

## VIII Resümee und Ausblick

Nach einer kurzen Zusammenfassung der Ergebnisse folgt eine Reflexion der angewandten Methodik, es werden verbleibende Forschungslücken und weiterer Handlungsbedarf benannt und Impulse für die Beratungsarbeit vorgestellt.

### 1 Zusammenfassung der Ergebnisse

Die individuelle Sexualität von trans\* Personen, die keine Genitalangleichung anstreben, ist vielfältig. Trans\*-Sexualität ist vielfältig. Die sexuellen Orientierungen sind vielfältig. Auch das individuelle Verständnis der Teilnehmer\_innen von Sex ist vielfältig und ganzheitlich und eher an sexueller Erregung festgemacht als an einem potenziellen Akt der Penetration. Wenn man über die Sexualität von trans\* Personen spricht, darf man mitnichten den Fehler machen, cis- bzw. heteronormative Konventionen vorauszusetzen. Geschlechtsidentität, Genitalienstatus und sexuelle Rolle müssen für guten Sex bzw. gelingende Sexualität nicht stereotyp zusammenfallen. Die gesellschaftlichen Bedeutungen von Geschlechtsmerkmalen und sexuellen Akten sind dekonstruierbar. Der Besitz einer Vagina macht einen trans\* Mann nicht zur Frau und mit dem eigenen Penis zu penetrieren macht eine trans\* Frau nicht zum Mann. Trans\* Frauen penetrieren und trans\* Männer nehmen auf – und trans\* Frauen nehmen auf und trans\* Männer penetrieren. Das Gleiche gilt für non-binäre Personen. Der Grad an Identifizierung mit dem einen oder anderen der beiden großen Geschlechter sagt nichts darüber aus, in welchem Maße Menschen lieber auf-

nehmen oder penetrieren. Gelingende Sexualität ist das, was den beteiligten Partien Spaß macht, nicht das, was gesellschaftliche Rollenvorstellungen implizieren. Dabei legen die TN großen Wert auf Konsens und (Selbst-)Fürsorge. Sex wird nur dann als schlecht empfunden, wenn sie mit sich selbst oder ihrem sexuellen Gegenüber nicht gut in Kontakt kommen. Ähnlich wie bei sexuellen Praktiken an sich folgen die TN auch bei den Rahmenbedingungen für Sexualität nicht den gesellschaftlichen Konventionen. Ein Großteil lebt in offen nicht-monogamen Beziehungskonstellationen. Für diese werden verbindliche Regeln mit hohen ethischen Standards festgelegt. Bedürfnisse werden kommuniziert und verhandelt. Offen sexinklusive oder -explizite Räume wie Sexparties, Playparties, Sex-Saunen und Sexclubs spielen eine wichtige Rolle. Hier ist auch der Faktor Berlin von Bedeutung, da diese Räume in anderen Städten nicht in dieser Vielzahl zur Verfügung stehen.

Die Teilnehmer\_innen können auf eine Reihe von intrapsychischen und kollektiven Ressourcen zurückgreifen, die ihnen diese Sexualität ermöglichen. Wichtigster Punkt dabei ist die Dekonstruktion der sexuellen bzw. geschlechtlichen Norm, die besagt, dass Männer einen Penis besitzen und Frauen eine Vagina und dass Sex bedeute, dass Männer Frauen mit ihrem Penis vaginal penetrieren. Diese Norm wird gleich auf drei Ebenen dekonstruiert: intrapsychisch durch die TN, interaktionell über die Anerkennung durch ihre sexuellen Gegenüber und kollektiv durch die Community, in der sich die TN bewegen. Damit stellen die Genitalien der TN keinen Widerspruch zu ihrer Geschlechtsidentität dar und können, befreit von dem Ballast, ein geschlechtsanzeigendes Organ zu sein, nach Lust und Belieben in der Sexualität eingesetzt werden. Determinierend für die Geschlechtszugehörigkeit sind nicht die Genitalien, sondern ist die Identität der Person. Den sekundären Geschlechtsmerkmalen messen die TN jedoch sowohl für das Passing als auch für das persönliche körperliche Wohlbefinden Bedeutung bei, weshalb diese im Rahmen einer Transition im gewünschten Maße an das

Körperbild angeglichen werden. Hiernach erleben sich die TN überwiegend als geschlechtskongruent. Dabei arbeiten sie zum Teil auch mit psychischen Veränderungen des Körperbilds wie Imagination, Neucodierung und der Integration von verschiedenen Aspekten geschlechtlichen Erlebens, die nicht vollständig zu ihrer Geschlechtsidentität passen. Im Laufe ihrer Biografie haben alle Teilnehmer\_innen eine erhebliche Souveränität entwickelt, sich in einer Welt, die nicht auf sie ausgerichtet ist, als sexuelle und geschlechtliche Wesen zu behaupten.

Die Teilnehmer\_innen verstehen ihren eigenen sexuellen Lernprozess insbesondere als einen des Ausprobierens, Suchens und Experimentierens, der oftmals mit einer bewussten Entscheidung beginnt oder bewusst gestaltet wird. Dieser Lernprozess findet vor allem außerhalb von offiziellen Bildungsangeboten oder institutionalisierten Formen der Auseinandersetzung statt. Nur eine einzige TN hat Psychotherapie in ihrem sexuellen Entwicklungsprozess als hilfreich beschrieben. Ungeklärt bleibt, ob die restlichen TN die zur Transition gehörende Zwangstherapie umgangen haben oder ob diese im sexuellen und geschlechtlichen Entwicklungsprozess nicht als hilfreich erlebt wurde. Auch trans\*-sexuelle Bildungsangebote scheinen wenig bis nicht existent. Das, was sexuellen Bildungsangeboten noch am nächsten kommt, sind Ratgeber, Trans\*-Erotika und -Pornografie. Als hilfreich erleben die TN auch persönlichen Austausch mit Community und Partner\_innen und den Besuch von Sex-Räumen wie Sexparties, Playparties, Saunen und Sexclubs. Für viele spielt auch BDSM eine erhebliche Rolle. Die persönlichen Lern- bzw. Entwicklungsprozesse in den Bereichen Sex, Geschlechtsidentität und/oder BDSM überschneiden sich häufig oder bedingen sich gegenseitig. Viele TN haben im Laufe ihres Prozesses ein besseres Verhältnis zu ihrem Körper und eine ganzheitliche Sexualität entwickeln können. Dabei haben es sich manche angeeignet, ihren Penis penetrierend oder die Vagina rezeptiv einzusetzen, andere haben sich erarbeitet, genau dies nicht mehr zu tun. Auch die Dekonstruktion der beschriebenen sexuellen bzw. ge-

schlechtlichen Normen war Teil des Lernprozesses. Der sexuelle Lernprozess hat jedoch auch Grenzen. Keine\_r der TN hat durch diesen Prozess eine Genitaliendysphorie abgelegt. Das positive Verhältnis zum eigenen Genital sei immer schon vorhanden gewesen.

## **2 Reflexion der angewandten Methodik und des Vorgehens**

Im Rückblick auf die vergangenen zwei Jahre bzw. auf die vier Jahre, seitdem die Idee für diese Studie entstanden ist, würde ich vieles wieder genauso machen, wie ich es gemacht habe – und einiges anders. So war diese Studie ganz ursprünglich als Gruppendiskussion im Anschluss an ein sexuelles Bildungsangebot, einem Wochenendworkshop, gedacht. Die Idee entstand nach einem Körperarbeitswochenende für trans\* Männer im Mai 2016, an dem ich selbst als Besucher teilnahm und das mit einem sehr vertrauensvollen und bereichernden Austausch zu Sexualität endete. Die Idee wurde jedoch nach reiflicher Überlegung wieder verworfen, weil Gruppendiskussionen eher kollektive Deutungsstrukturen als individuelles Handeln abbilden und das Thema ein sehr intimes ist. Es war richtig, von dieser ursprünglichen Idee Abstand zu nehmen und stattdessen persönliche Interviews in einem geschützten Rahmen zu führen. In der ursprünglichen Idee liegen jedoch zwei Gedanken, die durch das durchgeführte Design vernachlässigt wurden: zum einen, dass Sexualität eben nicht nur individuell ist, sondern auch kollektiv konstruiert wird durch die Communities, in denen wir uns bewegen – und Communities außerhalb des Mainstreams produzieren sexuelle Kulturen außerhalb des Mainstreams. Die kollektiven Community-Konstruktionen von Trans\*-Sexualität zu beleuchten wäre weiterhin interessant. Zum anderen reflektiert das ursprüngliche Design bereits den Mangel, der in dieser Studie zutage getreten ist: Es gibt kaum sexuelle Bildungsangebote für trans\* Personen. Ein

Wochenendseminar mit anschließender Diskussion hätte hier nicht nur beschreibend, sondern auch als Intervention gewirkt.

In Bezug auf Datenschutz, Interaktion auf Augenhöhe und Beteiligung der TN am Forschungsprozess bin ich mit dem durchgeführten Verfahren mit seinen partizipativen Elementen sehr zufrieden, auch wenn das Verfahren sehr aufwendig war. Ich veröffentliche diese Arbeit in der Gewissheit, dass die Ergebnisse, die ich präsentiere, dem entsprechen, was meine Teilnehmer\_innen mir und der Wissenschaft vermitteln wollten. Auch die Verschiebung der Interviewtechnik nach dem Probeinterview hin zu einer freieren Methode bewerte ich als richtig. Zwar war es lehrreich, die strengere Methode nach Helfferich auszuprobieren. Bei meiner nächsten Studie würde ich jedoch von Anfang an stärker nach Kaufmann arbeiten.

Ich sehe jedoch Verbesserungspotenzial beim methodischen Vorgehen. Ein einzelnes Interview ist eben immer nur eine Momentaufnahme und es gibt viele Fragen, die ich den Teilnehmer\_innen im Nachhinein gerne noch gestellt hätte – so, wie die TN auch die verschiedenen Möglichkeiten genutzt haben, ihre Erzählungen zu ergänzen. Würde ich heute mit dieser Forschung aufs Neue anfangen, würde ich weniger Teilnehmende, diese dafür jedoch mehrfach interviewen, um ihre Prozesse besser zu verstehen und analysieren zu können. Und ich würde *eine* Forschungsfrage formulieren statt dreien.

### **3 Forschungslücken und weiterer Handlungsbedarf**

Insgesamt betrachte ich die Thematik mit dieser Studie nicht als abgeschlossen, sondern gerade als eröffnet. Aus der Arbeit ergeben sich eine Vielzahl neuer Fragen und Ideen für weitere Forschungsdesigns. So wäre beispielsweise eine quantitative Studie zur gelebten Sexualität von trans\* Personen in Deutschland hilfreich und wünschenswert. Diese müsste natürlich in einem

nicht-klinischen Setting stattfinden, die TN dürften nicht in Kliniken rekrutiert werden und nicht in einem Abhängigkeitsverhältnis zu den Forscher\_innen stehen. Das Forschungsdesign dürfte nicht auf cis- bzw. heteronormativen Vorannahmen zu Penetration, Genitaliennutzung und -bezeichnung aufbauen und es müsste selbstverständlich partizipativ angelegt sein. Weiter wäre eine kritische Studie dazu, wie Sexualität in der psychotherapeutischen Arbeit mit trans\* Personen besprochen wird, interessant. Diese müsste auch beleuchten, welche Angebote bzw. Signale Psychotherapeut\_innen aussenden müssen, um trans\* Personen ein offenes Sprechen über Sexualität zu ermöglichen. Außerdem wäre die Entwicklung von sexuellen Bildungsangeboten für trans\* Personen dringend notwendig. Dies könnte auch mit evaluativer Begleitforschung verbunden werden, die ermittelt, welche Angebote für trans\* Personen hilfreich sind, und ob diese neben sexueller Zufriedenheit beispielsweise auch das Körpergefühl verbessern können.

## 4 Impulse für die Beratung

Was folgt nach all diesen Ausführungen, der Theorie, den Ergebnissen, den Biografien und ihrer Interpretation schlussendlich für die Praxis? In diesem letzten Abschnitt verknüpfe ich die Ergebnisse der Studie mit meinen Erfahrungen als systemischer Trans\*-Berater. Die folgenden Impulse lassen sich daraus für die Beratungspraxis ableiten.

Psychosoziale Berater\_innen sollten davon ausgehen, dass Sexualität für trans\* Klient\_innen ein Thema ist. Es kann einerseits ein schmerzhaftes und schambehaftetes Thema sein, andererseits ein ganz selbstverständliches, über das gegebenenfalls auch ein deutlicher Redebedarf besteht. Dabei sollten Berater\_innen einerseits auf *alles* gefasst sein, andererseits *nichts* als gegeben voraussetzen. Sie sollten davon ausgehen, dass ihre Klient\_innen homosexuell, heterosexuell, bi- bzw. pansexuell oder ase-

xuell sein könnten. Dabei muss die sexuelle Orientierung der Klient\_innen nicht notwendigerweise zur Geschlechtsidentität ihrer Partner\_innen passen und umgekehrt. So kann zum Beispiel ein schwuler trans\* Mann in Beziehung mit einer lesbischen Frau sein. Berater\_innen sollten darauf gefasst sein, dass Themen wie BDSM oder polyamouröse Beziehungen zur Sprache kommen können. Sie sollten auch davon ausgehen, dass diese Themen im Hintergrund stehen könnten, ohne zur Sprache gebracht zu werden. Sie sollten nicht davon ausgehen, dass alle Klient\_innen eine Genitalangleichung anstreben. Berater\_innen sollten davon ausgehen, dass viele trans\* Personen ihre Genitalien selbstverständlich in der Sexualität einsetzen *und* sie sollten davon ausgehen, dass viele das selbstverständlich *nicht* tun. Dementsprechend sollten auch Aspekte der sexuellen Gesundheit aus allen Perspektiven betrachtet werden. So sollten bei der Besprechung von Hormontherapien auch immer deren Auswirkungen auf die Fertilität, also Schwangerschaftsrisiko und -chancen mitbedacht werden. Zurück zu dem Beispiel: Nur weil ein trans\* Mann in einer Beziehung mit einer Frau ist, heißt das noch lange nicht, dass Schwangerschaft deshalb kein Thema ist. Es könnte sein, dass er zusätzlich auch schwulen Vaginalsex mit cis Männern hat. Es könnte sein, dass beide einen Kinderwunsch haben und er derjenige ist, der das Kind austragen soll oder möchte. Und es könnte sein, dass seine Partnerin selbst trans\* ist und beide gemeinsam versehentlich oder absichtlich ein Kind zeugen.

Kurz: Berater\_innen sollten ihre cis-, hetero-, homo-, trans\*- und queer-normativen Vorannahmen hinterfragen und davon ausgehen, dass alles auch ganz anders sein könnte. Dabei sollten sie ihren Klient\_innen folgen, empathisch zugewandt zuhören und vermitteln, dass das, was die Klient\_innen erzählen, nicht ungewöhnlich ist. Um zu dem Beispiel der Genitaliennutzung zurückzukommen: Berater\_innen sollten vermitteln, dass beides *normal* ist.

Weiterhin sollten Berater\_innen nicht davon ausgehen, dass alle relevanten Hintergrundinformationen sofort benannt wer-

den. So wie Berater\_innen oft Annahmen haben, die sie nicht hinterfragen, weil sie sie als selbstverständlich voraussetzen, geschieht dies auch häufig auf Klient\_innenseite. Je länger Menschen sich souverän und selbstverständlich in ihrer eigenen Welt bewegen, umso leichter vergessen sie, ihre spezifischen Lebensumstände zu erwähnen, weil sie sie nicht mehr für besonders erwähnenswert halten. Gleichzeitig geschieht es häufig, dass bestimmte Themen *vorerst* nicht angesprochen werden, weil Klient\_innen sie als heikel einstufen. Sie befürchten, den\_die Berater\_in zu überfordern oder, dass ihr Gegenüber ignorant und/oder diskriminierend auf ihre spezifischen Lebensumstände reagieren könnte. Dies gilt ganz besonders für Themen rund um Sexualität. Beide Seiten müssen hier Arbeit in den Aufbau einer Vertrauensbasis und tragfähigen Arbeitsbeziehung stecken. Berater\_innen sollten, wenn vorhanden, aktiv die Bereitschaft und Kompetenz signalisieren, über trans\*-sexuelle Themen zu sprechen und zu ihnen zu arbeiten. Wenn nicht vorhanden, sollten sie sich aktiv weiterbilden, um diese Kompetenz zu erwerben. Denn über Sexualität zu sprechen erfordert Übung; insbesondere wenn diese von den konventionellen Erzählungen abweicht.

Beim Sprechen über Sexualität sollten Berater\_innen außerdem auf Ressourcen und bisher ungenutzte Potenziale oder ungelebte Bedürfnisse lauschen. Sie sollten davon ausgehen, dass die Person, die ihnen gegenüber sitzt, ihren sexuellen Lernprozess noch nicht abgeschlossen oder vielleicht gerade erst begonnen hat. Manche Klient\_innen haben ein enges, starr festgelegtes Bild von Sexualität und den Normen, die sie dabei erfüllen müssten, zum Teil ohne jegliche sexuelle Erfahrung und oftmals ohne je von alternativen Modellen gehört zu haben. Hier sollten Berater\_innen auf alternative sexuelle Konzepte hinweisen und bei Interesse weitergehende Informationen oder eine ausführlichere Thematisierung in der Beratung anbieten, ohne jedoch diese Konzepte als *besser* oder die der Klient\_innen als *begrenzt* zu bewerten. Sie sollten ihren Klient\_innen anbieten, mit der beraterischen Taschenlampe dorthin zu leuchten, wohin die Klient\_innen sich

vielleicht nicht trauen, alleine hinzublicken. Kurz, Berater\_innen sollten, wenn sie sich selbst dazu in der Lage fühlen, anbieten im Prozess der sexuellen Selbsterfahrung beraterisch zu begleiten oder auf andere Angebote verweisen, die das leisten können.

