



**Sauerteig statt Hefe**  
Die traditionelle Backmethode ist wieder populär **63**

**Long Covid**  
Das Kinderspital Zürich richtet Sprechstunde für Kinder ein **61**



Teenager mit Piercings: «Es muss nicht alles in zwei oder drei Kategorien passen. Es ist ein Spektrum», sagt Dagmar Pauli.

# «Bin ich besonders? Oder bin ich trans?»

Nur Mann oder Frau, das war einmal: Psychiaterin Dagmar Pauli sagt, wieso es für Junge heute so wichtig ist, ihr Geschlecht selbst zu definieren. **Interview: Patrick Imhasly, Theres Lüthi**

**NZZ am Sonntag:** Ein Sohn erklärt seinen Eltern, er sei jetzt nonbinär und nenne sich nur noch «Aa» statt «Aaron», eine Tochter verlangt, nicht mehr «sie» zu sagen, sondern nur noch «xier». Was passiert da?

**Dagmar Pauli:** Sie stellen schon die Frage falsch, weil Sie davon ausgehen: «Ein Mädchen sagt ...», «Ein Junge sagt ...». Aber wir wissen nicht, was das ist - diese Person sieht sich selber gar nicht so. Wir kriegen da gleich Angst, weil wir das nicht kennen. Unsere Generation denkt, wir können Menschen von aussen definieren: «Das ist ein Mädchen.» Damit sagen wir, wie wir dieses Kind sehen - dass das Genetische das Echte und das Richtige ist. Aber woher wissen wir das? Ich glaube, die jüngere Generation definiert die geschlechtliche Identität eher von innen - sie ist nicht von aussen festgelegt und auch nicht einfach nach den Genen. Da müssen wir uns jetzt hinein-denken und hineinfühlen. In einer solchen Situation würde ich den Eltern deshalb erst einmal Neugier empfehlen. Sie könnten zum Beispiel fragen: «Aha, wer bist du denn? Wie kommst du darauf? Was meinst du damit?»

Was heisst: Die Jungen definieren ihre geschlechtliche Identität «von innen»?

Wir sind gewohnt, dass man Kategorien, die vorgegeben sind, entsprechen muss. Wer da herausfällt, ist irgendwie komisch oder krank. Zumindest in Bezug auf die Geschlechtlichkeit gibt es jetzt eine neue Sichtweise, die aber auch nicht alle jungen Leute teilen. Diese besagt: Es muss nicht alles in zwei oder drei Kategorien passen. Es ist ein Spektrum, es gibt alles Mögliche, und jede Person kann sich selber zuordnen.

Aber das gab es doch früher schon - furchtlose Mädchen, die sich wie Jungen verhielten, wurden fast bewundernd als Tomboys bezeichnet.

In den 1950er Jahren gab es noch keine



**Ich glaube, die jüngere Generation definiert die geschlechtliche Identität eher von innen - sie ist nicht von aussen festgelegt.**

Tomboys, sondern nur Mädchen, die wie Mädchen zu sein hatten. Dann kam die Frauenbewegung. Da entwickelte sich zum ersten Mal die Idee: Warum sollen Mädchen nicht auch Fussball spielen, kurze Haare haben und Hosen anziehen? Erst in den 1960er und 1970er Jahren wurde der Begriff Tomboy zum Ausdruck von Emanzipation.

Warum kommen gerade jetzt neue Formen der Geschlechtsidentität auf?

Frauen dürfen inzwischen männlich sein, ihr Repertoire ist breit. Bei Männern hat diese Veränderung nicht stattgefunden, aber die Ansprüche an sie häufen sich. Heute sollen sie auch über Beziehungen reden und auf die Kinder aufpassen, aber in ihrem Äusseren konnten sich die Männer nicht befreien - wie sie sich verhalten, wie sie sprechen, was sie anziehen. Vielleicht ist die Bewegung der jungen Leute die Reaktion darauf, dass man auch diese Formen sprengen und sagen muss: Es gibt mehr dazwischen, als wir dachten. Es hat sich übrigens in Studien gezeigt, dass die ganzen Geschlechtsunterschiede bei Kindern, die über viele Jahrzehnte stabil

Fortsetzung Seite 60

## Dagmar Pauli



**Dagmar Pauli, 58, ist Chefärztin und medizinisch-therapeutische Leiterin der Kinder- und Jugendpsychiatrie an der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich (PUK). Sie befasst sich mit Essstörungen, Geschlechtsidentität und Selbstverletzungen bei Jugendlichen. Pauli ist verheiratet und Mutter dreier erwachsener Kinder.**

## «Bin ich besonders...»

Fortsetzung von Seite 59

gemessen werden konnten, mittlerweile fast alle verschwunden sind.

Woran denken Sie dabei?

Jungs können besser Mathematik, Mädchen lernen leichter Sprachen, oder auch bestimmte soziale Verhaltensweisen: Da hat sich sehr vieles angeglichen. Es gibt nur noch wenige Unterschiede zwischen den Geschlechtern.

Und doch lässt sich nicht wegdiskutieren, dass Jungs gerne raufen und Mädchen lieber lesen.

Das nervt mich. Selbst jüngere Eltern erzählen solche Dinge von ihren Kindern. Ich höre aber niemanden stolz erzählen: «Mein Sohn spielt gern mit Puppen und macht sich schön, und das ist toll.» Es ist einigermassen akzeptabel, wenn die Jungs über ihre Gefühle reden können, aber nicht, wenn sie sich anziehen wie eine «Sissi». Will sich ein Junge rosarot kleiden, denkt man gleich: «Oh Gott, ist er schwul?» Ich glaube, das Verhalten der Jugendlichen heute ist auch eine Auflehnung gegen solche Stereotype. Wir wollten in unserer Jugend lange Haare tragen und kaputte Sachen anziehen, die Jungen heute wollen keine Geschlechterkategorien mehr.

Ist es nicht einfach ein Zeichen von Rebellion, wenn sich Buben die Fingernägel anmalen oder die Wimpern nachziehen?

Die Jungen wehren sich nicht nur gegen den starren binären Kodex, sondern überhaupt gegen Fremddefinition. Heute ist es sehr wichtig, dass man sich selber definieren kann, jetzt halt auch im Bereich von Körper und Geschlecht. Aber zu sagen, dass es den Jugendlichen nur um Rebellion geht, greift zu kurz. Die Frauenbewegung war auch eine Rebellion. Daraus entwickeln sich manchmal dauerhafte Veränderungen in der Gesellschaft - so dass alle umdenken und nachher die Kategorien vielleicht wirklich anders betrachten.

Man hat den Eindruck, dass das Spiel mit dem eigenen Geschlecht unter Gymnastinnen und Gymnasten manchmal fast zelebriert wird, wohingegen in anderen sozialen Milieus eher das Gegenteil der Fall ist.

In bildungsfernen Familien oder solchen mit einem Migrationshintergrund ist das oft gar nicht möglich. Kinder aus solchen Familien sehe ich dann in meiner Sprechstunde, wenn der Leidensdruck schon sehr gross ist, weil sie ihre Bedürfnisse nicht ausleben konnten. Droht in einer Umgebung gleich der familiäre Ausschluss, kann man nicht mit der eigenen geschlechtlichen Identität spielen.

Was hat das alles mit der Pubertät zu tun?

Die Pubertät bringt gewisse Entwicklungsaufgaben mit sich: Berufsfindung, Partnerwahl, Sexualität oder Ablösung von den

Eltern - jetzt kommt neu die Geschlechtsidentität dazu. Früher wusste man, welches Geschlecht man ist, und etwas anderes gab es nicht. Schon bei der Sexualität durchleben viele junge Menschen eine Phase, in der sie sich überlegen: «Worauf stehe ich, und wer bin ich?» Mit der Pubertät hat es auch deswegen zu tun, weil sich da so viel am Körper verändert. Und irgendwann stellt sich vielleicht die Frage: «Bin ich jetzt eine besondere Person, weil ich als Frau sehr männlich rumlaufe? Oder bin ich trans?»

Wann beginnt sich die Geschlechtsidentität zu entwickeln?

Entwicklungspsychologisch fängt das im Alter von drei bis vier Jahren an. Mit fünf bis sechs haben die meisten Menschen einen gewissen Begriff von Geschlechtskonstanz, etwa im Sinne von: «Ich bin jetzt ein Mädchen, also werde ich eine Frau.» Das ist der Normalfall in unserer Gesellschaft. Aber diese Geschlechtskonstanz ist auch kulturell bedingt und wird jetzt zunehmend infrage gestellt.

Viele Eltern glauben, das Infragestellen des Geschlechts sei bloss eine Phase, die wieder vorbeigeht.

Ich verstehe die Eltern. Vor allem, wenn es in Richtung Geschlechtsangleichung geht, denn das ist ein schwieriger Weg. Das wünschen sich Eltern vielleicht nicht für ihr Kind. Und ich verstehe auch, dass es schwierig ist, das eigene Bild loszulassen - man hat ein Mädchen und dann soll das plötzlich ein Junge sein. Aber ich glaube, man muss zuhören, was die Kinder sagen, und der Realität ins Auge blicken, falls es dann doch nicht nur eine Phase ist. Schwierig wird es, wenn Eltern sagen: «Ich definiere, du bist noch zu jung, um das selbst zu wissen, und ich entscheide: Das ist nur eine Phase.» Ich finde es gut, wenn Eltern sagen: «Ich möchte, dass du vorsichtig bist und keine vorschnellen Entscheidungen triffst. Aber ich akzeptiere, wie du dich jetzt fühlst.»

Und was, wenn Eltern damit überhaupt nicht klarkommen?

Wenn man überfordert ist, dann soll man sich beraten lassen. Ich kann nur dazu raten, dass man sich damit auseinandersetzt und nicht auf etwas beharrt. Sonst driften die Generationen auseinander. In den 1950er Jahren waren Eltern überfordert, wenn der Sohn sagte, er sei schwul. Da hiess es: «Das

musst du jetzt mal wegstecken. Dann heiratest du, und dann geht das schon.» Man muss sich mit neuen Trends auseinandersetzen, die sich gesellschaftlich durchsetzen. Die Normen haben sich schon immer verändert. Das Schöne am Elternsein ist ja, dass man sich stets mit neuen Sachen auseinandersetzen muss.

Wie viele Jugendliche ordnen sich nicht fest einem Geschlecht zu?

Es gibt Umfragen, allerdings nicht aus der Schweiz. Sie zeigen, dass sich zwischen 10 und 15 Prozent der Jugendlichen als nicht genderkonform definieren. Das waren aber Befragungen von Studierenden, also von jungen Leuten aus einem Milieu, wo man so etwas überhaupt sagen darf. Generell gilt: Je neuer die Studie, desto höher der Prozentsatz. Da verändert sich gerade etwas.

Die amerikanische Philosophin Judith Butler sagte kürzlich in einem Interview: «Was es heisst, Frau zu sein, ändert sich von Jahrzehnt zu Jahrzehnt.»

Man kann es nicht antizipieren. Hätte vor hundert Jahren irgendjemand voraussagen können, dass passieren wird, was jetzt passiert zwischen Männern und Frauen? Wie wollen wir jetzt wissen, was am Schluss noch übrigbleibt? Mann und Frau wird es zwar noch geben, weil ja biologische Unterschiede zwischen ihnen bestehen. Aber dass man das mit bestimmten Charaktereigenschaften und Vorlieben verbindet, spielt eines Tages vielleicht gar keine Rolle mehr.

Wer sich mit seinem Geschlecht identifiziert, gilt heute schon fast als langweilig.

Da sehe ich gar keine Gefahr. Es wird niemand gemobbt, weil er ein heteronormativer Bursche ist. Bis heute wurden immer jene, die anders sind, gemobbt. Wenn das Anderssein jetzt auch cool ist, dann ist das ein Fortschritt. Ich glaube, das ist eine Angst von gewissen konservativen Kräften. Nur weil Schwule heiraten und Kinder haben dürfen, heisst das nicht, dass Mann und Frau keine Kinder mehr haben dürfen. Unsere heteronormative Familie ist nicht in Gefahr, nur weil die anderen Familienformen jetzt auch akzeptiert werden. Wenn am Rand Phänomene auftauchen, die ebenfalls Geltung beanspruchen und Rechte fordern, dann fühlt man sich in der Mitte infrage gestellt - obwohl man immer noch die Mehrheit bildet.

Und doch gibt es praktische Probleme, zum Beispiel wenn der Lehrer die vier Nonbinären in seiner Klasse jeden Morgen fragen muss, wie sie sich heute empfinden.

Da braucht es ein bisschen Toleranz, auf beiden Seiten. Ich habe aber noch nie gehört, dass eine Lehrperson unnötig viel Zeit verschwenden muss mit dem Erfragen der korrekten Pronomen.

Wie handhaben Sie solche Dinge bei Ihnen in der Klinik?

Wir haben auch Jugendliche, die wollen

## Glossar des Geschlechts

## Geschlechtsidentität

Das ist die innere Gewissheit, welches Geschlecht man selbst hat - ob eine Person eine Frau ist, ein Mann, weder noch oder ein Zustand dazwischen.

## Geschlechtsvarianz

Der Begriff steht für ein nicht geschlechtstypisches Verhalten, aber auch das Gefühl der Unzufriedenheit mit der eigenen Geschlechtsrolle.

## Heteronormativität

Dieser Ausdruck bezeichnet eine Einstellung, in der eine heterosexuelle Entwicklung der «normalen» Verhaltensweise entspricht.

## Nonbinär

Die Geschlechtsidentität von nonbinären Menschen ist weder weiblich noch männlich. Sie befindet sich zwischen oder ausserhalb dieses binären Systems.

mit «they» und «them» bezeichnet werden. Da muss man ein bisschen üben, und dann geht das. Was wir nicht machen, ist jeden Tag die Namensschilder auszuwechseln. Wir nehmen ernst, dass Leute wechselnde Identitäten haben, entweder noch fluide oder dauerhaft fluide, ohne dass man deswegen einen Riesenaufwand betreiben muss.

Aber Eltern sind überfordert, wenn die Tochter darauf besteht, «Pers» zu sagen statt «Mann» oder «Frau» und «Xier packt diesen Koffer» statt «Sie packt diesen Koffer».

Das ist ein extremes Beispiel. Hätte ich Fälle mit solchen komplexen Satzkonstruktionen, würde ich wahrscheinlich versuchen, das von der spielerischen Seite anzugehen und den Betroffenen zu erklären, dass Fehler, die ich dabei mache, nicht gegen sie gerichtet sind. Es geht ja dabei nur um Pronomen und nicht um lebensverändernde Entscheidungen.

Allerdings reagieren manche nonbinären Menschen in solchen Fällen sehr empfindlich.

Ich sehe manchmal Leute - nicht nur Eltern, sondern auch Therapeutinnen oder Lehrerinnen -, die jemanden konstant falsch bezeichnen. Wir besprechen: «Das ist jetzt Tom», und dann sagen sie ständig «sie». Dann heisst es: «Ich kann mich halt nicht umstellen.» Identifiziert sich jemand über längere Zeit mit etwas, sollte ich mir Mühe geben, das zu respektieren. Und wenn es eine mega komplizierte Konstruktion ist, kann ich aber auch ein bisschen Rücksicht erwarten, dass das ja nicht so einfach geht. In 95 Prozent der Fälle, die wir bei uns haben, ist es ganz einfach: nur «er» oder «sie», einfach anders. «They» oder «them» empfinde ich als nicht so kompliziert, das muss man nur etwas üben. Doch das ist ein kleiner Preis, den wir zahlen müssen, wenn sich die Menschen dafür angesprochen fühlen.

Wie sagt man das auf Deutsch?

Es ist vielleicht sogar simpler, wenn man das auf Englisch macht, denn dann sage ich: «They kommt jetzt», oder: «Ich sehe them nachher.» Das finde ich die einfachere Variante als «xier», wo man auch noch jedes Pronomen im Satz anpassen muss.

Liegt es nicht in der Natur des Menschen, dass er an seiner Geschlechtlichkeit hängt?

Über die letzten Jahrtausende ist so viel falsch gemacht worden mit dem Begriff «natürlich». Man definierte «natürlich» als das, was häufig vorkommt, was man aus der eigenen Kultur kennt oder was ursprünglich einmal bei irgendwelchen Höhlenbewohnern gewesen sein soll. Wir haben uns in der Menschheitsgeschichte extrem verändert. Aus meiner Sicht ist die Veränderung natürlich. Der Mensch ist ein kulturelles Wesen und anders als damals. Auch in Bezug auf die Geschlechtsidentität. Was sich da entwickelt, ist kulturell und hat darum Platz in der Natürlichkeit des Menschen. Auch was wir jetzt diskutieren, kann sich alles wieder ändern.

## Neues aus der Wissenschaft

## Grünflächen mindern Schlaganfallrisiko

In der Stadt ist man hauptsächlich von Beton, Asphalt und Strassenverkehr umgeben. Autos und Lastwagen generieren Luftschadstoffe, die sich negativ auf die Gesundheit auswirken. Erhöhte Konzentrationen an Feinstaub, Stickstoffdioxid und Russpartikel durch den Verkehr führen zu einem erhöhten Risiko für einen Schlaganfall («Environment International»). Doch die neue Studie macht auch Hoffnung: Ein hohes Mass an Grünflächen in der Nähe der Woh-



nung senkt das Risiko eines Schlaganfalls um bis zu 16 Prozent. Der Aufenthalt im Grünen wirkt stressabbauend und erhöhe die körperliche Aktivität, so die Forschenden. (cje.)

## Bleimunition schadet Greifvögeln

Die Greifvogelpopulation ist in ganz Europa kleiner, als sie sein sollte. Schuld daran sind auch Vergiftungen durch Bleimunition, die Jäger benutzen. Anhand von tot aufgefundenen Greifvögeln konnten Forschende abschätzen, wie die Bleimunition die Populationen beeinträchtigt («Science of The Total Environment»). Unter zehn Greifvogelarten sind etwa 55 000 erwachsene Vögel wegen zu viel Blei verschwunden. Die Seeadlerpopulation ist beispielsweise um 14 Prozent kleiner, als sie ohne Bleivergiftung wäre. Fressen Greifvögel Kadaver, in denen sich giftiges Blei befindet, erleiden sie bei grösseren Dosen einen langsamen und schmerzhaften Tod, während kleinere Dosen das Verhalten und die Physiologie verändern. (cje.)



## Dieser Hai schläft mit offenen Augen

Praktisch alle Lebewesen schlafen auf die eine oder andere Weise, aber wie genau und weshalb sie das tun, das bleibt oft ein Mysterium. Am weitesten verbreitet ist die Vorstellung, dass der Schlaf eine wichtige Haushaltung eines Lebewesens zu bewirtschaften. Jetzt haben Forscher genau das bei Haien nachgewiesen, über deren allgemeines Schlafverhalten besonders wenig bekannt ist. Katzenhaie der vor Neuseeland vorkommenden Art *Cephaloscyllium isabel-lum* halten sich am Meeresgrund still, reduzieren in einem schlafähnlichen Zustand ihren Stoffwechsel und sparen so Energie

(«Biology Letters»). Das Besondere dabei: Anders als wir Menschen halten diese Tiere ihre Augen im Schlaf offen. (pim.)

## Emojis vermitteln Schwäche

Es gehört ja heute selbst in eher konservativen Domänen wie den Banken oder der Versicherungsbranche zum guten Ton, mit Emojis oder anderen lustigen Bildchen zu kommunizieren. Doch Vorsicht, diese Strategie könnte sich als Fehlschlag erweisen - sowohl für die Angestellten selbst als auch für die Firma. Forscher der Tel Aviv University haben in Experimenten untersucht, welchen Eindruck Menschen erwecken, die lieber mit symbolhaften Darstellungen statt mit klar und deutlich formulierten Texten kommunizieren («Organizational Behavior and Human Decision Processes»). Dabei hat sich gezeigt: Die Verwendung von Bildchen - sei es in E-Mails, bei Zoom-Konferenzen oder auf T-Shirts - lassen Betrachter glauben, die Absender seien eher schwache Figuren mit wenig Autorität. :-( (pim.)

## Chinesischer Schrott auf dem Mond

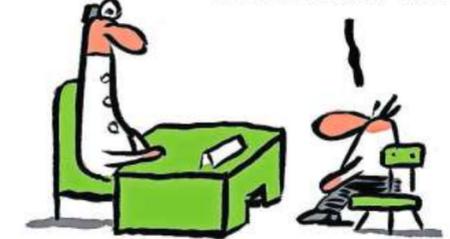
Zum ersten Mal ist der Mond unbeabsichtigt von einer unkontrolliert umherschwirrenden Raketenstufe getroffen worden. Die zweifelhafte Ehre gebührt China. Am 4. März schlug das

Raketenteil auf der erdabgewandten Seite des Mondes ein. Es handele sich vermutlich um eine Raketenstufe, die 2014 die Sonde «Chang'e 5-T1» zum Mond befördert hatte. Diese sei erfolgreich zur Erde zurückgekehrt war, schreibt die Wissenschaftszeitschrift «Nature». (hir.)

## Schluss-Strich von Nicolas Mahler

Was führt Sie zu mir?

Ich schwöre, es ist ETWAS SCHLIMMES.



DER HYPOCHONDRISCHE EID