



Arbeitsblatt «Mein Geschlecht – wie sehe ich mich?»

Selbstverständnis

Ich fühle mich bezüglich Geschlecht...

- Weiblich 0%  100%
 Männlich 0%  100%

Kannst du dein Selbstverständnis in Worte fassen (Gender Identität/Definition)? Hast du dich «gefunden»?



- Das wechselt über die Zeit
 innerhalb der Grenzen
(oben eingezeichnet mit A und B)

Was ist dir wichtig: Wie du dich fühlst? Wie andere dich sehen (welche Menschen)? Zugehörigkeit zu Gruppe? Speziell sein? Veränderung der Gesellschaft?

- Kann mit diesen Kategorien nichts (wenig) anfangen. Ich würde es so formulieren:
.....

Präsentation

Ich «stelle mich gerne so dar» ...

- Weiblich 0%  100%
 Männlich 0%  100%

Entspricht deine Präsentation schon deinem Selbstverständnis oder noch nicht? Warum ist das wichtig?

- Das wechselt über die Zeit
 innerhalb der Grenzen
(oben eingezeichnet mit A und B)

Gefällst du dir? Was möchtest du verändern an «bewusster Präsentation» (Styling etc.) oder an der «unbewussten» (Körpersprache etc.)? Wie?

- Kann mit diesen Kategorien nichts (wenig) anfangen. Ich würde es so formulieren:
.....

Körperliches Geschlecht

Geschlechtsmerkmale meines Körpers

- Ich bin damit ...
 OK Nicht OK Weiss noch nicht

Mit was bist du (nicht) ok und warum? Was versprichst du dir von einer Anpassung?

Zugewiesenes Geschlecht

Bei Geburt wurde mir ein Geschlecht zugewiesen ...

- Ich bin mit der Zuweisung ...
 Nicht OK OK Ist mir egal Manchmal

Warum ist das für dich problematisch (egal)? Ist dein «offizielles Geschlecht» wichtiger oder wie du wahrgenommen wirst?

Zusammenhang sexuelle Orientierung

Mein Geschlecht hat einen Zusammenhang mit meiner sexuellen Orientierung

- Das hat etwas ...
 Ja Nein Weiss nicht Manchmal

Warum? Was wäre, wenn du ein anderes Geschlecht hättest?