

מדריך מעבר כגבר

המונח "לעבור" (to pass) מתאר מצב שבו אדם נתפס כשייך לקבוצה שהוא לא אמור, לכאורה, להשתייך אליה. מקורו בתיאור א/נשים שחורים שנתפסו כלבנים בארה"ב, ובמובן המגדרי, הוא מתאר מצב בו א/נשים טרנסים נתפסים כמשתייכים למגדר שאליו הם מעוניינים להשתייך. במקרה של גברים טרנסים, הכוונה היא לכך שאדם זר תופס אותם כגברים או נערים.

לחלק מהטרנסים חשוב לעבור כגברים ולעתים שינויים קלים בסגנון ובהופעה החיצונית מקלים על כך. ההמלצות במדריך זה אינן הכרחיות על מנת לעבור כגבר, אבל הן בהחלט יכולות לסייע, במיוחד לטרנסים שאינם לוקחים טסטוסטרון.

הטיפים במדריך מבוססים על הכללות. ישנם גברים ונשים שמתנהגים, מדברים ונראים אחרת. בנוסף, גברים ונשים עוברים חיברות להתנהג בצורה גברית או נשית נורמטיבית, ואינך חייב להתנהג בצורה כזו או אחרת כדי להיות גבר, או אפילו כדי לעבור כגבר.

מכיוון שהמדריך מציע דרכים לעבור, הוא למעשה מציע דרכים להיטמע, לא למשוך תשומת לב ולהיראות "כמו כולם". אין לראות בכך המלצה או עמדה שלפיה טרנסים "צריכים" לעבור. נראות נורמטיבית, כמו נראות ג'נדרקוויירית, היא בחירה אישית, וכל אחת מהבחירות האלה לגיטימית וחיובית.

שפת גוף

שפת הגוף של גברים ונשים שונה – נשים נוטות לשבת ברגליים וידיים משוכלות וממעטות לפלוש למרחב של אחרים, ואילו גברים נוטים לשבת בפיוסוק רחב ועם ידיים פרושות ולתפוס יותר מקום במרחב.

קול

גברים נוטים לדבר במונטוניות ונשים נוטות לסיים משפטים כשאלות או עם עלייה קלה בטון.

- אם אתה מנסה להנמיך את הקול שלך במכוון עדיף לעשות זאת בזמן שיחת טלפון – בשיחות פנים מול פנים קל להבחין בכך שאנשים מנסים לשנות את הקול שלהם.
- בדרך כלל הקול נמוך יותר בבוקר, כך שזה זמן טוב להתקשר או להקליט הודעה במשיבון. יש הטוענים ששתיית כוס חלב לפני השינה גורמת לקול להיות נמוך יותר כשקמים.

תספורת

- תספורות קצרות עם פאות מחודדות נחשבות לנשיות יותר (למשל התספורת של [לייזה מינלי](#)), ותספורות עם פאות ישרות נחשבות לגבריות יותר.
- תספורת שמרנית, שבה השיער קצר בצדדים ומאחור וקצת ארוך יותר למעלה, בדרך כלל תיראה גברית יותר משיער קצוץ, החושף את מבנה הפנים והגולגולת שעשוי להיות עדין יותר אצל טרנסים (תחשבו על [שינייד אוקונור](#)).
- מומלץ להסתפר במספרת גברים שכונתית, כזו שנמצאת שם כבר חמישים שנה – התספורת כנראה תהיה זולה יותר וגם יהיה קל יותר לשחזר אותה בבית בהמשך. אם אתה לא בטוח מה לבקש, פשוט בקש תספורת רגילה של גברים.
- אפשרות נוספת היא להסתפר אצל ספר/ית פרנדלי/ת. לפעמים יש הבדלים בין תספורות שנפוצות בקרב גברים לתספורות קצרות שנפוצות בקרב לסביות, אז כדאי להסביר לספר/ית באיזה סגנון אתה מעוניין.

גילוח

אם אתה לא לוקח הורמונים או שהתחלת לקחת אבל עוד אין לך שיער פנים, מומלץ בכל זאת להתגלח. למרבית הא/נשים שנולדו במין נקבה צומחת פלומת שיער רכה ובהירה על הפנים, ולמרות שהיא לרוב כמעט בלתי נראית היא בולטת בשמש ועשויה לגרום לך להיתפס כאישה.

כדאי להשתמש בסכין גילוח וג'ל או קצף גילוח, ולהקפיד לגלח את שיער הפנים עם כיוון צמיחת השיער. לאחר הגילוח כדאי למרוח קרם לחות. אם אתה משתמש באפטרשייב, רצוי שלא יהיה מבוסס על אלכוהול, כדי לא לייבש את העור.

טיפים נוספים לגילוח תוכל למצוא במדריך גילוח.

שרירים

גם בלי או לפני הורמונים אפשר לפתח שרירים שיגרמו לגוף להיראות גברי יותר. בין אם מתאמנים במכון כושר או בבית, חשוב ללמוד את הדרך הנכונה לבנות שרירים בלי לגרום נזק לגוף. לפני שמתחילים להתאמן רצוי לעבור בדיקה גופנית כללית אצל רופא ולהתייעץ עם מאמן במכון כושר כדי לבנות תוכנית אימונים מתאימה. אפשר למצוא גם הרבה מידע אונליין.

חזה

מראה של חזה שטוח בהחלט עוזר לעבור כגבר, אבל חשוב לזכור שלבישת ביינדר (אביזר להשטחת החזה) לתקופה ארוכה ולפרקי זמן ממושכים עלולה להזיק לגוף שלך. חשוב להיות קשוב לגוף ולתת לו מנוחה מהביינדר. מומלץ להימנע משיטות ביינדינג שגורמות לכאבים בצלעות ובגב, מגבילות את הנשימה ואת זרימת הדם או גורמות לבעיות בעור. לפעמים אפשר גם להסתיר את החזה ללא ביינדר, באמצעות לבישת בגדים מתאימים ובשכבות.

בגדים

סגנון הבגדים שיגרום לך להיראות יותר גברי תלוי במבנה הגוף שלך. לעתים אנחנו מאמינים שמספר שכבות של בגדים יסייעו לנו לעבור, אבל למעשה לבישת שכבות לא תתאים לכולם. יש כאלה שהשכבות רק ידגישו את מבנה הגוף שלהם.

כמו במקרה של התספורת, לבוש "רגיל" או שמרני יעזור לך להיטמע, ולכן לעבור יותר כגבר. למשל, אם כולם סביבך עונבים עניבות כדאי גם לך לעשות זאת, אבל אם אתה היחיד באזור עם עניבה זה רק יבליט את השונות שלך.

- עניבה רחבה תתאים בעיקר לבעלי כתפיים ופלאג גוף עליון רחבים. אם אתה יחסית צר עניבה דקה תיתן לך מראה יותר פרופורציונלי.
- כדי לשוות לאזור החזה מראה שטוח יותר, עדיף ללבוש חולצות מבד עבה או מחוספס (במיוחד כשהרוח חזקה).
- הימנע מסריגים, שנוטים להיצמד לגוף, ובחר בכותנה או כותנה מעורבת.
- כדי להסתיר את החזה או את הביינדר אפשר ללבוש חולצת טי לבנה מתחת לחולצת פולו או חולצה מכופתרת.
- כדי לטשטש עוד את אזור החזה כדאי ללבוש חולצות עם ציורים, חולצות מכופתרות, או חולצות עם דוגמאות מקושקשות, משבצות או פסים. דוגמאות וציורים מסיחים את העין ממתאר הגוף שמתחתם. אפשר גם ללבוש ווסט מעל החולצה.
- כדי לגרום לכתפיים ולזרועות להיראות רחבות יותר, כדאי לבחור בדוגמת פסים לרוחב או לקפל או להפשיל את שרוולי החולצה עד המרפק.
- מכנסיים כדאי ללבוש נמוך יחסית ולא צמוד מדי, מה ש"מעלים" את המותניים והירכיים. אפשר לבחור מכנסיים גדולים במידה אחת מהמידה שלך. לא כדאי ללבוש שלייקס כי הם מושכים את המכנסיים למעלה (וגם מושכים תשומת לב ברוב המקומות).

- למרות שזה פחות בריא לגב, עדיף לשאת תיק גב רק על כתף אחת ותיק צד לא באלכסון.
- אם אתה אוהב שעונים וכף היד שלך קטנה יחסית, נסה שעון גברים בגודל ¼%.

פאקינג

אפשר לעבור מצוין כגבר גם ללא פאקינג (בליטה במכנסיים). אם המראה הכללי שלך עובר, לרוב א/נשים לא יביטו לאזור המפשעה שלך, ואם המכנסיים לא צמודים ויושבים מתחת לגובה המותניים כל העניין יטשטש עוד יותר.

אם בכל זאת אתה מעוניין בפאקינג, קיימים מוצרים מתאימים. ביומיום עדיף לבחור במשהו שנראה ריאליסטי, כי בליטה ענקית במכנסיים יכולה דווקא למשוך יותר תשומת לב.

בארץ ניתן לרכוש פאקינג בחנות הסקס סיסטנס, למשל: [טומי](#), [מר. לאמפי S](#), [מר. לאמפי XS](#).

ניתן גם לרכוש פאקינג באתרי סקס בחו"ל כמו [babeland](#) או [good vibrations](#), או באתר הייעודי [ftm packers](#). בנוסף ישנם מוצרים נלווים כמו רתמות מבוד, וכן שיטות עשה זאת בעצמך.

שירותים

גברים נוטים להיות פחות ערניים וחברתיים בשירותים הציבוריים – הם בדרך כלל נכנסים, משתמשים בשירותים ויוצאים. פשוט היכנס בבטחון וברוגע, השתמש בתא השירותים וצא באותה צורה. אם תהיה נבוך ונחפז בטח תמשוך יותר תשומת לב מן הרצוי. עדיף להימנע מלנהל שיחות וליצור קשר עין, וכדאי להשתדל שלא להסתכל על איברי המין של הנמצאים בשירותים.

(המדריך פורסם לראשונה באתר GoTrans)