



LUNDS
UNIVERSITET
Socialhögskolan

Att berätta

En kvalitativ analys av transpersoners upplevelser om att
komma ut

Emma Hedlund & Gabriella Fredriksson

Kandidatuppsats SOPA63
HT 2020
Handledare: Cecilia Heule

Abstract

Authors: Emma Hedlund & Gabriella Fredriksson

Title: “Coming out” – A qualitative study of coming out as transgender [Translated title].

Supervisor: Cecilia Heule

Assessor: Mikael Bengtsson

The aim of this study was to explore trans people’s feelings and thoughts about coming out as transgender to their environment in order to create a deeper understanding about the process of coming out. A qualitative method was applied to study nine different stories written by trans people, taken from three different websites. The study showed that the writers discussed factors such as worries about coming out, identity and support from friends and family. Furthermore, the result showed that support and affection were important for their mental health. Additionally, the concept of identity was contextual and inconsistent. Finally, the study showed that the majority of the writers felt anxious and angsty about coming out.

Key words: coming out, transgender, LGBTQ

Innehållsförteckning

1. Inledning	4
1.1 Problemformulering	4
1.2 Syfte och frågeställningar	6
1.3 Begrepp	6
1.4 Arbetsfördelning	7
2. Kunskapsläget	9
2.1 Bakgrund och historia	9
2.2 Transpersoners levnadsvillkor	9
2.2.1 Transpersoner levnadsvillkor internationellt	10
2.3 Skyddsfaktorer och riskfaktorer	11
2.3.1 Nära relationer	11
2.3.2 Komma ut	11
2.3.3 Att leva som hbtq	12
2.4 Sammanfattning	13
3. Teoretisk utgångspunkt	14
3.1 Queerteori	14
3.1.1 Kön, genus och sexualitet	15
3.2 Det socialpsykologiska perspektivet	16
3.2.1 Identitet och interaktion	16
3.2.2 Stigma	17
3.3. Teorier om stresshantering	18
3.4 Sammanfattning	19
4. Metod och metodologiska överväganden	20
4.1 Förförståelse	20
4.2 Metodval	20
4.3 Urval	21
4.4 Metodens tillförlitlighet	22
4.5 Bearbetning och analys	23
4.6 Etiska överväganden	24
5. Resultat & analys	26
5.1 Oro, rädsla och skam	26
5.2 Identitet som process	28
5.2.1 Upplevelsen av identitet	28
5.3. Socialt stöd	33
5.3.1 Nära relationer	33
5.3.2 Stöd från andra transpersoner	35
6. Avslutande diskussion	38
7. Referenslista	40

1. Inledning

1.1 Problemformulering

Transperson är ett paraplybegrepp för de personer som delvis eller inte alls identifierar sig med det kön man blev tilldelad vid födseln. Att vara trans har ingenting med sexualitet att göra. Detta skriver Alice Wahl och Lars Jonsson (2017) på uppdrag av RFSL i *Kartläggning av nationella undersökningar gällande homofobi, bifobi och transfobi, samt identifiering av andra länders nationella mål och uppföljningssystem för hbtq-personers rättigheter* (ibid. s.7). I Sverige identifierar 8 av 100 000 personer sig som transperson enligt Folkhälsomyndighetens (2020) kvalitativa studie *Psykisk ohälsa, suicidalitet och självskada bland unga transpersoner* (ibid. s.12). Detta är en uppskattning som främst baseras på hur många som söker transrelaterad vård eller byter juridiskt kön. Det innebär att siffrorna kan ses som underskattade eftersom alla inte väljer att komma ut, söka vård eller ändra namn.

Folkhälsomyndigheten (2015) presenterade resultatet av studien *Hälsan och hälsans bestämningsfaktorer för transpersoner*. I studien framgår att de flesta transpersoner uppskattar sin hälsa som god, men att det endast är en minoritet som upplever att de kan leva i enlighet med sin könsidentitet. Likt andra studier som gjorts både i Sverige och internationellt framgår det också att en stor andel av respondenterna har övervägt eller försökt att ta sitt liv (ibid. s.49). Gällande transpersoners livsvillkor framkom att majoriteten blivit utsatta för kränkande behandling under de senaste tre månaderna och ungefär var femte respondent uppgav att de har blivit utsatta för våld på grund av sin transidentitet. En andel som var dubbelt så hög som den övriga befolkningen, uppgav också att de saknade emotionellt stöd (ibid. s.30). Transpersoner är en utsatt grupp som i hög utsträckning blir utsatta för diskriminering. Deras verklighet skildras bland annat genom att endast en minoritet upplever att de kan leva i enlighet med sin könsidentitet. Detta gör att gruppen är intressant att studera och synliggöra eftersom det är en heterogen grupp i ett samhälle där kön och genus spelar stor roll.

I studien *Examining transgender health through the International Classification of Functioning, Disability, and Health's* (2017, s.3183) beskriver Melissa Jacob och Steven Cox transpersoners hälsa som komplex. Forskning kring transpersoner ur ett internationellt perspektiv handlar i de flesta fall om den medicinska biten och mindre fokus läggs på den

psykiska och sociala delen av hälsan, trots att detta är relevant för transpersoners hälsa i ett helhetsperspektiv. I Wahl och Jonssons (2017, s.60) kartläggning av nationell forskning framgår det ingen information om någon studie som specifikt berör processen att komma ut och framförallt inte att komma ut som transperson. Forskningen kring hbtq-personer är generellt sett begränsad i Sverige och den som finns är till stor del utförd av RFSL själva, alltså Sveriges främsta intresseorganisation för hbtq-personer.

Begreppet *komma ut* syftar i vår studie på att berätta för sin omgivning att man inte är en cisperson. Att vara cisperson innebär att ens könsidentitet och könsuttryck är densamma som det juridiska och tilldelade könet vid födseln. Komma ut är inte något som sker en gång utan kontinuerligt under stora delar av livet. Att komma ut kan man behöva göra varje dag, i varje nytt sammanhang och för alla nya människor man träffar. Detta till följd av att samhällets normer inte möjliggör att alla kan leva i enlighet med sin könsidentitet. Förståelsen av att komma ut kan därav tolkas som en process. Det är processen som vi har valt att fokusera på i denna studie. Processen börjar när en person inser att hen är trans och förbereder sig inför att komma ut till sin omgivning. Processen fortsätter under den stund då personen faktiskt kommer ut, samt efter att hen kommit ut och lever som transperson. Begreppet komma ut är för oss komplext och mångfacetterat vilket gör det spännande att undersöka. För att undersöka hur transpersoner kan uppleva processen av att komma ut har vi valt att använda oss av personliga berättelser skrivna av transpersoner, publicerade på internet. Detta för att bidra till en bättre förståelse av hur det är att leva som transperson i ett samhälle som är präglad av cisnormen. Cisnormen innebär den förväntan och det antagandet som råder att alla människor ska identifiera sig med det kön de tilldelades vid födseln.

Denna studie är relevant för socialt arbete på flera sätt. Transpersoner är och har varit en utsatt grupp och kan antas ha ett visst skyddsbehov. Vi som professionella inom socialt arbete bör ha en förståelse för transpersoners upplevelser av att komma ut. Vår förhoppning är att vår uppsats är bidragande till denna förståelse. Vi vet att det finns mängder av information på internet som är skrivna av transpersoner själva. Internet är en värdefull källa till information när det kommer till ett sådant känsligt ämne som att komma ut. Det ger individen en fördel att få uttrycka sina känslor och tankar. Transpersoners utsatthet är komplex och kan studeras på både individ- och samhällsnivå. Detta ökar behovet för både teoretisk kunskap och ett brukarperspektiv. Eftersom vår studie syftar till att undersöka att komma ut som en process, får vi möjlighet att bidra med en djupare förståelse för hur komplex och individuell denna

process faktiskt kan vara. Denna förståelse är viktig främst eftersom socialarbetare är etiskt ansvariga att ha kunskap om hbtq-personer och på så vis främja jämlikhet inom socialt arbete (Hess, s.22).

1.2 Syfte och frågeställningar

Syftet med studien är att med hjälp av personliga berättelser på internet undersöka hur transpersoner beskriver processen att komma ut för sin omgivning.

- Hur beskriver personerna sina tankar och känslor gällande att komma ut?
- Hur beskriver personerna att deras identitet har förändrats under processen att komma ut?
- Vilken roll har stöd och samhörighet med andra spelat under transpersoners process att komma ut?

1.3 Begrepp

Nedan kommer vi att förklara begrepp som är centrala i studien. Vi har valt att använda oss av ordlistor från Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor (2020) samt Riksförbundet för homosexuellas, bisexuellas, transpersoners och queeras rättigheter (2019:a). Två begrepp förklaras ytterligare med *kursiv text* för att förtydliga hur vi har valt att använda dem i studien.

Att passera: Att passera innebär att man uppfattas av andra som det kön man själv identifierar sig som.

Cisnorm: Den förväntan och det antagandet som råder att alla människor ska identifiera sig med det kön de tilldelades vid födseln.

Cisperson: En person vars könsidentitet och könsuttryck är densamma som det juridiska och tilldelade könet vid födseln.

Hbtq: En förkortning för homosexuella, bisexuella, transpersoner och queera personer.

Hen: Ett könsneutralt pronomen. *Vi kommer i studien använda hen när vi refererar till författarnas texter. Pronomen framgår inte i alla texter och vi anser valet som neutralt.*

Heteronorm: Den förväntan och det antagandet som råder att alla människor ska vara heterosexuella cispersoner.

Icke-binär: En person vars könsidentitet och könsuttryck inte stämmer överens med de två binära könen "man" och "kvinna". Personen kan identifiera sig med båda binära könen och eller inget alls. Icke-binär betyder inte samma sak för alla som identifierar sig som det.

Komma ut: *Begreppet syftar i vår studie på att berätta för sin omgivning att man inte är en cisperson. Komma ut är inte något som sker en gång utan kontinuerligt under stora delar av livet. Skälet till detta är att det finns en cisnorm i samhället.*

Könsidentitet: Det kön en person upplever sig vara.

Könsbekräftande process: Den behandling en person genomgår som vill ändra sin kropp och/eller sin röst för att ens könsidentitet ska stämma överens med ens fysiska utseende. Det kan även innefatta att ändra namn och personnummer samt börja klä sig efter sin könsidentitet.

Transperson: En person vars könsidentitet delvis eller inte alls stämmer överens med det tilldelade könet vid födseln. Begreppet trans inkluderar de personer som varken är kille eller tjej, vill byta juridiskt kön, vill korrigera sin kropp, använder kläder som anses vara typiska för det könet man inte tilldelades vid födseln och personer som inte tycker det är viktigt att identifiera sig med något av de binära könen hon och han. Begreppet har ingenting med sexualitet att göra.

1.4 Arbetsfördelning

Vi har under arbetets gång delat upp de olika avsnitten och har sammanfattningsvis haft samma arbetsbörda. Efterhand har vi läst igenom varandras texter och diskuterat samt skrivit

om efter diverse kompromisser. Vi har på så sätt arbetat igenom hela texten tillsammans.
Kontinuerligt har vi diskuterat relevans och tillsammans gjort de val som har behövts göras.

2. Kunskapsläget

I detta avsnitt kommer vi att redogöra för kunskapsläget inom ämnet. Texterna vi väljer att presentera är såväl svenska som internationella och består både av kvalitativa och kvantitativa resultat. Trots att situationen ser annorlunda ut för transpersoner i respektive länder anser vi att studiernas resultat är relevanta även i den svenska kontexten. Det har hänt mycket för transpersoner i Sverige under de senaste åren. Dessa förändringar skulle kunna påverka resultatet om studierna hade genomförts idag. Trots det anser vi att texterna kan leda till en ökad förståelse för hur transpersoners situation har sett ut och varför den ser ut som den gör idag. Texterna vi presenterar har vi funnit genom att söka på LUBsearch, LUBcat och Google Scholar. Sökorden vi har använt är “transperson”, “komma ut”, och “hbtq” och dess engelska motsvarigheter.

2.1 Bakgrund och historia

Transpersoner har alltid funnits men begreppen som vi använder idag började inte användas förrän under 1900-talet. Under 1972 blev Sverige det första landet i världen som möjliggjorde byte av juridiskt kön efter utredning. Lag (1972:119) om fastställande av könstillhörighet i vissa fall, som då trädde i kraft, krävde att personen skulle vara över 18 år och inte behålla eventuell fortplantningsförmåga. Detta innebar att många personer tvingades att sterilisera sig. Detta pågick fram till och med 2013 då kravet på sterilisering stryktes ur könstillhörighetslagen. Under 2009 avskaffades “transvestism” som psykiatrisk diagnos och transpersoner blev skyddade i lagstiftning i form av att könsöverskridande identitet eller uttryck lades till som en diskrimineringsgrund. Under 2010 utreddes den könsbekräftande vården av Socialstyrelsen som kom fram till att den var mycket bristfällig och behövde förbättras. Samtidigt öppnade man upp vård även för icke-binära (RFSL 2019:b).

2.2 Transpersoners levnadsvillkor

I den enkätstudie Folkhälsomyndigheten (2015) presenterade där man undersökte transpersoners hälsa är åldersfördelningen stor och den yngsta respektive äldsta deltagaren var 15 respektive 94 år gammal. Deltagarna kom från alla län i Sverige. Resultaten visar att över hälften av deltagarna har blivit utsatta för kränkande behandling minst en gång under de senaste tre månaderna. Totalt 65 procent uppgav att de avstår eller avstått från aktiviteter där

de riskerar att diskrimineras eller kränkas. I studien avses aktiviteter som bland annat gym, sociala evenemang och att flörta (Folkhälsomyndigheten 2015 s.31). Var femte deltagare uppgav att de har blivit utsatta för våld till följd av sin transidentitet och 39 procent uppgav att de har varit utsatta för psykiskt våld under de senaste 12 månaderna. När det gäller sexuellt våld uppgav 30 procent att de har blivit tvingade till sex mot sin vilja. I en tredjedel av dessa fall var våldet orsakat av en partner (ibid. s.33). Förtroendet till samhället var lågt bland deltagarna och endast 11 procent uppgav att de hade anmält våldet till polisen. Det låga förtroendet gällde även resten av samhällets institutioner. Däribland riksdagen, socialtjänsten, skolan och vården. En fjärdedel uppgav även att de saknade emotionellt stöd privat, vilket var dubbelt så många som befolkningen i allmänhet. 50 procent av deltagarna uppgav att de avstod från att gå ut ensamma till följd av rädsla att bli överfallna eller ofredade. Den jämförande siffran för den allmänna befolkningen var 20 procent (ibid. s.35).

2.2.1 Transpersoner levnadsvillkor internationellt

Transpersoners levnadsvillkor i USA beskrivs som mycket utsatta i artikeln “Transgender Status, Gender Identity, and Socioeconomic Outcomes in the United States” (Carpenter, Eppink & Gonzales 2020, s.578). Artikeln är en av få internationella artiklar som visar på de socioekonomiska konsekvenserna av att vara transperson. Studien bygger på data som samlats in mellan 2014 och 2017 från 35 stater i USA. Studien visar att transpersoner indikerar på mycket stor utsatthet för fattigdom och låg utbildning i jämförelse med cispersoner.

Transpersonerna visar också mycket sällan på god eller mycket god hälsa och har generellt sett mycket dålig psykisk och fysisk hälsa i jämförelse med cispersoner. Detta trots att materialet utesluter hemlösa personer i USA utan ett fast telefonnummer (ibid. s.594f).

Ytterligare studier som gjorts beskriver samma situation. Enligt studien “Social Support, Trans Community Connectedness, and Mental Health Symptoms Among Transgender and Gender Nonconforming Adults” (Pflum, Samantha et al. 2015, s.282) som utfördes i USA under 2015 lider 48–62 procent av transpersoner i USA av depression, i jämförelse med den generella befolkningens 17 procent.

2.3 Skyddsfaktorer och riskfaktorer

2.3.1 Nära relationer

Det finns ett flertal faktorer som kan ses som skyddande för transpersoner. Björn Nilsson och Anna-Karin Waldemarson (2016) skriver i boken *Människor emellan* (s.136f) att goda relationer till familj och närstående vänner är en sådan faktor. Relationer innebär emotionella band med andra individer som man delar tankar, känslor och upplevelser med. Tillsammans med andra skapas en gemensam och delad social verklighet. I samband med kriser, depression eller annan psykisk ohälsa är nära relationer viktiga som stöd (ibid.). Transpersoner som har starka sociala band till andra människor löper mindre risk för ångest och depression, som annars är vanligt hos transpersoner. De transpersoner som upplever acceptans och stöd i sina närmaste relationer har en minskad risk att uppleva utanförskap och stigma som i sin tur kan leda till psykisk ohälsa (Pflum et al. 2015, s.284). En del forskare menar också att den höga suicidrisken som förekommer hos transpersoner beror på brist på stöd snarare än just transidentiteten. En stor andel av de transpersoner som begår självmord gör det till följd av att familjen har avvisat dem efter de har kommit ut. Transpersoner vittnar även om våld inom familjen till följd av att de kommer ut. De familjer som avvisar transpersoner gör det bland annat till följd av brist på kunskap, religion och svårigheter att hantera känslorna som uppstår när en familjemedlem vill genomgå en könsbekräftande process (Jacob, Cox 2017, s.3179).

2.3.2 Komma ut

I Föreningen för transpersoners (Larsson, Lilja & Fossum 2008, s.241) rapport *Vem får man vara i vårt samhälle - Om transpersoners psykosociala situation och psykiska hälsa* beskrivs *komma ut* som att en person berättar om sin sexualitet eller könsidentitet för sin omgivning. Processen att komma ut tenderar att se olika ut beroende på om man är cisperson eller transperson. Forskningen som analyserar dessa skillnader är dock begränsad (ibid. s.241). Att komma ut är en social, kulturell och individuell process. Det finns både för- och nackdelar med att komma ut. Fördelar med att komma ut är till exempel att personen slipper skam och skuld-känslor som är förknippat med att ha en hemlighet. Personen kan skapa relationer med andra hbtq-personer vilket kan innebära minskad ensamhet och skapa grund för gemenskap. Några av nackdelarna med att komma ut beskrivs som risker för diskriminering och avståndstagande på till exempel arbetsplatsen eller andra sociala situationer. Det förekommer

också en ökad risk för att bli utsatt för fysiskt och psykiskt våld eller att ens närstående tar avstånd eller reagerar negativt (Larsson, Lilja & Fossum 2008, s.250). Enligt studien *Coming Out as Transgender: Navigating the Social Implications of a Transgender Identity* (Brumbaugh Johnson & Hull 2018, s.1158) tenderar transpersoner att fokusera på omgivningen och sina sociala relationer snarare än på den individuella processen när de kommer ut. Detta antyder att komma ut är starkt influerat och styrt av personer i transpersonens omgivning. I vissa fall angavs även omgivningen vara anledningen till om någon väljer att inte komma ut överhuvudtaget (ibid.).

2.3.3 Att leva som hbtq

Anna Siverskog (2016) beskriver hur det är att vara och leva som hbtq-person i sin avhandling *Queera livslopp: Att leva och åldras som lhbtq-person i en heteronormativ värld*. I avhandlingen lyfts främst vikten av sociala relationer och omgivningens reaktion när någon kommer ut som hbtq-person. Avhandlingen innehåller resultatet av intervjuer med personer som berättar om hur deras identitet har påverkat olika situationer i livet. En del menade att det är viktigt och lätthanterligt att vara öppen med sin identitet och sexualitet. Andra vittnade om en rädsla för, men också en verklighet av att förlora nära och kära. Det fanns en skam och oro över vad ens familj och omgivning kan komma att tycka och tänka. Att bli upptäckt som hbtq och speciellt trans upplevdes för många som skrämmande (ibid. s.138). Flera vittnade om en förlust av viktiga relationer eller ett minskat umgänge till följd av att komma ut och leva öppet som hbtq-person. Det gavs exempel på hur barn, partners och vänner sagt upp kontakten eller slutat att höra av sig (ibid. s.139).

Siverskog (2016, s.192) beskrev att det fanns en skillnad mellan cispersonerna och transpersonerna när det kom till relationer. Cispersoner dejtade ofta andra cispersoner. Gemensamt för deras dejtande var att båda identifierade sig som homosexuella eller bisexuella vilket skapade gemenskap och förståelse över att leva i ett heteronormativt samhälle. Däremot hade transpersonerna nästan uteslutande dejtat cispersoner som själva inte upplevt hur det är att leva utifrån cisnormen och heteronormen. Detta kunde skapa olika förutsättningar för relationen. Att dejta en hbtq-person när man själv är en hbtq-person kan innebära en ökad förståelse för varandras situation. Som transperson kan det dock vara svårt att dejta en cisperson eftersom denne kan ha svårt att förstå samt sätta sig in i transpersonens upplevelse. Detta kan skapa en osäkerhet i att komma ut eftersom transpersonen vet att cispersonen eventuellt kommer ha svårt att förstå och acceptera.

2.4 Sammanfattning

Vi kan utifrån kunskapsläget se att transpersoner är en utsatt och komplex grupp i samhället. Transpersoners rättigheter i Sverige under de senaste åren har förbättrats men inte nödvändigtvis deras faktiska livsvillkor. Studierna ovan vittnar om att transpersoner kan uppleva psykisk ohälsa i samband med sin könsidentitet och kan uppleva en rädsla över att komma ut och leva som trans. Rädslan kan ses som befogad då transpersoner utsätts för våld enbart på grund av deras könsidentitet. Många transpersoner uttrycker att de lider av psykisk ohälsa och suicidrisken hos transpersoner bedöms som hög. Att gå emot könsnormer och komma ut till omgivningen kan skapa lättnad men också förenas med oro, ångest och förtryck.

3. Teoretisk utgångspunkt

I följande avsnitt presenteras de teoretiska utgångspunkter som vi anser är relevanta för vår studie. Den första teorin som presenteras är queerteori i huvudsak formulerad av Judith Butler. Sedan presenteras det socialpsykologiska perspektivet genom en presentation av forskarna, Richard Jenkins och Erving Goffman. Avslutningsvis presenterar vi teorier om stresshantering.

3.1 Queerteori

Fanny Ambjörnsson (2016) presenterar queerteorin i sin bok *Vad är Queer?* Kända sociologer och idétankare så som Michael Foucault och Jeffrey Weeks banade väg för queerteorin och dess plats inom den akademiska världen. Flera forskare och akademiker började sedan intressera sig för sexualitet och kön under 1990-talet. Gemensamt för dessa var att de efterfrågade en nyanserad och komplex bild av vad sexualitet är. Hur uppstår sexuella normer? Hur skapas, upprätthålls och framställs genus och sexualitet i samhället? (ibid. s.33). Begreppet queer kommer från engelskan och betyder avvikande, pervers eller knäpp. Ordet började användas som nedsättande mot homosexuella personer i början av 1900-talet, men under 1990-talet började personer som definierade sig som queer använda sig av begreppet själva för att ta tillbaka det. Detta efter att det ifrågasattes om alla icke-heterosexuella personer, och personer som inte var cis, verkligen räknades in i det då erkända begreppet gay (ibid. s.27).

Queerteori är ett brett och svårdefinierat begrepp. Grundprincipen med queerteori syftar till att undersöka och problematisera de normer som förespråkar heterosexualitet som det rätta sättet att leva på. Därmed begreppet heteronormativitet, eftersom man tror att det är normer som skapar och upprätthåller heterosexualitet (Ambjörnsson 2016, s.48). Normer kategoriserar sexualitet som *normalt* kontra *avvikande* i förhållande till sexualitet och genus. Dessa normer anses vara kulturella, sociala och historiskt skapade och betingade. Genom att undersöka heteronormativitet ville forskarna se hur lagar, strukturer, relationer och handlingar upprätthåller dessa normer (ibid. s.47). Queerteorin har ett antiessentialistiskt perspektiv vilket innebär kritik mot att vår identitet, våra känslor och tankar är naturligt betingade och gemensamma för alla människor. Tanken är att det som är kategoriserat manligt och kvinnligt är en produkt av kulturella, ekonomiska och historiska förutsättningar (ibid. s.38).

3.1.1 Kön, genus och sexualitet

Judith Butler är en känd queerteoretiker och hennes tankar och idéer utgör en stor del av queerteorins utveckling. I hennes verk behandlas kopplingen mellan kön, genus, sexualitet och samhället. Hon och många andra queerteoretiker ifrågasätter heterosexualitetens självklara status i samhället, skriver Martin Berg & Jan Wickman (2010, s.39) i boken *Queer*. Butler gör detta genom att utmana föreställningar kring kön och genus. Butler (2006, s.51) visar i sin bok *Genus ogjort - kropp, begär och möjlig existens* att individens handlingar, kön, genus, sexualitet och begär kan förstås utifrån den diskurs som existerar i samhället utifrån dess normer och förväntningar.

Butler (2006) menar att normer styr vårt handlande utifrån en gemensam bild av begriplighet. Det vi gör i relation till andra ska vara förutsägbart i den sociala domänen. Den sociala aspekten skapar ett begär hos individen att bli erkänd som en människa. Detta begär gör oss beroende av omgivningen och dess acceptans i en sfär starkt påverkad av sociala normer. Dessa sociala normer skapar en förutsättning kring vem som ses som mänsklig och inte (Butler 2006, s.67ff). Är individen kategoriserbar utifrån den gemensamma förståelsen kring kön och genus? När en individ ifrågasätter binära genusnormer genom att exempelvis vara en maskulin kvinna eller feminin man blir personen icke-kategoriserbar och upplevs som ett hot mot den sociala ordningen (ibid. s.52).

För att bryta ner och förstå kön och genus har Butler skapat ett flertal olika teoretiska begrepp. De begreppen vi kommer att använda oss utav är "den heterosexuella matrisen" och "performativitet".

Den heterosexuella matrisen

Den heterosexuella matrisen är ett av Butlers mest centrala begrepp. Butler menar att det sociala könet inte är en objektiv sanning utan något som är socialt och kulturellt betingat. Samhället är inte endast konstruerat efter *hur* vi ska vara som män och kvinnor utan också att vi *ska vara* man eller kvinna. Denna indelning av kön är också central för vad som är socialt godkänt och inte. Att vara man eller kvinna är inte frivilligt, utan obligatoriskt. Heteronormativiteten är grundat på en binär könsuppfattning (Butler 2005, s.45f). Denna ram, som syftar till att man och kvinna är de enda möjliga identiteterna och som skiljer på

maskulinitet och femininitet, kallas den heterosexuella matrisen. Identiteterna är konstruerade i förhållande till heterosexualitet och kan inte heller skiljas från genus. Dessa identiteter ställs emot varandra när det kommer till kropp och beteende och förväntas ha ett begär till varandra. För att uppfattas som en riktigt kvinna ska kön, utseende och beteende vara kvinnligt. Samma sak gäller för att uppfattas som en riktig och godtagbar man (Ambjörnsson 2016, s.94f).

Performativitet

Butler menar att könsidentiteten är ett resultat av upprepade handlingar. Det finns ingen medfödd manlighet eller kvinnlighet, utan detta är istället en upplevelse av att man handlar på vissa sätt och undviker att handla på andra. Dessa benämner hon med performativitet. Dessa handlingar gör man till följd av sociala och kulturella regler och normer, som finns till för att vi ska bli begripliga. Man föds alltså inte till man eller kvinna, man blir det. Genus, sexualitet och identitet är något som skapas med hjälp av språk och handlingar (Ambjörnsson 2016, s.112f).

3.2 Det socialpsykologiska perspektivet

Jonas Lindblom och Jonas Stier (2011, s.32f) beskriver det socialpsykologiska perspektivet. Det handlar om att våra erfarenheter och upplevelser av både oss själva men också omgivningen skapas i ett spänningsfält mellan individen och samhället. Människor interagerar med andra människor och skapar därmed en identitet och en självbild (ibid. s.13). Perspektivet blir relevant för vår studie eftersom vi vill undersöka processen av att komma ut som transperson i ett samhälle och en kontext som inte är konstruerad för detta.

3.2.1 Identitet och interaktion

Richard Jenkins är engelsk sociolog som har forskat kring begreppet identitet och dess komplexitet i förhållande till omgivningen. Jenkins (2014, s.5ff) skriver i sin bok *Social Identity* att begreppet identitet är svårtolkat och att det innefattar mer än vad vi tror. Identitet är mer än något som bara är; det är något vi gör, det vill säga aktiva handlingar. Han beskriver begreppet identitet som en process, något som ständigt skapas och förändras. Hur kan vi vara säkra på vår identitet när den är föränderlig och beroende av sammanhanget? Hur kan vi vara säkra på vår identitet när den speglas i hur andra människor ser på oss? Jenkins väljer att inte använda sig utav begreppet *social* identitet eftersom han anser att identitet eller identifiering redan har en social komponent. Vad vore identitet om den inte ställs i relation till

människorna omkring oss? Sammanfattningsvis är Jenkins poäng att identiteter är beroende och påverkade av omgivningen och skapas via interaktion med andra (ibid. s.18).

Jenkins förklarar att vi rent kognitivt behöver kategorisera vad som är vad, vilka vi är och vilka andra är. Att kategorisera är sällan något neutralt eller objektivt utan grundas i tankar, känslor och motiv. Att identifiera någon kan räcka för att få en tydlig bild av en person och hur du ska behandla personen. Med det sagt är identitet inte en självklar förutsättning för vårt beteende, en person kan agera i linje eller utanför linje med sin upplevde identitet (Jenkins 2014, s.7ff). När vi finner gemenskap hos andra och skapar ett *vi*, skapar vi samtidigt ett *dem*. När vi kategoriserar människorna i vår omgivning avgör vi samtidigt om vi har något gemensamt med dessa. I denna process skapar vi vår egen identitet men också en samhörighet med de som liknar oss (ibid. s.104). När vi skapar ett *dem* applicerar vi också de institutionaliserade fördomarna och normerna som finns kring dessa grupper. Trots att man som medlem i sådan grupp inte identifierar sig som en av dem, blir man påverkad av de normer som råder kring gruppen (ibid. s.109).

3.2.2 Stigma

Den kanadensiska sociologen Erving Goffman är ett känt namn inom socialpsykologin (Lindblom, Stier 2011, s.141). Goffman (2011, s.9) presenterar begreppet stigma i boken *Stigma: den avvikandes roll och identitet*. Begreppet stigma skapades ursprungligen av grekerna, en term som då syftade på hur människor markerade att vissa personer ansågs vara utanför och annorlunda. Det finns en generell uppfattning i samhället om hur en människa bör vara. Först när en människa avviker från dessa uppfattningar kan vi urskilja våra föreställningar om vad som är normalt och inte. Goffman beskriver hur vi delar in människor i kategorier, både omedvetet och medvetet. Vi urskiljer andra människors sociala identitet när vi möter dem, och skapar normativa förväntningar på personerna i vår omgivning. Termen stigma syftar till de egenskaper en människa kan ha som anses vara skamliga. Dessa egenskaper behöver dock inte vara ett stigma i alla relationer, utan bara i vissa sammanhang. En egenskap som är skamlig i en situation kan vara den egenskap som skapar en grupp i en annan. Egenskapen behöver alltså i sig inte vara misskrediterande (ibid. s.10).

Goffman urskiljer tre sorters stigmat och benämner dessa som kroppsliga missbildningar, fläckar på den personliga karaktären samt tribala stigmat. Samtliga stigmat har en sak gemensamt; en individ med någon av dessa egenskaper särskiljer sig från samhället och

avviker på ett ej önskvärt vis. Det övriga samhället kan inte undgå att uppmärksamma dessa egenskaper, och på grund av att individen inte passar in i gemenskapen vänder man sig bort ifrån denne (Goffman 2011, s.12). Vi skapar och reproducerar uppfattningar om hur dessa individer innebär en fara när denne går emot den övriga, *normala*, befolkningen. Samhället begränsar dessa individers livsmöjligheter och övrig befolkning anser sig vara överlägsna. Vi pratar om dessa individer med nedsättande termer och tillskriver dem egenskaper som inte behöver stämma överens med sanningen (ibid. s.13).

Goffman menar att konsekvenser för individer med stigma kan vara isolering och undvikande av sociala kontakter. Detta kan leda till depression, ångslan och förvirring hos den stigmatiserade individen. I de sociala kontakter som förekommer upplever individen en osäkerhet, eftersom denne är medveten om att omgivningen lägger märke till den säregna egenskapen. Det kan uppstå en förvirring och osäkerhet kring var individen har sina nära, vad de tycker och tänker om denne samt om denne kan lite på dem (2011, s.22f). Goffman beskriver dock hur många stigmatiserade grupper tillsammans skapar ett kollektiv och där finner gemenskaper som de inte finner ute i samhället (ibid. s.32). Han använder sig av begreppet *de egna* och förklarar hur personer med ett stigma kan finna gemenskap hos andra personer med samma stigma, alltså de egna. Man kan finna stöd hos de egna och känna sig som vilken annan människa som helst. För stigmatiserade personer är det en fristad att umgås med liknande människor och det kan vara ett viktigt stöd för att klara av att leva med stigma (ibid. s.28). Dessa kollektiv kan bestå av små grupper av personer med liknande stigma, men också erkända organisationer och hjälpinstitutioner som oftast är skapade av personer som länge levt i utanförskap av samhället (ibid. s.32).

3.3. Teorier om stresshantering

Socialt stöd från omgivningen anses ha en avgörande roll för individers psykiska hälsa utifrån teorier om stresshantering. Alla människor upplever viss stress under sin livstid och hur man hanterar stress ser olika ut beroende på flera faktorer. En av dessa faktorer handlar om stresskänslighet. I *Psykologins grunder* delar Lars Karlsson (2017, s.520f) upp tanken om stresskänslighet i olika resurser; kunskaper, inre resurser och socialt stöd.

Socialt stöd är relevant för vår studie eftersom det är en viktig aspekt av stresshantering och stresstålighet. Många studier visar på att socialt stöd påverkar individens psykiska mående till

det bättre. Det finns fyra olika aspekter av socialt stöd; *emotionellt, värderande, informativt och instrumentellt*. Emotionellt stöd innebär det stöd man får av ens omgivning i form av kärlek, empati, relationer, tillit och förtroende. Denna sorts socialt stöd är en av de viktigaste för att hantera stress och kriser. Värderande stöd innebär vägledning och stöd i form av positiv och negativ kritik gentemot individens eget självvärde. Informativt stöd innebär att ens omgivning kommer med information i form av råd och erfarenheter för att kunna hjälpa och stötta en person. Det instrumentella stödet är mer praktiskt. Det innefattar exempelvis hjälp med matlagning, handling, barnpassning eller liknande tjänster (Karlsson 2017, s.530).

3.4 Sammanfattning

Vi anser att det presenterade teoretiska materialet är relevant för vår studie med hänsyn till problemformulering, syfte och frågeställningar. Detta genom att Butler belyser intressanta delar av kön och genus, som sig självt säger är relevant för transpersoner. Jenkins går att koppla begreppet identiteten som är en central del i att komma ut. Vi valde att även ta med Goffmans diskussion kring stigma, eftersom den fångar in något som kan vara centralt för transpersoner; skam. Tankarna om stresshantering går också att koppla till transpersoners ökade behov av stöd från omgivningen i deras process av att komma ut.

4. Metod och metodologiska överväganden

I följande avsnitt presenteras metodval, urval och hur vi har gått tillväga för att genomföra studien. Inledningsvis presenteras vår förförståelse för ämnet och avslutningsvis diskuteras våra etiska överväganden.

4.1 Förförståelse

Det är viktigt att poängtera den förförståelse vi har för det vår studie handlar om. Kristina Boréus och Göran Bergström beskriver i *Textens mening och makt* (2018, s.32) att det inte går att tolka texter om man inte har någon form av förståelse i förväg. Det man redan vet och kan, påverkar resultatet av den läsning och tolkning man kommer göra av materialet man läser. Vår förförståelse grundar sig i privata erfarenheter, men också av tidigare terminer på socionomprogrammet. Bland annat vet vi att transpersoner är en utsatt grupp och att upplevelsen av att komma ut är individuell och komplex i allra högsta grad. Denna förförståelse påverkar också våra värderingar och eventuella uppfattningar om vad vårt material kommer att förmedla. Eftersom vi tror att transpersoners utsatthet kommer att speglas i texterna har det varit viktigt att inte välja bort texter som inte uppfyller vår bild av verkligheten.

4.2 Metodval

Vi har valt att använda oss utav en kvalitativ ansats i vår studie. Valet av metod är starkt kopplat till valet av forskningsfrågor. Eftersom vi vill undersöka hur transpersoner kan uppleva processen att komma ut blir deras subjektiva tankar och känslor viktiga för oss. När man studerar utifrån en kvalitativ ansats är det känslan och upplevelsen av en händelse, tanke eller liknande som är i fokus. Vi är inte intresserade av att veta hur mycket eller i vilken utsträckning transpersoner känner det som de känner, vilket hade gjort den kvantitativa ansatsen mer relevant. Vi ville ha möjlighet att mer ingående analysera upplevelsen och dess betydelse för personerna. För att göra detta räcker det att vi analyserar ett urval av texter. Detta lämpar sig också bättre för den kvalitativa ansatsen då generaliserbarhet inte är målet med studien, skriver Peter Svensson & Göran Ahrne i *Handbok i kvalitativa metoder* (2015, s.20ff).

Från början var vår ambition att använda semistrukturerade intervjuer för att få fram transpersoners upplevelser av att komma ut. Detta passade vårt syfte och våra frågeställningar men dessvärre gick det inte att genomföra. Transpersoner en utsatt målgrupp vilket gör att ämnets känslighet kan ha resulterat i att personer varit motvilliga till att ställa upp. Vi skickade ut informationsbrev till diverse hbtq-organisationer men fick svaret att de inte skickar vidare förfrågningar till sina medlemmar. Anledningen till detta var dels att det är känsligt men också att de ofta får liknande förfrågningar.

Då tiden var knapp ändrade vi fokus och valde att använda oss av internet, där personer skriver om sina upplevelser av att vara trans och att komma ut. Motiveringen till att vi gjorde detta är dels på grund av att intervjuer inte var genomförbara, dels för att det var till fördel att låta personerna förmedla sina berättelser oberoende av oss som forskare (Berg 2015a, s.145f). När vi använder dokument online använder vi oss av texter som är skrivna utan någon som helst påverkan från vår sida. Författarna har full kontroll över vad de väljer att skriva, och vi har inte påverkat dem med till exempel frågor i en intervju. Vi menar att detta kan vara till fördel, dels för oss som forskare men också för personerna som får framställa sig själva och sin historia på egna villkor.

4.3 Urval

Vid insamling av material har vi använt oss av ett målstyrt urval. Vi har funnit personliga berättelser skrivna av transpersoner. Dessa är publicerade på Transammans, RFSL och Ungdomsmottagningens hemsidor. Målet med insamlingen var att hitta berättelser av sådan karaktär att de kunde besvara våra frågeställningar. Vi använde oss av sökmotorn Google och sökte på "transpersoner berättelser". Alla tre hemsidorna presenterade texter som var skrivna av transpersoner i syfte att dela sina erfarenheter med andra. Texterna är anonymiserade och publicerade på respektive hemsida. Vi hade i förväg bestämt att texterna skulle passa in med vissa kriterier utifrån vad Bryman beskriver i *Samhällsvetenskapliga metoder* (2018, s.498) som ett a prior-urval där vissa kriterier sätts i förväg. Kriterierna vi utgick från var följande; handla om att komma ut som transperson, vara skriven av en transperson, vara mellan en halv och en sida långt samt vara publicerade genom en organisation. Detta förhåller sig i enlighet med vad Bryman beskriver som målstyrt urval, alltså att studiens material väljs ut strategiskt. Det innebär också att vi valde bort texter som var publicerade i samma forum men som inte

stämde överens med våra kriterier. Exempel på sådana texter var att de var skrivna av anhöriga eller inte handlade om att komma ut som transperson.

Till en början samlade vi endast material på Transammans hemsida, men för att få ihop ett större material med en förhoppning om fler infallsvinklar sökte vi vidare. Vi fann ytterligare berättelser på RFSL:s och Ungdomsmottagningens hemsida. Sammanlagt valde vi ut berättelser skrivna av nio transpersoner att analysera i vår studie.

4.4 Metodens tillförlitlighet

Till följd av att vi har genomfört vår studie med en kvalitativ ansats är begreppen reliabilitet och validitet inte relevanta. Istället använder vi oss av de kriterier Guba och Lincoln arbetat fram för kvalitetsbedömning av kvalitativa studier. Bryman (2018, s.466) presenterar dessa begrepp som tillförlitlighet och äkthet. Äkthetskriterierna berör forskningspolitiska konsekvenser men har inte fått något större inflytande och är därför inte relevanta för vår studie (ibid. s.470).

Begreppet tillförlitlighet består av fyra delkriterier; trovärdighet, överförbarhet, pålitlighet samt en möjlighet till att styrka och konfirmera. För att uppnå trovärdighet med sin forskning menar Guba och Lincoln att det ska vara fastställt att forskningen är gjord i enlighet med de regler som finns, att personerna som är en del av studien får ta del av resultaten alternativt att man använder sig av triangulering (Bryman 2018, s.467). Kvalitativa studier har fokus på det kontextuellt unika och att resultaten skulle vara överförbara i en annan kontext är en empirisk fråga, enligt Guba och Lincoln. Kvalitativa forskare bör istället använda sig av *thick descriptions*, täta beskrivningar, av den unika kontexten som sedan fungerar som en databas där andra forskare avgör om resultaten är överförbara i en annan kontext. För att uppnå pålitlighet ska man anta ett granskande synsätt till sin forskning, redogöra för alla delar av forskningsprocessen och om möjligt låta kollegor bedöma kvaliteten på studien. Att kollegor granskar studien har dock inte blivit en vanlig teknik (ibid. s.486). För att uppnå en möjlighet att styrka och konfirmera krävs insikten att samhällelig forskning aldrig kan bli fullständigt objektiv. Istället bör forskaren säkerställa att man agerat i god tro. Det ska vara tydligt att forskaren inte medvetet har låtit personliga värderingar påverkat studien och dess resultat (ibid. s.470).

För att uppnå dessa kriterier har vi varit konsekventa och noggranna under hela processens gång. Vi har varit medvetna om våra personliga värderingar och har kontinuerligt fört en diskussion kring vår objektivitet. Om studien är överförbar, är som ovan nämnt en empirisk fråga. Vi har utefter våra förutsättningar eftersträvat en nyansrik och djup analys av vår empiri. Materialet har sammanställts på objektivt vis för att sedan presenteras med hjälp av citat och ökar på så sätt möjligheten för läsaren att förstå våra resonemang. Detta möjliggör också för läsaren att sätta vår empiri i andra kontexter. Resultatet vi presenterar är inte generaliserbart och ska inte ses som en objektiv sanning, utan får ses som ett eller flera sätt att se på verkligheten. Vi har inte heller haft möjlighet att kontakta författarna, och har således varit begränsade i vår information kring vilka dessa är. På grund av författarnas anonymitet har vi inte heller haft möjlighet att låta författarna ta del av resultaten. Vi har valt att förlita oss på de organisationer som publicerat texterna och anser att detta är tillräckligt för att använda texterna som empiri för vår studie. Vi har eftersträvat rättvisa åt materialet då vi citerat regelbundet i analysen och använt oss av teorier som vi anser varit relevanta för en viss förståelse. Pålitligheten anser vi vara uppfylld till följd av att vi har varit transparenta med vilka beslut vi tagit under hela processen. Vi har under processens gång diskuterat de val vi gjort och de resonemang vi fört med varandra men också med vår handledare. Vi anser även att detta gör studien möjlig att konfirmera, då vi fört en diskussion kring hur våra personliga värderingar påverkat val av empiri men också resultatet.

4.5 Bearbetning och analys

Enligt Rennstam och Wästerfors (2015, s.68) är det klokt att börja bearbetningen av materialet genom att sortera det. Detta för att underlätta den kommande tematiseringen och analysen. All sortering av kvalitativt material går att kritisera eftersom det alltid kan sorteras om. Ett vanligt sätt att sortera sitt material är att göra det efter återkommande teman. Samtidigt växer en tematisk indelning fram. Materialet bör läsas igenom flera gånger och med så lite föreställningar från forskaren som möjligt (ibid. s.75). Ett sätt att göra detta är genom att använda sig av till exempel färgpennor, markeringar eller siffror. Sedan gäller det att läsa om, ändra om och läsa om igen. Detta görs fördelaktigt även med teorin för att få inspiration och nya tolkningar av materialet (ibid. s.83f). För att sedan hantera mängden material, om än sorterat, behöver man reducera materialet. Detta genom att välja ut de delar som man anser vara klarläggande och ge rättvisa åt empirin (ibid. s.104).

I analysarbetet av vårt empiriska material har vi låtit syfte och frågeställningar vara ledande då vi kodat enligt centrala teman och tagit hjälp av våra teoretiska perspektiv. När samtliga berättelser var utskrivna på papper var empirin stor. Med stöd av Rennstam och Wästerfors (2015) beskrivning av sortering av material började vi umgås med materialet. Detta genom att läsa igenom texterna upprepade gånger och skriva kommentarer i marginalen. Sedan diskuterade vi eventuella kategorier och teman med varandra och skrev upp dessa på en tavla. Vi fann återkommande teman, till exempel; rädsla, skam, kroppshat, förväntningar, hoppfullhet och stöd från omgivningen. Dessa markerade vi i olika färger och kunde sortera texterna i enlighet med färgkodningen. Kontinuerligt diskuterades varför vi fastnade för vissa teman och inte andra. Detta ledde till att vi främst fokuserade på vad som var mest återkommande och vad vi kunde koppla till våra teoretiska perspektiv. När vi valde ut återkommande teman kunde vi också ge rättvisa åt materialet. Således reducerade vi även delar av materialet som inte tagits upp i analysen. När vi diskuterat vilka teman som hade störst relevans för våra frågeställningar kom vi fram till följande kategorier: oro, rädsla och skam, identitet som process och socialt stöd.

4.6 Etiska överväganden

I enlighet med Vetenskapsrådets definition av god forskningsed och forskningsetik har vi diskuterat de grundläggande etiska principerna under arbetets gång (Vetenskapsrådet 2017, s.12). Att bedriva forskning med redan existerande empiri från internet kallas för netnografi. Vi kan betrakta individerna som skriver på internet som aktörer *online* eller *offline*. Det innebär att dem vi studerar kan ses som aktiva deltagare i en studie, eller som författare vars offentliga text vi analyserar. Oavsett så måste vi förhålla oss till de etiska forskningsprinciperna. Däremot kommer vårt förhållningssätt vara beroende av hur vi betraktar aktörerna (Berg 2015a, s.142f).

Grundprincipen är att överföra de etiska forskningsprinciperna så långt det går. Det är viktigt att individerna vars livsberättelser vi kommer analysera inte tar skada eller upplever obehag över studien. Det innebär att vi måste skydda individens integritet och inte inkräkta på dennes privatliv. Det kan bli svårt att skydda individens integritet i viss mån då netnografien utgår från att materialet som används är offentligt då det publicerats online. Det öppnar upp för att materialet går att använda i bred utsträckning och relativt fritt (Berg 2015a, s.154). Att materialet är lättillgängligt skapar problem i förhållande till informationskravet,

konfidentialitetskravet och samtyckeskravet där individen som deltar i en undersökning ska ha fått adekvat information om studien samt gett sitt samtycke till dess deltagande.

Vi måste ta ställning till huruvida våra studieobjekt är privata eller offentliga. Om vi anser att våra studieobjekt bör betraktas som aktörer offline måste vi få samtycke, informera samt anonymisera. Om vi däremot betraktar dem som online, alltså offentliga, behöver vi istället förhålla oss till upphovsrätten. Det innebär att vi måste hänvisa till källan som i detta fall är våra studieobjekt. Det blir paradoxalt att skydda en individs integritet med anonymisering samtidigt som det finns krav på att hänvisa till en källa.

Vi har valt att betrakta våra författare som aktörer online. Detta gör att användandet av deras texter kan användas mer fritt. Eftersom forumen redan har anonymiserat texterna resonerar vi att vi kan använda de namnen som står. I analysen kommer vi därför att använda det namn eller den bokstav som står i samband med texterna på respektive hemsida. Det finns situationer då det är nödvändigt att anonymisera texter inom netnografin då personer som läser studien kan söka på citaten vi har använt och hitta grundkällan (Berg 2015a, s.155). Eftersom texterna är publicerade på en offentlig hemsida vars huvudsyfte är att synas och sprida kunskap förutsätter vi att personerna som skickat in texterna är medvetna om att de publicerats. Vi grundar detta i att många frivilligorganisationer arbetar med kunskapsspridning. Brukarperspektivet är centralt och efterfrågas vilket gör att medlemmarnas erfarenheter är viktiga att förmedla. På så sätt kan man tolka texterna som utbildande och menade för offentligheten att läsa.

5. Resultat & analys

I följande kapitel presenterar vi vår analys och vårt resultat. Analysen är genomförd med hjälp av våra teoretiska perspektiv. De centrala teman som vi funnit i texterna redovisas nedan och skapar ramar för följande avsnitt. Den första delen berör oro, rädsla och skam i processen av att komma ut. Den andra delen handlar om identitet som en process och fokuserar på att förklara hur identitet är föränderligt. Den sista delen handlar om vikten av ett sammanhang, och hur centralt det är för författarna att hitta en gemenskap.

5.1 Oro, rädsla och skam

Oro, rädsla och skam i samband med att komma ut var känslor som kunde urskiljas i samtliga texter. Det framkom känslor av oro och rädsla över många scenarion beträffande komma ut. Författarna gav upprepade gånger uttryck för rädsla att bli lämnad ensam. De beskrev en rädsla för att bli utfrysad från sin familj och sina vänner men också för att bli exkluderade från samhället. Utifrån materialet kunde vi också urskilja en rädsla som författarna själva inte ansåg vara befogad. Författarna uttryckte en rädsla och oro över att komma ut trots att de hade fina och kärleksfulla relationer till människorna omkring sig. Citatet nedan är ett exempel på detta.

Jag hade hållit det hemligt i hela mitt liv, främst av rädslan att inte bli tagen på allvar, förskjuten från samhället och hatad. Jag har alltid haft varma och snälla människor i min omgivning och en bra uppväxt så det handlade mer om mina egna tankar och rädslor. - H

Känslorna som beskrivs i citatet är starka. H beskriver rädsla trots att hen skildrar sin uppväxt som bra och att människorna i omgivningen är vänliga. H beskriver en rädsla för att inte bli tagen på allvar, bli avvisad från samhället. Känslorna begränsar H i sin process att komma ut och kan antas påverka det psykiska måendet. H ser på sig själv som annorlunda och rädslan kan förstås med hjälp av Goffmans (2011, s.12) diskussion kring stigma. Enligt Goffmans teori är stigma den egenskap som gör att en person skiljer sig från samhället på ett ej önskvärt vis. Att vara transperson kan därmed ses som ett stigma. Enligt teorin om stigma skulle transpersoner då vara något som samhället inte kan bortse från och som har så stark påverkan på omgivningen att människor vänder sig från personen. Utifrån Goffmans teori skulle alltså

H kunna bli avvisad och ses som oönskad, trots att familjen är god, och rädslan blir därmed befogad.

För att förstå rädslan transpersoner kan känna i samband med att komma ut är det relevant att se till vilka normer som finns i samhället. Man kan tänka sig att bära på en hemlighet av detta slag leder till stress. Trots att flera av författarna uttryckt stöd från omgivningen var rädsla och oro närvarande. Det motstånd som kan urskiljas i samhället kan synliggöras med hjälp av Butlers (2005, s.45f) begrepp heteronormativitet. Heteronormativitet är något som upprätthålls med lagar, regler och strukturer och är djupt rotat i vårt samhälle. Som transperson trotsar man normen och med stöd av queerteorin kan man tolka det som att transpersoner ”avviker” från samhället, vilket kan leda till känslor av rädsla för att bli avvisad av omgivningen. Det går att se en koppling till Goffmans (2011, s.13) diskussion kring stigma, att vara ”avvikande” innebär att stå utanför samhället. Att inte följa normen, att ha ett stigma, är avvikande. När H ifrågasätter sin könsidentitet ifrågasätter hen heteronormen och uppfattningen kring vad en kvinna och en man är. Kön blir inte längre biologiskt betingat utan något vi konstruerar med våra handlingar.

H beskriver vidare att hen var rädd för att andra människor skulle få reda på att hen är trans. Det kan förstås som en stark rädsla av att ses som “avvikande” och för omgivningens reaktioner. Denna rädsla beskrivs som anledningen till att H inte ville söka hjälp. Det kan tolkas handla om att samla mod och gå emot sin rädsla.

Jag vägde länge för och nackdelar socialt med att söka hjälp. Hade mycket destruktiva tankar att jag var äcklig, folk skulle sluta umgås med mig om dom visste och jag spenderade många kvällar och nätter med panikångest och/eller i fosterställning. - H

Vad dessa tankar grundar sig i framgår inte i texten. Rädslan kan tolkas som att författarna är medvetna om att de är ”avvikande”. Goffman (2011, s.13) beskriver hur det finns en generell uppfattning i samhället om hur man borde vara för att passa in. Rädslan för att komma ut behöver alltså inte vara ogrundad. Det framgick i materialet att flera av författarna upplevde negativa konsekvenser av att komma ut. Rädslan kan således ses som omöjlig att undvika då

andras erfarenheter, samhället och normer skapar en bild av att en kommer få negativa konsekvenser av att erkänna sig som ”avvikande”.

5.2 Identitet som process

Flera av författarna beskrev att deras identitet har förändrats med tiden. Detta till följd av flera aspekter; normer, ny kunskap eller nya sammanhang. Identifikation är en komplex process. Att identifiera kan upplevas som något individuellt men också kollektivt. Vi är individer men vi ingår också i olika sammanhang. Vi skiljer oss från andra, men vi finner även likhet med andra. I denna del kommer vi diskutera identitet som ett interaktionellt fenomen.

5.2.1 Upplevelsen av identitet

Identitet kan anses som något eget, unikt och frivilligt. Vi alla har internaliserade tankar och föreställningar kring vilka vi är. Vi upplever identitet. Fenomenet identitet har flera teoretiska förståelser. Jenkins (2014, s.18) anser att identitet inte går att särskilja från omgivningen. Det innebär att identifikation är interaktionell. Hur vi upplever oss själva påverkas av hur vi upplever andra och hur andra upplever oss.

Att vara trans är ett sätt att identifiera sig på. Det alla texter hade gemensamt var att författarna ifrågasatte tanken om kön och genus. I ett tidigt stadium finns det hos flera av författarna fanns det tankar kring kön och genus som kom att påverka deras identitet. Processen var inte enbart fysisk utan i högsta grad även emotionell och psykisk. Flera av författarna uttryckte en medvetenhet kring sin könsidentitet redan i barndomen. Denna medvetenhet beskrevs både som en känsla av att vara annorlunda och som ett ifrågasättande gentemot hur omgivningen behandlade en. Citatet nedan uttrycker ett exempel på hur medvetenhet av könsidentiteten kan se ut i tidig ålder.

Det var medfött från början. Jag var snubbe som barn, som skrek tills rösten försvann när föräldrarna ville att jag skulle ha klänning på mig. Det var helt sjukt, tyckte jag. Sedan kom puberteten och jag visste ingenting och började bara må dåligt istället. - Eli

Eli ifrågasätter sin tilldelade könsidentitet. När föräldrarna försökte ta på Eli klänning fanns det ett motstånd. Tankarna kring kön och genus kan kopplas till Butlers (2006, s.45f) tankar om en heteronorm och den heterosexuella matrisen. En kvinna ska vara feminin och en man ska vara maskulin. Att vara man och kvinna är precis som identitet föränderligt och interaktionellt. Vi skapar normer kring femininitet och maskulinitet utifrån vår uppfattning av varandras olikheter. Dessa olikheter är skapade utefter en tro kring att kön är biologiskt. För att markera olikheter mellan de två binära könen upprättas egenskaper och attribut baserat på manligt och kvinnligt. Det innebär att en kvinna ska agera och klä sig kvinnligt och vice versa. Eli hade tidigt fått en uppfattning av vad som är kvinnligt och manligt. Att ha klänning är feminint kodat och författaren såg inte sig själv som tjej. Vi tolkar det som att det skapades ett motstånd gentemot klänning som klädesplagg när motståndet egentligen handlade om att bli uppfattad och uppfatta sig själv som tjej/kvinna.

Det handlade också om att identitet är interaktionellt vilket gör att Elis föräldrar har identifierat hen som flicka utifrån tankar om kön och genus. Precis som Butlers tankar kring kön och genus som norm pratar Jenkins (2014, s.7) om kategorisering mellan människor. Då identitet skapas i relation till andras likheter och olikheter blir kön också ett sätt att identifiera sig på. Jenkins diskuterar vidare att hur vi uppfattar en individ kan påverka hur vi väljer att agera gentemot den (ibid.). Att identifiera någon som kvinna kan resultera i att man behandlar personen som kvinna.

Vidare beskrev Eli att hen började må dåligt då hen kom in i puberteten. Kroppen som tidigare var ett barns började utveckla former som enligt samhället var kvinnligt kodade. Butlers tanke kring att kön uppfattas som biologiskt kan bli en förklaringsmodell och den oundvikliga insikten över att bli född och tilldelas könet kvinna kan upplevas som överväldigande. Det i sin tur kan resultera i sämre psykiskt mående.

Ifrågasättande av ens könsidentitet är inte enbart något som sker i ett tidigt stadium som tidigare citat synliggjorde. Nästan alla författare beskrev sin könsidentitet som föränderlig och kontextuell. Nya intryck, insikter, kunskap och sammanhang var aspekter som påverkade deras egen uppfattning av sin identitet och dess uttryck. Trots att författarna ifrågasatte tankar om kön och genus fanns det fortfarande internaliserade tankar kring kön som inkorporerades i deras könsidentitet som trans.

Jag fann mig aldrig i grabbiga rum och tryckte undan mina känslor ännu mer. Jag hade en klar och tydlig bild av hur en skulle vara som transman och jag hittade inte mig själv inom den bilden. Jag hade aldrig varit en pojkflicka [...] Det var först när jag hittade nya sammanhang efter gymnasiet som jag började förstå att det är okej att vara på olika sätt utan att det behöver att ha att göra med könsidentitet. Det låter i efterhand banalt men det var viktigt för mig att träffa feminina män, maskulina kvinnor och umgås med människor som hade sin könsidentitet utanför det binära.

- Kim

Kim beskriver i citatet att hen hade en tydlig bild av hur en transman är. Att vara transman skulle enligt Kim innebära att ta sig an en maskulin identitet och finna sig i *grabbiga* rum. *Grabbiga* rum säger något om förväntningen på könet man och maskulinitet vilket går att förstå utifrån Butlers resonemang om performativitet. Vi gör kön genom våra handlingar för att upplevas som begripliga för omgivningen (Ambjörnsson 2016, s.112f).

I ett försök att finna samhörighet började författaren istället känna olikhet gentemot det maskulina kollektivet. Kim kände inte igen sig i maskulina sammanhang. Individer som identifierar sig själva mellan maskulint och feminint existerar inte och har därav inga mänskliga rättigheter, enligt Butler (2006, s.34). Butler beskriver detta som att vara icke-kategoriserbar. Det är nämligen normerna som sätter en ram för vad som kan förstås som mänskligt. När en individ blir omöjlig att förstå finns den inte. Kims beskrivning av genus i citatet går att tolka som en känsla av ensamhet. Kopplat till Butlers resonemang går det således att tolka Kims ensamhet som en känsla av att existera utanför samhällets förståelseramar. Det var inte förrän Kim hittade nya sammanhang, som uppfattningen kring maskulint och feminint utmanade det binära tankesättet. Att en kvinna kan se ut och agera maskulint och vice versa tolkar vi som meningsfullt för Kim och hens förståelse av sin könsidentitet.

Utifrån Jenkins (2014, s.104) går det att tolka det som att Kim sökte efter identifikation hos andra. När vi skapar identitet i förhållande till andra letar vi efter likhet. När vi hittar likhet kan vi identifiera och spegla oss själva i varandra. När Kim såg sig själv i en ny grupp människor började Kim existera. Vi kan beskriva det som representation eller känslan av att inte vara ensam. Butler (2006, s.23) diskuterar tankar kring genus som paradoxal. Å ena sidan kan genus verka förtryckande och begränsande. Å andra sidan kan genus skapa ifrågasättande

och omformulering. Det kan upplösa tidigare föreställningar kring kön samt genus och i sin tur öppna upp för nya möjligheter och förbättrad livskvalité (ibid.). När Kim upplevde andra genusnormer i nya sammanhang skapades en förändring i hans identitet. Uppfattningen av en själv som trans och den generella bilden av att vara transman förändrades. Plötsligt innefattade begreppet trans fler dimensioner och tolkningar.

Vi uppfattade att det sociala sammanhanget hade en avgörande roll för hur flera av författarna identifierade sig själva. För en del av författarna fanns det ett behov av erkännande och acceptans från omgivningen. En del av författarna var medvetna om att anledningen till att de ändrade namn var för att omgivningen skulle uppfatta dem utifrån deras upplevda könsidentitet. Citatet nedan är ett tydligt exempel på hur omgivningens bild av författarens identitet är avgörande för hur den väljer att framställa sig själv.

Jag tog bort ett namn och började använda mitt andranamn som kan uppfattas som både tjej-och killnamn beroende på hur man säger det. Det funkade inte riktigt så jag förkortade det så att det blev ett mer tydligt tjejnamn. - Lo

Lo beskriver i citatet att hen började använda ett namn som kunde upplevas som könsneutralt. Vi uppfattade att ändring av tilltalsnamn och pronomen ofta var det första steget i ens identifikationsprocess. Det Lo beskriver att hen insåg var att det valda namnet inte var tillräckligt. Omgivningen fortsatte att se och behandla Lo utifrån hans tilldelade kön. Lo insåg då att hen bör ändra sitt namn till ett tydligare tjejnamn för att uppfattas som kvinna.

Med stöd av citatet urskiljer vi ett behov av bekräftelse från omgivningen. Bekräftelse i ens identitet som trans och som kvinna. Det är tydligt att omgivningens uppfattning av Los identitet var avgörande för hen. Det synliggör Jenkins (2014, s.104) resonemang kring identifikation och dess sociala aspekt. Omgivningen är en fundamental del av en själv och ens identifikation. Hur andra identifierar individen påverkar deras agerande gentemot denne. En person som är trans kan inte kontrollera omgivningen. Den kan enbart kontrollera sig själv och hur den framställer sig. Ett sätt att utöva kontroll kan vara till exempel via namn, utseende och kläder. Oavsett om Lo var nöjd med det första namnet som hen började använda var det inte tillräckligt. Efter att hen insåg att folk inte bekräftade hans könsidentitet växte ett behov av förändring.

Vi tolkar det som att önskan och begäret av att vilja bli bekräftad av omgivningen var gemensamt för flera av författarna. I vissa fall beskrevs denna bekräftelse som att *passera*. Att passera innebär att individen försöker agera och se ut som sin självupplevda könsidentitet så att omgivningen också agerar och behandlar hen utifrån det. Flera av författarna beskrev att passera som en smärtsam process. Flera uttryckte en känsla av att inte lyckas passera vilket skapade smärta och lidande för personen. Ett resultat av att vela passera är att transpersoner försöker uppnå stereotypa könsroller. Stereotypa könsroller är lätt att identifiera för omgivningen. Det finns förståelseramar där egenskaper kategoriseras som kvinnligt och manligt, vilket har diskuterats ovan. En transperson som upplever sig själv som kvinna kanske börjar agera och klä sig väldigt kvinnligt för att omgivningen ska förstå och behandla den som kvinna.

Sammanfattningsvis går det att förstå identitet som en föränderlig process, påverkad av ens egna upplevelser och omgivningens agerande gentemot en. Det går inte att utesluta identifikation som en social process. Vi identifierar för att bli identifierade. För att återgå till vår frågeställning kring hur identitet påverkas av att komma ut blir det tydligt att omgivningen spelar en avgörande roll. När författarna insåg att det var trans började en process av att ta avstånd från deras tilldelade kön. Det tilldelade könet påverkade hur omgivningen valde att behandla författarna. Det är tydligt att det finns manliga och kvinnliga förståelseramar i samhället. Att ta avstånd från dessa förståelseramar är ständigt närvarande under hela processen från att inse att man är trans till att komma ut och börja identifiera utåt. Ändra namn, pronomen, intressen, beteende och utseende kan tolkas som en del av identifikation och avståndstagande från det tilldelade könet.

För flera av författarna var det även tydligt att medvetenhet kring deras identifikation och avståndstagande skapat ett ifrågasättande av dessa förståelseramar. Vad innebär det att vara kvinna och att vara man? Måste en kvinna vara kvinnlig eller kan hon också vara manlig? För några av författarna hade detta ifrågasättande skapat nya förståelseramar och även öppnat upp för nya sätt att identifiera. Det underlättade att hitta sammanhang där dessa nya förståelseramar var norm, till exempel i umgänge med andra transpersoner. Det synliggör också vikten av representation och hur viktigt det är att kunna identifiera sig i ens omgivning.

5.3. Socialt stöd

Centralt i texterna var betydelsen av ett sammanhang och en gemenskap. Detta visade sig både i hur man kunde komma till insikt om vem man är i relation med andra, men också att en gemenskap kunde skapa trygghet och vara en stark skyddsfaktor. I denna del tolkar vi hur författarna beskrev samhörighet och socialt stöd från deras omgivning i samband med att komma ut. Med vår indelning hoppas vi kunna ge en förståelse av socialt stöd i processen av att komma ut både i förhållande till nära relationer och andra transpersoner.

5.3.1 Nära relationer

Flera av författarna beskrev det sociala nätverket som avgörande för deras process av att komma ut. Denna tolkning görs utifrån hur författarna beskrev det sociala sammanhanget och vår förståelse kring det sociala stödet. Det går att dra slutsatsen att det sociala stödet skapat förutsättningar för hur, när och om personen väljer att komma ut. Som tidigare nämnt är oro, rädsla och skam, känslor som påverkade författarna och deras förutsättningar för att komma ut. Mycket grundade sig i en förväntning av hur personerna i deras omgivning ska reagera. Flera av författarna oroade sig över att reaktionerna skulle vara negativa. Att de skulle vara negativa diskuterades tidigare utifrån samhällets normer och kategorisering av ”avvikande”. Flera av författarna beskrev det sociala stödet som avgörande för deras könsidentitet på olika sätt. Citatet nedan är ett exempel på hur omgivningen och dess stöd påverkat författaren i dennes process av att komma ut.

Mina bästa erfarenheter av att komma ut har jag fått ihop med min sambo. Det har alltid varit den personen som jag berättat för först [...] Jag var rädd att en förändring av min kropp skulle leda till att min partner inte ville vara med mig [...] Jag behövde väldigt mycket bekräftelse och stöd under den här tiden och hade jag inte fått det från min partner vet jag inte om jag orkat gå igenom allt operationen innebar - Elliot

I citatet beskriver Elliot en positiv erfarenhet av att komma ut. Hen beskriver en nära relation till sin sambo. Sambon har alltid varit den första som hen berättade saker för. Det i sin tur vittnar om känslor av trygghet och tillit gentemot sambon. Att berätta för den personen som Elliot var närmast var självklart. Trots det fanns en rädsla över sambons reaktion. Det skulle

kunna innebära att trygghet och tillit var förutsättningar för att Elliot skulle våga berätta om sin könsidentitet.

Processen att komma ut går att tolka som en livskris. Inte minst att berätta för omgivningen och rädslan för omgivningens reaktioner men också de faktiska förändringarna. Elliot beskriver att hen skulle genomgå en operation. Att genomgå en operation kan skapa oro över eventuella medicinska komplikationer. I Elliots fall var operationen kopplat till hens transition vilket kunde skapa ännu mer oro. Det kunde vara oro över hur omgivningen skulle reagera på operationen, speciellt sambon. Liket alla kriser fanns ett ökat behov av stöd från omgivningen. Det emotionella stödet beskrivs vara avgörande för att hantera känslor som ensamhet, oro, stress och ångest (Karlsson 2017, s.530). För Elliot var det emotionella stödet i form av tillit, trygghet och acceptans avgörande för om hen ens skulle orka gå igenom operationen. Elliot beskrev i citatet att utan sambons stöd vet hen inte om hen hade orkat gå igenom operationen. I materialet framkommer det att bli älskad och sedd som den man är, ökar känslan av trygghet och tillit, vilket gör att behovet av bekräftelse kan öka vid stressade situationer.

Trots att majoriteten av författarna beskrev positiva erfarenheter av stöd från omgivningen är det långt ifrån alla. Ett fåtal författare beskriver deras sociala stöd som bristande. Citatet nedan är ett exempel på bristande socialt stöd och dess resultat.

När jag var liten så lekte jag alltid att jag var tjej, jag hade alltid på mig tjejkostymer och sen när jag var 7 så började jag spara håret för jag ville ha långt och vågigt, men mamma lät det inte växa mer än till halsen. Sen glömde jag lite mig själv, jag försökte passa in som kille men det gick ej. Sen vid 12 så kom det upp igen så då sa jag till mamma och pappa att jag trodde jag var trans och dom blåste av det som en fas. Men jag såg även att dom judgade mig när jag sa det. Jag klippte mig i en killfrisyr för att komma tillfreds med min manliga kropp, men jag går bara och mår dåligt. - Anonym

Anonym uttrycker ett behov av bekräftelse och acceptans tidigt i barndomen. Istället för att känna socialt stöd beskriver Anonym en känsla av att bli ifrågasatt. Detta resulterade i att hen tryckte undan känslorna av att vara tjej. När hen sen försökte komma ut igen var resultatet likadant. Bristen av bekräftelse och acceptans gällande sin transidentitet resulterade i att Anonym valde att inte komma ut. Istället anpassade hen sig efter manliga könsnormer.

Goffman (2011, s.22) menar att personer som har ett stigma tenderar att undvika sociala kontakter och isolera sig. I de sociala kontakter som förekommer upplever personen en osäkerhet kring om denne kan lita på dem. Med hänsyn till den osäkerhet stigmatiserade grupper kan uppleva kan behovet av socialt stöd ses som extra viktigt i processen av att komma ut. Bristen på socialt stöd kan alltså bli påtagligt för en transperson då det uppstår en osäkerhet till dennes omgivning. Varför denna osäkerhet uppstår kan tolkas som en rimlig reaktion på att vara medveten om att man bryter mot normer.

Sammanfattningsvis går det att se att rollen som det sociala stödet spelade för flera av författarna var stor. Både Elliot och Anonym uttryckte ett behov och en önskan att få stöd från omgivningen. Stödet beskrevs dels som emotionellt där personerna söker kärlek och trygghet. Stödet beskrevs också som bekräftande och accepterande av författarnas transidentitet. Behovet går att tolka som både tröstande men också utifrån en rädsla att förlora sin sociala tillhörighet. Utifrån författarnas resonemang går det att tolka det som att bekräftelse och acceptans skapar goda förutsättningar för trygghet och tillit. Denna trygghet och tillit beskrevs av flera av författare skapa mod till förändring och mod att komma ut till större delar av omgivningen. Det underlättade för flera av författarna att acceptera sin identitet om omgivningen var stöttande. Exempelvis beskrev flera författare att stödet från omgivningen hade lett till namnbyten, komma ut till andra och söka hjälp inom transvården.

5.3.2 Stöd från andra transpersoner

Flera av författarna skildrade hur viktig kontakten med andra transpersoner var för dem. Författarna fann stöd i andra transpersoner både när det handlade om att förstå att man själv var trans, men också i processen av att komma ut. Författarna skrev att det var en form av trygghet att umgås med personer som hade upplevt samma sak som en själv. Nedan beskriver Eli hur viktigt det är att finna stöd i andra personer som är trans.

Viktigt för mig är mötet och kontakten med andra som är trans. Det ger otroligt mycket. Från andra i samma situation finns förståelse - vilket kan vara svårt att få från cispersoner. Det finns naturligtvis saker som bara transpersoner kan förstå hur det är. Och så är det viktigt för att få veta att en inte är ensam, vilket en faktiskt

inte är. - Eli

Eli skriver att andra transpersoner förstår hur det är att vara trans på ett bättre sätt än cispersoner. Eli skriver också att det är viktigt att transpersoner vet om att de inte är ensamma. Stödet från andra transpersoner kan tolkas som ett socialt stöd som har en viss påverkan på processen av att komma ut. Elis beskrivning och övriga författares liknande resonemang kan förstås med hjälp av Goffmans (2011, s.28) begrepp *de egna*. Många stigmatiserade grupper skapar kollektiv där man finner gemenskaper som man inte finner ute i samhället. Transpersonerna finner gemenskap hos andra transpersoner och kan få ett stöd som får dem att kunna leva med stigma. Med Goffmans idéer kan man tolka det sociala stödet från andra transpersoner som en stark skyddsfaktor. Utifrån Goffmans teori om *de egna* skulle transpersoner i dessa kollektiv kunna känna sig som vilken annan människa som helst. Det kan bli en form av fristad att omges av personer som har gemensamma stigma och som individ sticker man inte ut på samma vis som i samhället i stort.

I likhet med Goffmans begrepp *de egna* menar Jenkins (2014, s.104) att vi finner samhörighet i människor som vi har något gemensamt med. Vi skapar ett vi, och samtidigt ett dem. Vi har ett behov av att kategorisera vår omgivning och till följd av detta avgör vi vilka vi har något gemensamt med. Vi tolkar detta som att transpersoner kan finna samhörighet i andra transpersoner, trots att gruppen i sig är heterogen. Vad de flesta har gemensamt är att de är normbrytande och detta skapar en samhörighet som kan antas minska känslan av ensamhet.

Elis beskrivning av vikten av samhörighet med andra transpersoner kan tolkas med hjälp av Butlers (2006, s.51ff) mening om normer i samhället. Butler menar att man är beroende av omgivningen och social acceptans. Detta skapar en förutsättning för vem som är mänsklig och inte. Enligt Butler har människan ett begär av att bli erkänd som människa. Som transperson är man normbrytande och blir således, enligt Butler, inte erkänd som människa av omgivningen. Butler (2006, s.34) menar att de som kategoriserar sig mellan maskulint och feminint inte existerar. Detta kan tolkas som en upplevelse av ensamhet då normen är att vara cisperson och som transperson rör man sig utanför samhällets förståelseramar. Eli skrev att det var viktigt att inte känna sig ensam som transperson och beskrivningen blir rimlig utifrån Butlers idéer om vem som anses vara mänsklig och inte. Detta eftersom gemenskap och identifikation med personer som har en liknande roll i samhället kan tänka sig minska känslan av ensamhet för personer som är stigmatiserade i samhället. Stödet hos andra transpersoner i samband med processen av att komma ut kan alltså minska känslorna av ensamhet och öka

känslan av gemenskap och samhörighet. Detta är i sin tur är skyddsfaktorer i processen av att komma ut.

6. Avslutande diskussion

Syftet med studien var att med hjälp av personliga berättelser undersöka hur transpersoner beskrev processen av att komma ut för sin omgivning. Vi valde att tolka dessa beskrivningar utifrån; oro, skam, identitet samt samhörighet. Dessa teman var återkommande i samtliga texter.

Resultatet visade hur författarna uttryckte känslor av oro och skam. Detta kopplat till deras könsidentitet och att komma ut till omgivningen. Att transpersoner känner oro över att bli socialt exkluderade diskuterades i vår undersökning utifrån tankar om avvikande och samhällseliga normer. Bekymret i samband med att komma ut handlade mestadels om en rädsla över att bli socialt exkluderad. Vårt resultat är i likhet med resultaten i Brumbaugh Johnson & Hulls (2018, s.1158) studie, som visar hur transpersoner i stor utsträckning upplever oro över sina sociala relationer och sin omgivning snarare än den individuella processen. Anna Siverskogs (2016, s.139) avhandling exemplifierar fall där barn, föräldrar och vänner har avvisat deras anhöriga som har valt att komma ut. Oron som författarna uttryckte är således rimlig då forskning som skildrar verkligheten många gånger kan bekräfta denna.

Trots oron var det flera av författarna som uttryckte positiva erfarenheter av att komma ut. De upplevde stöd från omgivningen i samband med att de berättade att de identifierade sig som trans. Att bära på en hemlighet kan skapa tankar om att aldrig känna sig accepterad. Det kan ses som förståeligt eftersom processen av att komma ut beskrivs som omvälvande och kan innefatta stora förändringar både psykiskt och fysiskt. Detta synliggjordes i författarnas ökade behov av socialt stöd i samband med sin transidentitet. Det gick även att tolka behovet av socialt stöd utifrån ett ökat behov av att känna sig bekräftad och accepterad då rädslan av social exkludering var stor. I likhet med andra studier visas det sociala stödet minska känslan av social utsatthet och kan på så sätt förebygga psykisk ohälsa (Pflum, et al. 2015, s.284). Nära relationer är viktiga som stöd när man upplever kriser såsom depression eller annan psykisk ohälsa (Nilsson & Waldemarsson, 2016, s.136f).

I resultatet kunde vi urskilja känslor av minskad ensamhet och acceptans till följd av gemenskap och samhörighet. Samhörighet visade sig för författarna innebära stöd från andra transpersoner eller andra hbtq-sammanhang. Denna gemenskap framställdes som annorlunda

än den med familjen, då det i familjen saknades en förståelse över hur det är att vara trans. Gemenskap minskade ensamheten och beskrivs även i andra studier som en stor fördel i processen av att komma ut (Larsson, Lilja & Fossum 2008, s.241). Sammanfattningsvis ser vi att gemenskapen med andra transpersoner var viktig för flera av författarna. Familjens stöd var också betydelsefull, men utifrån vårt resultat och i relation till andra studier kan man se en viss indikation på att stödet från andra transpersoner spelade större roll.

Studiens frågeställningar och dess syfte har förändrats under skrivandets gång. Till en början var frågeställningarna stora i förhållande till empirin. När vi sedan bearbetade vår empiri kunde vi konkretisera dessa. Delar av vårt material hade vi önskat att undersöka vidare. Det var bland annat en författare som beskrev hur hen valde att inte komma ut och diskuterade hur det bör ses som acceptabelt. Vi såg en komplexitet i författarens resonemang som hade varit spännande att utveckla. Det fanns också en tanke om att undersöka hur omgivningen reagerade på att författarna valde att komma ut. Dessvärre fanns det inte utrymme för detta och dess relevans för våra frågeställningar och vårt syfte var lägre än det vi sedan valde att undersöka.

Studien är liten och resultatet är inte generaliserbart. Dock anser vi att studien är intressant och kan ge inspiration för framtida forskning kring transpersoner och deras livsvillkor. Vi vill belysa vikten av medvetenhet och kunskap kring transpersoner och deras utsatthet i samhället, men också lyfta fram vilka skyddsfaktorer som finns. I framtida forskning hade det varit intressant att undersöka transpersoners självkänsla och dess eventuella påverkan i processen av att komma ut. Det hade även varit spännande att undersöka hur transpersoner upplever sin sexualitet utifrån kroppshat och könsdysfori. Vi upplever att dessa två ämnen är något som saknas inom forskningen och är även något som kan upplevas som jobbigt för transpersoner.

7. Referenslista

Ahrne, Göran & Svensson, Peter (2015) *Handbok i kvalitativa metoder*. 2. uppl. Stockholm: Liber.

Ambjörnsson, Fanny (2016) *Vad är queer?* 2. utg. Stockholm: Natur & kultur.

Berg, Martin (2015a) Deltagande netnografi. I: Ahrne, Göran & Svensson, Peter (2015). *Handbok i kvalitativa metoder*. 2. uppl. Stockholm: Liber.

Berg, Martin (2015b) *Netnografi: att forska om och med internet*. 1. uppl. Lund: Studentlitteratur.

Berg, Martin & Wickman, Jan (2010) *Queer*. 1. uppl. Malmö: Liber

Boréus, Kristina & Göran Bergström (2018) Samhällsvetenskaplig text- och diskursanalys. I: Kristina Boréus & Göran Bergström (red.) *Textens mening och makt - metodbok i samhällsvetenskaplig text- och diskursanalys*. Lund: Studentlitteratur AB.

Bryman, Alan (2018) *Samhällsvetenskapliga metoder*. Uppl. 3. Stockholm: Liber.

Brumbaugh-Johnson, Stacey & E. Hull, Kathleen (2018) Coming Out as Transgender: Navigating the Social Implications of a Transgender Identity. *Journal of Homosexuality*, Volym (66). S.1–30.

Butler, Judith (2006) *Genus ogjort: kropp, begär och möjlig existens*. Stockholm: Norstedts akademiska förlag.

Butler, Judith (2005) *Könet brinner! : texter*. Stockholm: Natur och kultur.

Carpenter, S. Christopher, Eppink T. Samuel & Gonzales Gilbert (2020) Transgender status, gender identity, and socioeconomic outcomes in the United States. *ILR Review* Volym (73). S. 573–599.

Folkhälsomyndigheten (2015) *Hälsan och hälsans bestämningsfaktorer för transpersoner*. Solna: Folkhälsomyndigheten.

Folkhälsomyndigheten (2020) *Psykisk ohälsa, suicidalitet och självskada bland unga transpersoner*.

[<http://www.folkhalsomyndigheten.se/publiceratmaterial/publikationsarkiv/p/psykisk-ohalsa-suicidalitet-och-sjalvskada-bland-unga-transpersoner/> Hämtad: 2020-12-16].

Goffman, Erving (2011) *Stigma: den avvikandes roll och identitet*. 3. uppl. Stockholm: Norstedt.

Hess (2008) Values and ethics. I: Mallon, Gerald P. (red.). *Social work practice with lesbian, gay, bisexual, and transgender people*. 3 uppl. London: Taylor & Francis Ltd.

Jacob, Melissa & Cox, Steven (2017) Examining transgender health through the International Classification of Functioning, Disability, and Health's. *Contextual Factors Quality of Life Research*. December 2017 Vol. 26 S. 3177-3185.

Jenkins, Richard (2014). *Social identity*. 4 uppl. New York: Routledge

Karlsson, Lars (2017) *Psykologins grunder*. 6 uppl. Lund: Studentlitteratur.

Larsson, Sam, Lilja, John & Fossum, Björn (2008) *Vem får man vara i vårt samhälle? om transpersoners psykosociala situation och psykiska hälsa*. Stockholm: Statens folkhälsoinstitut.

Lindblom, Jonas & Stier, Jonas (red.) (2011) *Det socialpsykologiska perspektivet*. 1. uppl. Lund: Studentlitteratur.

Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor (2020) *Hbtq-ordlista*.

[https://www.mucf.se/sites/default/files/hbtq_ordlista_mucf_0.pdf Hämtat: 2020-12-05].

Nilsson, Björn & Waldemarson, Anna-Karin (2016) *Människor emellan*. Första utgåvan Stockholm: Natur & Kultur.

Pflum, Samantha, Balsam, Kimberly, Testa J. Rylan, Goldblum, Peter & Brongar Bruce (2015) Social Support, Trans Community Connectedness, and Mental Health Symptoms Among Transgender and Gender Nonconforming Adults. *Psychology of Sexual orientation and gender diversity*. Volym (2) S.281 - 286.

Rennstam, Jens & Wästerfors, David (2015) *Från stoff till studie: om analysarbete i kvalitativ forskning*. 1. uppl. Lund: Studentlitteratur.

RFSL Ungdom (2020) *Viktiga årtal*.

[<http://www.transformering.se/vad-ar-trans/viktiga-artal> Hämtad: 2020-12-14].

RFSL (2019:a) *Begreppsordlista*.

[<https://www.rfsl.se/hbtqi-fakta/begreppsordlista/> Hämtat: 2020-12-05]

RFSL (2019:b) *Könstillhörighetslagen - en historia*.

[<https://www.rfsl.se/verksamhet/vard-for-transpersoner/konstillhorighetslagen-en-historia/> Hämtat 2020-11-30]

SFS: 1972:119 *Lag om fastställande av könstillhörighet i vissa fall*. Stockholm: Socialdepartementet.

Siverskog, Anna (2016) *Queera livslopp: Att leva och åldras som lhbtq-person i en heteronormativ värld*. Doktorsavhandling. Linköping: Linköping University Electronic Press.

Vetenskapsrådet (2017) *God forskningssed*. Stockholm: Vetenskapsrådet.

Wahl, Alice & Jonsson, Lars (2017) *Kartläggning av nationella undersökningar gällande homofobi, bifobi och transfobi, samt identifiering av andra länders nationella mål och uppföljningssystem för hbtq-personers rättigheter*. Stockholm: RFSL