

LSBTIQ*



Ein kleiner Ratgeber zum

**16. Internationalen Tag gegen Homo-,
Bi, Inter* und Trans*-Feindlichkeit**

Was dich auf den folgenden Seiten erwartet

Du willst wissen, was es mit dem IDAHOBIT* auf sich hat? Du willst mehr über LGBTIQ* erfahren und was homo oder trans* sein eigentlich bedeutet? Oder etwas über Identität erfahren und wie Normalität und Klischees dabei eine Rolle spielen?

Dann schau gerne rein,
viel Spaß!



Inhalt

Vorstellung der Beratungsstelle VARIA	S. 3
Infos zu LSBTIQ*	S. 4
Infos zum IDAHOBIT*	S. 6
Homo-/Bi-/Inter-/ und Trans*feindlichkeit	S. 7
Achtung Mythos! Aufräumen mit Vorurteilen	S. 10
LSBTIQ* Personen unterstützen	S. 18
Begriffserklärungen	S. 21

Wer wir sind und was wir machen:

Wir - das ist die **Beratungsstelle VARIA.**

Unsere Arbeit besteht aus Beratungsangeboten zum großen Themenfeld rund um Schwangerschaft, Sexualität und Familienplanung.

Mit unseren sexualpädagogischen Projekten kommen wir allerdings auch direkt zu euch in die Schulen!

Dort habt ihr die Möglichkeit, mit uns gemeinsam über Themen wie Sexualität, Liebe, Pubertät oder Geschlechterrollen zu sprechen, euch auszutauschen oder Neues zu entdecken.

Sexuelle Bildung ist ein großer Teil unserer Arbeit. Themen, die geschlechtliche und sexuelle Vielfalt betreffen, gehören also zu unserem ganz normalen Arbeitsalltag.

Die Beratungsstelle VARIA befindet sich in Trägerschaft der Innosozial gGmbH und arbeitet in Kooperation mit dem Landesverband der pro familia NRW.

Wir sind ein Team aus Sozialarbeiter*innen/ Sexualpädagog*innen/ Berater*innen, einer Therapeutin und einer Gynäkologin.

Du findest uns im Kreis Warendorf, Hamm und Umgebung (unsere Kontaktdaten findest du auf der letzten Seite).

LSBTIQ* – Was bedeutet das eigentlich?

Weitere Infos +
Begriffe findest du
im Lexikon auf S.21!

LSBTIQ* sind die Anfangsbuchstaben von geschlechtlichen Identitäten oder sexuellen Orientierungen. Neben Frau und Mann oder heterosexuell sein, gibt es nämlich noch eine Menge mehr. Damit steht dieser Buchstabensalat für geschlechtliche und sexuelle Vielfalt. Dazu gehört...:

L	Lesbisch	Wenn Frauen* andere Frauen* lieben
S	Schwul	Wenn Männer* andere Männer* lieben
B	Bi	Wenn Menschen andere Menschen lieben, die sich einem von zwei bestimmten Geschlechtern zuordnen
T	Trans*	Wenn die eigene Identität nicht zu dem Geschlecht passt, das der Person bei der Geburt zugewiesen wurde
I	Inter*	Nach unseren gültigen medizinischen Kategorien nicht eindeutig dem Geschlecht Mann oder Frau zuzuordnen.
Q	Queer	Sammelbegriff für diverse Identitäten und sexuelle Orientierungen (neben Frau/Mann + heterosexuell)
*	Sternchen	Steht für viele weitere sexuelle Orientierungen oder geschlechtliche Identitäten wie zum Beispiel Asexualität oder Pansexualität.

Darum geht's:

Heute, am 17. Mai, ist der Internationale Tag gegen Homo-, Bi-, Inter*- und Trans*feindlichkeit. Die Abkürzung dafür lautet **IDAHOBIT***. Auf Englisch heißt der Tag nämlich:

International
Day
Against
Homo-,
Bi-,
Inter*- and
Trans*phobia.

Anlässlich dieses Tages haben wir von **VARIA** dieses kleine Infoheft für euch zusammengestellt, das sich an alle richtet, die mehr über LGBTIQ*-Themen wissen möchten.

Unabhängig davon, ob du dich selbst als LGBTIQ*Person definierst oder du bislang noch nichts davon gehört hast: Das Heft richtet sich an alle. Denn sexuelle Selbstbestimmung bezogen auf geschlechtliche und sexuelle Vielfalt beginnt dann, wenn Themen ansprechbar und sichtbar sind und es Raum für Fragen und Antworten gibt - das Ziel der sexuellen Selbstbestimmung betrifft uns alle gemeinsam.

IDAHOBIT* – Warum gibt es das eigentlich? Was steht dahinter?

Am 17. Mai 1990 wurde Homosexualität aus dem internationalen Register für psychische Krankheiten gestrichen.

2005 wurde dieser Tag als Erinnerung an diese Änderung zum *Internationalen Tag gegen Homophobie*. Mittlerweile steht der Tag aber auch für trans*, inter*, bi und andere Sexualitäten und Orientierungen.

Den IDAHOBIT* gibt es also, um auf sexuelle und geschlechtliche Vielfalt aufmerksam zu machen. Das bedeutet zum Beispiel, sich gegen Diskriminierungen stark zu machen, von denen LSBTIQ* Personen bis heute betroffen sind.

Es geht aber auch um Sichtbarkeit von Menschen, die oft übersehen werden. Und es geht um Gehörtwerden, um Zuhören, Anerkennung und um Solidarität.

Diskriminierung von LSBTIQ* Personen kann überall passieren – zum Beispiel in der Schule.

Deswegen wollen wir den IDAHOBIT* auch zu dir in die Schule bringen.

#IDAHOBIT*

Homo-/Bi-/Inter-/ und Trans*feindlichkeit



LSBTIQ* Personen haben es manchmal echt nicht leicht. Das liegt auch daran, dass sie oft nicht mitgedacht werden. In unserem Zusammenleben gilt es als normal, heterosexuell zu sein und auch Mädchen oder Junge zu sein - ganz einfach so, wie es Ärzt*innen oder Hebammen bei unserer Geburt bestimmt haben.

Aber so einfach ist das nicht, denn es gibt Personen, bei denen das anders ist. Und das führt dann öfters zu Problemen und Schwierigkeiten.

Wenn diese Schwierigkeiten von anderen Personen verursacht oder verschlimmert werden, dann spricht man auch von Feindlichkeit. Unter Feindlichkeiten, die eine Person aufgrund ihrer Sexualität oder Identität erfährt, versteht man

Gewalt, die in Form von Worten oder Taten erfolgen kann. Dabei wird bestimmten Menschen, weniger Wert zugeschrieben als anderen. Und das ist nicht ok, denn jeder Mensch ist gleichwertig! Ganz egal, wen du liebst oder welches Geschlecht du hast.

Hast du schon mal mitbekommen, wie jemand aus deiner Schule geärgert wurde, weil er/sie schwul oder lesbisch ist? Oder deswegen schlecht über die Person gesprochen wurde?

Ganz schön uncool oder? Das wären übrigens zwei mögliche Varianten, in denen Homofeindlichkeit vorkommt.

Und nun?

Uff, das klingt erst mal alles nicht so toll oder?

Das Gute ist, dass wir alle gemeinsam für mehr Akzeptanz und Anerkennung eintreten können. LGBTQI* Personen müssen gar nicht alles alleine tragen, denn wenn wir zusammenhalten, dann können wir uns gegenseitig unterstützen und voneinander lernen.

Indem du dieses Heft anschaust, tust auch du bereits etwas für die Förderung geschlechtlicher Vielfalt - weil du dir Zeit nimmst, dich oder andere zu informieren und das ist toll!

Und du wirst sehen, es gibt ganz viele kleine Dinge, die bereits einen großen Unterschied machen können und echt was bewirken...



Vor meinem Outing
hatte ich Panik
- dass ich plötzlich
ganz alleine dastehe,
mich alle meiden
oder komisch finden.
Meine Eltern verstehen
es nicht - aber die Leute
aus meiner Clique, mit
denen hat sich nichts verändert
- außer, dass ich jetzt nicht mehr
das Gefühl habe, mich verstellen
zu müssen. Das gibt mir Mut und Kraft.

Die richtigen Worte finden

Wenn wir uns in einem Thema nicht so gut auskennen oder unsicher sind, dann ist das überhaupt nicht schlimm. Manchmal schließt das allerdings nicht aus, dass wir jemanden mit unseren Worten verletzen, ohne es zu wollen.

Das kann zum Beispiel daran liegen, dass wir Vorurteile und Mythen wiederholen, weil wir sie mal irgendwo gehört haben.

Das lässt sich nicht immer vermeiden, wir alle lernen täglich dazu und das ist völlig ok.

Trotzdem können wir uns ansehen, was wir nächstes Mal anders machen oder sagen können – manchmal sind es für uns nur ganz kleine Dinge, die für andere Personen ganz große Unterschiede machen.

Insgesamt ist es immer eine gute Sache, die eigene Unsicherheit mitzuteilen, das erfordert manchmal ein bisschen Mut – verhindert aber oft, dass wir Dinge sagen, die wir gar nicht so meinen.

Auf der nächsten Seite findest du ein paar Beispiele von Mythen, die über LSBTIQ* Personen existieren.



Achtung Mythos! Aufräumen mit Vorurteilen

„Bisexuelle Personen können sich nicht entscheiden. Sie haben Beziehungen zu Männern und Frauen gleichzeitig.“

➤ Ein ganz alter Mythos! Bisexualität bedeutet, sich in mehrere Geschlechter verlieben zu können. Genauso wie wir uns in Menschen mit verschiedenen Haarfarben verlieben können. Aber das heißt ja auch nicht, dass wir mit Menschen aller Haarfarben gleichzeitig eine Beziehung führen oder?

„Trans Personen sind im falschen Körper geboren.“*

➤ Dieser Satz wird oft mit trans*sein in Verbindung gebracht, dabei gibt es überhaupt gar keine falschen Körper. Was es gibt, sind trans*Personen, die sich unwohl in ihren Körpern fühlen, das Wort dafür ist „Dysphorie“. Das betrifft aber längst nicht alle trans*Personen und auch das Ausmaß ist ganz verschieden.

Achtung Mythos! Aufräumen mit Vorurteilen

„Schwule Männer sind viel emotionaler als hetero-Männer“.

➤ Schwulen Männern werden manchmal Eigenschaften zugeschrieben, die eher mit dem weiblichen Geschlecht in Verbindung gebracht werden. Aber genauso, wie jede Person unterschiedlich ist, so ist auch jede schwule Person total unterschiedlich. An dieser Stelle zu verallgemeinern ist also totaler Quatsch!

„Queer zu sein bedeutet aufzufallen und laut zu sein.“

➤ Queersein nach außen zu tragen ist möglich, aber absolut kein Muss. Genauso wie bei dem Mythos oben sind alle queeren Menschen unterschiedlich. Einige sind auffällig, andere nicht.

Achtung Mythos! Aufräumen mit Vorurteilen

„Inter zu sein ist nicht normal.“*

➤ Wird oft gesagt, stimmt aber nicht – denn inter* zu sein ist genauso normal wie männlich oder weiblich zu sein. Unsere Geschlechterordnung teilt jedoch meist nur in männlich und weiblich. Folge dessen ist, dass Vielfalt unsichtbar bleibt und andere Geschlechter fälschlicherweise als nicht normal wahrgenommen werden.

„Queere Personen sind, was ihre Identität angeht, total verwirrt.“

➤ Das ist so nicht ganz richtig. Es mag sein, dass es queere Personen gibt, die sich bezüglich ihrer Identität noch nicht sicher sind. Das kann bei jeder Person so sein, mit queer hat das also gar nicht so viel zu tun. Denn queer zu sein ist eine Identität oder Sexualität und hat meist etwas damit zu tun, dass diese eben nicht konkret definiert wird und das ist völlig ok so.

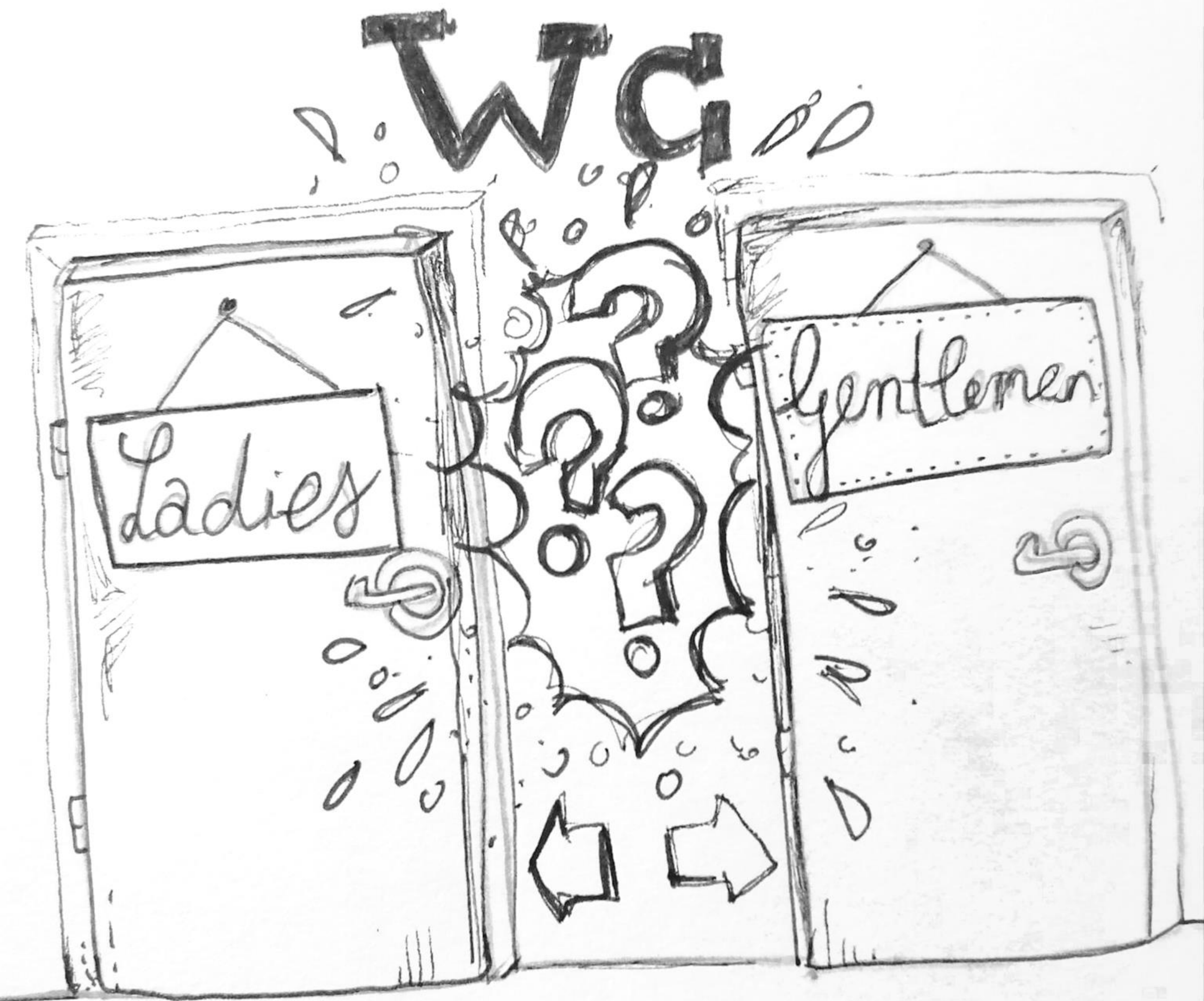
Achtung Mythos – Aufräumen mit Vorurteilen

„Trans Personen wollen
das andere Geschlecht
sein.“*

➤ Trans* (oder nichtbinär) zu sein, hat tatsächlich nicht viel mit „wollen“ zu tun, das ist nämlich gar nichts, was wir uns aktiv aussuchen, sondern was einfach so ist. Aussuchen können sich Personen, wie sie damit umgehen. Also ob sie Menschen davon erzählen oder ob sie ihre Außenwahrnehmung verändern möchten.

„Lesben hassen Männer“

➤ Das stimmt natürlich nicht – dieses Vorurteil ist wohl eher Ausdruck von Homo-Feindlichkeit und gekränkter Männlichkeit. Denn die Liebe zwischen zwei Frauen wird mit diesem Vorurteil nicht an sich akzeptiert, sondern mit vermeintlichem Männerhass begründet. Völliger Quatsch!



Ganz schön nervig..

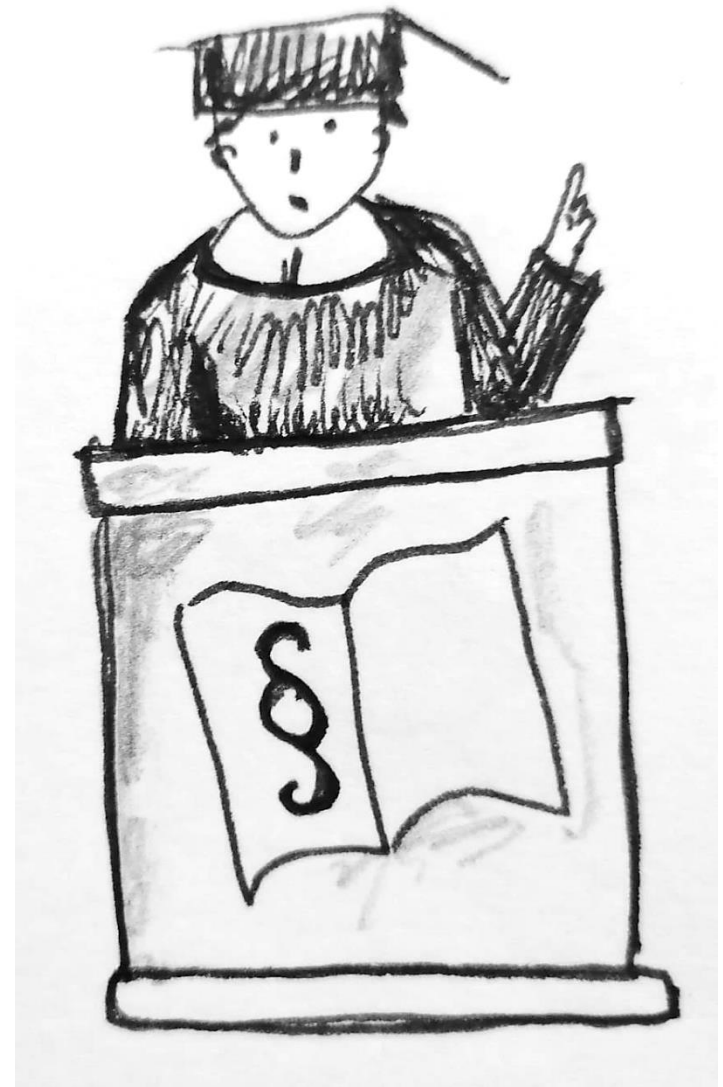
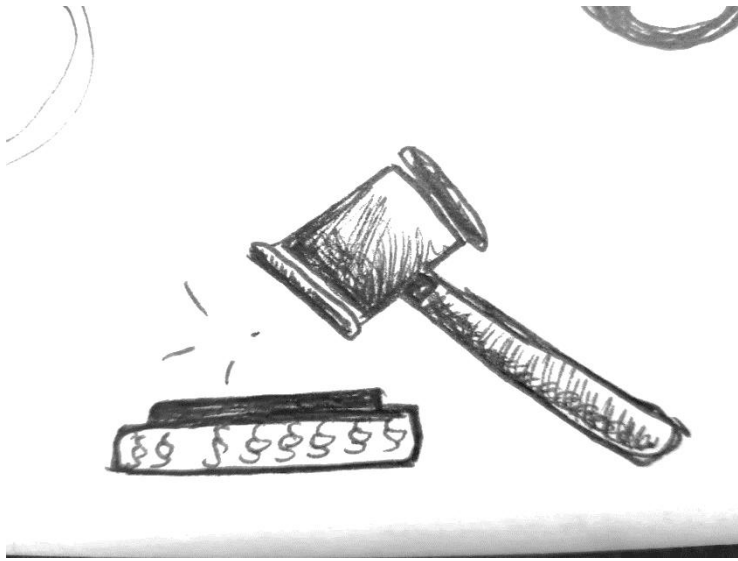
Hast du schon mal überlegt, wie schwierig es für Personen sein kann, die nicht in das "Männlich-oder-Weiblich" Raster passen, auf die Toilette zu gehen? Das betrifft unter anderem trans*, inter*, queere oder nichtbinäre Personen. Manchmal sind sie nämlich weder auf der Damen- noch auf der Herrentoilette erwünscht...

In der Schule
gehe ich nicht
aufs WC, weil
es nur Jungen-
oder Mädchen
WC's gibt.
Dann trinke
ich lieber
den ganzen
Tag nichts

Ich liebe es,
Bahn zu
fahren - oft
gibts mir
ein WC
für alle
und das
tut richtig
gut!

Jedes Mal,
wenn ich
essen gehe
oder an öffen-
teichen
Orten bin,
habe ich das
Gefühl anders
und nicht
passend zu
sein, später
kann wenn
ich zum WC
muss und
es dort nur
Männer und
Frauen kloos
gibt.

Schon gewusst...?



HOMOSEXUELLENVERFOLGUNG

Der §175 im Strafgesetzbuch stellte damals sexuelle Handlungen zwischen männlichen Personen unter Strafe, sie mussten dafür zum Beispiel ins Gefängnis. Seit 1969 wurde dieses Gesetz entschärft, doch erst 1994 komplett aus dem Gesetzbuch gestrichen. Das ist gar nicht mal so lange her - krass oder?

ERGÄNZUNGS AUSWEIS

Personen, die zum Beispiel trans* oder nichtbinär sind, allerdings noch eine Änderung im Personalausweis vornehmen können, haben die Möglichkeit, einen sogenannten Ergänzungsausweis mit ihrem richtigen Namen zu beantragen. Dieser ist vom Innenministerium anerkannt.

Schon gewusst...?

SELTSAME GESCHICHTE?

Queer heißt übersetzt so etwas wie „seltsam“ oder „komisch“ und war früher ein Schimpfwort, meist für die Abwertung von schwulen oder trans* Personen.

In den 1960ern haben sich Queers in New York diesen Begriff angeeignet. Das heißt, sie haben sich selbst so genannt und „queer“ somit zu einem positiven Wort umgedeutet.

Der Begriff „queer“ ist mittlerweile ein sogenannter Regenschirmbegriff – alle Geschlechter und Sexualitäten, die nicht der Norm entsprechen, gehören dazu.

Der Begriff hat also eine Geschichte. Er wird von vielen Personen auch als politischer Begriff verstanden, den sie verwenden, um gegen die Normalität von hetero und cis vorzugehen und für die Rechte von LGBTIQ* Personen einzustehen.

HOMOEHE UND ELTERNCHAFT

Wenn eine verheiratete Frau ein Kind bekommt, ist in einer heterosexuellen Ehe ihr Ehemann automatisch Vater des Kindes, auch wenn dieser nicht der biologische Vater ist. Ist sie jedoch mit einer Frau verheiratet, dann muss ihre Ehefrau ihr Kind erst adoptieren. Das ist nicht nur unfair, sondern auch kompliziert, zum Beispiel weil eine Adoption erst nach der Geburt des Kindes möglich ist.

Zurzeit wird in der Politik über eine Änderung dieser Gesetzeslage diskutiert, damit auch homosexuelle Paare automatisch als Eltern gelten und nicht den langen Weg über eine Adoption auf sich nehmen müssen.



Wie du LSBTIQ* Personen unterstützen kannst



Wie du siehst, sind LSBTIQ* Personen in ihrem täglichen Leben vor viele Herausforderungen gestellt.

Und auch wenn es viele Hürden gibt, die Zeit brauchen, um überwunden zu werden, gibt es trotzdem ein paar Dinge, mit denen du aktiv dazu beitragen kannst, LSBTIQ* Personen zu unterstützen!

Du willst wissen, wie? Na dann blättere einfach mal um, dort findest du ein paar Beispiele.

LSBTIQ* Personen unterstützen

Beim Coming Out deine Unterstützung anbieten

Outings können ziemlich viel Mut kosten und sind manchmal nicht so leicht. Wenn sich dir jemand anvertraut, dann kannst du der Person dieses Vertrauen zurückgeben und zum Beispiel nachfragen, ob du noch etwas tun kannst.

Das kann dann zum Beispiel bedeuten, als Ansprechperson da zu sein, die Person in ihrem weiteren Outing-Prozess zu begleiten oder auch gemeinsam zu überlegen, wie es weitergehen kann. Manchmal bedeutet das auch, das Outing erst mal nicht weiterzuerzählen.

Wichtig ist, dass betroffene Personen selbst bestimmen können, ob, wann und vor wem sie sich outen wollen.

Auf LSBTIQ*- Feindlichkeit aufmerksam machen.

Das geht sowohl in einer konkreten Situation, zum Beispiel in der Schule, als auch ganz generell, indem du andere darüber informierst, dass Menschen wegen ihrer Identität oder sexuellen Orientierung abgewertet werden.

Vielfalt zum Thema machen

Der Grund dafür, dass heutzutage immer noch Vorurteile gegenüber LSBTIQ* Personen existieren, ist oft Unwissenheit oder Unsicherheit. Um für die Rechte von LSBTIQ* Personen einzustehen, ist es hilfreich, diese zu thematisieren. Schule kann dafür auch ein Ort sein.

Kleine Worte – große Schritte

Namensänderung

Wenn trans* Personen ihren Namen ändern, dann können wir darauf achten, den alten Namen nicht mehr zu benutzen, es gibt ja jetzt einen neuen.

Wenn Personen ihr Pronomen ändern und fortan mit „er“ anstatt mit „sie“ angesprochen werden wollen, dann können wir das ernstnehmen und dem Wunsch einfach nachkommen.

Falls gewünscht, können wir auch andere Menschen darauf hinweisen, wenn sie nicht mehr aktuelle Pronomen oder Namen verwenden.

Sensibilität

Es kann total spannend sein, wenn sich eine Person als trans*, lesbisch, schwul usw. outet. Auch wenn du neugierig bist – auch

LSBTIQ* Personen haben eine Privatsphäre. Achte also auf einen respektvollen Umgang, indem du eine geoutete Person nicht mit völlig intimen Fragen überhäufst.

Pronomen (er/sie/keins/...)

Personen nach ihrem Pronomen zu fragen oder dich mit deinem eigenen vorzustellen, macht auf Vielfalt aufmerksam und öffnet anderen den Raum, ebenfalls ihr Pronomen zu nennen, ohne alleine da zu stehen.



Wenn du dich mit deinem Pronomen vorstellst, ist es für mich plötzlich viel einfacher zu sagen: Ich bin Mary, ohne Pronomen.

Begriffe zum Thema Vielfalt & Co.

Asexualität/ Asexuell	Asexualität ist eine sexuelle Orientierung, bei der Personen kein Bedürfnis danach haben, mit anderen Personen Sex zu haben. Mit Religion hat das übrigens nichts zu tun, es geht hierbei vielmehr um ein inneres sexuelles Verlangen, das asexuelle Menschen nicht verspüren. Trotzdem können sie ein Bedürfnis nach Liebe, Nähe und Zärtlichkeit haben oder Liebesbeziehungen führen.
Bisexualität/ Bisexuell	Bisexualität ist ebenfalls eine sexuelle Orientierung. Bisexuelle Personen fühlen sich romantisch und/oder sexuell zu zwei Geschlechtern (bi=zwei) hingezogen, oft wird mit dieser Bezeichnung die Anziehung zu Männern und Frauen beschrieben.
Butch	Butch ist eine Geschlechtsidentität, die eine eher maskulin ausgerichtete Darstellung von meist lesbischen oder queeren Frauen* beschreibt.
Cis/ Cisgeschlechtlich	Cis zu sein bedeutet, dass das bei der Geburt zugewiesene Geschlecht mit der eigenen Identität übereinstimmt. Cis Frauen sind weibliche Personen, denen bei der Geburt ein weibliches Geschlecht zugewiesen wurde. Genauso gilt dies für cis Männer mit männlichem Geschlecht. Viele kennen diesen Begriff gar nicht, weil es als ganz normal gilt, cis zu sein. Der Begriff cis wird meist verwendet, um dieses „normal sein“ aufzulösen und auch um nicht immer nur „abweichende“ Identitäten wie trans* oder inter* zu markieren.
Coming-Out	Ein Coming-Out ist ein selbstbestimmter Prozess, seine geschlechtliche Identität oder sexuelle Orientierung anzunehmen (=inneres Coming-Out) und öffentlich zu machen, also zum Beispiel Freund*innen oder Familie davon zu erzählen. Da cis und hetero zu sein als normal gilt, gibt es also meist nur bei LSBTIQ*-Personen ein Coming-Out.

<p>CSD</p>	<p>= Christopher Street Day (auch Gay Pride oder Pride) Dieser Tag erinnert an die Stonewall-Riots von 1969 in New York. Dort wehrten sich trans*Personen, Schwule und Lesben mutig gegen eine brutale Polizeirazzia. Der CSD steht in Anlehnung an die Ereignisse für die Anerkennung von LSBTIQ*-Personen und bedeutet geschlechtliche und sexuelle Vielfalt gemeinsam zu feiern. In vielen Ländern gibt es eine große und bunte Straßenparade.</p>
<p>Divers</p>	<p>Divers ist ein Sammelbegriff für die Bezeichnung verschiedenster geschlechtlicher Identitäten. Seit 2018 können sich Personen neben „männlich“ und „weiblich“ auch die Geschlechtskategorie divers in ihren Pass eintragen lassen. Diese Forderung ist auch als „dritte Option“ bekannt.</p>
<p>Drag/ Drag Queen/ Drag King</p>	<p>Drag ist eine oft parodistisch überzogene Darstellung von klassischen Geschlechterstereotypen. Oft wird hier ein anderes Geschlecht als das eigene dargestellt, diese Personen bezeichnen sich mitunter als Drag Queens oder Drag Kings. Durch die übertriebene Darstellung wird betont, dass weiblich oder männlich sein nicht das sein muss, was uns als normal beigebracht wird.</p>
<p>Dyadisch</p>	<p>Dyadisch zu sein bedeutet, dass deine körperlichen Merkmale medizinisch eindeutig dem männlichen oder weiblichen Geschlecht zugeordnet werden können. Diese Personen sind also nicht intergeschlechtlich (siehe inter*).</p>
<p>Dyke</p>	<p>Dieser Begriff wurde früher als Schimpfwort für lesbische Frauen verwendet. Lesbische Frauen* haben sich diesen Begriff über die Jahre durch Selbstbezeichnungen wieder angeeignet. Heute ist der Begriff primär positiv besetzt (siehe auch: queer, hier war es ähnlich).</p>
<p>Dysphorie</p>	<p>Dysphorie beschreibt ein Unwohlsein, was Personen erleben, wenn sie durch die Wahrnehmung von anderen Menschen einem falschen Geschlecht zugeordnet werden, also einer Geschlechtsidentität, die nicht zu ihrer eigenen passt. Von Dysphorie sind primär trans*, inter* und nichtbinäre Personen betroffen (siehe trans*/ inter* / nichtbinär).</p>

Eingetragene Partnerschaft/ Ehe	<p>Seit 2017 können homosexuelle Personen in Deutschland heiraten, zuvor konnten sie lediglich eine verbindliche Partner*innschaft eingehen.</p> <p>Die sogenannte „Homo-Ehe“ ist jedoch rechtlich nicht auf dem gleichen Level wie eine Hetero-Ehe. Beispielsweise werden gleichgeschlechtliche Ehepartner*innen nicht automatisch als Elternteil für ein in die Ehe geborenes Kind anerkannt. Zurzeit wird eine Reformierung dieses Gesetzes gefordert.</p>
FLINTQ*	<p>Mit FLINTQ* sind Frauen, Lesben, Inter*, Trans*- und Queer*-Personen gemeint. Das Sternchen verdeutlicht, dass auch nicht aufgefasste Kategorien miteinbezogen werden bzw. Personen, die sich keiner Geschlechtsidentität zuordnen. Insgesamt umfasst der Begriff alle Personen, die Sexismuserfahrungen machen, ist also eine Abgrenzung zu cis Männern.</p>
Gender	<p>Geschlechtsidentität, unabhängig von körperlichen Merkmalen. Hierbei geht es also um die eigene persönliche Definition des eigenen Geschlechts und der Geschlechterrolle.</p>
Geschlecht	<p>Wird allen Personen bei der Geburt zugewiesen, eingeteilt wird hier meist in männlich oder weiblich, obwohl die Spanne an Geschlechtern aufgrund biologischer Faktoren eigentlich viel größer ist. Seit 2018 gibt es daher auch die Möglichkeit, divers als Geschlecht eintragen zu lassen.</p>
Gendern	<p>Unter Gendern in Texten versteht man das Sichtbarmachen und Miteinbeziehen von Geschlechtervielfalt durch sprachliche Anpassungen, zum Beispiel durch die Verwendung von einem Genderstern (*), einem Binnen-I, einem Unterstrich (_) oder einem Doppelpunkt (:) Beispiel: Schüler*innen</p>
Heterosexualität/ heterosexuell	<p>Heterosexualität ist eine sexuelle Orientierung, die gegengeschlechtliche Liebe oder Anziehung zwischen einem Mann* und einer Frau* beschreibt. Sie wurde im Duden lange als „normale Sexualität“ definiert und gilt bis heute als gesellschaftliche Norm. Heterosexuelle Personen müssen sich meist nicht outen (siehe Coming Out).</p>
Homofeindlichkeit/ Homophobie	<p>Homophobie wird heute oft durch den Begriff Homofeindlichkeit ersetzt, weil Phobie so etwas wie Angst bedeutet und es vielmehr um eine feindliche Einstellung gegenüber homosexuellen Personen geht, die Abwertung, Diskriminierung und auch Gewalt bedeuten kann und oft auf Vorurteilen basiert.</p>

Homosexualität	Homosexualität ist eine sexuelle Orientierung, die Liebe oder Anziehung von Personen des gleichen Geschlechts beschreibt. Es gibt schwule (Männer*, die sich in Männer* verlieben) und lesbische Personen (Frauen*, die sich in Frauen* verlieben).
Hormontherapie	Eine Hormontherapie kann von trans* oder nichtbinären Personen genutzt werden und bedeutet die Zufuhr von den Hormonen Testosteron oder Östrogen. Durch diese Hormone verändert sich der Körper (zum Beispiel wird durch die Aufnahme von Testosteron Bartwuchs gefördert).
ICD-10	Internationales Register psychischer Krankheiten. Lange Zeit wurde Homosexualität und „Transsexualität“ hier als Krankheit kategorisiert.
Intersektionalität	Beschreibt die Verstrickung von verschiedenen Diskriminierungsformen, wie zum Beispiel Rassismus oder Diskriminierung aufgrund von Geschlecht, Begehren, Alter, Herkunft etc.... Die verschiedenen Formen wirken dabei nicht nur einzeln, sondern bedingen sich gegenseitig, sodass ganz neue Formen von Diskriminierung und Benachteiligung entstehen.
Inter*/inter-geschlechtlich	Inter*-Personen sind aufgrund ihrer körperlichen Merkmale nicht eindeutig dem Geschlecht „Mann“ oder „Frau“ zuzuordnen. Dabei kann es um Geschlechtsorgane gehen, aber auch um Chromosomen oder Hormone.
Konsens	Auch Einvernehmlichkeit. Das bedeutet, dass eine Entscheidung getroffen wird, mit der sich alle beteiligten Personen wohlfühlen und der jede Person zugestimmt hat (≠ Mehrheitsprinzip: hierbei reicht es, wenn die Mehrheit der beteiligten Personen zustimmt, um eine Entscheidung zu treffen).
Lesbisch/ Lesbe	Frauen*, die sich in Frauen* verlieben (siehe auch Homosexualität)
Mastektomie	Auch Mastek genannt, beschreibt eine OP, bei der die Brust (genauer: Brustdrüsen und oder Brustfettgewebe) entfernt wird.
Misogynie	= Frauen*feindlichkeit, beschreibt Abwertung oder Hass auf Frauen* oder Weiblichkeit
Nichtbinär/ Nichtbinarität/ nonbinary/ enby	Nichtbinarität ist eine geschlechtliche Identität. Nichtbinäre Personen lassen sich nicht eindeutig der zwei (=binär) Geschlechter Mann oder Frau zuordnen. Einige nichtbinäre Personen bezeichnen sich auch als trans* oder genderqueer (siehe queer) und/oder bevorzugen, weder als „er“ oder „sie“ angesprochen zu werden.

Pansexualität/ pansexuell/ pan	<p>Pansexualität ist eine sexuelle Orientierung. Pansexuelle Personen können sich von allen Geschlechtern angezogen fühlen. Die geschlechtliche Identität des Gegenübers spielt bei der Anziehung, die sie für bestimmte Personen verspüren, keine Rolle.</p>
Passing	<p>Passing bedeutet, dass Personen von außen als Teil einer bestimmten gesellschaftlichen Personengruppe wahrgenommen werden. Beispielsweise wenn ein Trans Mann von der Umgebung als Mann eingeordnet wird.</p>
Poly/ Polyamorie/ Polygamie	<p>Polygamie bedeutet, sein Liebesleben nicht auf eine Partner*in beschränken zu müssen. Zum Beispiel können Menschen eine offene Beziehung führen, also neben einer festen Beziehungsperson andere Sexualpartner*innen haben. Polyamorie bedeutet, sich in mehrere Personen zu verlieben und mit diesen Personen gleichzeitig Beziehungen zu führen. In beiden Fällen ist es ganz wichtig, dass alle beteiligten Personen informiert und mit der Situation einverstanden sind (siehe auch Konsens).</p>
Queer	<p>Queer ist ein Sammelbegriff für alle geschlechtlichen Identitäten, die nicht cis sind und/oder sexuellen Orientierungen, die nicht heterosexuell sind. Der Begriff wird auch im politischen Kontext verwendet, um gegen die einschränkende Normalität zu kämpfen, die nur die Geschlechter Frau und Mann zulässt und Heterosexualität voraussetzt.</p>
Regenbogenfamilie	<p>Als Regenbogenfamilie werden Familien bezeichnet, die nicht dem „klassischen“ Kleinfamilienformat einer heterosexuellen Beziehung mit Kind entsprechen. Zum Beispiel kann das bedeuten, zwei Mamas oder zwei Papas zu haben oder auch, dass ein Elternteil trans* oder inter* ist. Da gibt es ganz viele unterschiedliche Konstellationen.</p>
Safer sex	<p>Safer sex bedeutet übersetzt sicherer Sex. Dabei geht es also darum, mit einer Person sexuellen Kontakt zu haben und sich gleichzeitig vor Schwangerschaft und sexuell übertragbaren Infektionen (=STI) zu schützen. Zum Beispiel, indem Lecktücher oder Kondome verwendet werden.</p>
Schwul	<p>Männer*, die sich in Männer* verlieben (siehe auch Homosexualität)</p>

Trans*	<p>Trans* Personen sind Personen, deren bei der Geburt zugewiesenes Geschlecht nicht ihrem eigenen entspricht. Hierbei ist wichtig zu wissen, dass es nicht immer nur um männlich und weiblich geht, sondern auch alle anderen Identitäten gemeint sein können. Außerdem lassen auch längst nicht alle trans* Personen geschlechtsangleichende OPs durchführen und nicht alle nehmen Hormone, das ist ganz unterschiedlich. Es gibt trans* Personen, die sich in ihrem Körper so wohlfühlen, wie er ist, und es gibt trans* Personen, die ihren Körper verändern möchten, das ist alles ok. Dass alle trans* Personen ihren Körper ablehnen oder „im falschen Körper“ geboren sind, ist ein Vorurteil und ist oft eine verletzende Annahme, die viele trans* Personen immer wieder zu hören bekommen.</p>
Transfrau/ Transmann	<p>Eine Transfrau ist eine Person, die sich als weiblich identifiziert, der bei der Geburt allerdings ein anderes Geschlecht zugewiesen wurde. Ein Transmann ist also eine Person, die sich als männlich identifiziert und der ebenso ein anderes Geschlecht zugewiesen wurde.</p>
Transition	<p>Transition beschreibt einen Prozess, bei dem trans*, inter*, nichtbinäre oder queere Personen Änderungen, zum Beispiel an ihrem Körper oder an ihrem Verhalten, vornehmen, um die eigene Geschlechtsidentität ausdrücken zu können. Das können – müssen aber nicht! – Hormontherapien oder geschlechtsangleichende Operationen sein, aber es gibt viel mehr als das, denn auch Namensänderung oder die Veränderung des Kleidungsstils gehört dazu.</p>
TSG	<p>Das TSG ist das sogenannte „Transsexuellen“- Gesetz, es regelt die Änderung von Geschlecht und Namen. Das Gesetz stellt für viele trans* Personen eine große Hürde dar, wenn es zum Beispiel darum geht, den eigenen Namen zu ändern. Das Gesetz ist sehr einschränkend und mit sehr viel Bürokratiearbeit für betroffene Personen verbunden.</p>
Zugewiesenes Geschlecht	<p>Das zugewiesene Geschlecht ist das Geschlecht, das eine Ärzt*in oder eine Hebamme einem Kind bei der Geburt zuschreibt. Grundlage sind hierfür oft nur die Genitalien des Kindes, obwohl das Geschlecht eigentlich auf vielen verschiedenen biologischen Faktoren beruht (wie zum Beispiel Chromosomen, Hormonen, innere Organen).</p>

Na, Interesse geweckt?

Du hast Fragen? Du bist betroffen oder kennst eine Person, die Unterstützung benötigt?

Oder du möchtest einfach nur mehr über das Thema Sexualität erfahren?

Dann kannst du dich gerne jederzeit bei uns melden!



In Kooperation mit



VARIA

Beratung zu Schwangerschaft,
Sexualität und Familienplanung

Beratungsstelle VARIA

Zeppelinstraße 63
59229 Ahlen

02382 70 99 21
varia-jugend@innosozial.de

Bela Bartels

bartels@innosozial.de
0176 111 06 770

Stefanie Bohle

bohle@innosozial.de
0176 6384 72 96

Runa Schaffer

schaffer@innosozial.de

Bastian Weitzner

weitzner@innosozial.de

Impressum

VARIA – Beratung zu Schwangerschaft, Sexualität und Familienplanung
Zeppelinstr. 63, 59229 Ahlen | Tel. 02382 7099-27/-0 | Fax 02382 7099-29 |
varia-ahlen@innosozial.de | www.innosozial.de

Redaktion: T. Scheelje, B. Bartels, I. Husmann | Layout: T. Scheelje

Logonachweis: Innosozial gGmbH, Pro Familia NRW e.V.

Illustration: H. Scheelje

Stand: Mai 2021

