

---

# Hilfe Eneas, mein Kind ist trans!



@happyneass

---

# DURCHATMEN

*Ein Mal tief Luft holen...*

**Mit deinem Kind ist alles in Ordnung.**

*...Ausatmen.*

*Einatmen...*

**Es geht jetzt nicht um dich.**

**Es geht um dein Kind.**

*...Ausatmen.*

@happyneass



---

# REAGIEREN

Es ist völlig normal, dass dir nun millionen verschiedene Gedanken durch den Kopf rasen. Nimm dir Zeit, die Information zu verarbeiten, aber versichere deinem Kind, dass zwischen euch alles in Ordnung ist.

**"Danke, dass du mir das anvertraust. Ich werde ein wenig Zeit brauchen, das zu verarbeiten.**

**Ich will aber, dass du weißt, dass ich dich liebe. Ich möchte, dass du tust, was das Beste für dich ist."**

@happyneass

---

# INFORMIEREN

Die meisten Menschen wissen nicht, welche Begriffe mensch verwenden kann und was es eigentlich genau heisst, trans zu sein.

Falls das auf dich zutrifft, musst du dich nicht dafür schämen.

**Du kannst dich nun selbst darüber informieren.**

Dass du auf meinem Profil gelandet bist, ist ein super Zeichen! Hier gibt es ganz viele Infoposts zum Thema.

Beim TGNS findest du eine hilfreiche Broschüre, die dir die wichtigsten Informationen einfach rüber bringt. @transgendernetwork\_ch

@happyneass

---

# UNTERSTÜTZUNG

Es ist in Ordnung, aufgewühlt zu sein und verwirrende Emotionen zu haben.  
Teile diese Gefühle.

**Aber nicht mit deinem Kind.**

Es sollte dir nicht helfen müssen, diese zu verarbeiten. Es ist genug mit den eigenen Emotionen beschäftigt.

**Finde eine Person, die dir zuhört.**

Es kann jemand aus deinem Umfeld sein (Partner\*in, anderer Elternteil, Freund\*innen).  
Noch besser wäre eine Fachperson (TGNS oder Therapeut\*in).

@happyneass

---

# K O M M U N I K A T I O N

Es ist in Ordnung, deinem Kind Fragen zu stellen. **Es zeigt, dass du mehr darüber wissen willst und es dir wichtig ist, wie dein Kind sich fühlt.**

Nimm aber unbedingt Rücksicht darauf, welche Themen dein Kind besprechen will und welche nicht.

Deine Fragen sollten deinem Kind verdeutlichen, **dass du es unterstützen und besser verstehen willst.**

@happyneass

---

# FRAGEN

Solche Fragen können so aussehen:

- Darf ich dir ein paar Fragen stellen?
- Wie lange fühlst du dich schon so?
- Hast du das mit wem anderen schon geteilt?
- Was erhoffst du dir für deine Zukunft?
- Möchtest du, dass ich einen anderen Namen oder neue Pronomen verwende?
- Wie kann ich dich am besten unterstützen?
- Hast du irgendwelche Fragen an mich?

@happyneass



---

# ENTDECKEN

Als Elternteil kannst du schon mit ganz kleinen Dingen das Leben deines Kindes einfacher gestalten und ihm dabei helfen, aufzublühen. **Egal wie alt es ist.**

Zum Beispiel einen **neuen Haarschnitt** finden oder zusammen **neue Kleidung** kaufen.

Begleite dein Kind auf der spannenden Entdeckungsreise und lass es sein Gender so ausdrücken, wie es möchte.

**Nimm dein Kind ernst, so bleibst du eine Vertrauensperson für wichtige Gespräche.**

@happyneass



---

# DENK DARAN

Egal welches Gender dein Kind hat, es ist immer noch das Kind, das es war, bevor es sich bei dir geoutet hat.

Als Elternteil kann es Zeit brauchen, sich an Veränderungen zu gewöhnen.  
**Es ist aber essenziell, dass du es tust.**

Du musst nicht perfekt sein.  
**Dein Kind braucht nur deine bedingungslose Liebe und Unterstützung!**

@happyneass

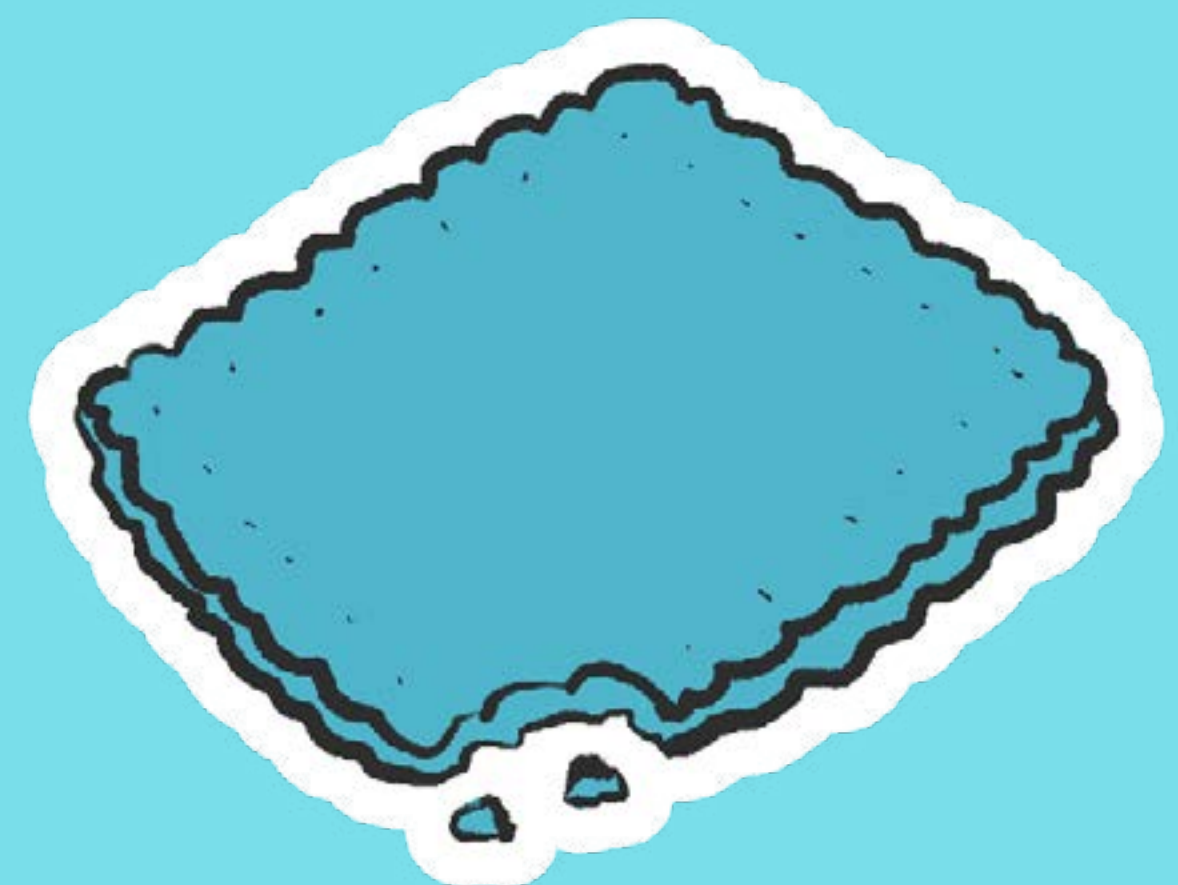


# Magst du meine Arbeit?

Es wäre toll, wenn du mich auf Patreon unterstützen könntest. Nur schon mit einem Guezli im Monat ist mir sehr geholfen.



*«Ein Guezli ist besser  
wie kein Guezli»*



[patreon.com/happyneass](https://patreon.com/happyneass)