

Dieser Band wurde umweltfreundlich gedruckt:

- auf 100% Recyclingpapier, FSC-zertifiziert mit dem Blauen Engel
- mit mineralölfreien Druckfarben ohne Isopropanol
- ohne Folie kaschiertes Cover
- uneingeschweißt



Umfassende Nachhaltigkeit in Bezug auf natürliche Ressourcen und soziales Miteinander ist Verlagskonzept: Wir beziehen Ökostrom, reparieren, statt neu zu kaufen, unser Bürobedarf ist ökologisch, wir reisen per Bahn und versuchen alle Arbeitsprozesse möglichst fair zu gestalten. Wir setzen uns ein für ein wertschätzendes und ressourcenschonendes Sein in Welt.

Birgit Palzkill: Nicht binär leben.

1. Auflage, Hiddensee: w\_orten & meer, 2024

ISBN 978-3-945644-446-1

Cover und Layout: bureau zanko – zankoloreck.de

Druck: Oktoberdruck GmbH, Grenzgrabenstraße 4, 13053 Berlin

© w\_orten & meer GmbH, Hiddensee 2024

Verlag für verbindendes diskriminierungskritisches Handeln

Süderende 86, 18565 Insel Hiddensee

[kontakt@wortenundmeer.net](mailto:kontakt@wortenundmeer.net)

[www.wortenundmeer.net](http://www.wortenundmeer.net)

Eigentumsvorbehalt: Dieses Buch bleibt Eigentum des Verlages, bis es der gefangenen Person direkt ausgehändigt wurde. Zur-Habe-Nahme ist keine Aushändigung im Sinne dieses Vorbehalts. Bei Nichtaushändigung ist es unter Mitteilung des Grundes zurückzusenden.

BIRGIT PALZKILL

NICHT  
BINÄR  
LEBEN

# INHALT

Einleitung	
Warum, wie und für welche Menschen dieses Buch geschrieben wurde .....	9
Lindy (62 Jahre) .....	19
»Es ist eher eine Entdeckungsreise«	
Der lange Weg, sich als nicht binär zu begreifen .....	28
»Das ist krass, du wirkst anders, viel freier«	
Die Freiheit, nicht binär zu sein.....	61
»Ich will Kontakt zu meinem Körper finden«	
Körpereuphorie und Körperforschung .....	71
»Nicht binär leben hat viele Facetten«	
Die Vielfalt nicht binären Lebens .....	88
Alex (52 Jahre) .....	98
»Über oder unter dem Radar?«	
Nicht binär in einer binären, cis-normativen Welt .....	107
»Der Vorteil wäre, dass ich Ich sein kann«	
Coming-out .....	120
»Solange ich abhängig bin, ist es schwierig«	
Nicht binär am Arbeitsplatz .....	135

Lou (37 Jahre) .....	145
»Es ist ein Gefühl von unsichtbar sein«	
Misgendering .....	156
»Ich könnte mir vorstellen Neopronomen zu benutzen, wenn die mehr im Alltag angekommen sind«	
Sie, er, xier, ens, they, .... oder keins? – die Suche nach passenden Pronomen .....	170
»Es braucht sehr viel Energie für mich, so dagegenzuhalten«	
Selbstsicherheit durch Anerkennung, Austausch und Vernetzung .....	179
»Ich will in dieser Gesellschaft existent sein – auch amtlich«	
Rechtliche Anerkennung .....	187
Jesse (25 Jahre) .....	197
»Den Zwang auf Geschlecht zu gucken mal hergeben«	
Anregungen für eine geschlechterinklusive Praxis .....	206
»Ich wünsche mir generell, dass alles nicht so eindimensional gesehen wird«	
Nicht binär leben als Selbstverständlichkeit und Chance .....	219
Danke .....	225
Zum Nachschlagen .....	229
Zum Weiterlesen .....	237

## **EINLEITUNG**

# **WARUM, WIE UND FÜR WELCHE MENSCHEN DIESES BUCH GESCHRIEBEN WURDE**

## **WARUM EIN BUCH ÜBER NICHT BINÄR LEBEN**

»Bist du ein Mann oder bist du eine Frau?« Meine Antwort auf diese Frage löst fast immer Überraschung aus: »Ich bin kein Mann, ich bin keine Frau, ich bin nicht binär.« Meist schaue ich in fragende Gesichter, bisweilen begleitet von Unverständnis oder gar Ablehnung. Nicht binär zu leben ist zwar heutzutage kein Tabu mehr. Internationale Stars wie Elliot Page und Sam Smith haben öffentlich erklärt, nicht binär zu sein. Mit einem Song über das eigene nicht binäre Leben hat Nemo den ESC 2024 gewonnen und in Filmen und Fernsehsendungen begegnen uns nicht binäre Charaktere. Zunehmend treffen Menschen auch im familiären

Umfeld, im Kreis befreundeter Personen oder im beruflichen Kontext auf Jugendliche und Erwachsene, die sich selbst als nicht binär bezeichnen oder durch Selbstbezeichnungen wie genderqueer, genderfluid, agender, bigender, polygender, genderfrei und viele weitere in noch differenzierterer Weise zum Ausdruck bringen, dass sie sich als nicht binär begreifen. Meist stehen dann ausgesprochen oder unausgesprochen Fragen im Raum:

Was meint es genau, nicht binär zu sein?

Wie bist du dazu gekommen, dich so zu bezeichnen?

Woran erkenne ich, dass eine Person nicht binär lebt?

Warum können nicht binäre Menschen nicht einfach ein femininer Mann bzw. eine maskuline Frau sein?

Ist das eine Modeerscheinung?

Warum ist das wichtig, ist das nicht Privatsache? Usw.

Wie die meisten nicht binären Menschen habe ich solche und ähnliche Fragen unzählige Male zu beantworten versucht. Doch in einem kurzen Austausch ist das nur sehr begrenzt möglich. Zu facettenreich und unterschiedlich gestaltet sich nicht binäres Leben, um es ›kurz‹ zu erklären. Es braucht Zeit und Vertrauen, sich darüber zu verständigen. Ist beides nicht gegeben, so macht sich erfahrungsgemäß in Gesprächen schnell das Gefühl breit, die eigene Existenz rechtfertigen zu müssen – beweisen zu müssen, dass es mich wirklich gibt als nicht binären Menschen. Solche Gespräche und die Erwartung, sich immer wieder zu erklären, die immer gleichen Fragen zu beantworten und Aufklärungsarbeit zu leisten, sind für viele nicht binäre Menschen sehr belastend. Sie sind ermüdend und erschöpfend. Aus dieser Erfahrung heraus entstand meine Idee, dieses Buch zu schreiben.

Es richtet sich an nicht binäre Menschen selbst. Und es richtet sich an alle, die Interesse an nicht binärem Leben haben und

Antworten auf die gestellten Fragen suchen – unabhängig davon, ob ihr Interesse privater oder beruflicher Art ist. Vielleicht haben sie in ihrem familiären Umfeld, im Sportverein oder im Kreis von befreundeten Menschen eine nicht binäre Person kennengelernt. Vielleicht sind sie im beruflichen Bereich mit dem Thema befasst, sind beispielsweise in der Organisationsentwicklung oder Personalführung tätig oder haben im schulischen, medizinischen, sozialen oder therapeutischen Bereich Kontakt mit nicht binären Menschen. Das Buch gibt nicht binären Menschen eine Stimme, es macht nicht binär zu leben verständlich und begreifbar und die Vielfalt nicht binären Lebens sichtbar. Es ist, so hoffe ich, eine gute Grundlage für weiterführende und fruchtbare Gespräche und regt dazu an, die unendliche Komplexität des Themas weiter aufzufächern und zu vertiefen.

Möglicherweise entstehen beim Lesen des Buches auch neue Fragen und es kann sein, dass Irritationen oder Verunsicherungen auftauchen. Dies als produktiv zu begreifen und als Inspiration für weiteres Nachdenken und Ins-Gespräch-Kommen zu nutzen, ist ein Anliegen des Buches. Wir leben in einer Gesellschaft, in der es als natürlich und selbstverständlich gilt, dass es nur die beiden Geschlechter Mann und Frau gibt. In einer solch zweigeschlechtlichen Ordnung, die auch binäre Geschlechterordnung genannt wird, werden alle Menschen mit Vorstellungen und Idealen von Männlichkeit und Weiblichkeit konfrontiert. Zwar entspricht keine Person diesen Idealen vollständig und viele Menschen wollen das auch gar nicht. In einer binären Geschlechterordnung gilt es jedoch als selbstverständlich, sich zumindest insoweit anzupassen, dass ich eindeutig einer der beiden Kategorien Mann oder Frau zugeordnet werden kann. Diese scheinbare Selbstverständlichkeit und diese tief verankerten Denkweisen

werden unweigerlich in Frage gestellt, wenn ich mich mit nicht binärem Leben beschäftige. Das kann irritierend sein, an alten Kränkungen röhren und verunsichern. Es kann längst vergessene Erinnerungen an Beschränkungen in der eigenen Kindheit heraufbeschwören. Sätze wie »Als Mädchen solltest du ...« oder »Als Junge musst du ...« können wieder lebendig werden. Oder es drängt sich die Frage auf, inwieweit ich mich auch als erwachsener Mensch im eigenen Ausdruck und Verhalten beschränke, um nicht zu sehr aus der Rolle zu fallen. Kurz: Sich damit zu beschäftigen, nicht binär zu leben, ist zwangsläufig damit verbunden, sich mit Zuweisungen und Beschränkungen auseinanderzusetzen, die eine binäre Geschlechterordnung für jeden Menschen mit sich bringt.

Vor solchen Fragen und den Herausforderungen, die es in einer zweigeschlechtlichen Ordnung zu bewältigen gilt, stehen auch nicht binäre Menschen selbst. Auch sie sind in der Regel bei der Geburt als Junge oder Mädchen kategorisiert worden und müssen sich mit den binären Vorstellungen und Bildern von Geschlecht auseinandersetzen, die an uns alle herangetragen werden. Während Männern und Frauen zahlreiche, sehr verschiedene Rollenbilder als Vorbild dienen können, sind nicht binäre Menschen dabei auch heute noch weitgehend auf sich selbst gestellt. Der Weg hin zu der Erkenntnis, sich keiner der beiden Kategorien Mann oder Frau zuordnen zu können oder zu wollen, ist vor diesem Hintergrund nicht einfach zu bewältigen. In einer zweigeschlechtlichen Gesellschaft braucht es viel Kraft und innere Stärke, diesen Weg gegen alle Infragestellungen, Ausgrenzungen, Angriffe und die damit einhergehenden eigenen Verunsicherungen zu gehen. Die Erfahrungen und Geschichten anderer nicht binärer Menschen kennenzulernen, kann sehr unterstützend und

stärkend sein. Dabei ist es nicht bedeutsam, ob eine Person für sich den Begriff nicht binär verwendet oder eine andere Selbstbezeichnung (etwa genderqueer, genderfluid, agender, bigender, polygender, genderfrei oder noch anderes) benutzt.

**Nicht binär beschreibt keine neue feste Geschlechterkategorie. Der Begriff wird in diesem Buch im Sinne eines Schirmbegriffs verwendet, der die Vielfalt aller Menschen umfasst, die sich keiner der beiden binären Geschlechterkategorien fest zuordnen.**

Mir ist es ein Herzensanliegen mit diesem Buch den Austausch und die Diskussion unter nicht binären Menschen in ihrer ganzen Vielfalt und getragen von gegenseitigem Respekt anzuregen. So soll das Buch zu einer positiven und gegenseitigen Selbstgewisserung beitragen und nicht binäre Menschen individuell und kollektiv stärken.

Nicht zuletzt eröffnet das Buch auch für alle, die nach Einführung des neuen Selbstbestimmungsgesetzes 2024 über ihre eigene Geschichte, ihre eigenen genderbezogenen Erfahrungen und Herausforderungen neu nachdenken, viele Inspirationen.

## **ZUR ENTSTEHUNG DES BUCHES – DIE INTERVIEWS**

Grundlage des Buches sind Interviews, die ich mit siebzehn nicht binären Menschen im Alter von 20 bis 70 Jahren geführt habe. Der Kontakt zu den einzelnen Personen entstand zum einen dadurch, dass ich mein Projekt persönlich im Rahmen von queeren Arbeitszusammenhängen und diversen Veranstaltungen vor gestellt habe, bei denen ich nicht binäre Menschen im Publikum vermuten konnte. Zum anderen habe ich Personen aus der quee-

ren Community, aus queeren Beratungsstellen und Projekten gebeten, nicht binäre Menschen anzusprechen und bei ihnen für eine Teilnahme zu werben. Durch die persönliche Vermittlung konnten die Angesprochenen Vertrauen darin gewinnen, dass die Gespräche auf Augenhöhe verlaufen und dem gemeinsamen Ziel dienen, sich als nicht binärer Mensch zu empowern.

In jedem Interview haben die Interviewten und ich gemeinsam den bisweilen sehr langen Weg nachgezeichnet, der von der Einordnung als Junge oder Mädchen über viele Umwege und Sackgassen bis dahin führte, sich als nicht binär zu begreifen. Jedes Interview nahm mich mit auf eine Entdeckungsreise, die für mich ebenso wie für die Interviewten sehr bewegend war. Es war beeindruckend und faszinierend in der Rückschau auf das bisherige Leben noch einmal zu sehen, mit wie viel Stärke, Klarheit und Mut die Interviewten für sich selbst und ihre persönliche Wahrheit eingestanden sind und bis heute immer wieder einstehen.

Gleichzeitig war es belastend, in jedem Gespräch mit den Erfahrungen von Diskriminierung, Infragestellung, Ausgrenzung und Gewalt konfrontiert zu werden, denen wir als nicht binäre Menschen in einer zweigeschlechtlichen Gesellschaft tagtäglich ausgesetzt sind.

Schon in den ersten Interviews wurde sehr deutlich, wie groß vor diesem Hintergrund das Bedürfnis ist, sich zu vernetzen und auszutauschen. Mein Vorhaben, die ersten Ergebnisse der Interviewauswertung während eines Treffens vorzustellen, zu dem alle Interviewten eingeladen waren, traf auf großes Interesse. Es fand im Sommer 2023 statt, und es war für alle Beteiligten sehr bereichernd und stärkend, sich gegenseitig kennenzulernen, auszutauschen und über die Zwischenergebnisse zu diskutieren. Die Rückmeldungen der Interviewten bestätigten und vertieften meine Interviewauswertungen, machten mich auf fehlende As-

pekte aufmerksam und gaben mir zusätzliche Impulse, die in den vorliegenden Text eingeflossen sind. Darüber hinaus hat mir unser Treffen noch einmal vor Augen geführt, Welch faszinierende Persönlichkeiten ich interviewen durfte und wie wichtig es ist, dass ihre Stimmen gehört und ihre Geschichten erzählt werden.

Bei den Interviews kam mir meine Erfahrung zugute, die ich vor mehr als dreißig Jahren in einer Interviewstudie zu lesbischem Leben gemacht habe. Auch in den damaligen Interviews ging es um die Auseinandersetzung mit herrschenden Geschlechterverhältnissen und um das je eigene Verständnis von Geschlecht. In meinem Buch »Zwischen Turnschuh und Stöckelschuh« von 1995 zitiere ich aus einem Brief, der mir in diesem Zusammenhang geschrieben wurde:

*»Um es gleich vorweg zu klären: ... Ich bin kein Mann, ich will nicht als Mann leben – aber auch nicht als Frau! Damit ist mein Problem exakt beschrieben ... Versteh mich nicht falsch. ... Es geht darum, das eigene Geschlecht, den eigenen Sex, die eigene Sinnlichkeit, Begierde und Lust entwickeln zu können, ohne sie in die engen Korsetts des Frau-Seins oder Mann-Seins als einzige Seins-Weisen in dieser Welt einsperren zu müssen. In diesem Sinne geht es in der Tat um die Befreiung des Geschlechts, um die Befreiung des Sex und der Sinnlichkeit.«*

Nicht binär zu leben, ist also kein neues Thema. Doch erst heute stehen die Chancen wesentlich besser, das damals als persönliches ›Problem‹ Empfundene in Worte zu fassen und anders zu verstehen. Gut vorstellbar, dass auch die Person, die den Brief damals geschrieben hat, sich heute als nicht binär bezeichnen und ge-

meinsam mit anderen gesellschaftliche Akzeptanz und Respekt für ihr Leben einfordern würde.

## **ZUM AUFBAU DES BUCHES – LESEHINWEISE**

Das Buch bietet verschiedene Möglichkeiten, sich nicht binärem Leben zu nähern, eher analytisch über einzelne Themenbereiche oder durch das Lesen einzelner Lebensgeschichten. Je nach persönlicher Vorliebe, kann mit dem einen oder anderen Zugang begonnen oder zwischen beiden hin und her gewechselt werden.

Die einzelnen Kapitel widmen sich jeweils einem der Themenbereiche, die sich bei der Auswertung der Interviews als zentrale Aspekte nicht binären Lebens herauskristallisiert haben. Um den Stimmen der Interviewten möglichst viel Raum zu geben und ihre Erfahrungen anschaulich werden zu lassen, werden in jedem Kapitel zahlreiche Zitate wiedergegeben, in denen die Interviewten selbst zu Wort kommen. Die Vielzahl der Zitate verdeutlicht zudem, wie vielschichtig und facettenreich es ist, nicht binär zu leben, und wie unterschiedlich die Interviewten sich und ihre Lebenssituation erleben. Die dabei angegebenen Namen sind Pseudonyme, die die zitierten Personen in fast allen Fällen selbst für sich ausgesucht haben. Darüber hinaus finden sich im Buch vier Texte, in denen Menschen unterschiedlichen Alters ihre Geschichte selbst erzählen. Jede dieser Lebensgeschichten wurde auf der Grundlage mehrerer Interviews konstruiert. Sie kann nicht einer bestimmten Person zugeordnet werden, spiegelt jedoch die Realität nicht binären Lebens so wider, wie sie sich in den Interviews dargestellt hat.

Die beiden letzten Kapitel gehen der Frage nach, welche Chancen für unsere Gesellschaft darin liegen, binäres Denken zu überwinden und nicht binär zu leben als selbstverständlich anzuerkennen. Wie kann der Weg zu einer geschlechterinklusiven Kultur aussehen? Tipps für die alltägliche Praxis zeigen auf, wie jeder Mensch im Alltag hierzu beitragen kann. Akzeptanz und Selbstverständlichkeit von nicht binärem Leben sind nämlich keineswegs nur für nicht binäre Menschen von großer Wichtigkeit. Sie sind vielmehr im Interesse aller, die in einer hierarchischen, zweigeschlechtlichen Geschlechterkultur benachteiligt und diskriminiert werden. Darüber hinaus sind sie auch ein Anliegen all der Menschen, die ihre eigenen Privilegien in der herrschenden Geschlechterkultur hinterfragen und in diskriminierungskritische Handlungen übersetzen wollen. Letztendlich sind sie im Interesse einer Gesellschaft, die über die Frage des Geschlechts hinaus binäre Kategorien überwinden und allen Menschen ein Leben frei von Diskriminierung und Gewalt ermöglichen will.

## **WAS IN DIESEM BUCH FEHLT**

Auch wenn es einige zentrale Erfahrungen gibt, die alle nicht binären Menschen in dieser Gesellschaft teilen, kann die unglaublich große Vielfalt nicht binären Lebens in diesem Buch nicht repräsentativ und in voller Tiefe und Ausdifferenzierung dargestellt werden. Zu unterschiedlich ist der Zugang der Einzelnen zu Informationen, Vorbildern und Identifikationsfiguren und zu vielfältig ist das, was jeweils mit dem Begriff »nicht binär« verbunden wird. Außerdem sind die Erfahrungen, die nicht binäre Menschen in dieser Gesellschaft machen, von zahlreichen anderen Faktoren bestimmt. Diskriminierungen und Ausschlüsse

haben eine andere Dimension, wenn ein Mensch nicht nur bezüglich des Geschlechts die herrschenden Normen nicht erfüllt, sondern auch in anderer Hinsicht Diskriminierungen und Ausschlüsse erfährt beziehungsweise befürchten muss. Für Schwarze, Indigene oder People of Color sind beispielsweise Orte, an denen sie sich als nicht binäre Menschen sicher und geschützt fühlen, hierzulande noch rarer als sie es für weiße nicht binäre Personen sind. Denn Rassismus macht auch vor queeren Communitys nicht halt. Ähnliches gilt für Antisemitismus, Behindertenfeindlichkeit oder Klassismus.

Ich habe mich bemüht, möglichst viele Aspekte nicht binären Lebens in den Blick zu nehmen. Doch die von mir Interviewten, die überwiegend weiß und akademisch gebildet sind, repräsentieren die Vielfalt nicht binären Lebens nicht. Insbesondere ist es mir auch nicht gelungen, Menschen zu interviewen, die aufgrund der vielfältigen Belastungen, denen sie ausgesetzt waren, in völliger Armut und sozialer Isolation leben. Dieses Buch stellt folglich nur einen kleinen Ausschnitt dar, wie nicht binär zu leben in unserer Gesellschaft sein kann. Es ist notwendig und zu wünschen, dass ihm noch viele weitere folgen, in denen auch diejenigen stärker zu Wort kommen, deren Stimmen in diesem Buch noch fehlen.