

Herzlich willkommen zum Workshop «Non-binäre Menschen begleiten»

Fachtagung «Gesundheitskompetenz und Chancengleichheit»

26.11.2024 · Basel

geschlechter-radar.org/bildung

Mi Müller



Geschlechter-Radar
Bildungsangebote

Inhalt

- Was sind die Herausforderungen für Fachpersonen im Umgang mit non-binären Adressat*innen? Was sind die Herausforderungen der Betroffenen im Gesundheitssystem?
- Was ist Non-Binarität? Welche Diskriminierungen erleben Betroffene und wie wirkt sich dies auf deren Gesundheitszustand aus? Welche non-binären Transitionswege gibt es?
- Wie könnt Ihr non-binäre Menschen professionell und diskriminierungsarm begleiten?
- Eure Fragen
- Falls Zeit: Übung



Frage:

**Woher wisst Ihr, was Euer
Geschlecht ist?**


**WAS SIND DIE HERAUSFORDERUNGEN
FÜR FACHPERSONEN IM UMGANG MIT
NON-BINÄREN ADRESSAT*INNEN?**



Komplexität, Wissensdefizit, Unsicherheiten

| |  WARUM Warum relevant? |  WIE Wie umsetzen? | |
|-----------------------------------|---|---|------------------------------------|
| ANWENDUNG – in zwei Levels | Safer Space für Geschlechtervielfalt | Verletzungen durch Fachpersonen kennen | Hilfsmittel |
| | | Coming-out & Transition verstehen | Begleitung Coming-out & Transition |
| | | Gender-Dysphorie & -Euphorie | Safer Space aufbauen |
| | Affirmation statt Diskriminierung | Auswirkungen von Diskriminierung | Inklusive Infrastruktur |
| | | Diskriminierungen strukturell & individuell | Inklusive Kommunikation |
| | GRUNDLAGEN | Geschlechtervielfalt | |
| Trans & Non-Binarität | | | |
| Spektrum von Geschlechtervielfalt | | | |
| | | Geschlecht in unserer Gesellschaft | |

WAS SIND DIE HERAUSFORDERUNGEN NON-BINÄRER MENSCHEN IM GESUNDHEITSSYSTEM?



Von Bund in Auftrag gegebene Studie

«Trans und non-binäre Personen ... sind nicht nur stärker psychisch belastet als cis LGB-Personen. Sie begingener häufiger und häufiger mehr als einmal in ihrem Leben einen Suizidversuch.»

«... Diskriminierungs- und Gewalterfahrungen ... werden auch in der Gesundheitsversorgung gemacht ..., wobei trans/non-binäre Personen am stärksten betroffen waren.»

Gesundheit von LGBT-Personen, 2023



NEK Bericht: Die amtliche Registrierung des Geschlechts, 2020

"So ist nachgewiesen, dass Schweizer Trans*personen mit nichtbinärer Geschlechtsidentität eine signifikant schlechtere Gesundheit und tiefere Lebensqualität haben als Trans*personen, die sich mit einem binären Geschlecht identifizieren und Personen, die sich in der Zweigeschlechtlichkeit einordnen."

(Jellestad et al. 2018, in Bericht der NEK 2020, S. 14)



«Eines der Probleme liegt darin, dass viele Mediziner:innen den Gefühlen und dem Erleben von trans Menschen misstrauen.»

– *Dr. David Garcia Nuñez*

10

2023;104(4):10-13 | Schweizerische Ärztezeitung


Coverstory

Der schwierige Weg zu sich selbst

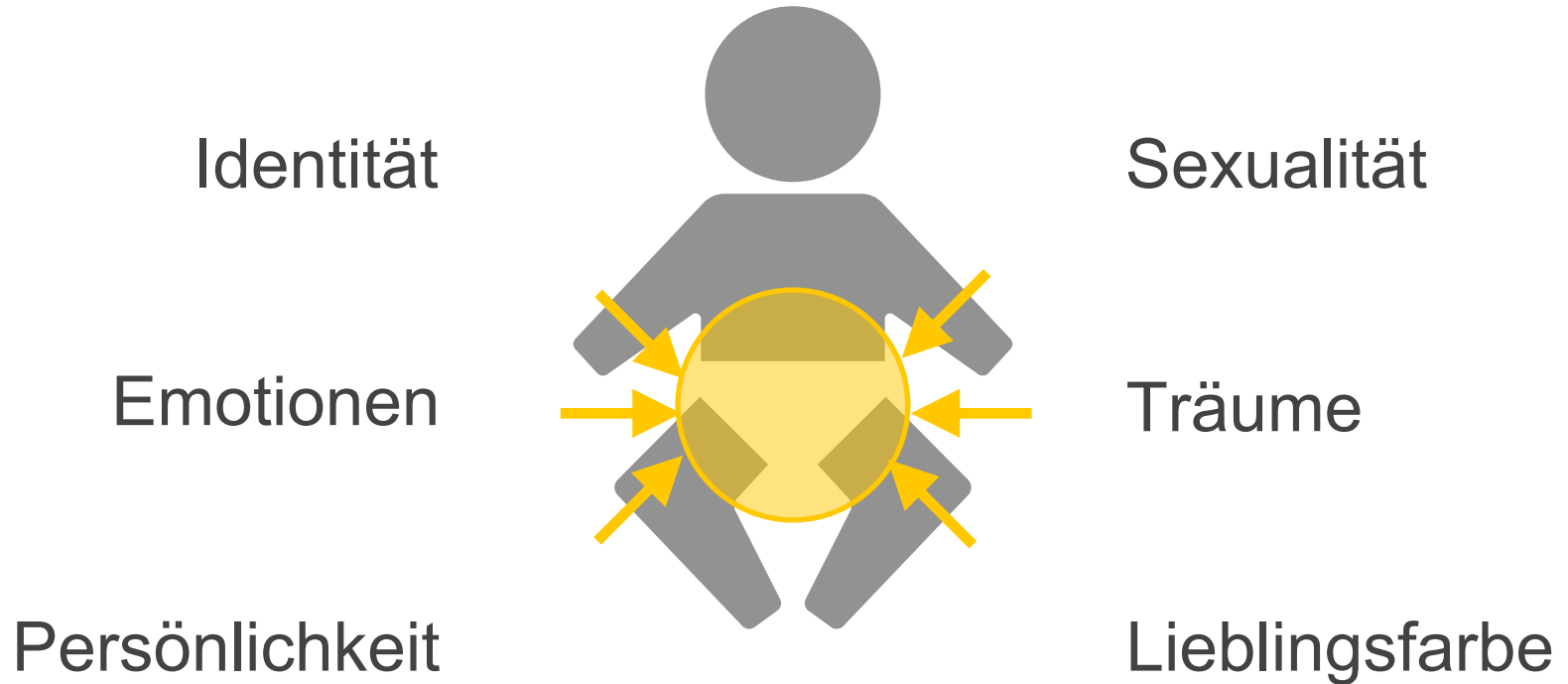
Transidentität Geschlechtsangleichende Operationen gelten nach wie vor als exotische Behandlungen in der Medizin. Das Thema ist stigmatisiert. Was helfen würde: wenn Ärzt:innen trans Menschen zuhören, anstatt ihnen aus dem Weg zu gehen.

Santina Russo

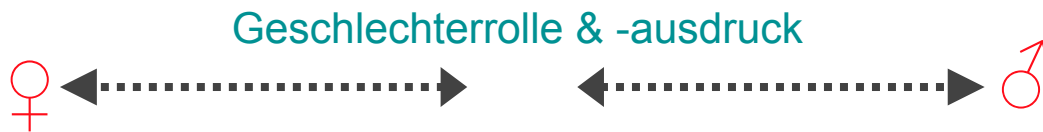
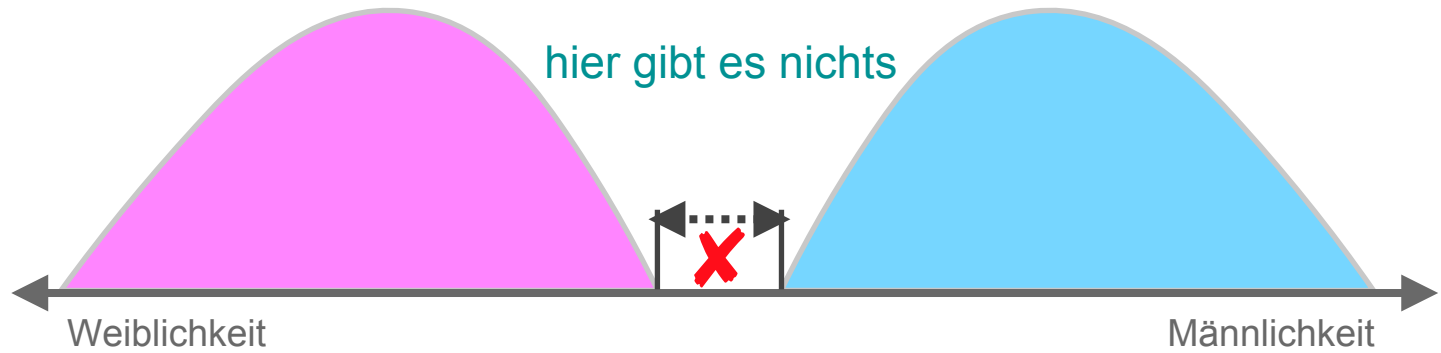
WAS IST NON-BINARITÄT?
WELCHE DISKRIMINIERUNGEN ERLEBEN
BETROFFENE UND WIE WIRKT SICH DIES AUF DEREN
GESUNDEITZUSTAND AUS?
WELCHE NON-BINÄREN TRANSITIONSWEGE GIBT ES?



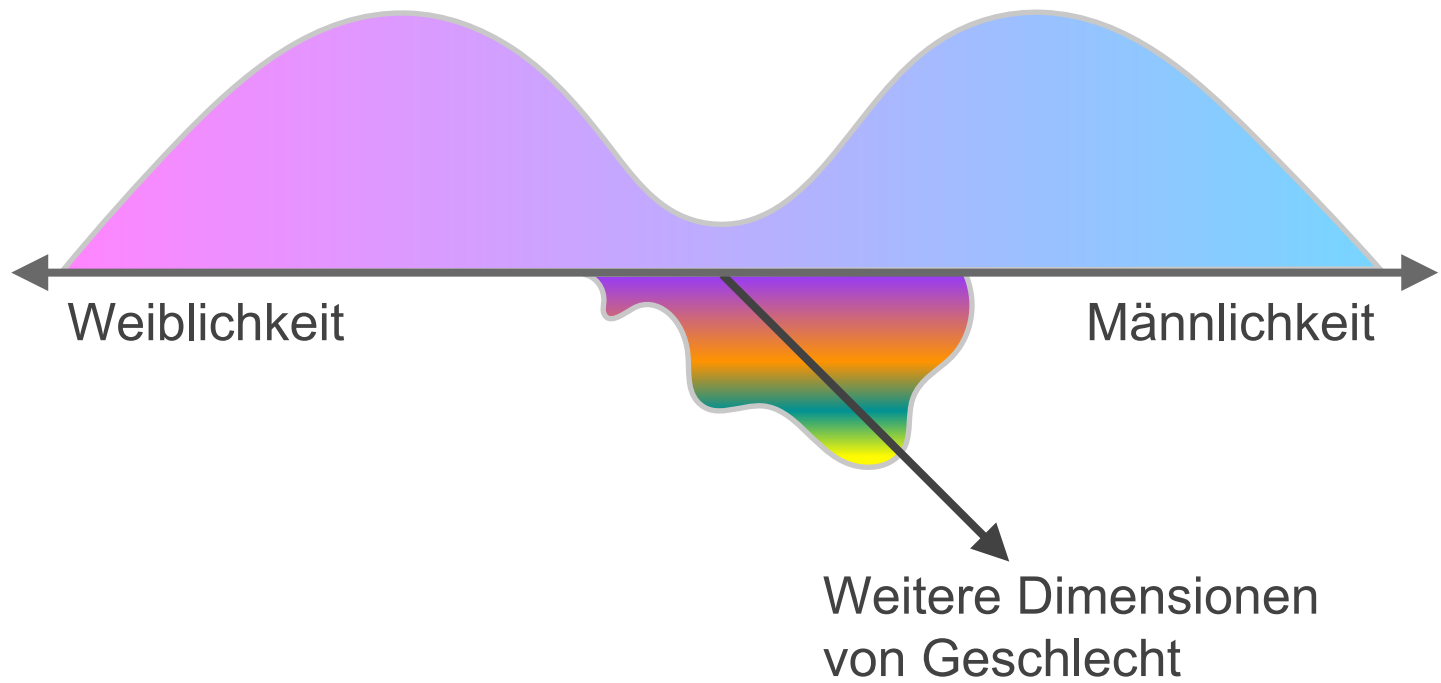
Der Hotspot ...



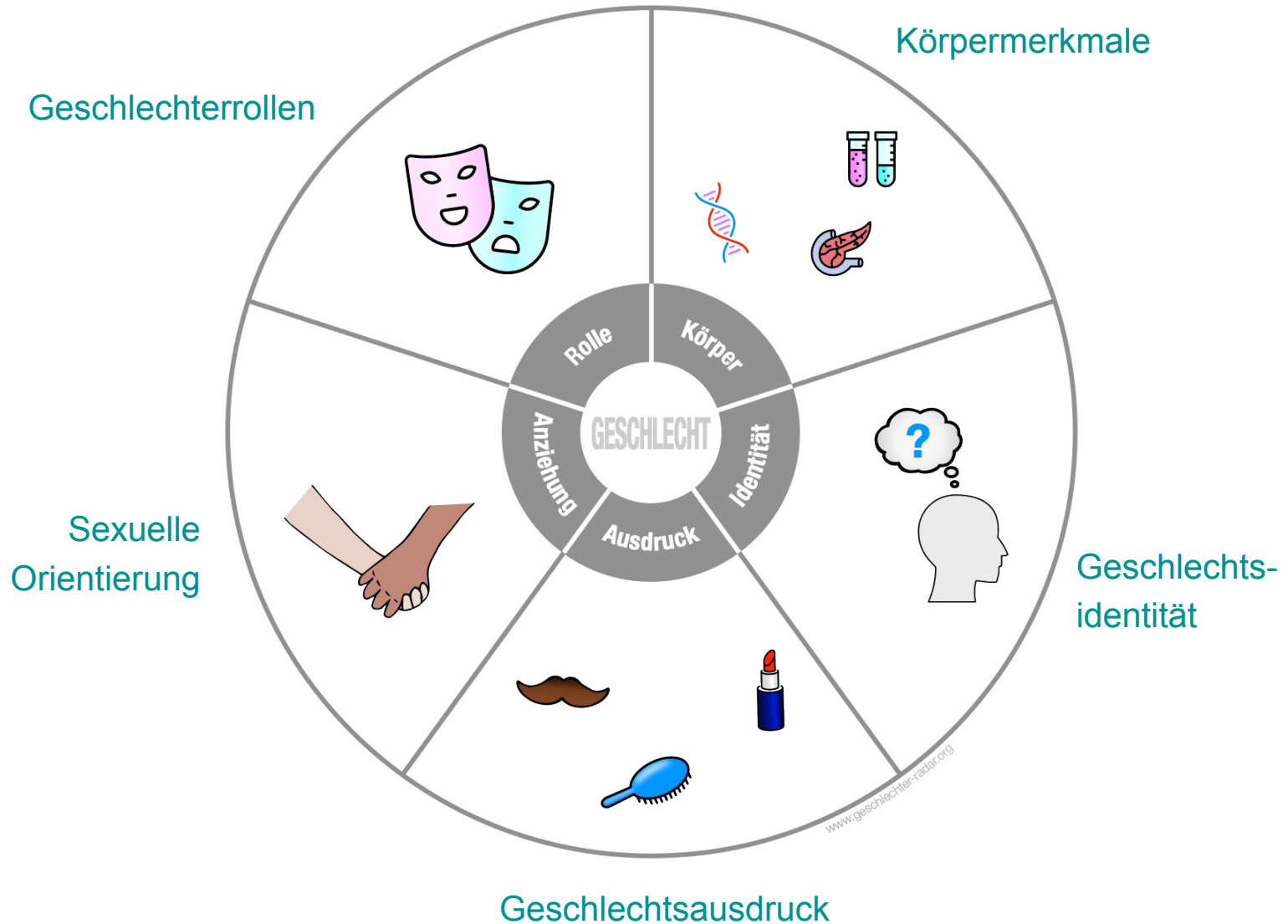
Binäre Zweigeschlechtlichkeit



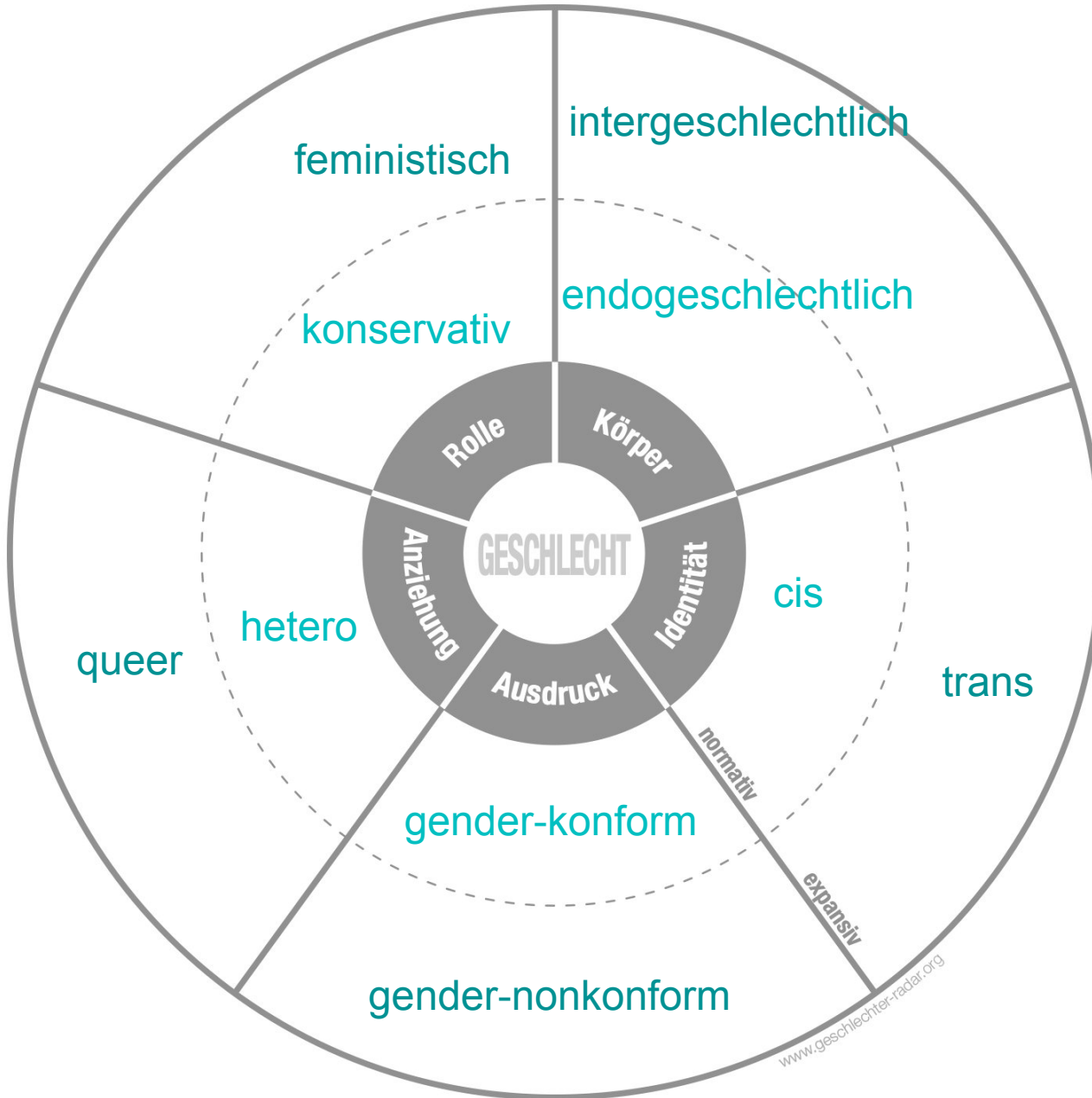
Geschlechtervielfalt



Dimensionen von Geschlecht



Normatives und expansives Geschlecht



Cis- / trans-geschlechtliche Identität

[lat. diesseits & jenseits]



cis: gleiche Seite

wie Geburtsgeschlecht



Bei Geburt

Identität

trans: andere Seite

als Geburtsgeschlecht



Bei Geburt

Identität

normativ

expansiv

Endo- / intergeschlechtliche Körper



endogeschlechtlich

Geschlechtsmerkmale
entsprechend normativen
Vorstellungen



- XX Chromosomen
- Vulva
- Östrogen dominant
- etc.



- XY Chromosomen
- Penis
- Testosteron dominant
- etc.

intergeschlechtlich

Variationen der Geschlechtsentwicklung



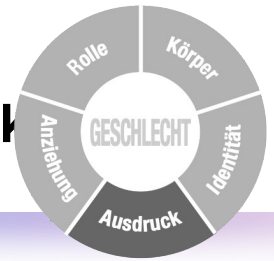
- Variationen auf verschiedenen Ebenen
- Sichtbar oder nicht sichtbar
- Identität unabhängig, f, m oder non-binär

normativ

expansiv

**Immer noch
Menschenrechtsverletzungen
in der Schweiz**

Gender-konformer / -nonkonformer Geschlechtsausdruck



Gender-konform



Photo: Unsplash

Gender-nonkonform



Photo: The Gender Spectrum Collection, Zackary Drucker

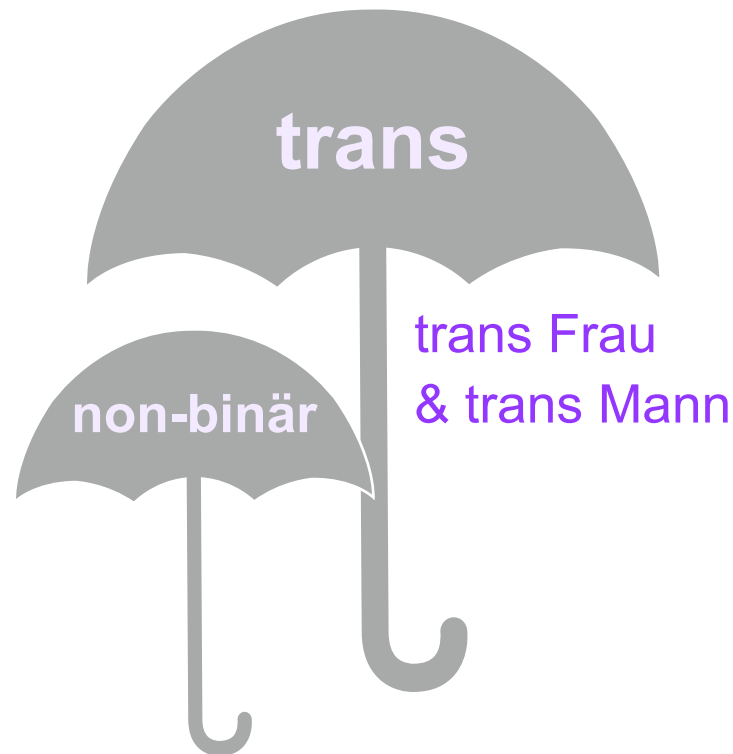
normativ

expansiv

**Was bedeutet also
non-binäres Geschlecht?**

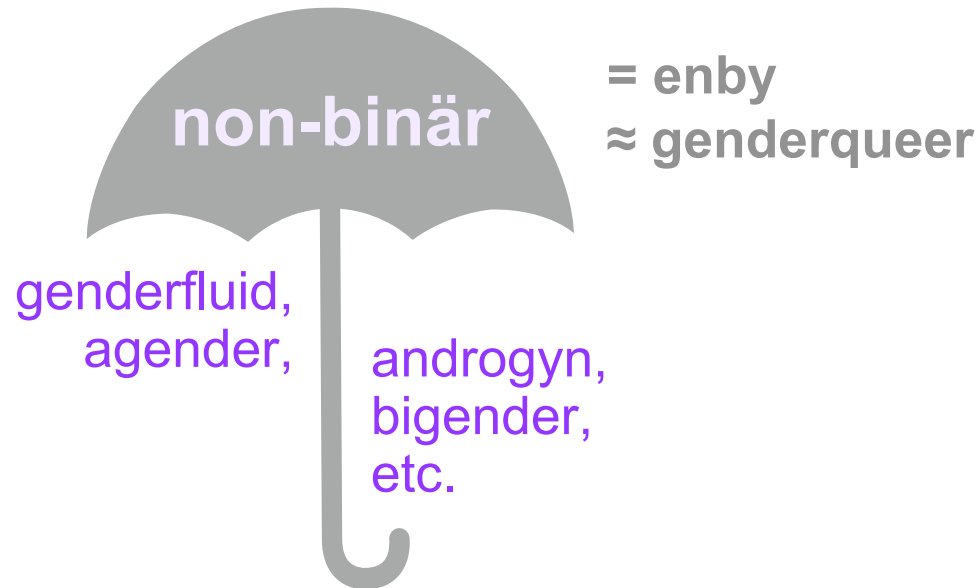
Trans – eine Definition

Trans Menschen können sich
nicht mit dem ihnen
bei Geburt **zugeschriebenen Geschlecht**
identifizieren



Non-binär – eine Definition

Non-binäre Menschen identifizieren sich
nicht oder nur teilweise
mit **einem der beiden binären Geschlechter**
«weiblich» oder «männlich»



«Ich fühle mich männlich
aber oft gleichzeitig auch weiblich»

«Ich kann mit dem Konzept
<Geschlecht> überhaupt nichts anfangen.»

«Wenn ich mein Geschlecht
als total neutral sehe,
fühlt sich das stimmig an.»

«Wenn ich am Morgen aufwache, schaue ich,
ob ich heute als <Frau> oder als <Mann> zur Arbeit gehe.
Was fühlt sich heute besser an?»

Mit über 40 tollen Geschlechtern
Lass dich überraschen!



Non-binäre Menschen gibt es viele

103'000 – 154'000 Menschen

Anzahl non-binärer Menschen in der Schweiz (gemäss NEK-Bericht)

Landwirtschaft

beschäftigt 150' 231 Menschen

● **Bern**

hat 134' 794 Einwohnende

● **Lausanne**

hat 140 ' 202 Einwohnende

Rätoromanisch

sprechen 60'000 Menschen

Quelle: <https://www.nek-cne.admin.ch/de/ueber-uns/news/news-details/nek-veroeffentlicht-stellungnahme-zur-amtlichen-registrierung-des-geschlechts/>

Quelle: https://de.wikipedia.org/wiki/Liste_der_Staette_in_der_Schweiz Quelle: https://www.swissinfo.ch/ger/raetoromanisch_stirbt-sprache-der-bergler-aus/43203472

Quelle: <https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/land-forstwirtschaft/landwirtschaft.html>

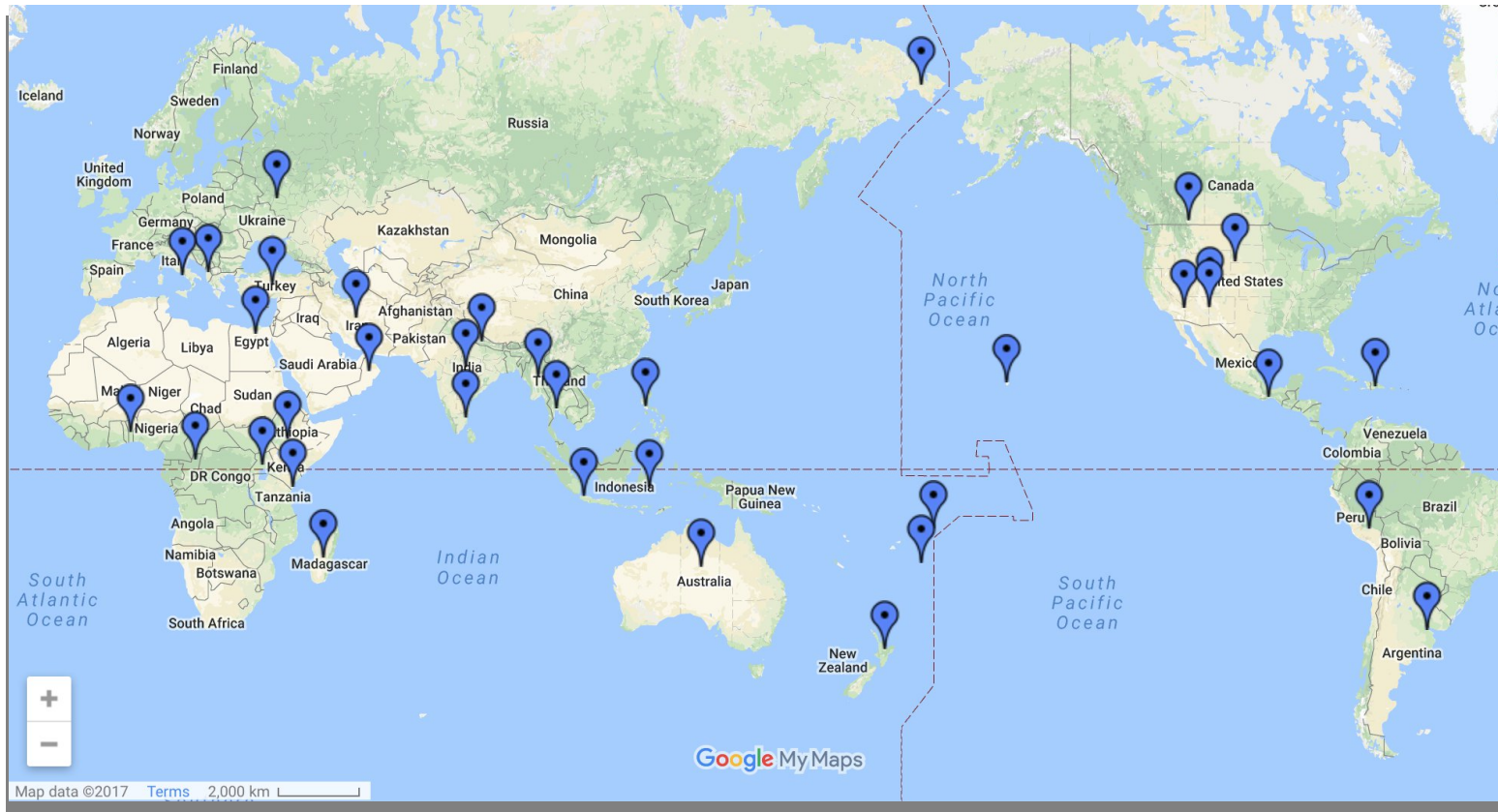
«Non-binäre Menschen» gab es schon immer

«Two Spirit»



We'wha (1871 – 1896)
Zuñi (Pueblo)

«Non-binäre Menschen» gibt es überall



Quelle: http://www.pbs.org/independentlens/content/two-spirits_map-html/


**Welche Diskriminierungen erleben
non-binäre Menschen?**

**Wie wirkt sich dies auf ihre
Gesundheit aus?**


*Meine
Damen und Herren ...*



Das müssen wir noch wissen!

Geschlecht: männlich 

weiblich

 Bis Sie sich entscheiden,
sind Sie hier gefangen.

OK

Verbale Belästigung?



Photo: The Gender Spectrum
Collection

Physische Belästigung?



Photo by Will Wilson on Unsplash

misgendern – Verb

/mɪs'dʒɛndə/

einer Person ein Geschlecht zuschreiben,
mit dem sie sich nicht identifiziert

Diskriminierungen von non-binären Menschen

- Kein 3. Geschlechtseintrag, offiziell nicht existent/anerkannt (Formulare)
- Kein Diskriminierungsschutz, nicht in erweiterter Anti-Rassismus Strafnorm
- Sprachlicher Ausschluss: offiziell keine Neopronomen und inklusive Anreden, oft keine inklusiven Personenbezeichnungen
- Dauerndes Misgendering
- Unsichtbar gemacht bis ausgelöscht, aktuell instrumentalisiert
- Infrastruktur: WCs, Garderoben etc. – ausgeschlossen, gefährlich
- In Gruppen, Kursen, Sport meist vergessen
- Fehlende Repräsentation in Büchern, Filmen, News, Parlamenten...
- «Nicht genug trans» – infrage gestellt auch im Gesundheitssystem
- Seit Geburt falsch «gespiegelt»
- Häufige Mikroaggressionen im Alltag und bei der Arbeit
- Probleme bei Arbeits- & Wohnungssuche

Misgendering – VSLP* Übersichtsdokument

Hauptaussagen:

- Fehlende Anerkennung ist psychisch zerstörend, verletzt Grundbedürfnisse
- Häufiges Misgendern = Mikroaggression = wirkmächtiger Einfluss auf Psyche → je mehr, desto mehr Stress, chronische Gesundheitsprobleme, Erschöpfung, Depression, übersteigerte Wachsamkeit, Angst, Wut, Scham, Einsamkeit
- Misgendern im Gesundheitssystem wirkt negativ und hat Folgen

Minoritäten-Stress-Modell



STRESSOREN (neben allg. Stressfaktoren)

Aussen

- ✦ Individ. und strukt. Diskriminierung
- ✦ Ablehnung durch Umfeld erfordert besondere Anpassungsleistungen

Innen

- ✦ Internalisieren Negativbewertungen, Ablehnen eigenes Erleben/Sein
- ✦ Gegen eigenes Ich gerichtete Ablehnung
- ✦ Unterdr. Transidentität aufg. äusserer Ablehnung = höchste Form von Belastung

RESSOURCEN

Aussen

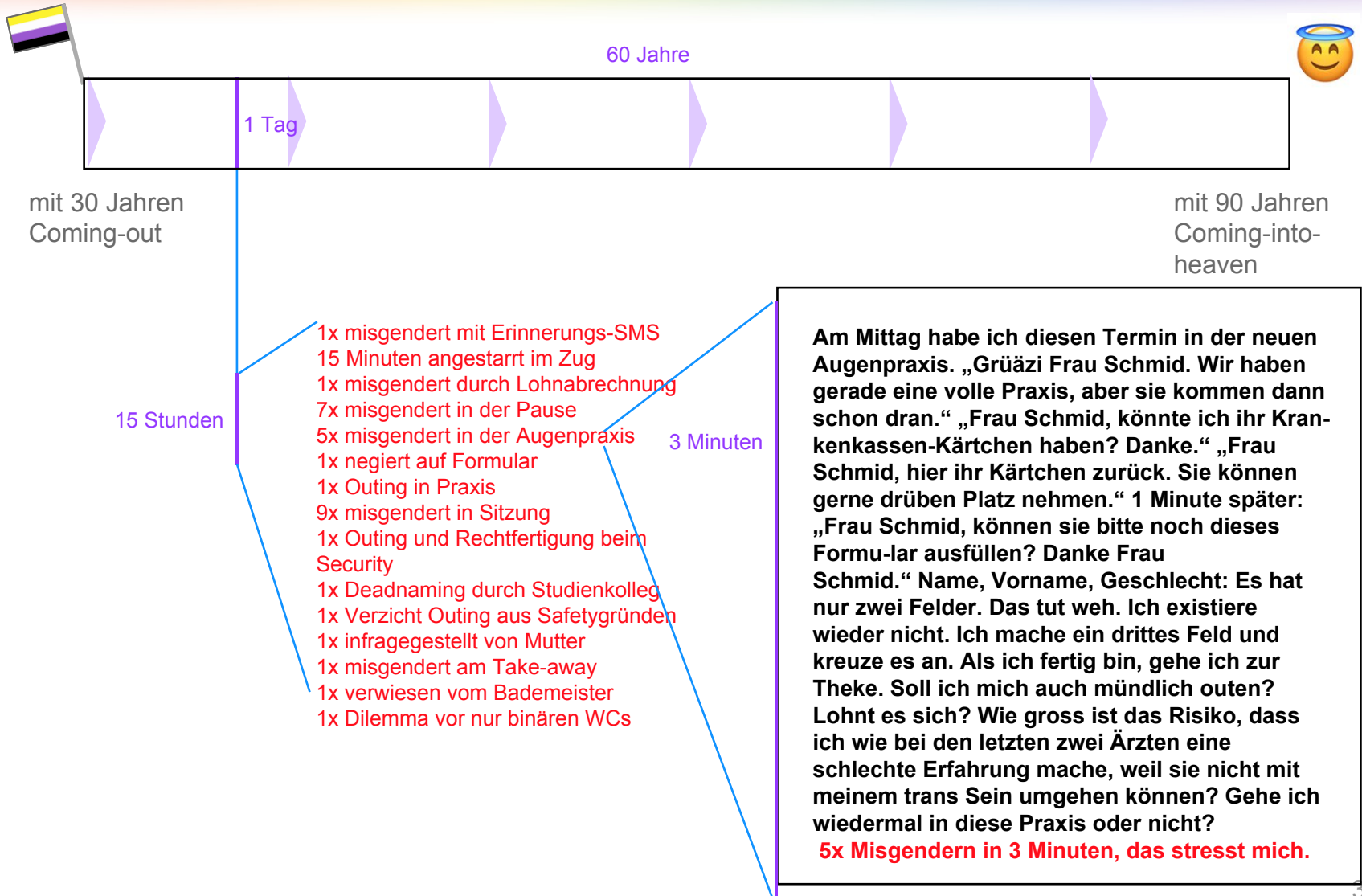
- ✦ Unterstützung durch Umfeld
- ✦ Unterstützung durch Therapie
- ✦ Unterstützung durch Community

Innen

- ✦ Stolz sein über Identität
- ✦ Gender-Euphorie

Ein Tag im Leben eines non-binären Menschen

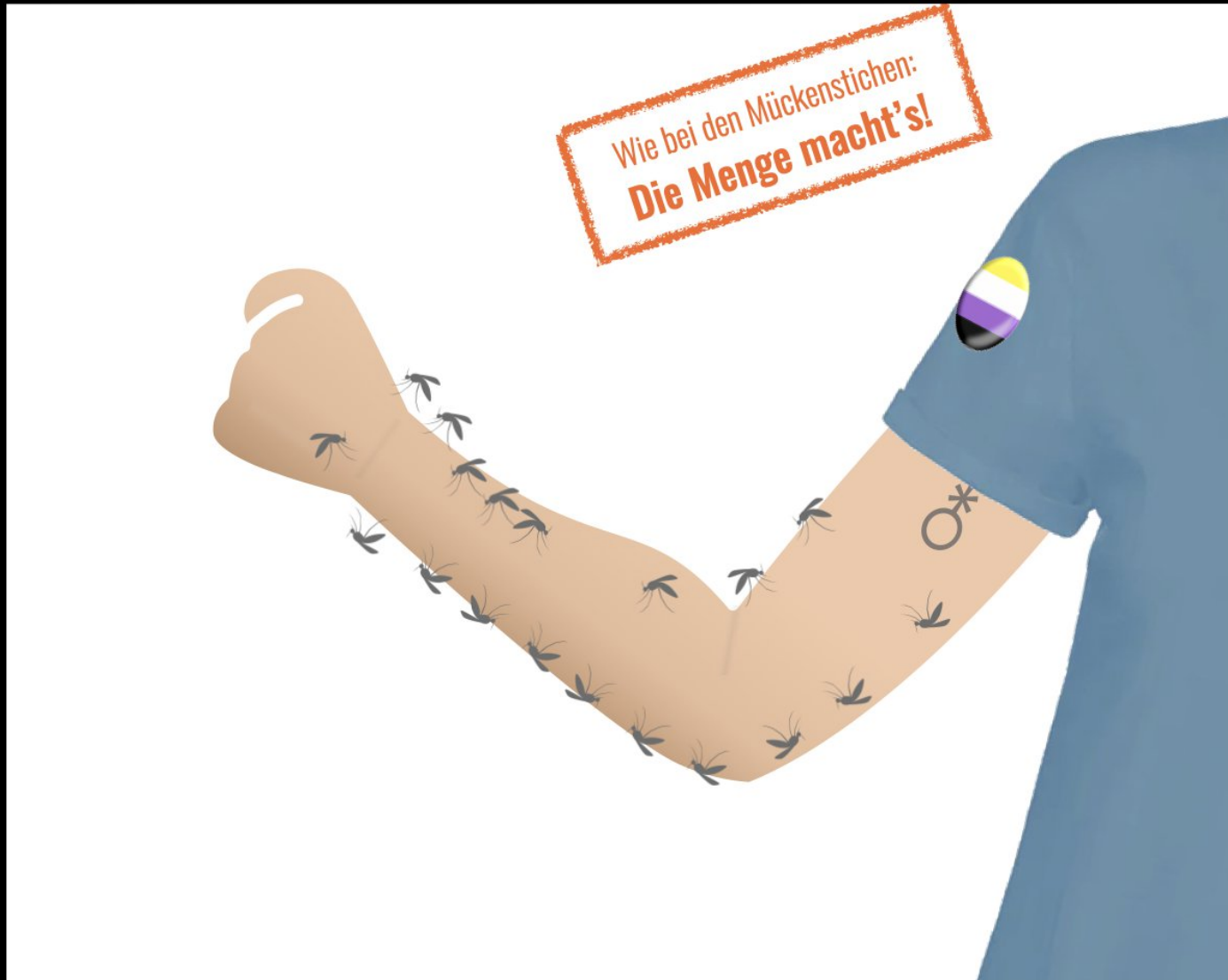
Zay Schmid (non-binär, 34, keine Pronomen)



Mikroaggressionen (verbal, nonverbal)



Mikroaggressionen (verbal, nonverbal)



→ Anhaltender Stress, depressive Symptome, Erschöpfungszustände

Wie sollte dir der Schmerz,
den du erleidest, geglaubt werden,
wenn die Menschen nicht einmal
glauben,
dass du existierst?

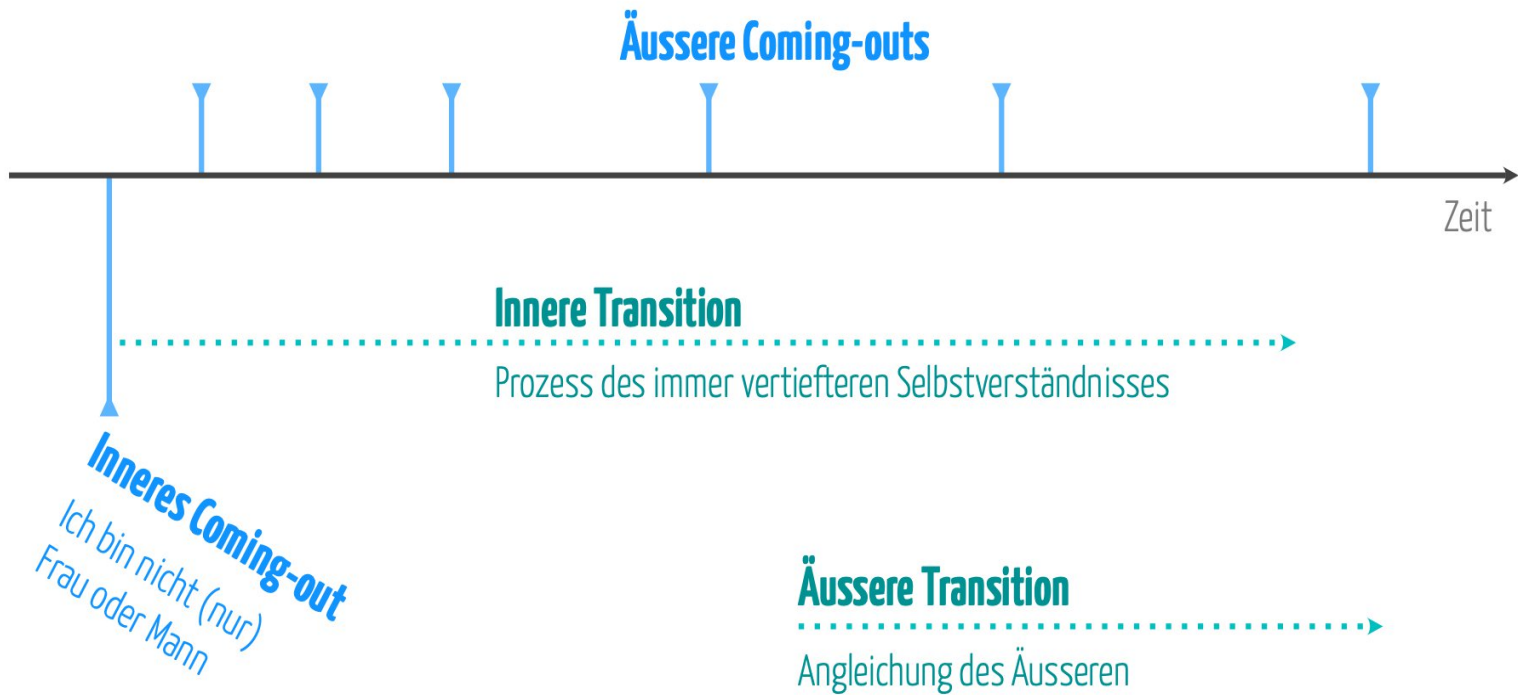
– *Alok Vaid-Menon*



**WELCHE NON-BINÄREN
TRANSITIONSWEGE GIBT ES?**

A horizontal bar with a rainbow gradient, transitioning from orange on the left to purple on the right, positioned below the main text.

Coming-outs und Transition



Coming-out



- Grosse Implikationen, da es Identität betrifft
- Ändert auch meine Rolle in der Gesellschaft (mehr als bei LGB)
- Non-binäres Geschlecht nicht bekannt od. unterschiedliches Wissen
- Es wird nicht akzeptiert, dass non-binäres Geschlecht existiert
- Meistens muss auch «Sprachkurs» gegeben werden (Pronomen etc.)
- Das Geschlecht wird allenfalls «nie gelesen im Ausdruck»

Transition – sehr unterschiedliche Wege



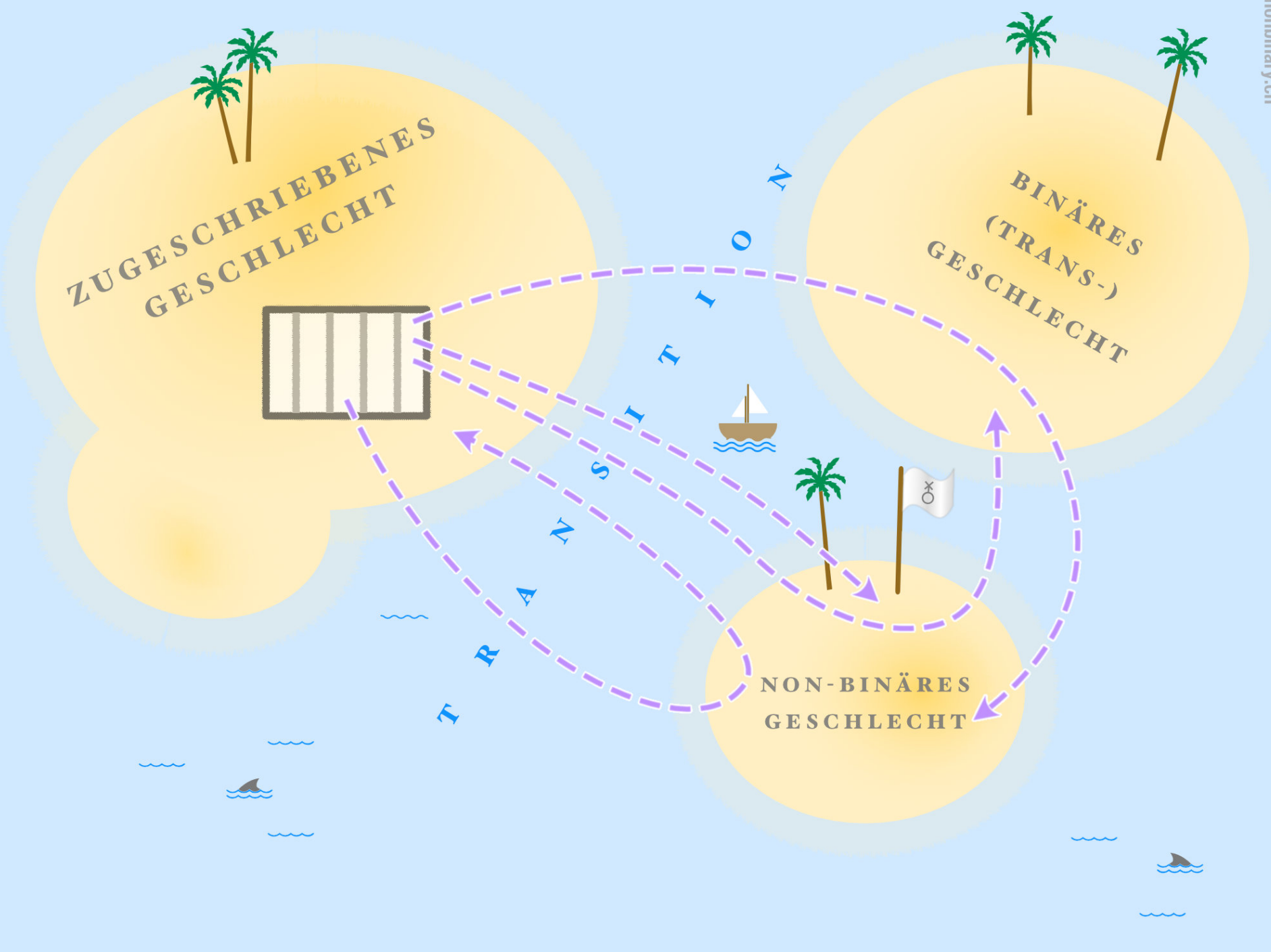
sozial



medizinisch



rechtlich




ZUGESCHRIEBENES
GESCHLECHT

BINÄRES
(TRANS-)
GESCHLECHT

NON-BINÄRES
GESCHLECHT

T
R
A
N
S
I
T
I
O
N

WIE KÖNNT IHR NON-BINÄRE MENSCHEN PROFESSIONELL UND DISKRIMINIERUNGSARM BEGLEITEN?





**Wie könnt Ihr non-binäre Menschen
möglichst diskriminierungsfrei
begleiten?**

Generelle Empfehlungen



- Annahmen vermeiden
- Beim Vorstellen eigenes Pronomen auch sagen
- Nach Namen, Pronomen und Anrede fragen
- Inklusive Sprache verwenden
- Geschlechtsneutrale Infrastruktur und Formulare bieten

Sprache und trans Menschen

| Bezeichnung spezifisch | Pronomen Sprachformen |
|---------------------------|--|
| trans Mann | er männliche Formen |
| trans Frau | sie weibliche Formen |
| non-binäre Person | individuell Neutrale & inklusive Formen |

Pronomen

- Wir können Menschen ihre Pronomen nicht ansehen
- Verwendet eine Person keine Pronomen, können wir den Namen benutzen
- Neopronomen sind z.B.: en, they, hen, dey, xier
- Gewisse non-binäre Personen verwenden «sie» oder «er» Pronomen
- Personen können in unterschiedlichen Kontexten andere Pronomen nutzen
- Menschen können ihre Pronomen ändern



Inklusive Personenbezeichnungen

Neutrale Sprachformen:

Teilnehmende, Bewohnende, Sorgeberechtigte, Lernende

Gender-Stern / Gender-Gap / Gender-Doppelpunkt:

Klient*innen / Klient_innen / Klient:innen

Mündlich mit kurzer Pause:

Klient_ [Pause] _innen



Konstruktionen mit Wörtern / allgemein 3. Person singular:

Mensch / Person



Begrüßungen

Guten Tag **Alex (Muster)** ...

Hallo / Hoi / Sali **Chris** ...

Sehr **geehrte*r** Sascha Muster ...

Liebe*r / Lieb* / Lieb Kim Muster ...

Liebe **Anwesende** ...

Sehr geehrte **Universitätsangehörige** ...

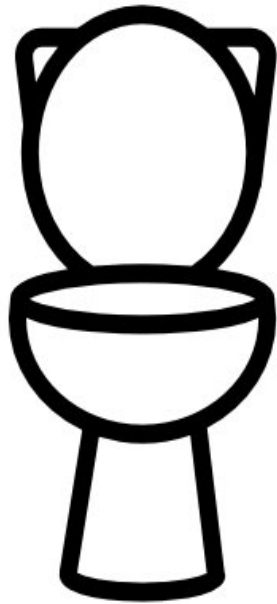
Liebes Publikum ...



Formulare für alle Geschlechter

- Müssen wir diese Information überhaupt wissen?
- Müssen wir Geschlecht und/oder Anrede etc. wissen?
- Geschlecht:
 Weiblich Männlich _____
- Anrede:
 Frau Herr Neutrale Anrede
- Pronomen:
 sie er _____

Signaletik



WC

ALLE
GESCHLECHTER

Good-to-know



- Transidentität grundlegendes Element (Innen- & Aussenwelt) –
24/7
- Bei sich ankommen (Minim. Inkongruenz & Dysphorie) kann temporär wichtiger sein als Ausbildung etc.!
- Selbstfindung, Coming-outs, Transition, out leben = anstrengend!
- Bei non-binären Menschen ist Ambivalenz & Unsicherheit die Norm und ok
- Selbstverletzendes Verhalten und Suizidalität ernst nehmen

Non-binäre Menschen unterstützen



- Einen saferen Space schaffen, eine saferere Bezugsperson sein
 - Haltung, Verständnis und Handeln wichtig
 - Grundlage, damit sich Menschen outen
 - Ob safe oder nicht ist für Betroffene sehr rasch spürbar
- Non-binären Menschen zuhören
- Geschlechtsidentität akzeptieren. Keine Annahmen, wie sein sollte
- Eigenes Pronomen sagen, nach Namen, Pronomen, Anrede fragen
- Inklusive Sprache üben (Pronomen, Anreden, Personenbez. etc.)
- Sich für inklusive, saferere Infrastruktur einsetzen (WCs & Garderoben)

Non-binäre Menschen unterstützen

- Unsicherheit, Ambivalenz, Fluidität willkommen heissen
- Wenn Raum & Beziehung safe, muss KL nicht «kämpfen», kann erforscht werden
- Stärken auf Weg, bei Coming-outs & während Transition
- Reflexionsraum f. Erleben: Identität, Inkongruenz, Dyspho, Unsicherheit
- Reflexionsraum f. Erlebtes: Diskriminierungen, Ablehnung, Verluste Beziehungen
- In diskriminierenden oder gefährlichen Situationen einschreiten
- Eigene Unsicherheiten reflektieren (Super-/Intervision, Weiterbildung)
- Aktiv verbündet sein (Arbeit, Freizeit, Familie, Sport etc.)
- Einfluss nutzen für Inklusion aller

Macht als professionelle Verbündete einen Unterschied im Leben eines non-binären Menschen!

Unsicherheit auf beiden Seiten

Unsicherheit
bei non-binärer Person
annehmen

Unsicherheit
bei sich selbst
spüren,
reflektieren,
transformieren





Newsletter abonnieren: nonbinary.ch/newsletter

Tageskurs für Fachpersonen

Affirmative Begleitung von trans und non-binären Menschen


Sa, 22.3.2025 · Zürich

Fr, 23.5.2025 · Bern

Mo, 2.6.2025 · Zürich

Fr, 12.9.2025 · Olten

www.geschlechter-radar.org/kurs-psysoz



Tageskurs
Was brauche ich als Fachperson zum Thema Trans zu wissen, damit ich trans und non-binäre Menschen affirmativ begleiten kann?

Photo: The Gender Spectrum Collective, Jaslene Doreau

Tageskurs mit Vermittlung von Wissen für die Begleitung von trans und non-binären Menschen; mit praktischen, interaktiven Übungen und Austausch über Beispiele aus der Praxis

| | |
|--|--|
| Zielgruppe Fachpersonen aus den Bereichen Soziale Arbeit, Psychotherapie, Körpertherapie, Gesundheit, Pflege und Betreuung, die mit trans und non-binären Menschen in Kontakt kommen (es dürfen gerne auch andere Berufsgruppen teilnehmen). | Lernziele Teilnehmende verfügen über ein Grundwissen zum Thema Trans und Non-Binarität . Sie kennen Dos, Don'ts und Tools für eine affirmative, nicht diskriminierende und empowernde Begleitung von trans und non-binären Menschen. |
|--|--|

Angebot

- Tageskurse in Institutionen für ganze Teams
- Kurs für individuelle Teilnahme ab Herbst 2023 im Raum Zürich
- Umfang: 6 Stunden
- Teilnehmendenzahl: 8-16 Menschen
- Preis: nach Absprache

Tageskurs

Trans und non-binäre Menschen am Arbeitsplatz – für Mitarbeitende aus HR, Diversity & Führung



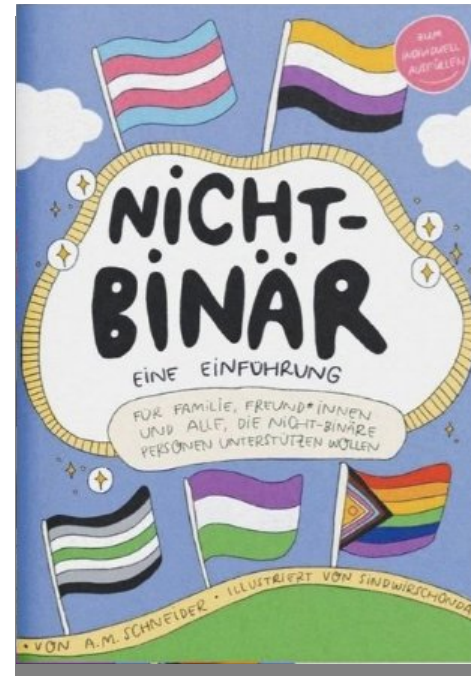
Mo, 10.3.2025 · Zürich | Mo, 16.6.2025 · Basel | Fr, 26.9.2025 · Bern

www.geschlechter-radar.org/kurs-arbeitsplatz

RESSOURCEN



Bücher zu non-binärem Geschlecht



Dagmar Pauli: Die anderen Geschlechter. Nicht-Binarität und (ganz) trans* normale Sachen. C.H. Beck Verlag, 2023.

Eure Fragen ...



ÜBUNG PRONOMEN

A horizontal bar with a rainbow gradient, transitioning from orange on the left to purple on the right, positioned below the title.

Anleitung



- Wir lesen die Beispielsätze mit keinen und Neo-Pronomen
- Tut Euch mit Eurer benachbarten Person zusammen
- Sprecht abwechslungsweise die Übungssätze mit keinen und Neo-Pronomen, hört mit offenem Ohr zu
- Bildet eigene Sätze über Nemo (keine), Alok (they)...

Beispielsätze



ohne Pronomen (Name verwenden)

Quinn mag Musik. Quinn mag vor allem Pop. Aber Quinns Sammlung enthält auch viele andere Musikstile.

en Pronomen

Quinn mag Musik. En mag vor allem Pop. Aber ens Sammlung enthält auch viele andere Musikstile.

they Pronomen

Quinn mag Musik. They mag vor allem Pop. Aber their Sammlung enthält auch viele andere Musikstile.

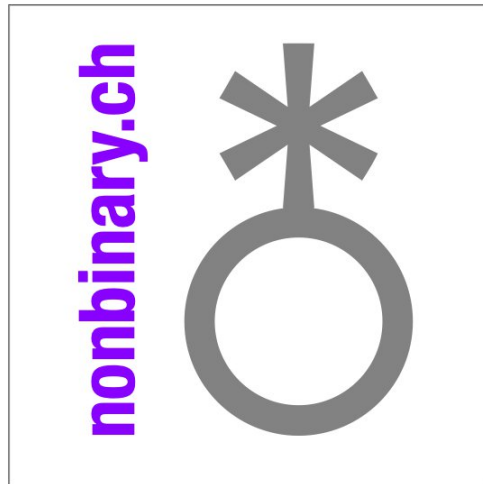
Übungssatz

Beispielsatz

Sascha macht gerne Ausflüge. X geht vor allem gerne campen. Aber X's Zelt ist im Moment gerade defekt.

- 1) **ohne Pronomen** (Sascha benutzt keine Pronomen)
- 2) **en Pronomen** (Sascha benutzt en Pronomen)
- 3) **they Pronomen** (Sascha benutzt they Pronomen)
- 4) **Eigene Sätze** über Nemo (keine), Alok (they), Mi (keine)...

Informationen zu Non-Binarität



nonbinary.ch

Bildungsangebote Geschlechtervielfalt



geschlechter-radar.org/bildung



Mi Müller & Evianne Hübscher | geschlechter-radar.org/bildung