

Alexander Hahne, Jana Haskamp (Hg.)  
Sexual- und Paarberatung mit trans und nicht-binären Menschen

Die Reihe ANGEWANDTE SEXUALWISSENSCHAFT sucht den Dialog: Sie ist interdisziplinär angelegt und zielt insbesondere auf die Verbindung von Theorie und Praxis. Vertreter\_innen aus wissenschaftlichen Institutionen und aus Praxisprojekten wie Beratungsstellen und Selbstorganisationen kommen auf Augenhöhe miteinander ins Gespräch. Auf diese Weise sollen die bisher oft langwierigen Transferprozesse verringert werden, durch die praktische Erfahrungen erst spät in wissenschaftlichen Institutionen Eingang finden. Gleichzeitig kann die Wissenschaft so zur Fundierung und Kontextualisierung neuer Konzepte beitragen.

Der Reihe liegt ein positives Verständnis von Sexualität zugrunde. Der Fokus liegt auf der Frage, wie ein selbstbestimmter und wertschätzender Umgang mit Geschlecht und Sexualität in der Gesellschaft gefördert werden kann. Sexualität wird dabei in ihrer Eingebundenheit in gesellschaftliche Zusammenhänge betrachtet: In der modernen bürgerlichen Gesellschaft ist sie ein Lebensbereich, in dem sich Geschlechter-, Klassen- und rassistische Verhältnisse sowie weltanschauliche Vorgaben – oft konfliktuell – verschränken. Zugleich erfolgen hier Aushandlungen über die offene und Vielfalt akzeptierende Fortentwicklung der Gesellschaft.

## BAND 44 ANGEWANDTE SEXUALWISSENSCHAFT

Herausgegeben von Maika Böhm, Harald Stumpe,  
Heinz-Jürgen Voß und Konrad Weller  
Institut für Angewandte Sexualwissenschaft  
an der Hochschule Merseburg

Alexander Hahne, Jana Haskamp (Hg.)

# **Sexual- und Paarberatung mit trans und nicht-binären Menschen**

**Praxisorientierte Empfehlungen  
und erfahrungsbasierte Perspektiven**

Mit einem Vorwort von Udo Rauchfleisch

Mit Beiträgen von Frauke Arndt-Kunimoto, Yaniv Barinberg,  
Annika Baumgart, Florian Däbritz, Katharina Debus,  
Lovis Diederling, Fabienne Forster, Manuel Ricardo Garcia,  
Alexander Hahne, Jana Haskamp, Chris Lila Henzel,  
Tobias Herrmann-Schwarz, Cornelia Jönsson,  
Chris Lily Kiermeier, Jacob Koenig, Katharina Kroschel,  
Christopher Lehnher, Finn Lorenz, Daniel Masch,  
Clara Naujoks, Rena Onat, Michael Rogenz,  
Ena Schnitzlbaumer, Helena Smolorz, Clara Thoms,  
Martin Viehweger, Carlo Wildhaber und Kay Winner

Psychosozial-Verlag

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

Originalausgabe

© 2025 Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG

Gesetzlich vertreten durch die persönlich haftende Gesellschaft Wirth GmbH,

Geschäftsführer: Johann Wirth

Walltorstr. 10, 35390 Gießen, Deutschland

06 41 96 99 78 0

[info@psychosozial-verlag.de](mailto:info@psychosozial-verlag.de)

[www.psychosozial-verlag.de](http://www.psychosozial-verlag.de)

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form  
(durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren)  
ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert  
oder unter Verwendung elektronischer Systeme  
verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Umschlagabbildung: Coverillustrationen von Michael Long  
Umschlaggestaltung und Innenlayout nach Entwürfen von Hanspeter Ludwig, Wetzlar  
Druck und Bindung: Majuskel Medienproduktion GmbH  
Elsa-Brandström-Str. 18, 35578 Wetzlar, Deutschland  
Printed in Germany

ISBN 978-3-8379-3365-9 (Print)  
ISBN 978-3-8379-6296-3 (E-Book-PDF)  
ISSN 2367-2420

# Inhalt

<b>1</b>	<b>Vorwort</b>	<b>11</b>
<b>2</b>	<b>Einleitung</b>	<b>15</b>
	<b>Kapitel 3: Sexual- und paarberaterische Grundlagen jenseits der binären Cis-Normativität</b>	<b>23</b>
<b>3.1</b>	<b>Transition</b> <i>Alexander Hahne &amp; Jana Haskamp</i>	<b>25</b>
<b>3.2</b>	<b>Coming-out-Prozesse</b> Ein Interview mit Chris Lila Henzel und Finn Lorenz <i>Jana Haskamp</i>	<b>37</b>
<b>3.3</b>	<b>Das Konzept Minderheitenstress und seine Anwendung in der Beratung</b> <i>Clara Naujoks</i>	<b>51</b>
<b>3.4</b>	<b>Internalisierte Transnegativität</b> <i>Jana Haskamp</i>	<b>59</b>
<b>3.5</b>	<b>Antirassismus und Intersektionalität im Kontext der Beratung für trans und nicht-binäre Menschen</b> <i>Manuel Ricardo Garcia im Gespräch mit Rena Onat</i>	<b>71</b>
<b>3.6</b>	<b>Konsum und Sucht</b> <i>Martin Viehweger</i>	<b>85</b>

<b>3.7</b>	<b>Intergeschlechtlichkeit</b>	<b>97</b>
	<i>Florian Däbritz, Frauke Arndt-Kunimoto &amp; Michael Rogenz</i>	
<b>3.8</b>	<b>Beratung von trans und nicht-binären Betroffenen sexualisierter Gewalt</b>	<b>111</b>
	<i>Jacob Koenig</i>	
	<b>Kapitel 4: Beratung im Kontext von Sexualität</b>	<b>129</b>
<b>4.1</b>	<b>Sexualität und Sexualkultur von trans und nicht-binären Menschen</b>	<b>131</b>
	<i>Alexander Hahne</i>	
<b>4.2</b>	<b>Dysphorie und Euphorie</b>	<b>147</b>
	Erfahrungen und Herausforderungen von Menschen mit Geschlechtsdysphorie und -euphorie und mögliche Wege der Unterstützung	
	<i>Daniel Masch</i>	
<b>4.3</b>	<b>Sexpraktiken und Selbstbezeichnungen von Genitalien und Oberkörpern</b>	<b>157</b>
	<i>Alexander Hahne</i>	
<b>4.4</b>	<b>Hilfsmittel und Sextoys</b>	<b>169</b>
	<i>Carlo Wildhaber</i>	
<b>4.5</b>	<b>Das vernarbte Herz – Sexualität älterer trans und nicht-binärer Menschen</b>	<b>185</b>
	Ein schriftliches Gespräch mit der Sexualtherapeutin Helena Smolorz	
	<i>Helena Smolorz &amp; Alexander Hahne</i>	
<b>4.6</b>	<b>BDSM und Kink</b>	<b>197</b>
	Impulse aus der Klient*innenperspektive	
	<i>Katharina Debus</i>	
<b>4.7</b>	<b>Sexuelle Gesundheit, STIs und HIV</b>	<b>219</b>
	<i>Alexander Hahne &amp; Christopher Lehnherr</i>	

<b>4.8</b>	<b>Asexualität</b> <i>Katharina Kroschel &amp; Annika Baumgart</i>	241
<b>4.9</b>	<b>Autismus und Neuronormativität in der Beratung</b> Ein Interview mit Lovis Diedering <i>Jana Haskamp</i>	253
<b>4.10</b>	<b>Endokrinologische Perspektiven auf sexualitätsbezogene Anliegen von jungen trans Personen</b> Ein Interview mit Kay Winner <i>Jana Haskamp</i>	271
<b>4.11</b>	<b>Einblicke in die somatische Sexualberatung und sexualitätsbezogene Körperarbeit</b> <i>Alexander Hahne</i>	281
<b>4.12</b>	<b>Sexualität, Kink und Behinderung</b> Ein Interview mit Chris Lily Kiermeier <i>Jana Haskamp</i>	303
<b>Kapitel 5: Beratung im Kontext von Partner*innenschaft</b>		311
<b>5.1</b>	<b>Dating, Partner*innensuche und Diskriminierungserfahrungen</b> <i>Tobias Herrmann-Schwarz</i>	313
<b>5.2</b>	<b>Transition und Partner*innenschaft</b> <i>Jana Haskamp &amp; Alexander Hahne</i>	329
<b>5.3</b>	<b>Beziehungs- und Familienformen rund um Nicht-Binarität und Transgeschlechtlichkeit</b> <i>Daniel Masch</i>	343
<b>5.4</b>	<b>Reflexionsfragen zu Nicht-Monogamie und Polyamorie in der Beziehungsberatung</b> <i>Cornelia Jönsson</i>	353

<b>5.5</b>	<b>Aromantik in der Beziehungsberatung</b>	<b>369</b>
	<i>Annika Baumgart &amp; Katharina Kroschel</i>	
<b>5.6</b>	<b>Paarberatung im Kontext von psychischen Erkrankungen</b>	<b>383</b>
	Einblicke in die Praxis	
	<i>Fabienne Forster</i>	
<b>5.7</b>	<b>Beratung zu Kinderwunsch und Schwangerschaft</b>	<b>403</b>
	<i>Jana Haskamp, Alexander Hahne &amp; Daniel Masch</i>	
<b>5.8</b>	<b>Lust und Lustlosigkeit in Partner*innenschaften</b>	<b>423</b>
	<i>Jana Haskamp</i>	
<b>5.9</b>	<b>Affären und Außenbeziehungen</b>	<b>435</b>
	<i>Tobias Herrmann-Schwarz, Jana Haskamp &amp; Alexander Hahne</i>	
<b>5.10</b>	<b>Beziehungsgewalt</b>	<b>449</b>
	<i>Jana Haskamp</i>	
<b>5.11</b>	<b>Sexualisierte Gewalt als Thema in der Paar- und Sexualberatung</b>	<b>465</b>
	<i>Jana Haskamp, Chris Lila Henzel &amp; Alexander Hahne</i>	
<b>Kapitel 6: Perspektiven und strukturelle Aspekte der Sexual- und Paarberatung</b>		<b>483</b>
<b>6.1</b>	<b>Beratung und Therapie</b>	<b>485</b>
	Ein Annäherungsversuch	
	<i>Jana Haskamp &amp; Alexander Hahne</i>	
<b>6.2</b>	<b>Kontaktaufnahme und Dokumentation</b>	<b>499</b>
	<i>Tobias Herrmann-Schwarz</i>	
<b>6.3</b>	<b>Beziehungsgestaltung in Beratung und Therapie</b>	<b>509</b>
	Ein Interview mit Chris Lila Henzel und Ena Schnitzlbaumer	
	<i>Jana Haskamp</i>	



---

<b>6.4</b>	<b>Nähe, Verbundenheit und ausgewogene Distanz in queeren Beratungskontexten</b>	<b>519</b>
	<i>Yaniv Barinberg</i>	
<b>6.5</b>	<b>Als queere Mitarbeiterin im cis-heteronormativen Umfeld</b>	<b>527</b>
	<i>Fabienne Forster &amp; Jana Haskamp</i>	
<b>6.6</b>	<b>Einblicke in machtkritische Beratung</b>	<b>535</b>
	Ein Interview mit Clara Thoms <i>Jana Haskamp</i>	
<b>6.7</b>	<b>Wissen, Haltung und Methodik</b>	<b>545</b>
	<i>Jana Haskamp &amp; Alexander Hahne</i>	
<b>6.8</b>	<b>Einblicke in Fort- und Weiterbildungen</b>	<b>569</b>
	<i>Alexander Hahne &amp; Jana Haskamp</i>	
<b>7</b>	<b>Schluss</b>	<b>581</b>
<b>8</b>	<b>Danksagung</b>	<b>587</b>



# 1 Vorwort

In der Begleitung von Transitionsprozessen wird der Sexualität im Allgemeinen kaum Beachtung geschenkt. Allenfalls erwähnen die Chirurg\*innen bei ihren Gesprächen über die zu erwartenden Erfolge der Operationen, ob und in welchem Ausmaß sexuelle Empfindungsfähigkeit nach den chirurgischen Interventionen bestehen wird. In den psychologischen Transitionsbegleitungen jedoch wird diesem Thema kaum Beachtung zuteil.

Es sind vor allem die Publikationen von K\*Stern und Alexander Hahne (2019), Lucy Fielding (2021), Kelvin Sparks (2022) sowie die Studie von Jonas A. Hamm (2020), welche die Frage, wie eine »gelingende Sexualität«, wie Jonas A. Hamm es im Untertitel seines Buches formuliert, aussehen kann, in den Fokus unserer Aufmerksamkeit gerückt haben. In meiner Tätigkeit als Begleiter auf dem Weg der Transition von trans und nicht-binären Menschen spreche ich mit den Klient\*innen zwar immer wieder auch über ihre Sexualität. Solche Gespräche ergeben sich vor allem dann, wenn die Klient\*innen schildern, dass sie nach der operativen Veränderung ihren Körper »neu entdecken« mussten und unter dem Eindruck standen, eine »zweite Pubertät« zu durchlaufen – und dies auch bei trans und nicht-binären Menschen, die vor der hormonellen Behandlung und den Operationen bereits sexuelle Beziehungen geführt hatten. Auch in gemeinsamen Gesprächen mit trans Personen und ihren Partner\*innen geht es selbstverständlich um das Thema Sexualität.

Doch habe ich mein Augenmerk nicht in dem Maße auf dieses Thema gerichtet, wie es seiner Bedeutung eigentlich entspricht. Überhaupt hat sich im Verlaufe der nun 54 Jahre meiner Beschäftigung mit trans Menschen in den Transitionsbegleitungen allgemein der Fokus vom Körper auf Fragen der Identität hin verschoben. Ich habe deshalb in einer Publikation geradezu von einer »Verflüchtigung des Körpers im Transdiskurs« gesprochen (Rauchfleisch 2023).



## 2 Einleitung

Wir freuen uns sehr, euch und Ihnen den Sammelband »Sexual- und Paarberatung mit trans und nicht-binären Menschen. Praxisorientierte Empfehlungen und erfahrungsbasierte Perspektiven« mit seinen 39 Beiträgen von insgesamt 28 Autor\*innen und Interviewpartner\*innen vorstellen zu dürfen.

Dieser Sammelband richtet sich an Berater\*innen, Therapeut\*innen, Psycholog\*innen, Sozialarbeiter\*innen, Sozialpädagog\*innen, Fachkräfte der sexuellen Bildung, Körperarbeiter\*innen und alle darüber hinaus Interessierte und Verbündete. Besonders dankbar sind wir Udo Rauchfleisch für sein vorangestelltes Vorwort. Es ist eine große Freude, diesen Wegbereiter und -begleiter der Beratung von trans und nicht-binären Erwachsenen auf diese Weise dabei zu haben.

Über die Körper, Sexualitäten und Partner\*innenschaften von trans und nicht-binären Personen existieren viele Vorbehalte, Mythen, Unwissenheit und binäre, cis-, endo- und heteronormative Zuschreibungen. Wir möchten mit den Beiträgen dieses Sammelbandes die genussvollen Körper von trans und nicht-binären Menschen in den Fokus rücken und Einblicke in eine affirmative Beratungspraxis geben. Dabei fokussieren wir gelingende und lustvolle Aspekte von Beziehungen und Sexualitäten, nehmen jedoch auch Herausforderungen in der Beratung zu diesen Themen in den Blick.

Der Sammelband zielt darauf ab, seine Leser\*innen für sexual- und paarberaterische Fragestellungen, Bedarfe und Lebenswelten von erwachsenen trans und nicht-binären Klient\*innen aller sexueller und romantischer Orientierungen zu sensibilisieren. Dies passiert in den Beiträgen über die Vermittlung von psychosozialem, medizinischem und community-basiertem Wissen von Berater\*innen und Aktivist\*innen. Darüber hinaus liegt ein Schwerpunkt des Buches darauf, Perspektiven von erfahrenen Praktiker\*innen darzulegen, die aufzeigen, was es bedeutet, Beratung als Zugehörige derselben Communitys wie die beratenen Personen anzu-

bieten. Durch den praxisorientierten Schwerpunkt des Sammelbands und die Auswahl der Autor\*innen ist ein Werk der Fachliteratur entstanden, das sowohl für Praktiker\*innen als auch Lehrende als communitynahe Handlungsorientierung dienen kann.

Die Zusammenstellung der Beiträge orientiert sich an den Themen, die von trans und nicht-binären Klient\*innen in Sexual- und Paarberatungssettings besonders häufig als Anliegen formuliert werden. Darin werden Wissen und Haltung vermittelt, die in der gängigen cis-normativen und binären Beratungsliteratur wenig bis gar nicht repräsentiert sind und die im Kontext der Zielgruppe für Berater\*innen von Bedeutung sind. Darüber hinaus werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie Haltung und Wissen in der beraterischen Arbeit genutzt werden können und worauf Berater\*innen in der Anwendung achten sollten. Dabei geht es in den Inhalten um praxisnahe Wechselwirkungen und Effekte auf Sexualität und Beziehungen, z. B. durch vergangene oder zukünftige medizinische Transitionsschritte, nicht um die Darstellung chirurgischer Möglichkeiten und Methoden. Hierbei ist wichtig zu betonen, dass die Anliegen, mit denen trans und nicht-binäre Menschen sexual- oder paarberaterische Settings aufsuchen, nicht unbedingt mit ihrer Transgeschlechtlichkeit oder Nicht-Binarität im Zusammenhang stehen. Klassische Themen in der Paarberatung wie z. B. Beziehungsform, Kommunikation, Umgang mit Konflikten oder unterschiedlichen Bedürfnissen können bei trans und nicht-binären Menschen durch ihre spezifischen Lebenserfahrungen und strukturelle Diskriminierung beeinflusst sein und eine Bezugnahme darauf in der Beratung erforderlich machen – oder davon größtenteils unberührt sein. Das Wissen, das in den Beiträgen vermittelt wird, fungiert als Hintergrundwissen, das die beraterische Praxis mit dieser Zielgruppe informiert, wie es Julie Tilsen (2021) beschreibt:

»These ideas are conceptual resources for me to draw on, they are not the stuff of my conversations. They are like apps I keep open in the back of my head, not the screen I share with people in conversation« (S. 5).<sup>1</sup>

---

1 Übersetzung: »Diese Ideen sind konzeptionelle Ressourcen, auf die ich zurückgreifen kann, sie sind nicht der Stoff meiner Gespräche. Sie sind wie Apps, die ich im Hinterkopf offenhalte, nicht der Bildschirm, den ich im Gespräch mit Menschen teile«, Tilsen, J. (2021). *Queering Your Therapy Practice. Queer Theory, Narrative Therapy, and Imagining New Identities*. Taylor & Francis.

Alle Beiträge unserer Autor\*innen sind aus einer handlungsorientierten, community- und praxisnahen Perspektive auf Sexual- und Paarberatung geschrieben. In den Interviews werden direkte Einblicke in den Berufsalltag von Sexual- und Paarberater\*innen gegeben. Alle von ihnen sind im deutschsprachigen Raum der Gegenwart tätig.

Wir verzichten in diesem Sammelband bewusst auf die Vermittlung von einführendem Wissen zu trans und nicht-binären Lebenswelten. Wir möchten stattdessen Themen aufgreifen, die praktizierende Berater\*innen – inklusive uns – beschäftigen, und setzen dafür eine vorangegangene grundlegende Auseinandersetzung mit sexueller, geschlechtlicher und amouröser Vielfalt und Sexual- und Paarberatung voraus.

Dieser Sammelband erscheint im Jahr 2025, kurze Zeit nachdem am 12. April 2024 vom Deutschen Bundestag das Selbstbestimmungsgesetz verabschiedet wurde und am 1. November 2024 in Kraft getreten ist, welches trans, inter\* und nicht-binären Menschen erleichtert, ihren Geschlechtseintrag und Vornamen beim Standesamt ändern zu lassen.

Neben der geschlechtlichen Selbstbestimmung auf rechtlicher Ebene, die durch diese Verabschiedung für viele Menschen zugänglicher geworden ist, begründen wir die Notwendigkeit dieses Bandes und seiner Inhalte mit der 1999 durch die World Association for Sexual Health (WAS) in Hongkong verabschiedete Erklärung der sexuellen Menschenrechte. Diese lauten wie folgt:

1. Das Recht auf sexuelle Freiheit
2. Das Recht auf sexuelle Autonomie, sexuelle Integrität und körperliche Unversehrtheit
3. Das Recht auf eine sexuelle Privatsphäre
4. Das Recht auf sexuelle Gleichwertigkeit
5. Das Recht auf sexuelle Lust
6. Das Recht auf Ausdruck sexueller Empfindungen
7. Das Recht auf freie Partner\*innenwahl
8. Das Recht auf freie und verantwortungsbewusste Fortpflanzungsentscheidungen
9. Das Recht auf wissenschaftlich fundierte Sexualaufklärung
10. Das Recht auf umfassende Sexualerziehung
11. Das Recht auf sexuelle Gesundheitsfürsorge

In den nachfolgenden Kapiteln finden sich konkrete Anregungen, wie diese sexuellen Menschenrechte in der Sexual- und Paarberatung mit trans und nicht-binären Menschen umgesetzt werden können.