

**Maxi:** Was bedeutet es eigentlich, trans zu sein? Einfach gesagt: Mir wurde bei der Geburt ein Geschlecht zugewiesen, das nicht zu mir passt. Zum Beispiel in meinem Pass steht weiblich. Ich identifiziere und fühle mich aber als männlich. Ich treffe heute Luka. Luka ist selbst trans und ich möchte von ihm wissen, wie er es geschafft hat, zu sich selbst zu stehen.

Luka ist Influencer auf TikTok. Dort spricht er heute ganz offen übers Trans-Sein.

**Luka:** Ich hatte ja erzählt, wie ich mich damals bei meiner Mum als trans geoutet habe.

**Maxi:** Früher war das für ihn viel schwieriger.

**Luka:** Ich wollte es am Anfang natürlich nicht wahrhaben, dass ich trans bin. Ein anderer Teil von mir war dann so: Ah, das muss ich verdrängen. Und deswegen hat sich das über mehrere Jahre hingezogen und es gab nicht so einen Moment, sondern es hat sich einfach summiert. Ich wurde halt als Frau geboren und habe dann aber im Verlauf meines Lebens gemerkt, dass das einfach überhaupt nicht zu mir passt. Und das war einfach so ein längerer Prozess, wo ich dann irgendwann für mich herausgefunden habe: Ich fühle mich, also wenn ich als Mann angesehen werde, fühle ich mich viel wohler.

**Maxi:** Gemeinsam schauen wir uns Bilder aus Lukas Kindheit und Jugend an. Was geht dir denn durch den Kopf, wenn du dir solche alten Bilder von dir anschaust?

**Luka:** Ich finde es irgendwie lustig. Also ich weiß ja, dass ich das bin. Und ich kann mich auch noch, da war ich ja schon ein bisschen älter, da kann ich mich gut an die Zeit erinnern. Aber andererseits fühlt sich auch so ein bisschen an als ob das eine komplett andere Person ist. Ich glaube, da war ich so zwölf, schätzungsweise.

**Maxi:** Krass lange Haare!

**Luka:** Ja, ich hatte als Kind dann richtig, richtig lange Haare.

**Maxi:** Als Luka dann in die Pubertät kommt, macht ihm sein Körper aber Probleme.

**Luka:** Wenn dann solche Sachen angefangen haben, wie zum Beispiel, dass die Brust wächst und dass Leute darauf aufmerksam werden. Also ich kann mich noch erinnern, dass meine Mama zum Beispiel gesagt hat: Hey, wir müssen mal einen BH kaufen gehen. Langsam, irgendwie. Und dann war ich so: Oh nein, scheiße! Ja, oder so Sachen, wenn man die erste Periode bekommt, solche Sachen, wo manche Mädchen sich vielleicht freuen oder so oder zumindest das nicht super schlimm finden. Aber ich war immer nicht so begeistert von den Sachen. Das war halt auch die schwierige Zeit, glaube ich, für mich dann damals.

**Maxi:** Die Pubertät ist für viele Trans-Menschen eine einschneidende Phase. Wieso? Das will ich von Psychotherapeut Michael Bastian wissen. In seine Praxis kommen viele Trans-Kinder

und Jugendliche, denen es ähnlich geht wie Luka. Warum kann die Pubertät denn für Trans-Jugendliche so problematisch sein?

**Michael Bastian:** Weil dann plötzlich der Körper in eine Richtung geht, die man nicht will. Die Geschlechtsmerkmale werden ausgeprägt, entwickeln sich und genau das will man nicht. Wenn Jugendliche herkommen, sind eigentlich so die ersten Sätze, die sie sagen: Ich bin mit diesem Körper nicht zufrieden. Ich leide unter diesem Körper. Mir geht es da nicht gut. Ich kann nicht mehr schlafen. Ich fühle mich traurig. Ich fühle mich belastet. Ich habe mich zurückgezogen. Ich leide darunter!

**Maxi:** Wenn jetzt eine Familie oder eine jugendliche Person hier reinkommt zu Ihnen, ob Sie uns da mal mitnehmen können? Was passiert denn genau in diesem Behandlungszimmer?

**Michael Bastian:** Man kann schon davon ausgehen, dass natürlich die meisten in großer Not sind und klare Ideen haben, was sie gerne möchten. Der Weg ist aber ein gemeinsamer. Es ist ja nicht nur so, dass der oder die Jugendliche für sich eine klare Vorstellung haben, was ja prima ist, sondern ich bin ja derjenige, der das begutachten muss und auch eine Indikation schreiben muss.

**Maxi:** Viele trans Menschen wünschen sich eine Geschlechtsangleichung, damit ihr empfundenes und körperliches Geschlecht zusammenpassen. Ein wichtiger erster Schritt aber, noch vor körperlichen Veränderungen, die Namensänderung.

**Luka:** Du kannst natürlich immer gerne fragen, wie ich früher geheißen habe, aber das Ding ist, ich bin trans und es gibt einen sehr, sehr guten Grund, warum ich meinen Namen geändert habe.

**Maxi:** Also warum genau ist es so ein sensibles Thema?

**Luka:** Ich finde es halt vor allem, wenn man sich gerade erst geoutet hat, ist das immer sehr triggernd, wenn dann Personen noch weiter den alten Namen benutzen. Weil ich fand früher, also als ich mich noch nicht geoutet habe, hat mich der Name noch nicht mal so sehr gestört. Aber als ich mich dann geoutet habe und also zum Beispiel manche Freunde mich Luka genannt haben, dann fand ich das halt richtig super. Und dann jedes Mal, wenn eine Person entweder, bei der ich noch nicht geoutet war oder die das irgendwie nicht so richtig hingekriegt hat, meinen neuen Namen zu benutzen, wenn sie dann meinen alten Namen gesagt hat. Es war dann immer so: Oh mein Gott, nein! Dann war das halt immer voll Scheiße. Ich glaube deswegen, wenn ich neue Leute treffe, dann versuche ich auch, dass die den gar nicht erst kennen. Also ich finde es natürlich total normal, wenn man erst mal so eine Umgewöhnungsphase braucht, weil der Name ist ja dann immer automatisch drin meistens. Ich glaube gerade bei so Familienmitgliedern oder Leuten, die man halt schon lange kennt, da kann es natürlich mal passieren, dass dir der alte Name da mal rausrutscht.

**Maxi:** Die ersten großen körperlichen Veränderungen bemerkt Luka dann, als er mit der Behandlung mit dem männlichen Geschlechtshormon Testosteron beginnt. Ich habe ein Video von dir gesehen, wie du dich selber gefilmt hast. In regelmäßigen Abständen. Nach Beginn deiner Testosteroneinnahme.

**Luka:** Dann passieren halt so Sachen, die halt in der typischen männlichen Pubertät auch passieren: Dass man mehr Körperbehaarung bekommt, dass man mehr Muskeln bekommt oder bzw. leichter Muskeln aufbaut. Auch so ein bisschen, dass die Gesichtszüge eher so männlicher werden.

**Maxi:** Ein weiterer großer Schritt für Luka: Die Brustentfernung.

**Luka:** Also das habe ich halt auch gemacht. Das wusste ich auch sofort, wo ich herausgefunden habe, dass es quasi die Möglichkeit gibt, so einfach die Brust operativ zu entfernen, war ich sofort sehr begeistert davon. Weil das ein Teil von meinem Körper war, der mich schon immer mit am meisten gestört hat.

**Maxi:** Psychotherapeut Michael Bastian betont, solche lebensverändernden Schritte müssen wohlüberlegt sein. Deswegen ist auch gesetzlich vorgeschrieben: Zwei unabhängige Gutachter müssen vor solchen Behandlungen das Trans-Sein bestätigen.

**Michael Bastian:** Oft sind die Jugendlichen sehr schnell dabei und sagen: Ich will unbedingt, ich will unbedingt! Muss man vielleicht auch zügeln. Das ist etwas, was natürlich genau geprüft werden muss. Die Hormonbehandlung hat enorme Veränderungen auf den Körper, auf die Seele, auf das ganze Wesen eines Menschen, die zum großen Teil bei längerer Gabe nicht mehr rückgängig zu machen sind. Ein Stimmbruch ist ein Stimmbruch, Bartwuchs ist Bartwuchs, Brustwachstum usw. Und natürlich bei geschlechtsangleichenden operativen Maßnahmen umso mehr. Also muss man da gemeinsam gut gucken und alle einbeziehen. Wenn es dann zu so einer großen Entscheidung kommt.

**Maxi:** Ich habe richtigen Respekt vor Menschen, die so selbstbewusst ihren eigenen Weg gehen, vor allem, wenn sie dabei immer wieder auf Hindernisse treffen. Gleichzeitig finde ich es aber wichtig, dass sie auf diesem Weg professionell begleitet werden, weil eben lebensverändernde Entscheidungen anstehen. Wünscht ihr euch mehr Aufklärung über das Thema trans?