Ein Beitrag von Christine Grabner

„Wir sind jetzt gemeinsam auf einer Reise“

Gemeinsam mit Matthy haben wir auch Verena getroffen. Sie sind seit 30 Jahren verheiratet und haben zwei gemeinsame Kinder. Verena hat erst vor kurzem erfahren, warum Matthy mir hartnäckigen Depressionen und innerer Zerrissenheit zu kämpfen hatte. Wie hat sie auf das späte Coming Out ihres Ehepartners als "nichtbinär" reagiert?

Also meine Reaktion war erfreut, weil es auch damit einher ging, dass Matthias keine Depressionen mehr hatte. Da ich selber weiß, wie sich Depression anfühlt, habe ich das auch für mich als Angehörige als Befreiung empfunden.

Fortsetzung auf Seite 22

Und nachdem ich mich jetzt mit dem Thema "nicht binäre Geschlechtsidentität" mehr beschäftigt habe, weiß ich dass das eben eine Geschlechtsdysphorie ist. - Ein Leiden, das mit extremen Depressionen unter anderem einhergehen kann, so wie es Matthias gehabt hat. Ich bin einfach total froh, dass quasi sein Leidensweg vorbei ist. Also wir sind jetzt gemeinsam auf einer Reise. Und die finde ich spannend. Natürlich ist es auch irgendwie witzig oder ungewohnt. Die neuen äußerlichen Kennzeichen etwa, dass Matthias sich eben schminkt und Fingernägel lackiert. Es ist aber viel mehr als nur das.

"Im ersten Moment ist es irgendwie absurd"

Wir sind seit über 30 Jahren verheiratet und haben zwei leibliche Töchter. Und Matthias sagt mir, ich bin kein Mann und da musste ich dann fast lachen. Weil es ja im ersten Moment irgendwie so absurd ist, dass es schon wieder witzig ist.

Aber wenn man sich mehr damit beschäftigt hat, dann ist es für mich einfach kein Thema, es ist ja nur das Geschlecht, weil die Person ist ja noch da. Es kommt darauf an, was wir daraus machen. Simone de Beauvoir hat einmal gesagt, du wirst nicht als Frau geboren, sondern wirst dazu gemacht. Und darum geht es, dass Menschen sich jenseits von diesen nur zwei Geschlechtern bewegen können, das ist ja total einengend.

Habt ihr jetzt eher so etwas wie eine Frauenbeziehung, ist Matthy eher Freundin oder Ehemann geblieben?

Ich habe es immer schon total schön gefunden, dass Matthias so eine weiche Seite hat, weil diese typische Männlichkeit, da tue ich mir sehr schwer.

Selbst fühle ich mich als hetero, wobei ich mir jetzt auch nicht mal ganz sicher bin, weil ich mir letztendlich denke, es ist ja eigentlich wurscht, wenn du liebst, ob das dann eine Frau ist oder ein Mann. Mittlerweile ist das ja gesellschaftlich schon ein bisschen mehr akzeptiert, dass es unterschiedliche sexuellen Orientierungen gibt. Aber das Thema Geschlechtsidentität ist noch ungewohnter, und viele können es ja leider nicht auseinanderhalten. Ich glaube, wenn ich nicht so konservativ aufgewachsen wäre und auch ohne sexuelle Bildung, dass ich vielleicht da offener wäre oder fluider, wie man so schön sagt. Ich habe eine Freundin in der Schule gehabt, eine Schulfreundin, das war eigentlich meine beste Freundin und ich habe erst im Nachhinein kapiert, dass die lesbisch ist. Und es hat Situationen gegeben, da denke ich mir, wenn ich offen gewesen wäre, wer weiß, was daraus geworden wäre. Letztlich bin ich einfach total froh, dass Matthias endlich darauf gekommen ist, was wirklich los ist mit ihm.

Matthias, Matthy Florian hat sich vor kurzem als nichtbinär geoutet und betreibt dazu gemeinsam mit Ehefrau Verena Florian einen Podcast. Unter www.nichtbinaer.at findet man außerdem Infos, Tipps und Hilfe zu Gender und Sexualität. Verena Florian erklärt für die kaz. ein paar Begrifflichkeiten, weil nicht nur für sie (zum Zeitpunkt des Outings ihres Mannes) sondern wohl auch für die meisten von uns "nichtbinär" ersteinmal nicht besonders viel aussagt.

Nichtbinär, nonbinär, nonbinary: Personen, die sich als nicht weiblich oder nicht männlich identifizieren. Der Begriff wird auch als Überbegriff für alle Personen bezeichnet, die sich nicht (nur) als Mann oder nicht (nur) als Frau identifizieren.

Geschlechtsidentität, um die es hier geht: Personen, die sich mit dem ihnen zugewiesenen Geschlecht nicht wohl fühlen oder nicht identifizieren, können das nur selbst wissen bzw. fühlen (wenn sie wissen, dass es so etwas wie die Geschlechtsidentität gibt – sexuelle Bildung ist dafür nötig, fehlt aber leider oft, in einer umfassenden und modernen Form). Und diese Personen fühlen das oft schon als kleine Kinder – wenn sie zum ersten Mal mit den Rollenklischees von Frau und Mann konfrontiert werden und merken, dass sie da nicht hineinpassen. Diesen Aspekt betone ich gerne, weil er zeigt, dass Nichtbinär* und Trans* bei Personen keine Laune, kein Trend ist. Geschlechtsdysphorie bedeutet für die betroffene Person oft jahrelanger Leidensdruck, bis sie erkennt (=inneres Coming out), was mit ihr los ist und sie ihr authentisches Selbst gefunden hat und lebt (=äußeres Coming out).

Geschlechtsdysphorie, das sich nicht wohlfühlen mit der ihnen bei Geburt zugewiesenen Geschlechtsidentität, kann von leichtem Unbehagen bis hin zu schweren psychischen Störungen reichen. Studien zeigen, dass diese Personen überdurchschnittlich oft unter Depressionen leiden, sich zurückziehen und sozial isoliert sind (das führt zusätzlich zu Minderheitenstress), auch, weil sie dadurch oft wirtschaftlich schlechter ausgestattet sind.

Es gibt einerseits die **Geschlechtsidentität** (auch: Gender Identität, früher: sexuelle Identität). Und es gibt die **sexuelle Orientierung** (zum Beispiel: Homosexuell, bisexuell, pansexuell, usw.). Das sind zwei ganz unterschiedliche Bereiche. Die Geschlechtsidentität einer Person hat nichts mit ihrer sexuellen Orientierung zu tun und sagt auch überhaupt nichts über diese aus. Das ist Basiswissen Sexuelle Bildung. Wer das früh genug weiß, erspart sich oder anderen Personen jahrelanges Leiden. Matthias ist ein trauriges (weil jahrelanges Leiden) und positives (weil Happy End mit Coming out) Beispiel für nicht vorhandene Sexuelle Bildung im Kindes – und Jugendalter. Hätte Matthias gewusst, dass die Geschlechtsidentität ein Spektrum ist und nicht nur Mann und Frau, Matthias hätte sich jahrelange Suche, Leiden und Depressionen erspart.

Verena und Matthias empfehlen für Betroffene und Angehörige: www.courage-beratung.at

„Ich bestimme über meinen Körper und welche Identität ich leben will“

Matthias Florian, Matthy, ist in Spittal an der Drau in Kärnten als Bub aufgewachsen und das sehr "konservativ geprägt". Matthy hat als Kind oder Jugendliche* nichts über Sexualität und Identität gelernt, ist erst während des Studiums in Graz richtiggehend aufgeblüht. Das Thema Nonbinär kam aber erst seit kurzem in das Leben der Florians. Mit eigener Internetseite und einem Podcast möchten sie zur Aufklärung beitragen. Wie es Matthy und der Familie damit geht, wollte Christine Grabner wissen.

Was ist der Auslöser gewesen , dass du diesen Podcast machst?

Ich bin jetzt Ende 50 und habe lange darunter gelitten, im Unklaren zu sein mit mir. - Wer bin ich, was bin ich. Ich habe immer gewusst, es passt was nicht. Deswegen möchte ich das jetzt in die Welt tragen, dass es eben mehr als zwei Geschlechter gibt. Ich gehöre einer Generation an, die konservativ geprägt ist. Sexuelle Bildung hat es z.B. nicht gegeben. Ich musste mir alles selbst aneignen. Und als ich dann drauf gekommen bin vor zwei Jahren, also für mich das innere Coming out hatte, ab dann war das halt immer so ein Experimentieren und Hineinwachsen in die Thematik, dass es eine Gendervielfalt gibt.

Es geht mir sehr gut damit. Ich bin auch in einer Selbsthilfegruppe und weiß, dass viele Schwierigkeiten haben, diesen Schritt zu gehen. Gerade Konservative wollen ja immer noch am Konzept der Zweigeschlechtlichkeit festhalten. Ich bin ein Beweis, dass dem nicht so ist, auch wenn die Zahl dieser Menschen klein ist. Und da haben wir eben die Möglichkeit, im Podcast nach außen zu gehen und über mich zu sprechen, aber auch über praktische Tipps, zum Beispiel wie man zu Hormonen kommt. Man muss ja das immer zusammensuchen. Gerade im Bereich nichtbinär, ist ganz wenig vorhanden. Im Transbereich gibt es mehr Information, aber das ist eben nicht das gleiche.

Hat es in Deinem Umfeld Schwierigkeiten gegeben mit Deinem Coming out und dem offenen Umgang mit dem Thema?

Ich merke keine Schwierigkeiten, das ist vielleicht auch dem Alter geschuldet, dass ich durchaus ein selbstbewusstes Auftreten habe. Ich gehe eigentlich nur noch geschminkt aus dem Haus, hab in der Regel lackierte Nägel, meine Frau hat zum Beispiel keine lackierten Nägel. Am Land, in Burgenland, wo wir Zeitweise leben, merke ich schon, dass die Leute - teils stark - irritiert sind, aber bisher hat mich noch niemand angesprochen. Aber in der Stadt ist das überhaupt kein Problem und auch nicht bei der Arbeitsstelle oder der Familie.

Du hast ja einen sehr erfolgreichen Lebensweg und hast gesagt, dass dir immer alles gelungen und vieles auch sehr leicht gefallen sei. Deine Ausbildung als Architekt oder später die Arbeit als Coach. Gleichzeitig hast du aber dann später auch eine sehr depressive Seite entwickelt. Wie passt das eigentlich zusammen?

Ja, ich hab schon auch Disziplin in mir. Und bis vor zwei Jahren habe ich mehrere Persönlichkeiten in mir gehabt, da gibt es auch eine Podcast-Folge dazu. Das heißt, ich wusste, wie ich im System gut funktioniere und was erwartet wird. Ich habe mich ja schon auch immer ein bisschen aus dem Fenster gelehnt, aber nie weiter und habe versucht, eben nicht zu viel zu provozieren. Ich habe durchaus Erfolge gehabt und beruflich alles, was ich haben wollte gekriegt. Es hat aber dann die andere, die zweite Persönlichkeit gegeben, die dann wenn ich alleine war, zu grübeln begonnen hat und das war dann wohl die depressive Phase. Zwischen den Anteilen zu wechseln, das hat sehr viel Energie gekostet, was mich dann 2019 auch ins Burnout gebracht hat. Jetzt merke ich erst, wie viel Energie ich habe. Also mein Coming out hat so viel bereinigt, es gibt diese suchende Persönlichkeit nicht mehr, es passt was nicht, es stimmt was nicht....und gegenüber der Familie ist es eine große Erleichterung. Wenn du zum Beispiel im Netz surfst, und Informationen suchst, Begriffe wie "trans" oder sonst irgendwas, und jetzt ist jede Peinlichkeit oder Heimlichtuerei weg.

Das interessiert mich als Frau natürlich besonders, weil du erzählt hast, du nimmst jetzt auch Hormone und da hat sich noch einmal was getan, was ist denn durch dieses "Weiblicher-Sein" in dein Leben gekommen, was ist anders?

Es hat schon vor den Hormonen begonnen. Ich wollte mehr Weiblichkeit haben, mehr Weiblichkeit spüren. Mir geht es ums Spüren hauptsächlich und da habe ich wirklich einen Schub gehabt an Gefühl. Das war wirklich toll. Also wenn Verena und ich uns umarmt haben oder so, das hat sich plötzlich ganz anders angefühlt.

Jetzt mit den Hormonen - seit Mai nehme ich die - da ist dieser Druck weg. Der Druck nach Sexualität, Testosteron ist natürlich reduziert, Ich bin seit ich die Hormone nehme total ausgeglichen.

Ein Beispiel: Ich fahre ja hauptsächlich öffentlich und wenn ich früher die U-Bahn versäumt habe und wieder drei Minuten warten musste, hat mich das voll geärgert. Und ich bin extra gerannt und habe geschaut, dass ich ja schnell über die Straße komme, die grüne Phase noch erwische bei der Fußgängerampel. Jetzt ist mir das vollkommen egal. Ich gehe meine Geschwindigkeit. Und wenn es rot ist, ist es rot.

Also diese Ausgeglichenheit ist da und viel mehr Gefühl. Ich kann wieder weinen, das finde ich sehr angenehm.

Du kommst aus Kärnten, Spittal/ an der Drau. Und Du hast es als sehr konservativ empfunden und beengend, hast Du gesagt. Welche Tipps würdest du heute jungen Menschen geben, die in Spittal oder ähnlichen Provinz-Orten aufwachsen?

Ja, was ich raten würde, ist einfach nach außen zu schauen und ich glaube, die jungen Leute haben eh einen weiteren Blick. Heute gibt es ja Internet, es gibt Möglichkeiten günstig zu reisen, die Vielfalt der Welt kennenzulernen.

Für mich war es so, oder teils empfinde ich es heute noch so, wenn ich auf Besuch bin, du bist irgendwie so zwischen den Bergen in Oberkärnten und und dann ist der Horizont halt eingeschränkter. Die Lage meines Elternhauses finde ich bezeichnend, es kam wenig Sonne hin. Und das hat mich eigentlich auch immer so klein gehalten.

Ich bin sehr konservativ aufgewachsen und meine Eltern hatten einen genauen Plan, meine Mutter für mich also, und das musste alles in diesen Plan passen, ist natürlich ein Extrem. So etwas kann überall stattfinden.

Es war für mich gar nicht so einfach, mich zu trauen. In die Welt schauen, in die Welt gehen, dazu gab es erst die Möglichkeit, als ich dann in Graz studiert habe.

Andere Nationen, andere Sprachen. Also diese Vielfalt, das muss ja nicht nur eine Gendervielfalt sein, sondern es gibt die Vielfalt in allen Bereichen. Das finde ich halt einfach super.

Das ist mir in meiner Kindheit zu kurz gekommen.

Du bist Coach und hast die Ausbildung zum Sexualpädagogen gemacht. Was würdest du in dem Bereich raten, es gibt ja nirgendwo so viele Tabuzonen wie im Bereich der Sexualität.

Für Kinder und Jugendliche braucht es in Kindergärten und Schulen Sexualpädagogik. Es gibt ja Vereine, die kommen in die Schulen. Aber das ist noch ausbaufähig, Es braucht etwa auch Schulungen für "normale" Lehrer*innen, also die nicht nur speziell für Sexualpädagog*innen. Pädagog*innen und Eltern sollten angstlos werden, und da hilft etwa, dass ich Ausbildungen mache in dem Bereich oder Workshops besuche, mich einfach informiere.

Es wird ja vielfach so dargestellt, wenn man zu früh das und das wisse, dann gehe der Zauber verloren. Aber ich glaube, der Zauber der ersten Verliebtheit, der ist einzigartig und da die Angst zu verlieren, ist ein Gewinn für alle.

Wichtig ist, schon in der Unterstufe den Kindern altersgerecht Themen zu Körper und Sexualität zu erklären. Heute kommen sie über Internet und Handy immer früher mit Pornos in Berührung. Das ist für Eltern kaum zu kontrollieren. Da ist es wichtig, dass man ihnen Nahe bringt, dass so ein Porno einfach ein Film ist, der gedreht wird nach einem Drehbuch, mit Schauspieler*innen und dass das nicht echt ist.

Kinder, die (altersgerecht) Bescheid wissen, sind dann weniger geschockt, wenn sie unvermittelt auf solche Bilder stoßen. Sie sind auch vor Missbrauch besser geschützt, sie haben gelernt, was erlaubt ist, und dass ich "nein" sagen kann, also mein Körper gehört mir. Ich bestimme über meinen Körper, und auch welche Identität ich leben will. Und das ist eben auch eine wichtige Message, die ich habe.