



# JUNG & QUEER



## - ALLES KLAR ?

### QUEERE JUGENDLICHE IN VEREINEN, JUGENDARBEIT UND SCHULE

In jeder Jugendgruppe gibt es lesbische, schwule, bisexuelle, \*trans-, \*\*intergeschlechtliche oder \*\*\*queere (Isbtiq) Jugendliche. Manche sind geoutet, manche verbergen ihre Identität. Aber spielt das überhaupt noch eine Rolle? Hier finden Sie Hintergrundwissen, Anlaufstellen und Anregungen für Fachkräfte im Bereich Jugend-, Vereinsarbeit und Schule.



**\*transgeschlechtlich:** Das bei der Geburt zu gewiesene und das erlebte Geschlecht stimmen nicht, nicht immer oder nicht vollständig überein.

**\*\*intergeschlechtlich:** Körperlich liegen sowohl als männlich als auch als weiblich verstandene Geschlechtsmerkmale vor.

**\*\*\*queer:** Sammelbegriff für „von der geschlechtlichen/sexuellen Norm abweichend“

# JUNG UND QUEER – LEBENSREALITÄTEN IN DEUTSCHLAND

## ZWISCHEN AKZEPTANZ UND AUSGRENZUNG

Die mediale Sichtbarkeit von lsbtqi Menschen hat sich in den letzten Jahren verbessert. Es gibt mehr Vorbilder und durch das Internet sind auch Informationen über queere Lebensweisen leichter verfügbar. Dennoch wachsen die meisten Jugendlichen in einer Umgebung auf, in der „schwul“ als Schimpfwort dient und Abweichungen von der Norm sozial sanktioniert werden. Beleidigungen und Mobbing aufgrund der \*geschlechtlichen Identität oder der \*\*sexuellen Orientierung sind in vielen gesellschaftlichen Bereichen noch immer an der Tagesordnung.

**\*geschlechtliche Identität:** betrifft das Geschlechtsempfinden. Bin ich Frau, Mann, nicht-binär, fluide?

**\*\*sexuelle Orientierung:** betrifft Liebe und Begehren. Interessiere ich mich für Menschen meines eigenen oder eines anderen Geschlechts?

## COMING-OUT

Die meisten lesbischen, schwulen oder bisexuellen Jugendlichen werden sich ihrer sexuellen Orientierung in einem Alter zwischen 11 und 15 Jahren bewusst. Bei transgeschlechtlichen Jugendlichen liegt dieser Zeitpunkt oft noch früher. Manche lsbtqi Jugendliche gehen mit ihrer geschlechtlichen Identität oder sexuellen Orientierung früh sehr selbstbewusst um. Für viele schließt sich an das „innere Coming-out“ jedoch eine Zeit des Übergangs und der inneren Auseinandersetzung an, bevor sie sich zu einem äußeren Coming-out entschließen. Diese Zeit kann mehrere Jahre andauern und ist oft von Befürchtungen und inneren Konflikten geprägt. Zentral ist die Sorge, von Freund\*innen, Eltern oder Mitschüler\*innen abgelehnt zu werden, hinzu kommt die Angst vor Gewalterfahrungen. Durch den Druck, die eigenen Gefühle zu verdrängen oder zu verbergen, kann es zu sozialem Rückzug, Leistungsabfall, Selbstverletzungen, Depressionen oder Essstörungen kommen.

# (K)EIN THEMA FÜR FACHKRÄFTE?

## DIE SITUATION IN SCHULEN, VEREINEN UND JUGENDZENTREN

Lsbtiq Jugendliche gibt es in jeder Schulklasse, jedem Sportverein, jedem offenen Jugendtreff, in Großstädten, Vororten und auf dem Land und auch dann, wenn sie nicht als Lsbtiq erkennbar sind. Nach dem Coming-out sind viele mit Diskriminierungen konfrontiert. In der Studie „Coming-out – und dann?!“ des deutschen Jugendinstituts von 2015 geben 44% der Lsbtiq Jugendlichen an, schon Diskriminierungen in der Schule und/oder am Arbeitsplatz erfahren zu haben. Hier besteht Handlungsbedarf. Damit Lsbtiq Jugendliche ihr Recht auf Bildung und Freizeit wahrnehmen können, brauchen sie eine Umgebung, in der sie sich sicher und akzeptiert fühlen.

## GRUPPENDYNAMIK

Wenn Lsbtiq Jugendliche angegriffen oder lächerlich gemacht werden, dann werden damit Abweichungen von der Norm als nicht akzeptabel markiert. Das hat Auswirkungen auf alle Jugendlichen einer Gruppe. Auch \*heterosexuelle, \*\*cisgeschlechtliche Jugendliche werden damit aufgefordert, sich als besonders männlich, besonders weiblich und besonders heterosexuell darzustellen. Bin ich als nächstes auf dem Kieker, wenn ich als Mädchen skate oder als Junge gern tanze? Eigene Wünsche und Grenzen zu Sexualität, Hobbys oder Kleidung bleiben dann leicht auf der Strecke.

**\*heterosexuell:** Gegenteil zu homosexuell. Begehren und/oder romantisches Interesse richten sich in der Gegenüberstellung von männlich und weiblich auf das jeweils andere Geschlecht.

**\*\*cisgeschlechtlich:** Gegenteil zu „trans\*geschlechtlich“. Das bei der Geburt zugewiesene und das erlebte Geschlecht stimmen überein.

## CHANCEN

Lsbtiq Jugendliche engagieren sich oft für Gerechtigkeit und können innerhalb einer Gruppe Vorbildcharakter haben. Sie zeigen, dass es sich lohnt für sich selbst einzustehen und Rollenvorstellungen in Frage zu stellen. Alle Jugendlichen profitieren deshalb von einem Umfeld, in dem Queerness sichtbar ist und mitgedacht wird. Sie erleben so, dass Sexualität und Geschlecht vielfältig und selbstbestimmt sein können und werden ermutigt, ihren eigenen Weg freier zu gestalten.

# INFOS UND TIPPS FÜR FACHKRÄFTE UND ANGEHÖRIGE



## WARUM SIND MANCHE MENSCHEN LESBISCH, BI, SCHWUL ODER TRANS\*?

Darauf gibt es keine verlässliche Antwort. Als sicher gilt: lesbisch, schwul, bisexuell, transgeschlechtlich oder queer werden Menschen nicht durch Erziehung, nicht durch „falsche“ Vorbilder und ganz sicher nicht durch das Besprechen solcher Themen in der Familie oder im Unterricht.



## WIE REAGIERE ICH RICHTIG AUF EIN COMING-OUT?

Ein Coming-out ist in der Regel ein Vertrauensbeweis. Die passende Reaktion kann in verschiedenen Situationen unterschiedlich sein. Gelassenheit ist hilfreich. Aufmerksames Zuhören. Echtes Interesse. Als Antworten ungeeignet sind „Bist du dir sicher?“ oder „Das ist bestimmt nur eine Phase“ – denn solche Floskeln sprechen dem Gegenüber die eigene Identität und Wahrnehmung ab. Informationen aus einem Vier-Augen-Gespräch sollten nicht ungefragt weitergeben werden.



## WAS TUN BEI ANFEINDUNGEN?

Wenn Ihnen als Fachkraft Diskriminierungen wie abwertende Sprüche oder Beschimpfungen bekannt werden, sollten Sie eindeutig Position beziehen. Unbeholfenes Eingreifen ist besser als Wegsehen. Dabei geht es nicht darum, einzelne Jugendliche als Aggressoren zu beschuldigen, sondern bestimmte Verhaltensweisen als inakzeptabel einzuordnen. Weil das praktisch nicht so einfach ist, gibt es Schulungen und Beratungen zu dem Thema.



## WIE UNTERSTÜTZE ICH QUEERE JUGENDLICHE IN MEINER EINRICHTUNG?

Queere Jugendliche – ob geoutet oder nicht – profitieren von einer unaufgeregten Sichtbarkeit unterschiedlicher Lebensweisen. Sei es durch Vorbilder, durch eine Themenwoche oder Ausstellung im Jugendzentrum oder durch eine passende Lektüre im Deutschunterricht. Auch Bildungsveranstaltungen durch ein Aufklärungs- bzw. Antidiskriminierungsprojekt zum Thema sexuelle und geschlechtliche Vielfalt sind möglich, an der Schule ebenso wie an anderen Orten. Ein niedrigschwelliges Angebot ist das Auslegen unserer queere Jugendzeitschrift „out!“ (Infos und Bestellung unter [info@lambda-online.de](mailto:info@lambda-online.de)).



## WIE LÖSE ICH DIE UMKLEIDEN- ODER TOILETTEN-FRAGE FÜR TRANS\* JUGENDLICHE?

Die wichtigste Unterstützung für trans\* Jugendliche ist die Anerkennung ihrer Identität. Also die Ansprache mit dem gewünschten Namen und Pronomen. Bei praktischen Herausforderungen wie Umkleiden, Toiletten oder Schlafräumen, sollte die\*der trans\* Jugendliche mit einbezogen werden. Manchmal sind die Umkleiden des Identitätsgeschlechts eine einfache Lösung. Wenn das zu Diskriminierungen führt, fühlt sich eine Einzelkabine vielleicht sicherer an. Dann sollte die Einrichtung parallel etwas gegen das trans\*feindliche Klima unternehmen und Ängsten und Beschwerden mit Informations- und Aufklärungsveranstaltungen entgegenreten. Bei Trans\*beratungsstellen erhalten Sie als Fachkraft Informationen und Unterstützung.

# LAMBDA –



## ANLAUFSTELLE FÜR QUEERE JUGENDLICHE



### PEERSUPPORT

Der Lambda-Peersupport, das sind Online-Empowerment- und -Beratungsangebote von jungen Queers für junge Queers, die Fragen zu Liebe, Sex, Gender oder Coming-out haben und für alle, die einfach Austausch in der Community suchen. Dabei ist es ganz egal, ob du dich fragst, ob du zum Beispiel trans, schwul, pan, agender, bi, lesbisch oder nicht-binär bist oder für dich schon eine Antwort hast.

In den Empowermentgruppen könnt ihr in einem geschützten Rahmen zu bestimmten Themen zusammenkommen und euch gegenseitig bestärken. In Einzelberatungen kannst du ganz explizite Fragen an eine\*n Peersupporter\*in stellen und ihr schaut gemeinsam, was du brauchst.

Die Angebote sind kostenlos, weitestgehend anonym und finden über eine datensichere Software statt.

[www.lambda-peersupport.de](http://www.lambda-peersupport.de)



### INFORMATION

Das queere Jugendmagazin out! erscheint alle drei Monate. Ausgedacht, geschrieben und gestaltet von jungen LSBTIQ für junge LSBTIQ. Das Heft lässt sich kostenlos abonnieren und kommt neutral verpackt frei Haus. Wer Lust bekommt mitzumachen, kann auch selbst dafür schreiben, zeichnen oder gestalten.

[www.lambda-online.de/aktiv-werden/#out](http://www.lambda-online.de/aktiv-werden/#out)



### VERNETZUNG

Mach mit bei Lambda. Das ist DER queere Jugendverband in Deutschland. Von jungen Leuten, für junge Leute (bis 27 Jahre). Bei den einzelnen Landesverbänden gibt's Vernetzung, Freizeitangebote und politische Lobbyarbeit, Jugendgruppen, Filmabende, Ausflüge und Aufklärungsprojekte. Deinen Landesverband findest du auf der Seite [lambda-online.de/ueber-uns](http://lambda-online.de/ueber-uns). Beim Lambda Bundesverband gibt es überregionale Angebote wie Workshops und Treffen, Sommercamps und internationale Jugendreisen. Außerdem kannst du dich in verschiedenen Arbeitsgruppen zu politischen Themen engagieren.

So kannst du andere LSBTIQ kennenlernen – ganz egal wo du wohnst.

[www.lambda-online.de](http://www.lambda-online.de)

## WEITERE INFORMATIONEN UND ANGEBOTE FÜR JUGENDLICHE, ELTERN UND FACHKRÄFTE



**[lambda-online.de/ueber-uns/#landesverbaende:](https://lambda-online.de/ueber-uns/#landesverbaende)**

Angebote von weiteren Lambda Landesverbänden



**[regenbogenportal.de:](https://regenbogenportal.de)**

Umfangreiches Informationsangebot des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend zu lsbtqi\* Themen



**[queer-lexikon.net:](https://queer-lexikon.net)**

Infoportal für queere Jugendliche mit Glossar und moderiertem Regenbogenchat

**TRANS\*  
- JA UND?!**

**[transjaund.de:](https://transjaund.de)**

Jugendprojekt des Bundesverband Trans\* mit überregionalen Workshopangeboten für junge Trans\*



**[trans-kinder-netz.de:](https://trans-kinder-netz.de)**

Informationen und Beratungen von und für Eltern von minderjährigen trans\* Kindern



**[im-ev.de:](https://im-ev.de)**

Informationen, Beratung und Selbsthilfe für intergeschlechtliche Menschen und ihre Angehörigen



**[queere-bildung.de:](https://queere-bildung.de)**

Bundesverband für Bildungs- und Aufklärungsarbeit im Bereich sexueller und geschlechtlicher Vielfalt, hier gibt es einen bundesweiten Überblick über Projekte, die sich zum Beispiel an Schulen einladen lassen



**[waldschloesschen.org:](https://waldschloesschen.org)**

Seminarhaus mit Fortbildungs- und Workshopangeboten für LSBTIQ und Fachkräfte

# WER WIR SIND

Das Jugendnetzwerk Lambda e.V. ist die selbstorganisierte Interessenvertretung junger LSBTIQ in Deutschland. Der Lambda Bundesverband und die Landesverbände bündeln ihre Expertise und ihr politisches Engagement, um die Lebenssituation junger Queers zu verbessern.

Dazu bieten wir neben Beratung, Empowermentprojekten und Freizeitmöglichkeiten für junge LSBTIQ auch Unterstützung und Weiterbildungen für Fachkräfte an.



## KONTAKT

Jugendnetzwerk Lambda e.V.  
Adresse siehe QR-Code



Telefon: (030) 239 495 21  
E-Mail: [kontakt@lambda-online.de](mailto:kontakt@lambda-online.de)  
Web: [www.lambda-online.de](http://www.lambda-online.de)

Diese Broschüre können Sie nachbestellen unter:  
[kontakt@lambda-online.de](mailto:kontakt@lambda-online.de)

## IMPRESSUM

Herausgeber\*in: Jugendnetzwerk Lambda e.V.  
Text: Cai Schmitz-Weicht, [freizeile.de](http://freizeile.de)  
Gestaltung: B, E & CK, [beundck.de](http://beundck.de)  
Icons: freepik / flaticon  
Berlin 2022



[lambda-online.de/wissenswertes/#materialien](http://lambda-online.de/wissenswertes/#materialien)

gefördert vom:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend