräfte“** veröffentlicht. Diese vertieft die

HABE ICH DIE RICHTIGE ANSPRECHPERSON GEFUNDEN?

- Fühlen wir/ich und unser/mein Kind uns wohl und sicher im Umgang mit der Fachkraft?
- Wird respektvoll und einfühlsam mit der Identität des Kindes umgegangen?
- Gibt es Erfahrungen und Wissen zum Umgang mit trans* Kindern und Jugendlichen?
- Falls nicht: Wird bei fehlenden Informationen die Unterstützung von Beratungsstellen genutzt?

Punkte der aktuellen Broschüre und erweitert diese um zusätzliche Informationen und um Aspekte, die besonders für Fachkräfte relevant sind. Auch für Eltern und Angehörige, die nach dem Lesen dieser Broschüre noch mehr Informationen haben wollen, ist sie bestens geeignet. Die Broschüre beinhaltet unter anderem ein umfangreiches Glossar, welches bei dem Verständnis relevanter Begriffe helfen kann und dient somit auch als Nachschlagewerk. Im Anhang wird erwähnt, wo die Broschüre bestellt und heruntergeladen werden kann. Dort finden sich auch weitere Hilfestellen und noch mehr Literatur zum Thema Trans*.

Die Unterstützung des sozialen Umfelds und vor allem von Eltern und Angehörigen ist enorm wichtig für das Wohlbefinden und Selbstbewusstsein von jungen trans* Menschen. Mit Sensibilität im Umgang, einer unterstützenden Haltung und einem Verständnis für Bedürfnisse und Probleme können Angehörige und Eltern einen großen Beitrag leisten, um trans* Kinder und Jugendliche auf ihrem Weg zu begleiten. Wir hoffen, dass die Informationen dieser Broschüre Ihnen weiterhelfen konnten eigene Sorgen und Unsicherheiten zu reduzieren und so ein Beitrag für eine bessere Unterstützung von trans* Kindern und Jugendlichen erreicht werden konnte. Vielen Dank an alle Leser*innen der Broschüre.





HILFESTELLEN: WO BEKOMME ICH MEHR INFORMATIONEN UND BERATUNG?

Trans*Beratung im Sunrise Dortmund

www.sunrise-dortmund.de
Terminvereinbarung unter trans@sunrise-dortmund.de

Beratung von trans* Menschen, Angehörigen und Fachkräften
Regelmäßige Infoveranstaltungen zu Trans* für Angehörige und Fachkräfte, aktuelle Termine immer unter sunrise-dortmund.de

Trans*Treff im Sunrise Dortmund

Termine unter www.sunrise-dortmund.de

Eine Auflistung weiterer Jungentreffs ist zu finden unter:
www.queere-jugend-nrw.de

NGVT* NRW

www.ngvt.nrw
info@ngvt.nrw
Auflistung von Beratungsstellen und Selbsthilfegruppen zum Thema Trans* in NRW

Bundesverband Trans* e.V. (BVT*)

www.bundesverband-trans.de
info@bv-trans.de
Umfangreiche Sammlung an Informationen zu Trans*

dgti Deutsche Gesellschaft für Transidentität und Intersexualität e.V.

www.dgti.org
Anlaufstelle zur Beantragung des Ergänzungsausweises

TraKiNe - Trans-Kinder-Netz e.V.

www.trans-kinder-netz.de
info@trans-kinder-netz.de
Elternberatung und Informationssammlung zu Trans* im Kindes- und Jugendalter

QUELLEN UND TIPPS ZU WEITEREN BROSCHÜREN UND BÜCHERN

Trans*Relevanz – Grundlagen und praktische Tipps für Fachkräfte

- herunterladbar unter sunrise-dortmund.de und bestellbar unter info@sunrise-dortmund.de

Soll Geschlecht jetzt abgeschafft werden? – 12 Antworten auf Fragen zum Thema Selbstbestimmungsgesetz und Trans*geschlechtlichkeit

- herunterladbar unter https://www.lsvd.de/media/doc/6564/2022_soll_geschlecht_jetzt_abgeschafft_werden_broschuere_selbstbestimmungsgesetz.pdf

Trans* und Schule

- Infobroschüre für die Begleitung von trans* Jugendlichen im Kontext Schule in NRW
- herunterladbar unter <https://www.schlau.nrw/infos/>

Intersektionale Beratung von / zu Trans* und Inter*

- Informationsquelle zu Inter*
- herunterladbar unter <http://www.transinterqueer.org/unsere-publikationen/>

Zur Situation transsexueller Kinder in der Schule vor der offiziellen (gerichtlichen) Vornamensänderung,

Augstein, Maria Sabine (2013).

- Rechtsgutachten zur Vorlage bei Schulen und Einrichtungen
- herunterladbar unter: <http://www.trans-kinder-netz.de/files/pdf/Augstein%20Maerz%202013.pdf>

Teddy Tilly. Walton, Jessica (2016).

- Kinderbuch, welches altersgerecht das Thema Trans* erläutert- **Mein Kind ist Transgender. Und jetzt?**, Angello, Michele & Bowman, Alisa (2020).
- Ratgeber für Eltern zum Thema Trans*, ausführliche Informationen zu medizinischen Eingriffen

Wenn Kinder anders fühlen-Identität im anderen Geschlecht.

Brill, Stephanie & Pepper, Rachel (2016).

- Ratgeber für Eltern zum Thema Trans*



IMPRESSUM

HERAUSGEGEBEN VON:

SLADO e.V. - Dachverband der Schwulen-, Lesben-, Bisexuellen- und Transidentenvereine und -initiativen in Dortmund

Sunrise

Geschwister-Scholl-Str. 33-37
44135 Dortmund
info@sunrise-dortmund.de

Herzlichen Dank an die Jugendlichen aus dem Sunrise für das Teilen ihrer Erfahrungen!

Text: Nova Gockeln/Sunrise Dortmund

Gestaltung/Layout:
Lisa Mevissen

Bildnachweise:

Loris Wissel: S. 4/5, 6 (Sprechblase), 9, 10, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21 (Sprechblase), 23, 24, 26, 28, 29, 32, 35.
Mika Müller: S. 2, 6 (Mensch), 21 (Mensch), 22, 25. Lisa Mevissen: S. 6 (Transflagge), 7, 31, Sterngrafiken auf allen Seiten.

Sponsor*innen:

Die Herstellung dieser Broschüre wurde aus Mitteln des Kinder- und Jugendförderplans durch das Ministerium für Kinder, Familie, Flüchtlinge und Integration im Rahmen des Projekts "Reclaim your Gender" gefördert.

Dortmund, Oktober 2022, 2. Auflage



Geschwister-Scholl-Str. 33 – 37
44135 Dortmund
info@sunrise-dortmund.de
www.sunrise-dortmund.de
instagram.com/sunrisedortmund



gefördert durch:

Ministerium für Kinder, Familie,
Flüchtlinge und Integration
des Landes Nordrhein-Westfalen

