

Heiko Dietrich



PSYCHODYNAMIK **Kompakt**

# Geschlechtsdysphorie und Transidentität

Die therapeutische Begleitung  
von Trans\*Jugendlichen

V&R



Heiko Dietrich: Geschlechtsdysphorie und Transidentität

# PSYCHODYNAMIK **Kompakt**

Herausgegeben von  
Franz Resch und Inge Seiffge-Krenke

Heiko Dietrich

# **Geschlechtsdysphorie und Transidentität**

Die therapeutische Begleitung von  
Trans\*Jugendlichen

Vandenhoeck & Ruprecht

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der  
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind  
im Internet über <https://dnb.de> abrufbar.

© 2021, Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG,  
Theaterstraße 13, D-37073 Göttingen  
Alle Rechte vorbehalten. Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich  
geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen  
bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Umschlagabbildung: Paul Klee, Die Sonne, welche die Welt der Farben schon  
vorfindet, komplizierte Komposition, 1916, Bridgeman Images

Satz: SchwabScantechnik, Göttingen

**Vandenhoeck & Ruprecht Verlage | [www.vandenhoeck-ruprecht-verlage.com](http://www.vandenhoeck-ruprecht-verlage.com)**

ISSN 2566-6401

ISBN 978-3-647-40712-8

## Inhalt

Vorwort zur Reihe .....	7
Vorwort zum Band .....	9
Einführung .....	11
Entpathologisierung im neuen Diagnosesystem .....	11
Die Alltagserprobung und der Weg der Transition .....	12
Erklärungsansätze .....	15
Behandlungsvoraussetzungen .....	17
Therapeutische Begleitung der Alltagserprobung:	
Eine besondere Situation .....	17
Die therapeutische Haltung .....	19
Die Situation der Trans*Jugendlichen .....	21
Diagnostik: Wenn ja, wie? .....	23
Beziehungsangebote im Erstgespräch .....	27
Die Trans*Jugendlichen .....	27
Die Eltern .....	30
Die therapeutische Begleitung .....	33
Die Namenswahl .....	35
Psychische Störungen .....	37
Häufige Themen während der Begleitung .....	42
Transnegativität .....	43

Der neue Körper .....	45
Familiäre Verstrickung .....	46
Scham und Selbstzweifel .....	48
Wann ist ein Mann ein Mann? .....	50
Sexuelle Selbsterkundung .....	52
Trauerarbeit .....	53
Berichte über die Entwicklung des Identitätserlebens .....	58
Noch nicht sicher ...? .....	58
Trans und wieder zurück? .....	61
Eine Übung .....	65
Trans*Jugendliche mit Autismus .....	66
Fazit .....	75
Literatur .....	77

## Vorwort zur Reihe

Zielsetzung von PSYCHODYNAMIK KOMPAKT ist es, alle psychotherapeutisch Interessierten, die in verschiedenen Settings mit unterschiedlichen Klientengruppen arbeiten, zu aktuellen und wichtigen Fragestellungen anzusprechen. Die Reihe soll Diskussionsgrundlagen liefern, den Forschungsstand aufarbeiten, Therapieerfahrungen vermitteln und neue Konzepte vorstellen: theoretisch fundiert, kurz, bündig und praxistauglich.

Die Psychoanalyse hat nicht nur historisch beeindruckende Modellvorstellungen für das Verständnis und die psychotherapeutische Behandlung von Patienten und Patientinnen hervorgebracht. In den letzten Jahren sind neue Entwicklungen hinzugekommen, die klassische Konzepte erweitern, ergänzen und für den therapeutischen Alltag fruchtbar machen. Psychodynamisch denken und handeln ist mehr und mehr in verschiedensten Berufsfeldern gefordert, nicht nur in den klassischen psychotherapeutischen Angeboten. Mit einer schlanken Handreichung von 70 bis 80 Seiten je Band kann sich die Leserin, der Leser schnell und kompetent zu den unterschiedlichen Themen auf den Stand bringen.

Themenschwerpunkte sind unter anderem:

- *Kernbegriffe und Konzepte* wie zum Beispiel therapeutische Haltung und therapeutische Beziehung, Widerstand und Abwehr, Interventionsformen, Arbeitsbündnis, Übertragung und Gegenübertragung, Trauma, Mitgefühl und Achtsamkeit, Autonomie und Selbstbestimmung, Bindung.
- *Neuere und integrative Konzepte und Behandlungsansätze* wie zum Beispiel Übertragungsfokussierte Psychotherapie, Schematherapie,



- Mentalisierungsbasierte Therapie, Traumatherapie, internetbasierte Therapie, Psychotherapie und Pharmakotherapie, Verhaltenstherapie und psychodynamische Ansätze.
- *Störungsbezogene Behandlungsansätze* wie zum Beispiel Dissoziation und Traumatisierung, Persönlichkeitsstörungen, Essstörungen, Borderline-Störungen bei Männern, autistische Störungen, ADHS bei Frauen.
  - *Lösungen für Problemsituationen in Behandlungen* wie zum Beispiel bei Beginn und Ende der Therapie, suizidalen Gefährdungen, Schweigen, Verweigern, Agieren, Therapieabbrüchen; Kunst als therapeutisches Medium, Symbolisierung und Kreativität, Umgang mit Grenzen.
  - *Arbeitsfelder jenseits klassischer Settings* wie zum Beispiel Supervision, psychodynamische Beratung, Soziale Arbeit, Arbeit mit Geflüchteten und Migrant\*innen, Psychotherapie im Alter, die Arbeit mit Angehörigen, Eltern, Familien, Gruppen, Eltern-Säuglings-Kleinkind-Psychotherapie.
  - *Berufsbild, Effektivität, Evaluation* wie zum Beispiel zentrale Wirkprinzipien psychodynamischer Therapie, psychotherapeutische Identität, Psychotherapieforschung.

Alle Themen werden von ausgewiesenen Expertinnen und Experten bearbeitet. Die Bände enthalten Fallbeispiele und konkrete Umsetzungen für psychodynamisches Arbeiten. Ziel ist es, auch jenseits des therapeutischen Schulendenkens psychodynamische Konzepte verstehbar zu machen, deren Wirkprinzipien und Praxisfelder aufzuzeigen und damit für alle Therapeutinnen und Therapeuten eine gemeinsame Verständnisgrundlage zu schaffen, die den Dialog befördern kann.

*Franz Resch und Inge Seiffge-Krenke*

## Vorwort zum Band

Transidentität ist als ein gesellschaftliches Phänomen heute nicht nur einer öffentlichen Diskussion breiter zugänglich, sondern auch in den Praxen von Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten angekommen, indem immer mehr Anfragen bezüglich einer Begleitung der sogenannten »Alltagserprobungen« gestellt werden. Trotz einer Liberalisierungs- und Entpathologisierungstendenz bezüglich geschlechtlicher Diversität sehen die Verfahrensrichtlinien nach den S1-Leitlinien zum Vorgehen bei Transidentität eine Beteiligung von Therapeuten für die Jugendlichen vor, um bei einem Wunsch nach geschlechtsangleichenden medizinischen Maßnahmen einen mindestens einjährigen »Alltagstest« zu durchlaufen.

Moderne Theorien zur Geschlechtsentwicklung gehen über ein Konzept »starrer Zweigeschlechtlichkeit« hinaus und beschreiben einen lebenslangen Prozess, in dem auf somatischen, psychischen und sozialen Dimensionen männliche und weibliche Anteile in unterschiedlicher Mischung eine individuelle Selbstorganisation ermöglichen. Die meisten Trans\*Jugendlichen zeigen im Rahmen der Erprobungsphase nur geringe bis gar keine psychopathologischen Auffälligkeiten. Trotzdem gibt es eine Reihe von Fragestellungen, die durch die therapeutische Begleitung geklärt werden können. Dabei spielt für den Therapeuten das Dilemma eine Rolle, einerseits den Patienten umfangreich in seinen Bestrebungen zu akzeptieren und andererseits die Bedenken und Sorgen der Eltern zu würdigen, ohne einen Kontaktabbruch von irgendeiner Seite zu provozieren. Viele Kränkungerlebnisse der Jugendlichen vonseiten der Familie, der Freunde, des schulischen Umfelds oder der weiteren sozialen Um-

gebung sind die Regel. Das Beziehungsangebot an die Jugendlichen und ein Arbeitsbündnis auch mit den Eltern stellen bereits im Erstgespräch eine große Herausforderung dar.

Die therapeutische Begleitung beginnt bereits mit der Namenswahl. Mögliche psychische Störungen – die reaktiv oder aktiv auf dem transidenten Lebensweg entstanden sind – müssen einfühlsam erkannt und verantwortungsvoll berücksichtigt werden. Selbstverletzendes Verhalten oder depressive Symptome können für die Jugendlichen sehr belastend sein. Häufige Themen der Begleitung sind Transnegativität (die Ablehnung des Transseins kann auch die Jugendlichen selbst betreffen), Auseinandersetzungen mit dem »neuen« Körper, familiäre Verstrickungen oder Scham und Selbstzweifel. Sexuelle Selbsterkundungen und Trauerarbeit sollen zur Versöhnung mit der neuen Rolle und dem besonderen Entwicklungsweg führen können.

Das neue Identitätserlebnis steht im Zentrum der Selbsterprobung. Fallbeispiele und ein Gedankenexperiment bereichern diesen Buchabschnitt. Ein spezielles Kapitel ist dem Thema Autismus und Transidentität gewidmet. Das Fazit bleibt: Diese Auseinandersetzung mit sehr intimen Themen und dem Coming-out ist eine außerordentliche Belastung für die Trans\*Jugendlichen, wobei den Therapeutinnen und Therapeuten im Umgang mit diesen Themen ein besonderes Fingerspitzengefühl abverlangt wird. So kann die therapeutische Begegnung für beide Seiten zur Bereicherung werden.

Ein wichtiges und ermutigendes Buch!

*Inge Seiffge-Krenke und Franz Resch*