



Trans – ein Phänomen unserer Zeit?

Workshop, 25.01.2025

Mag. Dr. Daniela Renn



credit: DRenn

Mag. Dr. Daniela Renn

Eigene Ordination

Klinische Psychologin und Gesundheitspsychologin (Arbeitsschwerpunkte: Sexualpsychologie und -therapie, Klinische Hypnose, Umweltpsychologie, Brainspotting), Wahlpsychologin für Diagnostik, Gutachterin, Supervisorin, Lehrbeauftragte, Arbeits- und Organisationspsychologin, Leiterin des Berufsverbands Österreichischer Psycholog:innen / Landesgruppe Tirol, Vorstandsmitglied des BÖP Österreich, Stell.-Leitung der FSK Umweltpsychologie

Fachliche Expertise und Erfahrung

[Mitglied der Arbeitsgruppe Transgender und Transsexualität im Bundesministerium für Gesundheit.](#)

Mitautorin der aktuellen Empfehlungen für die Behandlung von Erwachsenen mit Geschlechtsdysphorie in Österreich
Co-Leitung des 1. Curriculums für Sexualpsychologie bei der ÖAP

**Für mich ist ...
„Trans –“**

2 Minuten mit der/m Nachbar:in austauschen



CAVE

Polarisierungen / konträre Meinungen sind per se nichts Schlechtes. Sie helfen uns in einer komplexen Welt sich zurecht zu finden.

Aber: Achtung vor Spaltung.

Aber: Kein Anspruch auf Richtigkeit der eigenen Meinung, sondern in den Diskurs gehen! ... und Beziehung und ein Miteinander anbieten.

AGENDA

1. Begrüßung & Einführung — **1**
- 2** — 2. Historischer & gesellschaftlicher Überblick
3. Begriffe, Diagnosen & Identität — **3**
- 4** — 4. Identität & Gesundheit
5. Bio-Psycho-Soziales Modell — **5**
- 6** — 6. Angebot einer Trance

2. Historischer & gesellschaftlicher Überblick

Ein historischer und gesellschaftlicher Überblick

- 1** — **Antikes Rom**
Kaiser Elagabalus lebte zeitweise mit „weiblicher“ Identität.
- 2** — **Nordamerika**
„Two-Spirit“ als anerkannte Geschlechterrolle in indigenen Kulturen.
- 3** — **Südasien**
Hijras in Indien mit eigener Kultur und sozialer Funktion.
- 4** — **Polynesien**
Fa'afafine repräsentieren traditionell ein drittes Geschlecht.





Credit: Two Fa'afafine (After Gauguin), 2020. Photograph: Yuki Kihara and Milford Galleries



Fa'afafine: Transgender Personen in Samoa

- Bedeutung: Fa'afafine bedeutet „wie eine Frau“ (fa'a = wie, fafine = Frau).
- Identität: Biologisch männliche Personen, die in einer weiblichen Rolle aufwachsen.
- Tradition: Seit Jahrhunderten in der samoanischen Gesellschaft akzeptiert.
- Rollen: Übernehmen sowohl weibliche als auch männliche Aufgaben in der Familie.

- **Gesellschaftliche Akzeptanz:**
 - Fa'afafine sind ein fester Bestandteil der samoanischen Kultur.
 - Sie tragen zur Diversität der Geschlechterrollen bei.
- **Soziale Aufgaben:**
 - Pflege- und Hausarbeiten, aber auch traditionell männliche Aufgaben.
 - Vermittler zwischen Geschlechtern und Rollen.
- **Kulturelle Bedeutung:**
 - Spiegelt die Flexibilität und Offenheit polynesischer Geschlechterrollen wider.
 - Oft als Brückenbauer in Gemeinschaften angesehen.

Kein neues Phänomen.

Was "neu" ist, sind die gesellschaftlichen und medizinischen Möglichkeiten, darauf zu reagieren, sowie die breitere Akzeptanz, die es Betroffenen erlaubt, offen zu leben.

Aber angenommen, dass die Prävalenz größer wäre bzw. es mehr Personen (Betroffene) geben würde, was könnten Erklärungsversuche dafür sein?

Gruppenarbeit / Reflexion; Gruppe zu 5-t; 15 min., Herauskommen und Stichworte schreiben

3. Begriffe, Diagnosen & Identität

Diagnostische Systeme

ICD-10

Internationale Klassifikation psychischer Störungen; immer noch weit verbreitet in der klinischen Praxis.

ICD-11

Neueste Version der WHO-Klassifikation, mit aktualisierten Kriterien für Geschlechtsdysphorie.

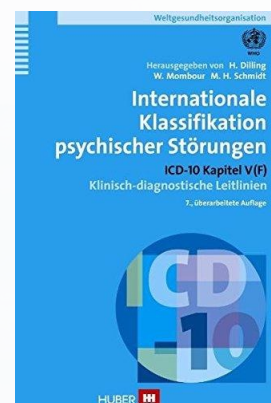
DSM-5

Diagnostisches Manual der American Psychiatric Association, oft in der Forschung verwendet.



ICD 10

Störungen der Geschlechtsidentität im Kindesalter (F64.2)
anhaltendes und starkes Verlangen, dem anderen Geschlecht anzugehören oder die sich durch die Geschlechtsrolle des bei der Geburt zugewiesenen Geschlechts unwohl zu fühlen. Typische Kriterien umfassen das Spielen mit Dingen oder das Verhaltensmuster, das kulturell als zum anderen Geschlecht zugehörig gilt, sowie eine Ablehnung des eigenen biologischen Geschlechts.



ICD 11

Geschlechtsinkongruenz bei Kindern (HA61)

Unzufriedenheit oder Unstimmigkeit zwischen der wahrgenommenen Geschlechtsidentität eines Kindes und dem bei der Geburt zugewiesenen Geschlecht. Um die Diagnose zu stellen, müssen diese Empfindungen eine bestimmte Zeit anhalten und mit erheblichem Leid oder sozialen, schulischen oder anderen funktionalen Beeinträchtigungen verbunden sein.

Geschlechtsinkongruenz bei Jugendlichen und Erwachsenen (HA60)

Ähnlich wie bei Kindern wird auch für Jugendliche und Erwachsene der Zustand der Geschlechtsinkongruenz beschrieben, die oft zu dem Wunsch nach einer "Transition" führt, um als eine Person des erlebten Geschlechts zu leben und akzeptiert zu werden, und zwar durch eine Hormonbehandlung, einen chirurgischen Eingriff oder andere Gesundheitsdienstleistungen, um den Körper der Person so weit wie möglich und gewünscht an das erlebte Geschlecht anzupassen.

Wichtig: Im ICD-11 wird dieser Zustand nicht als psychische Störung klassifiziert, sondern unter der Kategorie: **17 Zustände mit Bezug zu sexueller Gesundheit**

ICD-11

International Classification of Diseases for
Mortality and Morbidity Statistics
Eleventh Revision



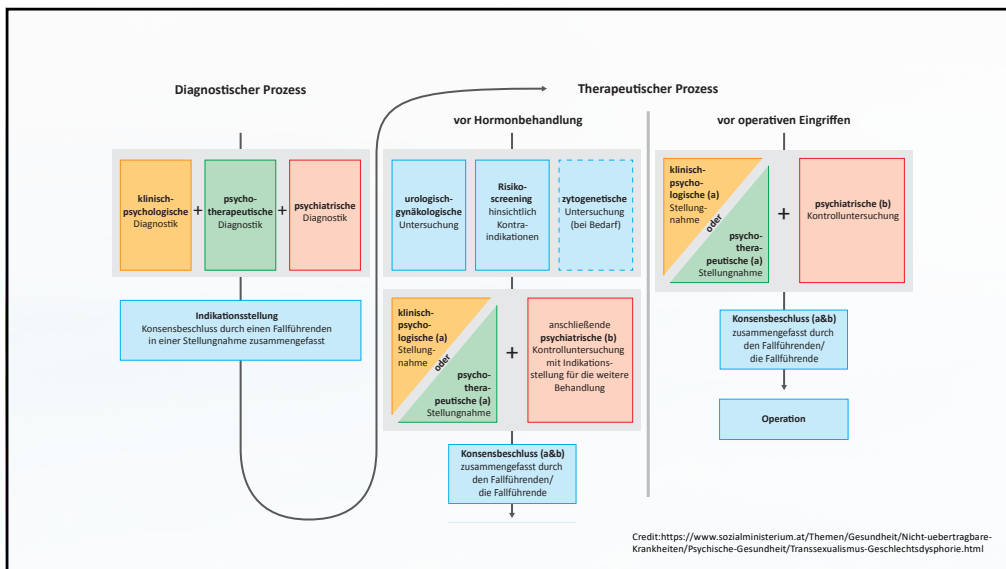
DSM 5

Gender Dysphoria (Geschlechtsdysphorie)

Diese Bezeichnung legt den Fokus auf das Leid und die Belastung, die durch die Diskrepanz zwischen der empfundenen Geschlechtsidentität und dem bei Geburt zugewiesenen Geschlecht entstehen können. Wichtig ist, dass die Diagnose nicht die Geschlechtsidentität selbst pathologisiert, sondern auf das **erlebte Leiden** fokussiert.



4. Identität & Gesundheit



Trans* in der aktuellen Gesellschaft Kleingruppe

1 Medien & Social Media

Diskutieren Sie: Warum ist das Thema "Trans" gerade jetzt so präsent in den Medien? Welche Rolle spielen soziale Medien bei der öffentlichen Wahrnehmung und Diskussion?

2 Macht & gesellschaftliche Strukturen

Analysieren Sie: Welche Rolle spielt Geschlecht für gesellschaftliche Machtstrukturen? Wie beeinflussen Traditionen und Normen unseren Umgang mit Geschlechtsidentität?

3 Geschlechterkategorien

Erörtern Sie: Warum scheint unsere Gesellschaft "klare" Geschlechterkategorien zu brauchen? Welche Vor- und Nachteile hat dieses binäre Denken?

4 Pathologisierung vs. Selbstbestimmung

Diskutieren Sie: Welche Auswirkungen hat die medizinische Klassifizierung von Trans-Identitäten? Wie verhält sich dies zum Recht auf geschlechtliche Selbstbestimmung?

🕒 Zeit für Gruppendiskussion: 20 Minuten, danach Vorstellung der Ergebnisse im Plenum

Selbstdiskrepanztheorie: Identität und Emotionen

E. Tory Higgins' Selbstdiskrepanztheorie erklärt die Beziehung zwischen Identität und Emotionen. Sie untersucht, wie Unterschiede zwischen verschiedenen Selbstrepräsentationen unser Wohlbefinden beeinflussen.

Quelle: Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. Psychological Review, 94(3), 319-340.



Grundkonzepte der Theorie

Aktuelles Selbst

Die Wahrnehmung, wie eine Person sich selbst sieht, basierend auf tatsächlichen Eigenschaften.

Ideales Selbst

Eigenschaften und Merkmale, die eine Person anstrebt. Repräsentiert Hoffnungen und Wünsche.

Sollte Selbst

Eigenschaften, die eine Person glaubt, besitzen zu müssen, basierend auf sozialen Normen.



Emotionale Auswirkungen

1

Aktuelles vs. Ideales Selbst

Diskrepanz führt zu Enttäuschung oder Unzufriedenheit.

2

Aktuelles vs. Sollte Selbst

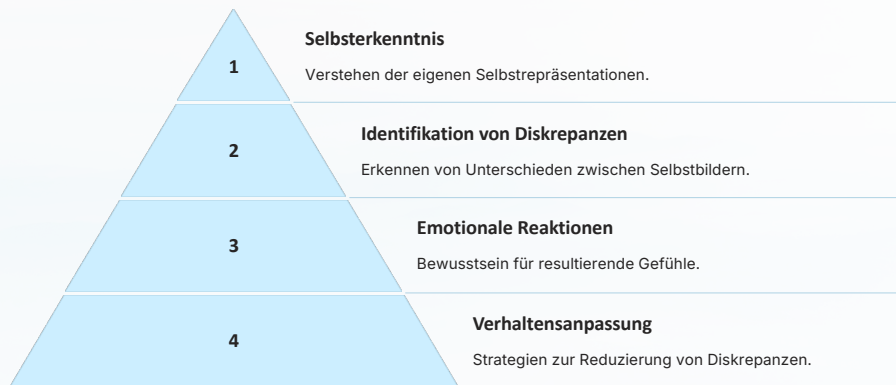
Diskrepanz ruft Gefühle von Schuld oder Angst hervor.

3

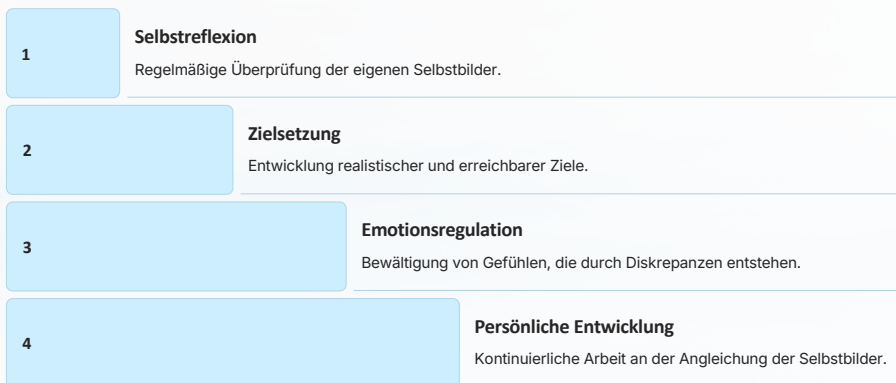
Emotionale Reaktionen

Beeinflussen die Motivation zur Verhaltensänderung oder Zielerreichung.

Auswirkungen auf das Wohlbefinden



Implikationen für persönliches Wachstum



Geschlechtsidentität und Selbstrepräsentation

1 Geschlechtsidentität

Die innere Überzeugung oder das Empfinden, einem bestimmten Geschlecht anzugehören (oder jenseits binärer Kategorien zu stehen).

2 Herausforderung

Trans* Personen erleben oft Diskrepanzen zwischen dem empfundenen Selbst und den gesellschaftlichen Erwartungen.

3 Relevanz der Theorie

Die Selbstdiskrepanztheorie liefert eine Erklärung für emotionale Belastungen, wenn äußere Zuschreibungen nicht mit dem aktuellen oder idealen Selbst übereinstimmen.

Aktuelles vs. Ideales Self bei Trans* Personen

Aktuelles Selbst

Das momentane, oft noch nicht oder nur teilweise gelebte Selbst in Bezug auf Geschlechtsausdruck und Identität.

Ideales Selbst

Das angestrebte Selbst, in dem die Geschlechtsidentität voll anerkannt und gelebt wird (z.B. durch Transition, Coming-Out).

Emotionale Konsequenzen

Unzufriedenheit oder Frustration bei Diskrepanz. Starkes Verlangen nach Angleichung (z.B. hormonell, chirurgisch, sozial).

Aktuelles vs. "Sollte"Self bei Trans* Personen

Aktuelles Selbst

Das momentane, oft noch nicht oder nur teilweise gelebte Selbst in Bezug auf Geschlechtsausdruck und Identität.

"Sollte" Selbst

Gesellschaftliche oder familiäre Erwartungen (z.B. an „typisches“ Geschlecht).

Resultierendes Spannungsfeld

Trans* Personen können sich verpflichtet fühlen, bestimmten Rollenbildern zu entsprechen, die nicht dem eigenen Identitätsempfinden entsprechen.

Implikationen für Beratung und Unterstützung

1 Rolle der psychologischen Hilfe

Psychologische Hilfe kann helfen, Selbst-Diskrepanzen zu identifizieren. Sie unterstützt im Umgang mit den daraus entstehenden Emotionen.

2 Soziale Unterstützung

Das Umfeld sollte sensibilisiert werden, um Druck auf das *Sollte Selbst* zu reduzieren.

3 Gesellschaftliche Ebene

Starre Geschlechternormen können abgebaut werden. Vielfältige Geschlechtsausdrücke sollten im sozialen und rechtlichen Rahmen ermöglicht werden.

Implikationen für Beratung und Unterstützung



Die „Circle of Death“-Analogie



Der Ameisenkreis

Bei Wanderameisen kann es vorkommen, dass sie einander im Kreis folgen, wenn der ursprüngliche Orientierungspunkt (Pheromonspur) verloren gegangen ist. Die Ameisen laufen endlos im Kreis, bis sie vor Erschöpfung sterben.



Der gesellschaftliche Kreislauf

Wenn Menschen ausschließlich den (vermeintlich) gesellschaftlich vorgeschriebenen Normen folgen, kann es zu einer ähnlichen „Endlosschleife“ führen: ständige Anpassung ohne Hinterfragen der eigenen Bedürfnisse oder Identität.

5. Bio-Psycho-Soziales Modell

Das Bio-Psycho-Soziale Modell

Biologische Faktoren

Z. B. Genetik, Hormone, Körperliche Veränderungen, Physiologische Prozesse.

Psychische Faktoren

Z. B. Gedanken, Gefühle, Verhalten, Emotionen, Kognition.

Soziale Faktoren

Z. B. Familie, Freunde, Kultur, Gesellschaftliche Normen, Lebensumfeld.



Beispiel: Die Geschichte von Alex

Alex ist 19 Jahre alt und identifiziert sich als Transmann. Er fühlt sich in seinem Körper nicht wohl und möchte eine geschlechtsangleichende Behandlung. Doch Alex wird von seiner Familie und in der Schule nicht akzeptiert. Er möchte psychologische Unterstützung, da er sich innerlich sehr angespannt fühlt. Was können wir über Alex' Situation aus Sicht des BPS-Modells lernen?

Gruppenarbeit: Bio-Psycho-Soziale Analyse

Teilen Sie sich in drei Gruppen auf und analysieren Sie Alex' Situation aus verschiedenen Perspektiven.

Gruppe 1: Biologische Faktoren

- Welche körperlichen Aspekte spielen eine Rolle?
- Welche hormonellen Veränderungen sind relevant?
- Welche medizinischen Behandlungsoptionen gibt es?

Gruppe 2: Psychische Faktoren

- Wie erlebt Alex seine Identität?
- Welche emotionalen Belastungen bestehen?
- Welche psychologische Unterstützung könnte hilfreich sein?

Gruppe 3: Soziale Faktoren

- Wie gestaltet sich das familiäre Umfeld?
- Welche Rolle spielt die schulische Situation?
- Welche gesellschaftlichen Faktoren beeinflussen Alex?

Diskutieren Sie Ihre Ergebnisse anschließend in der Großgruppe und erarbeiten Sie Zusammenhänge zwischen den verschiedenen Ebenen.

Biologische Aspekte

1 Hormone

Alex' Körper produziert Hormone, die mit seinem empfundenen Geschlecht nicht übereinstimmen. Eine Hormontherapie kann zu einer Anpassung der Hormone führen, was Alex' körperliches Wohlbefinden verbessern könnte.

2 Körpergefühl

Alex' Körpergefühl und seine Geschlechtsidentität stimmen nicht überein, was zu großer innerer Unruhe und möglicherweise körperlichen Beschwerden führt.



Psychische Aspekte

Ablehnung

Alex' emotionales Wohlbefinden wird durch die Ablehnung seiner Familie und der Schule negativ beeinflusst. Er kann sich isoliert, verunsichert und ängstlich fühlen.

Selbstbild

Alex' Selbstbild und sein Selbstwertgefühl können durch die Diskrepanz zwischen seinem empfundenen und seinem biologischen Geschlecht beeinträchtigt sein.





ACCEPTANCE

Soziale Aspekte



Geschlechterrollen

Gesellschaftliche Erwartungen an Geschlechterrollen können Alex' Selbstverständnis und sein Leben beeinflussen. Die Normativität der Geschlechtsidentität kann zu Diskriminierung und Ausgrenzung führen.



Familiäre Akzeptanz

Die Akzeptanz der Familie ist für Alex' psychisches Wohlbefinden und seine Integration von großer Bedeutung. Familien können entscheidend dazu beitragen, dass sich Alex verstanden und unterstützt fühlt.



Interaktion der Faktoren

1

Alex' biologisches Geschlecht entspricht nicht seiner Geschlechtsidentität, was zu psychischem Leidensdruck führt.

2

Alex' psychisches Befinden wird durch die Ablehnung in der Familie und in der Schule verstärkt.

3

Alex' soziale Umgebung prägt seine Lebenserfahrungen und beeinflusst seine Wahrnehmung.



Zusammenfassung und Ausblick

Higgins' Selbstdiskrepanztheorie bietet wertvolle Einblicke in die Dynamik der Identität. Sie erklärt, wie Unterschiede zwischen Selbstbildern unser emotionales Wohlbefinden beeinflussen.

Selbstdiskrepanztheorie & Bio-Psycho-Soziales Modell von Gesundheit können Anwendung in verschiedenen Bereichen finden und das Verständnis und Umgang mit dem Phänomen "Trans" helfen.

6. Abschluss: Angebot einer Trance

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit
und auf ein feines Wochenende!

Kontakt:

Mag.^a Dr.ⁱⁿ Daniela Renn

Leopoldstraße 3, 6020 Innsbruck

Tel. 0699-100 4444 1

e-mail: daniela.renn@psypraxis.org

website: www.psypraxis.org