

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	7
Kapitel 1: Einführung	9
Kapitel 2: Theoretischer Hintergrund	11
2.1 Begriffsbestimmungen	11
2.2 Dimensionale Betrachtung der Geschlechtsidentität	12
2.3 Ätiologie	12
2.4 Prävalenz	12
2.5 Diagnostik	13
2.5.1 Kategoriale diagnostische Einordnung	13
2.5.2 Rahmenbedingungen der Diagnostik und Begleitung	16
2.5.3 Der diagnostische Prozess	19
2.6 Begleitende psychische Beschwerden und Erkrankungen	20
2.7 Die begleitende Psychotherapie	22
2.8 Transition	22
2.8.1 Transitionsprozess	22
2.8.2 Transitionsmaßnahmen	23
2.8.3 Indikationsschreiben	25
2.8.4 Selbstbestimmungsgesetz: Änderung des Geschlechtseintrags und Vornamens	25
2.8.5 Detransition, Retransition oder „Bereuen“ der Transition	25
Kapitel 3: Informationen zur Durchführung des Therapiemanuals	26
3.1 Konzept und übergreifende Ziele	26
3.2 Umfang und Setting	27
3.3 Standardisierter Ablauf der einzelnen Gruppensitzungen	27
3.4 Anforderungen an Therapeutinnen und Therapeuten	28
3.5 Anforderungen an die Teilnehmenden	29
3.6 Vorbereitung auf die Gruppenteilnahme und begleitende Einzeltherapie	30
Kapitel 4: Das Therapiemanual – Beschreibung der einzelnen Themenblöcke	32
4.1 Themenblock I: Gruppenstart	34
4.1.1 Ressourcenorientiertes Kennenlernen	35
4.1.2 Erarbeitung von Gruppenregeln	36
4.1.3 Problemaktualisierung, Ziel- und Anliegenklärung	36
4.1.4 Auseinandersetzung mit dem Begriff „Geschlecht“	37
4.1.5 Modelle von Geschlecht und Geschlechtsidentität	38
4.2 Themenblock II: Psychische Krankheit und Gesundheit	43
4.2.1 Erklärungsmodelle psychischer Belastung und Erkrankung	43

4.2.2	Modell psychischer Belastung mit Bezug zu Geschlechtsidentität	44
4.3	Themenblock III: Ressourcenaktivierung und -aufbau	48
4.3.1	Blick auf die eigenen Ressourcen	48
4.3.2	Blick auf soziale Ressourcen	49
4.3.3	Umgang mit Umsetzungsschwierigkeiten	49
4.4	Themenblock IV: Transition	52
4.4.1	Erfahrungsaustausch und Entscheidungshilfe zum Coming-out-Prozess	53
4.4.2	Umgang mit Ambivalenzen und (Rest-)Unsicherheiten	56
4.4.3	Medizin und Recht: Möglichkeiten und Grenzen von Transitionsmaßnahmen	58
4.4.4	Selbsthilfe	60
4.5	Themenblock V: Emotionen	61
4.5.1	Einstieg in das Thema	62
4.5.2	Konzept der Emotionsregulation	63
4.5.3	Strategien der funktionalen Emotionsregulation von Angst und Ärger	66
4.5.4	Kognitive Strategien der Emotionsregulation	68
4.6	Themenblock VI: Selbstwert	71
4.6.1	Definition „Selbstwert“	72
4.6.2	Entstehung und Aufrechterhaltung eines geringen Selbstwerts	72
4.6.3	Ressourcen für den Selbstwert erkennen und erarbeiten	75
4.6.4	Denkfehler erkennen und korrigieren	77
4.6.5	Stärkenarbeit	80
4.6.6	Weitere Interventionen zur Stärkung des Selbstwerts	82
4.7	Themenblock VII: Körperfild	83
4.7.1	Einstieg in das Thema	84
4.7.2	Theoretische körperbezogene Übungen	85
4.7.3	Praktische körperbezogene Übungen	87
4.7.4	Körperbezogene Gruppenübungen	88
4.7.5	Körperfunktionen statt -bewertungen	88
4.7.6	Positives Körpergefühl und Ressourcenaktivierung	88
4.8	Themenblock VIII: Abschluss	90
4.8.1	Individuelle Rückfallprophylaxe	90
4.8.2	Verabschiedung in und von der Gruppe	92
Kapitel 5: Evaluation des Gruppenmanuals		94
5.1	Beschreibung der Stichprobe	94
5.2	Angewandte Instrumente und Fragebögen	94
5.3	Statistische Analysen und Ergebnisse	95
5.4	Auswertung der Zusatzfragen mit konkretem Bezug zur Gruppe	96
5.5	Interpretation der Ergebnisse und Diskussion	96
Literatur		97
Anhang: Erhebungsbögen zur Evaluation und Verlaufsmessung		101
Soziodemografische Angaben		103
Veränderungsmessung – Geschlechtsidentität und Bewertung des Gruppenprogramms		105
Fragebogen zur Geschlechtsidentität/Geschlechtsdysphorie (Geburtseintrag: männlich):		
Gender Identity/Gender Dysphoria Questionnaire: Adult Version (Males) – GIDYQ-AA		106
Fragebogen zur Geschlechtsidentität/Geschlechtsdysphorie (Geburtseintrag: weiblich):		
Gender Identity/Gender Dysphoria Questionnaire: Adult Version (Females) – GIDYQ-AA		109
Hinweise zur Auswertung und Interpretation des Fragebogens zur Geschlechtsidentität/		
Geschlechtsdysphorie (Gender Identity/Gender Dysphoria Questionnaire:		
Adult Version (Males and Females) – GIDYQ-AA)		112
Hinweise zu den Online-Materialien		113