



## „YOUNG\*TRANS“ -Innsbruck

Erste Erfahrungen aus der psychotherapeutischen Gruppe für junge Menschen zwischen 14 und 25 Jahren.

Schätzungen zufolge sind etwa fünf von 100.000 Kindern transident, fühlen sich also nicht ihrem bei der Geburt zugewiesenen Geschlecht zugehörig. Genaue Zahlen sind schwer zu erheben, aber in der Beratungsstelle COURAGE fällt auf, dass in den letzten Jahren auch vermehrt Kinder und Jugendlichen ihren Eltern mitteilen, dass sie transident\* sind. Für junge Menschen, die die gängigen Geschlechtermodelle aufgrund ihrer individuell erlebten Geschlechtlichkeit aufbrechen und ergänzen wollen, stellen sich oft vielerlei Fragen:

Wer bin ich? Welche Gefühle habe ich dazu? Wodurch (be)hindere ich mich, meine wahre Identität/Geschlechtsrolle zu leben? Welches Körperbild habe ich? Welche Körperwahrnehmungen habe ich dazu? Wie reagiert meine Umgebung? Wie kann ich damit umgehen? Welche Unsicherheiten und Ängste habe ich?

Seit Juli 2017 bietet Courage auch in Innsbruck eine therapeutische Gruppe für junge \*transidente Menschen. Die Gruppe trifft sich monatlich und wird von zwei Psychotherapeutinnen geleitet und begleitet. Die geschlossene Gruppe läuft noch bis Juli 2018 und wir hoffen, dass noch weitere folgen.

Die therapeutische Gruppe versteht sich als ein Ort der Begegnung, des Austausches, des Suchens und des Findens einer tragfähigen, persönlichen Geschlechts\*Identität. Die Gruppe bietet in einem geschützten Rahmen die Möglichkeit des gemeinsamen Erfahrungs- und Gedankenaustausches. Hier geht es in erster Linie um einen Austausch, um die Entwicklung von vielfältigen Rollenmodellen, um Identitäten und um rechtliche Belange.

Mit Hilfe der Methoden systemischer Familientherapie, Narrativer Therapie, Familienaufstellung, Hypnotherapie und Verhaltenstherapie sowie der Gruppe an sich werden verborgene Zusammenhänge, Verstrickungen, Aufträge und Botschaften... sowie deren Auswirkungen auf das gegenwärtige Leben erfahrbar gemacht, so z.B. der Umgang mit Gefühlen und Bedürfnissen, dem Selbstbild als \*Transgender-Frau/Mann, verinnerlichte Transphobien, Ängste und Unsicherheiten, bisherige Beziehungsmuster und vieles andere mehr. Bei transidenten Jugendlichen können Probleme bei der Entwicklung der Geschlechtsrollenidentität auftreten. Ein Verhältnis zur eigenen Weiblichkeit/Männlichkeit kann nicht im Rahmen „klassischer“

Geschlechtsrollen erlebt und muss daher individuell erarbeitet werden. In einem geschützten Umfeld erleben die Jugendlichen einen akzeptierenden, selbstverständlichen Umgang mit ihrem transidentem Empfinden. Wir nehmen deutlich wahr, dass sich die Teilnehmer\*innen im Coming-Out-Prozess nicht länger allein fühlen und beginnen können, ihre sozio-sexuelle Identität angstfrei zu entwickeln.

**Wir möchten dabei unterstützen einen Weg zu finden und zu gehen**

Am Beginn des Prozesses stehen für viele Jugendliche sämtliche soziale und emotionale Beziehungen in Frage. Sie wissen nicht, wer sie wirklich so akzeptieren wird, wie sie sind. Wir beobachten immer wieder wie wertvoll die Gruppe ist, in der Beziehungen unter „Gleichen“ als kontinuierlich erlebt werden können.

Als junge Menschen, die selbst Ausgrenzungserfahrungen machen oder entsprechende Ängste empfinden, werden die Jugendlichen in die Lage versetzt, diese Erfahrungen zu reflektieren und sensibel gegenüber Ausgrenzung allgemein zu sein.

Auch das Thema Sexualität soll in der Gruppe einen Platz finden. Diesem Thema begegnen wir mit größter Sorgfalt und Achtsamkeit, denn häufig ist oder war, durch das konflikthafte Erleben des

eigenen Körpers, der Zugang zur eigenen Sexualität erschwert möglich.

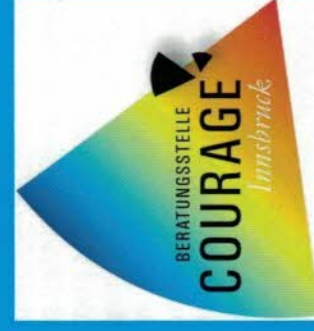
Der Erwerb von Handlungskompetenzen bei der Umsetzung intimer Bedürfnisse ist ein wichtiger Aspekt der Eigenverantwortlichkeit. Wie alle Jugendlichen sollen auch Trans\*Jugendliche lernen, ihre Gefühle, Wünsche und Grenzen bei sexuellen/intimen Kontakten zu kommunizieren.

Ein transidenter Coming-Out kann in der Familie erhebliche Konflikte verursachen. Deshalb stellt die Klärung der Beziehung zur Herkunftsfamilie ist ein wesentliches Thema in der Gruppe dar.

Die Jugendlichen sollen dazu befähigt werden, sich ihren Platz in der Gesellschaft zu suchen und zu erarbeiten. Durch Stärkung des Selbstwertgefühls wird ermöglicht, dass die Jugendlichen ihren eigenen Weg gehen.

Besonders wichtig ist es uns, dass die Jugendlichen die Möglichkeit haben, ihre ganz eigenen Themen in der Gruppe einzubringen. Für wen zu welchem Zeitpunkt welches Thema von Bedeutung ist, können nur die Jugendlichen selbst beurteilen.

Bei Bedarf können immer wieder individuelle Einzelberatungen, auch zusammen mit wichtigen Bezugspersonen und Familienmitgliedern oder Personen aus anderen Helfersystemen angeboten werden.



**Beratungsstelle COURAGE Innsbruck**  
**Partner\*innen-, Familien- & Sexualberatungsstelle**

A6020 Innsbruck, Salurner Straße 15 / 2. St.

Telefonische Voranmeldung:

Mo - Do 9<sup>00</sup>-15<sup>00</sup> Uhr +43(0)699 / 166 166 63

Email: [innsbruck@courage-beratung.at](mailto:innsbruck@courage-beratung.at)

Web: [www.courage-beratung.at](http://www.courage-beratung.at)

Ihre Spende sorgt für mehr COURAGE:

IBAN: AT28 1200 0006 6048 0817 BIC: BKAUATWW

Text & Foto: Mag.a Gabriella Wegscheider