

# Lebensweg-Begleitung

## Wie Sozialarbeiter\*innen transidente Menschen unterstützen können

**Sophie\* nimmt Kontakt zum Sozialpsychiatrischen Dienst auf, weil sie mit 49 Jahren ihre Transidentität nicht weiter unterdrücken möchte. Schon als Kind wurde ihr rein Jungenhaftes aufgezwängt. Ihre Eltern haben sich nach der Diagnose „Intergeschlechtlichkeit“ dazu entschlossen, dass ihr fünftes Kind nach vier Mädchen nun ein Junge sein soll. Nachdem operativ weibliche Geschlechtsmerkmale entfernt worden waren, empfahlen die Ärzte, das Kind deutlich als Junge groß zu ziehen und ihn von „Mädchen Sachen“ fernzuhalten. Doch das Kind kann sich nicht mit der männlichen Rolle identifizieren und leidet viele Jahrzehnte psychisch unter dieser Situation. Nun jedoch reicht es der Transfrau Sophie und sie sucht Unterstützung, um ihren großen Traum zu verwirklichen und endlich das Frausein ausleben zu können.**

Trans\*Personen sind nach ihrem Outing manchmal sehr ungeduldig. Nach vielen Jahren des Leide(n)s und des Bewusstwerdens ihrer Transidentität können es manche Menschen kaum erwarten, ihren neuen Lebensweg Schritt für Schritt zu gehen. Dies kann dazu führen, dass sie ihre Umwelt und sich selbst überfordern, was bis hin zu physischer und psychischer Gewalt führen kann. Die Trans\*Personen müssen erst ihren eigenen Stil finden, ihre neue Rolle behutsam erlernen und sich an neue Rollenerwartungen gewöhnen.

Während der Transition ist viel Unterstützung gefragt. Die Rolle von Sozialarbeiter\*innen kann darin bestehen, konstruktives Feedback zu geben und Situationen gemeinsam zu reflektieren. Dies schafft Vertrauen und Zuversicht, um sich an die richtige Identität heranzutasten. Es ist wichtig, eine vertrauensvolle Beziehung aufzubauen, in der konstruktive Kritik von beiden Seiten angenommen werden kann.

Im Rahmen einer Praxisforschung hat sich Judith Weichert intensiv mit Transidentität auseinandergesetzt, da sich in ihrem familiären Umfeld ein junger Mensch als Transmann geoutet hat, den sie auf seinem Weg begleitet. Der Austausch mit der Familie, anderen Sozialarbeiter\*innen, Ärzt\*innen und verschiedenen Institutionen im Netzwerk hat ihr gezeigt, dass vielen Menschen nicht richtig klar ist, wie der Umgang mit Trans\*Personen gestaltet werden sollte. Was genau brauchen Menschen mit Transidentität genau? Welche Maßnahmen führen zu einer geschützten Selbstfindung, einem problemlosen Outing, einer guten Transition und einer dauerhaft stabilen psychischen Verfassung? Wie kann Soziale Arbeit unterstützen, auch gesellschaftlich und politisch? Welche Anforderungen kommen mit der neuen Gesetzgebung auf die Profession Soziale Arbeit zu?

Transidentität rückt durch die Medien immer mehr in den Fokus. Die meisten Menschen wissen, was unter Transidentität zu verstehen ist. Transidentität bedeutet, dass sich eine Person nicht mit dem bei der Geburt zugeschriebenen Geschlecht identifiziert, sondern sich einem anderen Geschlecht zugehörig fühlt. Immer mehr Jugendliche bekennen sich dazu, im falschen Körper geboren zu sein, und möchten ihr

empfundenes Geschlecht leben. Auch ältere transidente Menschen sind motiviert, zu ihrer wahren Geschlechtsidentität zu stehen und diese endlich zu leben. Dies führt zu kontroversen Diskussionen in der Öffentlichkeit auf verschiedenen Ebenen und in unterschiedlichen Lebensbereichen.

Kaum jemand kann sich jedoch vorstellen, wie das im Einzelnen aussieht und mit welchen Problemen und Diskriminierungen diese Menschen im Alltag zu kämpfen haben. Unbedachte Äußerungen, Vorurteile oder eine übertriebene Neugier führen zu Diskriminierung und greifen stark in die Privatsphäre von Trans\*Personen ein. Häufig wird dabei die sexuelle Identität mit der sexuellen Orientierung verwechselt und es werden übergriffige und verletzende Fragen gestellt. Dahinter stehen oft klassische Rollenvorstellungen. Nach wie vor gibt es zu wenig Berührungspunkte mit dem Thema. Es ist wichtig, Menschen die Angst zu nehmen, Vorurteile abzubauen und so Transphobie entgegenzuwirken.

### Vulnerable Lebenssituationen

Auch der Schweizer Transmann Jonny\* begann seinen Weg der Transition erst mit 44 Jahren. Obwohl er schon als Kind spürte, dass er sich nicht als Mädchen fühlte, konnte er dies lange Zeit nicht einordnen oder ausleben. Die Erwartungen der Familie, wie er sich zu verhalten habe, spielten dabei eine große Rolle. Im Erwachsenenalter war es aber auch die Unwissenheit vieler Ärzte. Falsche Diagnosen und eine Östrogentherapie kosteten ihn viele Jahre auf seinem Weg. Erst durch einen transsexuellen Freund, den er vor einigen Jahren kennenlernte, wurde er sich seiner Transidentität bewusst. Weitere Informationen holte er sich aus dem Internet. Diese Freundschaft war für ihn sein Augenöffner und der Freund ein Vorbild. Die Coronapandemie und die dadurch eingeschränkte Auftragslage als Selbstständiger nutzte er, um sich zu outen.

\*anonymisiert

Jüngeren Trans\*Personen fällt es heute deutlich leichter, an Informationen zu kommen. Ihre Probleme sind aber oft die gleichen. Typische schwierige Situationen beginnen bereits mit dem inneren Coming-out, bei dem sich die Person mit ihrer eigenen Geschlechtsidentität auseinandersetzt und mit den angeborenen Geschlechtsmerkmalen unstimmig fühlt. Dies führt zu inneren Spannungen und findet vor allem im Alter zwischen 11 und 16 Jahren statt (Timmermanns 2017). Häufig fühlen die Menschen dies schon deutlich früher, können es aber noch nicht einordnen. Es gibt aber auch Ausnahmen, bei denen sich die Trans\*Person erst viel später zu ihrer Geschlechtsidentität bekennt. Outings können in jedem Alter vorkommen. Dies sollte immer berücksichtigt werden.

Mit dem äußeren Outing, dem Bekanntwerden der Geschlechtszugehörigkeit, beginnt für das soziale Umfeld die Herausforderung, mit der neuen Situation umzugehen. Dies ist geprägt durch die in der Erziehung vermittelten normativen Vorstellungen der zugeschriebenen Geschlechterrolle und führt zu Verwirrung und Unsicherheit im Umgang. Auch die bisherige Pathologisierung, mangelnde Aufklärung und Mitbestimmung begünstigen Vorurteile und Diskriminierung und belasten die Betroffenen (Focks 2014). Erschwerend können sich zudem die Nationalität oder ein sehr konservativer christlicher Familienhintergrund auswirken.

Das neue angepasste Erscheinungsbild führt zu Irritationen in den verschiedenen Lebensbereichen. Trans\*Personen erleben häufig negative Reaktionen in Form von Ablehnung, Abwertung bis hin zum völligen Rückzug. Diese besonders belastenden Lebensumstände können zu reaktiven Depressionen und Ängsten führen (Rauchfleisch 2009). Professionelle Unterstützung ist daher wichtig. Ratsuchende finden jedoch kaum niederschwellige Unterstützung, da diese oft nur in spezialisierten Beratungsstellen in Großstädten oder im Internet zu finden ist. Dadurch kämpfen sich viele Trans\*Personen alleine durch die vielschichtigen Alltagsprobleme (Günther 2016).



**JUDITH WEICHERT**

ist 44 Jahre alt, Mutter von zwei Söhnen, verheiratet und lebt im Münsterland. Sie studiert an der Saxion University of Applied Sciences in Enschede in den Niederlanden im vierten Studienjahr Soziale Arbeit in Teilzeit. Nachdem sie im zweiten und dritten Studienjahr in der ambulanten Betreuung von psychisch erkrankten Menschen tätig war, wechselte sie im vierten Jahr zum Sozialpsychiatrischen Dienst des Gesundheitsamtes. Als vor wenigen Jahren im familiären Umfeld das Thema aufkam, hat sie sich entschlossen ihre Bachelorarbeit der Transidentität zu widmen. Judith Weichert hat die diesem Artikel zugrunde liegende Praxisforschung durchgeführt und diesen Artikel konzipiert, geschrieben und redigiert.

Kontakt: [jweichert78@gmail.com](mailto:jweichert78@gmail.com)

## **Autor\*innen**



**DR. LUTZ SIEMER,**

geb. 1968, Diplom-Psychologe, ist Dozent am Fachbereich Sozialwesen der Saxion University of Applied Sciences (Enschede/Niederlande) und wissenschaftlicher Mitarbeiter bei Heureka-Net - Freies Institut für Bildung, Forschung und Innovation e. V. (Münster/Deutschland). Er begleitete und unterstützte Judith Weichert bei der Praxisforschung, die diesem Artikel zugrunde liegt, sowie bei der Konzeption, Gestaltung und Redaktion dieses Artikels.

Kontakt: [l.siemer@saxion.nl](mailto:l.siemer@saxion.nl)

## **Empfehlungen für die Praxis**

Nach Kelchtermans (2012) besteht die professionelle Identität aus vier wesentlichen Berufskompetenzen: (1) Verbinden, (2) integrales und inklusives Denken und Handeln, (3) breite fachliche Basis sowie (4) Reflektieren und Professionalisieren. Diese Kompetenzen sollten in Hinblick auf den Bedarf von Trans\*Personen gut genutzt werden. Dazu muss jedoch eine grundlegende heteronormative Annahme der Identitätskonstruktionen hinterfragt werden, um sich

von geschlechterspezifischen Rollen- und Identitätserwartungen zu lösen. Daher ist es notwendig, bereits in der Ausbildung „Soziale Arbeit“ das notwendige Wissen zu vermitteln, um ein Verständnis für die Problematiken von Trans\*Personen zu erlangen. Denn nur so kann ein\*e Sozialarbeiter\*in zu einer\*m einfühlenden und unterstützenden Lebenswegbegleiter\*in werden.



Im Herbst 2021 gab die Kommunalverwaltung von Enschede (Niederlande) ein Beispiel für kreative Öffentlichkeitsarbeit zur Förderung des Themas LSBTQIA\*, indem sie den Zebrastreifen vor dem Haupteingang der Saxion University of Applied Sciences in Regenbogenfarben gestaltete.



Ebenso soll das geplante Selbstbestimmungsgesetz das bisherige diskriminierende und veraltete Transsexuellengesetz ablösen. Wie kann Soziale Arbeit dies unterstützen? Auf der Makroebene ist es nach wie vor wichtig, die geplanten und immer wieder verschobenen Gesetzesänderungen ins Gespräch zu bringen und weitere Verzögerungen bei der Umsetzung zu verhindern.

Nicht nur Sozialarbeiter\*innen und Politiker\*innen müssen sich mit der Thematik befassen, sondern die ganze Gesellschaft. Im Umgang mit Trans\*Personen ist es wichtig, ihre Äußerungen ernst zu nehmen und auf ihre Sorgen und Ängste einzugehen. Oft geht es um alltägliche Dinge, die eigentlich selbstverständlich sind. Dennoch sind viele Menschen verunsichert, weil sie sich noch nicht ausreichend mit dem Thema Transidentität auseinandergesetzt haben. Um die Akzeptanz in der Gesellschaft zu fördern, muss mehr Wissen auf breiter Basis vermittelt werden. Ebenso ist die Vorbildfunktion wichtig, um ein wertschätz-

zendes Miteinander zu fördern. Sorgen und Ängste müssen ernst genommen werden, um sie dann gemeinsam anzugehen. Hierfür muss die Politik finanzielle Mittel zur Verfügung stellen, um Projekte und Angebote machen zu können. So können präventiv Aufklärungsarbeit in den Schulen geleistet sowie Beratungsstellen aufgebaut werden, die Wissen in der Transthematik vermitteln.

Dabei sollte die Peer-Beratung nicht aus den Augen verloren werden, da Trans\*Personen als Peer-Expert\*innen angesehen werden sollten. Laut Knuf und Bridler kann mit ihnen der tatsächliche Bedarf ermittelt und erarbeitet werden (Abderhalen et al. 2008).

## Entwicklungen zur Transidentität

Der Diskurs über Transidentität hat sich in den letzten 50 Jahren stark gewandelt. Früher ging es darum, Menschen das „Krankhafte“ auszutreiben und sie zum „Normalen“ zu machen. Dazu wurden brutale Methoden wie Gehirnoperationen, Elektroschocks und Kastrationen eingesetzt (Richter-Kuhlmann 2020). Medizinische Hilfen wie Hormonbehandlungen oder Operationen gab es in den 50er- und 60er-Jahren noch nicht. Psychiatrie und Psychologie waren noch nicht auf Trans\*Personen eingestellt. Betroffene lebten daher versteckt und in ständiger Angst vor Ausgrenzung und Gewalt (Rauchfleisch 2018). Das hat sich zwar geändert, aber der Krankheitsstatus ist geblieben. Viele Engagierte fordern daher eine Entpathologisierung und mehr Toleranz und Akzeptanz für geschlechtliche Vielfalt. Dazu müssen Stigmatisierung und Ausgrenzung bekämpft werden (Sonnenmoser 2020).

Die Deutsche Gesellschaft für Transidentität und Intersexualität e.V. (dgti) berät und berichtet über aktuelle Themen, Weiterbildung, Literatur und mehr. Hier kann der Ergänzungsausweis bestellt werden, der zur Verhinderung von Diskriminierung von Amts wegen dient: [www.dgti.org](http://www.dgti.org)

Dies wird auch in der von der WHO herausgegebenen internationalen statistischen Klassifikation der Krankheiten und verwandter Gesundheitsprobleme, der ICD-10, deutlich. Dort heißt es unter F64.0 Transsexualismus: „Der Wunsch, als Angehöriger des anderen Geschlechtes zu leben und anerkannt zu werden. Dieser geht meist mit Unbehagen oder dem Gefühl der Nichtzugehörigkeit zum eigenen anatomischen Geschlecht einher. Es besteht der Wunsch nach chirurgischer und hormoneller Behandlung, um den eigenen Körper dem bevorzugten Geschlecht so weit wie möglich anzugeleichen.“

Bei Kindern und Jugendlichen lautet die Definition unter F64.2: „Störung der Geschlechtsidentität des Kindesalters. Diese Störung zeigt sich während der frühen Kindheit, immer lange vor der Pubertät. Sie ist durch ein anhaltendes und starkes Unbehagen über das zugefallene Geschlecht gekennzeichnet, zusammen mit dem Wunsch oder der ständigen Beteuerung, zum anderen Geschlecht zu gehören. Es besteht eine andauernde Beschäftigung mit der Kleidung oder den Aktivitäten des anderen Geschlechtes und eine Ablehnung des eigenen Geschlechtes. Die Diagnose erfordert eine tiefgreifende Störung der normalen Geschlechtsidentität; eine bloße Knabenhaftigkeit bei Mädchen und ein mädchenhaftes Verhalten bei Jungen sind nicht ausreichend.“ (Kroller, o.J.)

Mit der 2019 verabschiedeten ICD-11-Definition der WHO gilt Transidentität nicht mehr als „mental- oder verhaltengestört“. Der Begriff „Transsexualismus“ wird durch „Geschlechtsinkongruenz“ ersetzt. Die ICD-11 trat am 1. Januar 2022 in Kraft und soll zur Entpathologisierung beitragen. In Deutschland wird jedoch weiterhin die Definition der ICD-10 verwendet und ist damit die gültige amtliche Klassifikation. Als Begründung nennt das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM, o.J.) die hohe Integration der ICD im deutschen Gesundheitswesen und die damit verbundene Komplexität der Umsetzung, die mehrere Jahre

## LITERATURVERZEICHNIS

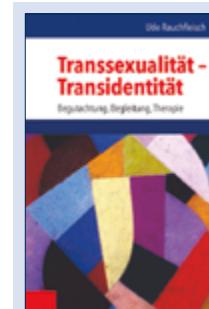
- Abderhalden, Christoph/Needham, Ian/Schulz, Michael/Schoppmann, Susanne/Stefan, Harald (2008): Psychiatrische Pflege, Psychiatrische Gesundheit und Recovery, Unterostendorf: IBICURA Verlag. BfArM. (o.J.): ICD-11, [online] [www.bit.ly/40xi3k9](http://www.bit.ly/40xi3k9)
- Focks, Petra (2014): Mein Geschlecht, [online] [www.bit.ly/3U02Wx3](http://www.bit.ly/3U02Wx3) [abgerufen am 03.01.2022].
- Frans, Erika/De Wilde, Karin/Janssens, Kristin/Van Berlo, Willy/Storms, Oka (2018): Buiten de lijnen, Antwerpen, Apeldoorn: Garant.
- Günther, Mari (2016): pro familia Bundesverband, [online] [www.bit.ly/3zI9HjH](http://www.bit.ly/3zI9HjH) [abgerufen am 05.01.2022].
- Herriger, Norbert (2006) (Hrsg.): Empowerment.de, [online] [www.empowerment.de/materialien.html](http://www.empowerment.de/materialien.html) [abgerufen am 15.01.2022].
- humanrights.ch (2022): Die Menschenrechte von trans Personen in der Schweiz, [online] [www.bit.ly/411Dz07](http://www.bit.ly/411Dz07) [abgerufen am 04.04.2023].
- Kelchtermans, Geert (2012): De Leraar als (on) eigentijds professional, reflecties over de moderne Professionaliteit van leerkrachten, Leuven: KU Leuven.
- Kroller, B. (o.J.): ICD-Code, [online] [www.bit.ly/3M6hpFT](http://www.bit.ly/3M6hpFT) [abgerufen am 06.01.2022].
- Rauchfleisch, Udo (2009): Transsexualität – Transidentität: Begutachtung, Begleitung, Therapie, Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Rauchfleisch, Udo (2018). bpB Bundeszentrale für Politische Bildung, [online] [www.bit.ly/3IP63vv](http://www.bit.ly/3IP63vv) [abgerufen am 06.01.2022].
- Richter-Kuhlmann, Eva (2020): Deutscher Ethikrat: Empfehlung zur Transidentität bei Heranwachsenden, in: Ärzteblatt, PP 19, Ausgabe März 2020, Seite 100, [online] [www.bit.ly/40BUMhe](http://www.bit.ly/40BUMhe) [abgerufen am 04.01.2022].
- Sonnenmoser, Marion (September 2020): Transidentität bei Kindern und Jugendlichen: Im falschen Körper geboren, in: Ärzteblatt, PP 19, Ausgabe September 2020, Seite 403, [online] [www.bit.ly/3G1Qlnx](http://www.bit.ly/3G1Qlnx) [abgerufen am 03.01.2022].
- Timmermanns, Stefan (2017): Lebenssituation und Alltagserfahrungen von LSBT-Jugendlichen, in: Budrich Journals, Jg. 12, Nr. 2-2017 [online] [www.bit.ly/3Kcfzko](http://www.bit.ly/3Kcfzko) [abgerufen am 05.01.2022].

in Anspruch nehmen wird. Wann die ICD-11-Definition, die zur Entpathologisierung beitragen soll, die ICD-10-Definition komplett abgelöst haben wird, lässt sich momentan noch nicht abschätzen (BfArM, o.J.).

## Schlussfolgerung

Zusammenfassend kann gesagt werden, dass Trans\*Menschen am besten gesund bleiben oder werden, wenn die Theorien der Salutogenese angewendet werden und damit die dringend benötigte Basis für die Entwicklung einer gestärkten Identität geschaffen wird. So können die hohen psychischen Belastungen kompensiert werden. Dabei sollten Aspekte des psychosozialen Modells berücksichtigt werden. Der oben vorgestellte Leitfaden zeigt auf, wie sich Sozialarbeiter\*innen einsetzen können und welche Haltung benötigt wird.

Werden alle Aspekte des Leitfadens im Umgang mit transidenten Menschen beachtet, kann eine gute Beziehung aufgebaut werden. Diese ist wichtig, um die Trans\*Personen auf ihrem Weg fachlich zu unterstützen und zu empowern. Der Leitfaden soll Unsicherheiten abbauen und einen



## BUCHEMPFEHLUNG

Rauchfleisch, U. (2016): Transsexualität – Transidentität: Begutachtung, Begleitung, Therapie. Vandenhoeck & Ruprecht.

Der Autor ist ein niedergelassener Psychoanalytiker, Psychotherapeut, Supervisor und Coach. Er bietet Weiterbildungen sowie Vorträge an und lehrte Klinische Psychologie an der Universität Basel. Seine Bücher geben einen breiten Einblick aus verschiedenen Perspektiven zur Trans-identität.

respektvollen Umgang fördern. Er ist ein wichtiges Signal in die Gesellschaft, um die Lebensqualität von Trans\*Personen als Minderheit zu verbessern und Diskriminierung abzubauen. Der Leitfaden ist so konzipiert, dass er in unterschiedlichen Settings eingesetzt werden kann, um möglichst viele Menschen zu erreichen.

## Leitfaden „Umgang mit transidenten Menschen“

**Wissen und Haltung sind wichtige Grundlagen im Umgang mit transidenten Menschen. Viele Menschen sind unsicher, wie sie sich gegenüber einer Trans\*Person verhalten sollen. Diese Unsicherheit adressiert dieser Leitfaden, der sich an das Schutzkonzept Flaggen-System anlehnt und die dort enthaltenen Kategorien aufgreift (Frans et al. 2018).**

### Gegenseitige Zustimmung:

Es ist wichtig zu hinterfragen, ob beispielsweise die Anrede der Person in gegenseitigem Einverständnis erfolgt oder ob der anderen Person ein Name oder Pronomen aufgezwungen wird. Dieses direkt bei der Kontaktaufnahme mit der Person zu klären, schafft von Anfang an eine wertschätzende Atmosphäre. Eingefahrene Denkmuster und „Selbstverständlichkeiten“ sollten vermieden werden. Transparenz ist daher wichtig, um der Trans\*Person Einblick und Mitbestimmung in allen Prozessen zu ermöglichen.

### Freiwilligkeit:

Es ist darauf zu achten, dass niemand gegen seinen Willen geoutet wird. Die Entscheidung liegt allein bei der betroffenen Person. Das innere Outing ist ein langer Prozess, in dem viele Zweifel, Sorgen und Ängste die Menschen beschäftigen. Niemand sollte zum Outing gezwungen oder überredet werden. Es muss Raum geben, um sich zurückziehen zu können, wenn die Ängste den Mut einmal übersteigen. Manche Schritte brauchen ihre Zeit und können von Person zu Person unterschiedlich lange dauern. Hier bestimmt allein die Trans\*Person den Zeitpunkt und das Tempo.

### Gleichheit:

Niemand sollte sich über eine anders denkende oder orientierte Person stellen. Alle Handlungen, Gespräche und Entscheidungen müssen auf Augenhöhe stattfinden. Das bedeutet auch, dass ein Outing ernst genommen und nicht als Phase oder Modeerscheinung abgetan wird. Niemand kontrolliert oder zwingt den anderen. Dies ist insbesondere bei vulnerablen Personen wie psychisch Erkrankten, kognitiv eingeschränkten Menschen oder auch sehr jungen Trans\*Personen zu beachten. Die Gefahr des (auch unbewussten) Macht- und Autoritätsmissbrauchs muss bedacht und verhindert werden.

### Entwicklungs- bzw. altersgerechtes Verhalten:

Nicht nur junge Menschen können ihre Transidentität eingestehen, sondern auch behinderte, ältere oder psychisch erkrankte Menschen. Dementsprechend ist darauf zu achten, dass das Thema in unterschiedlicher Weise deren Wünschen und Bedürfnissen angepasst wird. Beratungs- und Unterstützungsangebote müssen individuell auf die Person zugeschnitten werden. Nicht jede Trans\*Person wünscht sich eine vollständige Transition und dies ist auch nicht mehr ausschlaggebend. Manche

sind auch mit einer Namens- und Personenstandsänderung zufrieden und arrangieren sich mit den Gegebenheiten.

### Kontextgerechtes Verhalten:

Nicht nur das Umfeld muss tolerant sein, sondern auch die Trans\*Person selbst. Es ist wichtig, den Wissensstand der Beteiligten in einem bestimmten Kontext zu berücksichtigen. Vorurteile, die auf Unwissenheit oder Fehlinformation beruhen, erschweren das Miteinander. Hier ist es ratsam, sich langsam anzunähern und durch Informationen allgemein über die Thematik aufzuklären. Zudem wirkt es unterstützend, sich Verbündete in der Gruppe zu suchen, die der Transidentität positiv gegenübersteht. Es sollten wiederholt offene Gespräche mit allen Beteiligten in einem geschützten Rahmen angeboten werden.

### Selbstachtung:

Trans\*Personen sind nach ihrem Outing manchmal sehr ungeduldig. Nach vielen Jahren des Leid(en)s und des Bewusstwerdens ihrer Transidentität können es manche kaum erwarten, ihren neuen Lebensweg Schritt für Schritt zu gehen. Dies kann einige Gefahren mit sich bringen, indem sie ihre Umwelt und sich selbst überfordern, was bis hin zu physischer und psychischer Gewalt führen kann. Hier ist die Unterstützung während der Transition gefragt. Die Trans\*Personen müssen erst ihren eigenen Stil finden, die neue Rolle behutsam erlernen und sich an neue Rollenerwartungen gewöhnen. Konstruktives Feedback zu geben und Situationen gemeinsam zu reflektieren, schafft Vertrauen und Sicherheit, um sich an die richtige Identität heranzutasten. Deshalb ist es wichtig, ein Vertrauensverhältnis aufzubauen, in dem auch konstruktive Kritik gegenseitig angenommen werden kann.



## Wie Sozialarbeiter\*innen Resilienz fördern

Laut Herriger (2006) sollen Hilfesuchende dabei unterstützt werden, ihre eigenen Stärken zu entdecken, und Hilfen zur Selbstbestimmung und Lebensautonomie erhalten. Bei der Förderung von Resilienz sind folgende Aspekte zu berücksichtigen: Die Akzeptanz der Situation sollte gefördert werden, was durch entlastende Gespräche erreicht werden kann. Optimismus sollte durch eine positive Einstellung zu den Herausforderungen auf dem Transitionsweg gefördert werden. Dies kann erreicht werden, indem gemeinsam verschiedene Lösungswege erarbeitet werden. Dies stärkt gleichzeitig das Gefühl der Selbstwirksamkeit, da die Person einen Einfluss auf die Situation nehmen kann und vorhandene Kompetenzen einsetzen kann. Die Entscheidung, welcher Weg eingeschlagen werden soll, fördert die Eigenverantwortung; das entspricht der Theorie des Empowerments.

Ein stabiles und wertschätzendes Umfeld hilft in schwierigen Phasen und bietet zusätzliche Unterstützung. Eine solche Netzwerkorientierung findet sich in Selbsthilfegruppen, die durch Sozialarbeiter\*innen mit aufgebaut werden können. Letztlich sind Lösungs- und Zukunftsorientierung wichtige Aspekte, um einerseits Dinge aktiv anzugehen und sich auf das zu konzentrieren, was funktioniert, und andererseits an einer geplanten Zukunft zu arbeiten. Wie die Haltung der Fachkräfte in solchen Gesprächen sein sollte, wurde in einem Leitfaden zusammengefasst, der im Rahmen der Praxisforschung erstellt wurde. Dieser Leitfaden beschreibt genau, wie ein wertschätzender und akzeptierender Austausch mit Trans\*Personen aussieht, und bietet somit die Grundlage für Beratungs- und Begleitungsangebote.

## Wie Netzwerke auf Organisationsebene helfen können

Auf der Mesoebene ist es wichtig, die sozialen Einrichtungen selbst und ihr weiteres Netzwerk für Transidentität zu sensibilisieren und die heteronormative Grundhaltung zu hinterfragen. In den letzten Jahren haben sich immer mehr Jugendeinrichtungen des Themas Transidentität angenommen und setzen sich intensiv mit der Entwicklung spezifischer Angebote auseinander. Die Mitarbeitenden nehmen an Fortbildungen teil und integrieren dieses Wissen und diese Haltung ganz selbstverständlich in ihre Arbeit. Jugendliche, die sich mit ihrer Identität auseinandersetzen, können sich in einem sicheren Rahmen frei austauschen und erhalten Informationen.

Für Erwachsene gibt es hingegen nur wenige niedrigschwellige Angebote. Vereinzelt gibt es queere Selbsthilfegruppen, die jedoch im ländlichen Raum selten sind. Einrichtungen mit Beratungsstellen zur Sexualität greifen das Thema immer wieder auf, allerdings geht es bei Transsexualität eigentlich um Identitätsfragen. In Hilfsangeboten bei psychischen Belastungen oder Erkrankungen ist Transidentität noch selten in die Arbeit integriert, obwohl gerade ältere Trans\*Personen einen langen Leidensweg hinter sich haben, der oft nicht ohne Folgen bleibt.

Soziale Einrichtungen sollten Netzwerke aufbauen, in denen sich verschiedene Professionen auf Trans\*Problematiken spezialisiert haben, um sich gegenseitig Hilfesuchende zu vermitteln und sich in der Hilfe zu unterstützen. Langfristig bietet dies auch einen Mehrwert für die Gesellschaft, die dadurch sensibilisiert wird. Durch die zunehmenden Berührungspunkte mit Menschen mit Transidentität wächst auch das Interesse an diesem Thema.

Es wäre angezeigt, Mitarbeiter\*innen durch Schulungen neues Wissen zu vermitteln. Solche Schulungen können auch im Netzwerk für andere Organisationen angeboten werden. Auch der oben vorgestellte Leitfaden kann interprofessionell an andere Organisationen weitergegeben werden, um Berührungsängste abzubauen.

## Wissen verbreiten und Entpathologisieren

Das Bundeskabinett hat am 18. November 2022 den Aktionsplan „Queer leben“ herausgebracht. Er soll die Akzeptanz und den Schutz sexueller und geschlechtlicher Vielfalt stärken und setzt damit ein starkes Zeichen für die Gleichstellung. Das umfangreiche Maßnahmenpaket ziele darauf ab, Queerfeindlichkeit aktiv entgegenzuwirken, bestehende Lücken zu schließen und die Gleichstellungspolitik auszubauen. Laut Sven Lehmann, dem Queer-Beauftragten der Bundesregierung, sollen alle queeren Menschen die Möglichkeit haben, gleichberechtigt, frei, sicher und selbstbestimmt an der Gesellschaft teilzuhaben. Dazu ist es notwendig, die bisherigen Hilfs- und Beratungsangebote zu überdenken, anzupassen und zu erweitern. Bisherige Konzepte sind vor allem in spezialisierten Beratungsstellen zu finden und basieren vermutlich noch auf der alten Gesetzgebung und Verfahrensweise.

Die Politik hat einen großen Einfluss auf die Gesellschaft und kann Transidentität entpathologisieren. Dies lässt sich aktuell gut in der Schweiz beobachten, die mit der Einführung des Selbstbestimmungsgesetzes im Januar 2022 das Leben vieler Trans\*Personen deutlich vereinfacht hat: Sie können ihren Personenstands- und Geschlechtseintrag beim Standesamt per Selbsterklärung ändern lassen. Allerdings gibt es auch hier noch Nachbesetzungsbedarf beim Diskriminierungsschutz (humanrights.ch 2022). Es ist daher wichtig, Gesetzesänderungen kritisch zu hinterfragen und Lücken deutlich zu machen. Solche Gesetzesänderungen bieten den Menschen den nötigen Rahmen, damit sie Eigenverantwortung übernehmen und weniger unter den Umständen leiden. Ebenso soll ein besserer Schutz vor Diskriminierung erreicht werden. Die Entwicklung geht bereits in die richtige Richtung, muss aber weiterhin durch die Soziale Arbeit positiv begleitet und beschleunigt werden, wie das Beispiel aus der Schweiz zeigt.