



# QSBT READER

2022

QUEERSTIFTI BUNDESTREFFEN

03.-06. JUNI 2022

JUGENDHERBERGE NEUMÜNSTER



## EINLEITUNG

In queeren Kontexten treffen ganz viele Menschen mit unterschiedlichsten Hintergründen, mit unterschiedlichsten Identitäten und Lebensrealitäten aufeinander. Manchmal stolpern wir dabei über Begriffe, die wir vielleicht noch nie gehört haben. Oder fragen uns, wo wir mehr über eine bestimmte Identität lernen oder wie wir bessere Allies sein können. Manchmal brennen uns Fragen unter den Nägeln, die gegenüber einer fast unbekannt Person oder in dem Gespräch, das wir gerade führen, eine Grenze überschreiten oder einfach vom Thema ablenken würden. Manchmal werden wir selbst Dinge gefragt und haben gerade keine Energie, eine Frage zu beantworten, die uns schon sehr oft gestellt wurde. Für all diese Situationen soll dieser Reader eine **RESSOURCE** sein - zum Nachschlagen, Lesen und darauf verweisen.

Dieser Reader soll kleine Einblicke in verschiedene Identitäten, Orientierungen und Aspekte queeren Lebens geben. Wir haben uns bemüht, möglichst viele Perspektiven in den Reader einfließen zu lassen. Auch wenn es „die eine“ Community nie gibt, versuchen wir, möglichst inklusive Sichtweisen zu reproduzieren, welche die Sichtweisen von möglichst vielen Menschen, die sich mit einem Label identifizieren, abbilden. Daher wurden fast alle Abschnitte von Menschen geschrieben, die sich in den jeweiligen Begriffen wiederfinden und von mehreren Personen überarbeitet und gegengelesen. Das Ziel ist, Begriffe verständlich zu machen und besonders häufige Fragen zumindest in Ansätzen zu beantworten.

Auch wenn wir versucht haben, die Kapitel als möglichst allgemeine Einleitungen zu verfassen, spiegeln sie doch immer die Perspektiven der jeweiligen Autor\*innen wider. Welche Fragen sind wichtig, häufig, relevant? Welche Begriffe werden besonders viel verwendet, welche werden eher abgelehnt? Welche Ressourcen sind verlässlich, welche nicht? Welche Arten, Ally zu sein, helfen weiter? Die Antworten auf diese Fragen können von Person zu Person, von Gruppe zu Gruppe und von Ort zu Ort stark variieren und entwickeln sich ständig weiter. Zudem spiegelt der Reader die Sichtweisen von auf unterschiedliche Arten privilegierten, weißen Men-

**„Dieser Reader soll kleine Einblicke in verschiedene Identitäten, Orientierungen und Aspekte queeren Lebens geben.“**

schen wider. Daher erheben wir keinen Anspruch auf Vollständigkeit oder Allgemeingültigkeit. Dieser Reader ersetzt nicht eine eigene Recherche, er ersetzt auch nicht, mit Menschen zu reden. Er ist als Einstiegshilfe gedacht.

Bei inhaltlichen Vorschlägen oder Interesse an einer Mitarbeit sind wir unter [orga@queerstiftis.de](mailto:orga@queerstiftis.de) erreichbar.

Der Reader ist als FAQ strukturiert und kann somit gut als Nachschlagewerk verwendet, aber auch von vorn bis hinten gelesen werden. Am Anfang stehen zudem einige grundlegende Begriffserklärungen und ein Kapitel zu inklusivem Sprachgebrauch.

Mit der Hoffnung, ein genauso hilfreiches wie spannendes Dokument geschaffen zu haben, wünschen wir viel Spaß beim Lesen!



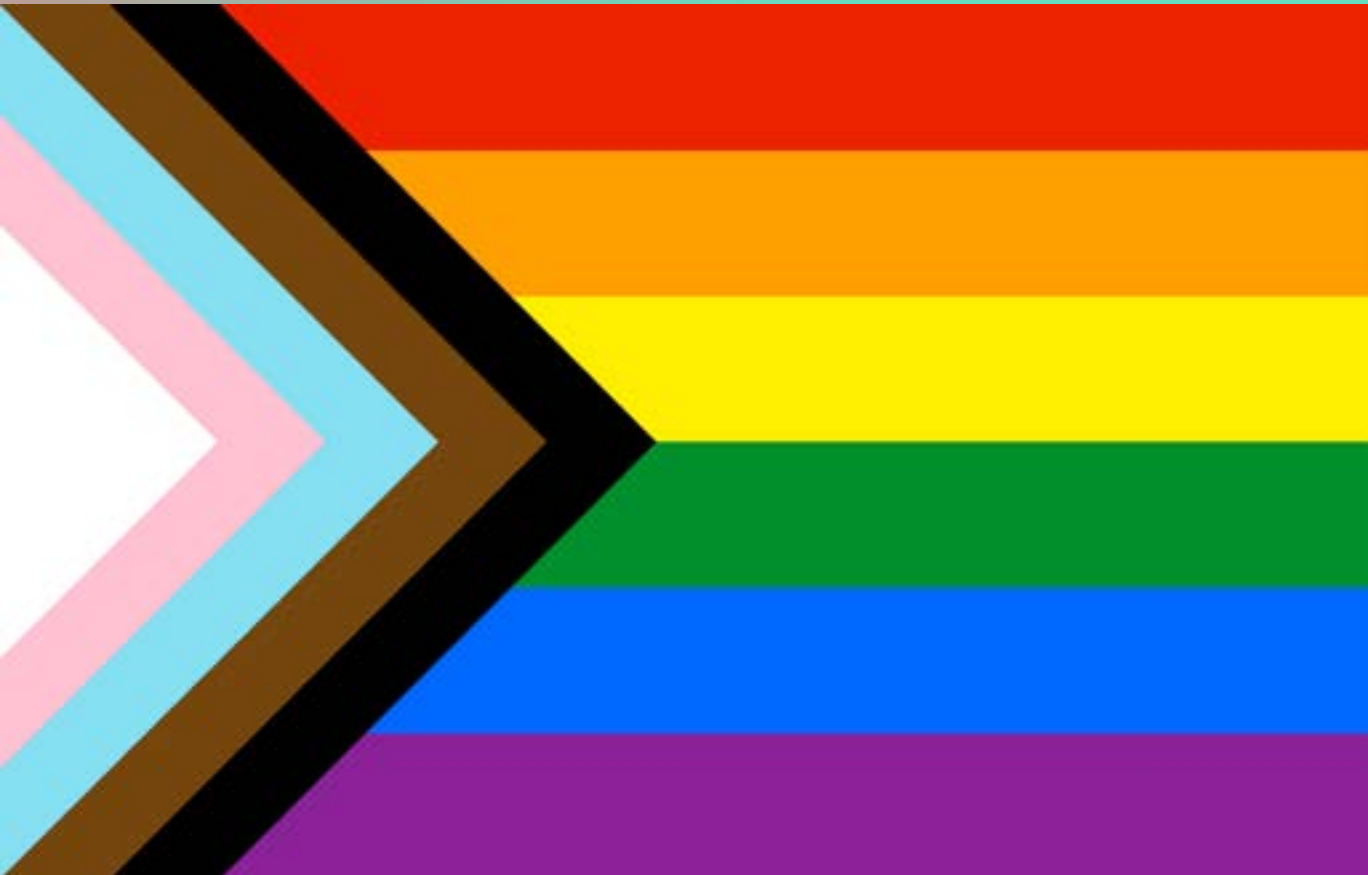
## INHALT

ALLGEMEINE BEGRIFFE	5
INKLUSIVERE SPRACHE	14
LESBISCH	21
SCHWUL	25
BI, PAN UND M-SPEC	33
TRANS*	42
NICHT-BINÄR	48
QUEER	55
QUESTIONING	59
INTERGESCHLECHTLICHKEIT	63
ASEXUALITÄT	65
AROMANTIK	75
DAS SPLIT ATTRACTION MODEL	81
BEZIEHUNGSFORMEN	85
SEX, KINK UND QUEERNESS	92
ALLIES	98
QUEERFEINDLICHKEIT	108

Kapitel 01  
Allgemeine  
Begriffe

# Allgemeine Begriffe





## Allgemeine Begriffe

**LGBTQIA+\***: Dieses Akronym repräsentiert mit seinen einzelnen Buchstaben queere Diversität - lesbian, gay, bi, trans\*, queer/questioning, inter\*, a\*spec - und wird oft als Sammelbezeichnung für die genannten Personengruppen benutzt. Wir haben uns hier für die Verwendung von “+” und “\*” entschieden, um deutlich zu machen, dass es weit mehr geschlechtliche Identitäten, sexuelle sowie auch romantische Orientierungen gibt, als die namentlich angeführten (+), und dass sich hinter jedem dieser Labels wiederum ein ganzes Spektrum verbirgt (\*). Die etwas seltener gebrauchte deutschsprachige Abkürzung **LSBTQIA+\*** mit einem “S” für “schwul” ist bedeutungsgleich.

## Kapitel 01 Allgemeine Begriffe

**GSRM:** Dieses Akronym steht für “geschlechtliche, sexuelle und romantische Minderheiten”, bietet damit ohne Nennung einzelner Gruppen mehr Raum für Vielfalt und insbesondere Menschen mit queeren romantischen Orientierungen mehr Sichtbarkeit als andere Akronyme.

**FLINT\*, FLINTA\*, FIANTA\*, FLTI\*:** Diese Akronyme umfassen Frauen, Lesben, trans\* und inter\* bzw. explizit auch nichtbinäre und agender Personen. Sie werden oft verwendet, um Schutzräume für diese Personengruppen

zu schaffen. “FLTI\*” gilt dabei neben den anderen Akronymen als weniger inklusiv und veraltet.

**„Die sexuelle Orientierung benennt, ob, und wenn ja, zu welchen Personen, sexuelle Anziehung entwickelt werden kann.“**

**SEXUELLE ORIENTIERUNG:** Die sexuelle Orientierung benennt, ob, und wenn ja, zu welchen Personen, sexuelle Anziehung entwickelt werden kann. Häufig spielt dabei das (gelesene) Geschlecht und der Geschlechtsausdruck dieser Personen eine wichtige Rolle; z.B. bei Homo- und Heterosexualität. Viele bi- und pansexuelle Menschen empfinden dagegen sexuelle Anziehung unabhängig davon. Als asexuell bezeichnen sich viele Menschen, die keine oder wenig sexuelle Anziehung zu anderen Personen empfinden.

Die sexuelle Orientierung beschreibt nicht, mit welchen Menschen tatsächlich sexuelle Kontakte bestanden oder bestehen. So ist die lesbische Identität einer Person, die sexuelle Erfahrungen ausschließlich mit Männern gesammelt hat, valide, genauso wie die bisexuelle Identität einer Person, die Sex mit Menschen nur eines Geschlechts hat und die asexuelle Identität einer Person, die regelmäßig sexuell aktiv ist.

Dadurch wird auch deutlich, dass sexuelle Orientierung niemals von außen determiniert werden kann: nur das eigene Empfinden ist dafür ausschlaggebend. Darüber hinaus können sexuelle Orientierungen nicht willentlich oder durch andere Personen verändert werden. Die sexuelle Orientierung der meisten Menschen bleibt lebenslang konstant. Manche Menschen haben dagegen eine fluide sexuelle Orientierung.



Asexual Pride Flag



Aromantic Pride Flag

**ROMANTISCHE ORIENTIERUNG:** Die romantische Orientierung beschreibt analog zur sexuellen Orientierung, ob, und wenn ja, zu welchen Personen, romantische Anziehung entwickelt werden kann. Romantische Anziehung kann sich bspw. in Verliebtheitsgefühlen und Schwärmereien ausdrücken. Sexuelle und romantische Anziehung werden gesellschaftlich meist als Konglomerat gedacht, fallen allerdings nicht immer zusammen. Auf der gleichen Basis können Menschen auch unterschiedliche sexuelle und romantische Orientierungen haben, siehe Abschnitt “Split Attraction Model”.

**GESCHLECHT:** Ausschlaggebend für das Geschlecht einer Person ist die geschlechtliche Selbstwahrnehmung (auch: „geschlechtliches Zugehörigkeitsgefühl“, „Geschlechtswissen“ oder „Geschlechtsidentität“), über die ausschließlich sie selbst Auskunft geben kann. Allerdings hat Geschlecht viele Dimensionen, darunter körperliche, anatomische, soziale und juristische; wobei Zuordnungen von außen leider oft ein vereinfachendes,



## Kapitel 01 Allgemeine Begriffe

bigenusnormatives Bild zugrunde liegt (das also nur die Geschlechter „männlich“ und „weiblich“ kennt).

Kurz nach der Geburt wird Neugeborenen nach äußerem Anschein (anatomisch) ein Geschlecht zugeordnet und in die Geburtsurkunde eingetragen (juristisch). Dieses Geschlecht wird auch „AGAB“ (assigned gender at birth) genannt und fast ausschließlich bigenusnormativ verwendet - AMAB (male, männlich) oder AFAB (female, weiblich). Diese Zuordnung kann sich später aus verschiedenen Gründen als falsch herausstellen, da

**„Ausschlaggebend für das Geschlecht einer Person ist die geschlechtliche Selbstwahrnehmung, über die ausschließlich sie selbst Auskunft geben kann.“**

eine Geschlechtsaussage auf Basis der äußeren Genitalien nie zuverlässig möglich ist. Ein weiterer Aspekt von Geschlecht ist der Eindruck, den Menschen der Gesellschaft gegenüber vermitteln, bspw. durch Kleidung und Verhalten (Geschlechtsausdruck, gender performance/expression), darüber hinaus auch durch (gewählte) Namen und Pronomen. Allerdings bilden sich andere Menschen darüber jeweils basierend auf eigenen Vorstellungen und Stereotypen ein subjektives Urteil, es wird also ein Geschlecht zugeschrieben (in aller Regel im binären System). In erster Linie bestimmt dieses

zugeschriebene Geschlecht gesellschaftliche Interaktionen.

**GESCHLECHT, SEX UND GENDER:** Gemeinhin wird stark vereinfachend unter Sex (von lat. Sexus – Geschlecht, hat nichts mit Sexualität zu tun) das „biologische“ Geschlecht und unter Gender das „soziale“ Geschlecht verstanden. Ersteres wird dabei von körperlichen Gegebenheiten abgeleitet, oft verkürzt nur von Geschlechtschromosomen oder Gameten (Keimzellen), letzteres von der eingenommenen oder unterstellten sozialen Rolle.

Diese Darstellung kann nicht die vielen Facetten des Themenbereichs „Geschlecht“ abbilden. Zu diesen gehören unterschiedliche biologische (Chromosomen, Anatomie...), soziale (gender performance, Klischees), und juristische (Geschlechtseintrag) Kategorien. Die Begriffe „SEX“ und „GENDER“ sowie deutsche Übersetzungen versuchen die oben genannten Themenwelten zu trennen, obwohl eine solche Trennung für viele trans\* Personen nicht existiert. Beispielsweise kann ein

## Kapitel 01 Allgemeine Begriffe

trans\* Mann seinen Körper unabhängig von seinem aktuellen Hormonlevel oder seiner aktuellen Anatomie als männlich einordnen. Die Aussage, sein „sex“ sei dennoch nicht männlich, kann und wird gegen ihn verwendet, um ihm, falls gewollt, ein falsches Geschlecht zuzuschreiben.

Diese Aufteilung wird darüber hinaus teilweise im politischen Diskurs benutzt, um Gruppen voneinander zu trennen und abzuwerten. Zum Beispiel könnten einer Person, die auf die korrekten Pronomen besteht die Worte „ja, aber eigentlich bist du doch...“ begegnen. Die Auftrennung zwischen „sex“ und „gender“ bietet also ein sprachliches Schlupfloch, um bei Bedarf die Selbstaussage einer trans\* Person über ihr eigenes Geschlecht zu übergehen.

In diesem Reader ist auf Basis all dieser Aspekte von Geschlecht die Rede.

**QUEERE LABEL** können sich u.a. auf sexuelle Orientierung (z.B. pansexuell), romantische Orientierung (z.B. aromantisch), Geschlecht (z.B. nichtbinär oder intergeschlechtlich), (sexuelle) Vorlieben (z.B. kinky) und Partner\*inenschaften (z.B. polyamour) beziehen. Dabei gilt immer, dass Menschen vollständige Autonomie über ihre Selbstbezeichnungen haben dürfen: So darf bspw. eine Frau, die bei der Geburt dem männlichen Geschlecht zugewiesen wurde, das Label trans\* ablehnen. Manche Personen bevorzugen sehr detaillierte Bezeichnungen wie nebulasexuell, andere ziehen Schirmbegriffe wie queer vor, manche entscheiden sich dafür, gar keine Label dieser Art zu verwenden. Alle diese Zugangsweisen zur eigenen Identität sind valide: es besteht weder eine Pflicht ein exaktes Label, noch überhaupt irgendeine Selbstbezeichnung zu verwenden oder diese zu kommunizieren. Darüber hinaus hat das gleiche Label für unterschiedliche Personen oft auch verschiedene Bedeutungen, es ist also nicht möglich, davon ausgehend zuverlässige Schlussfolgerungen zu ziehen. Schließlich steht es allen Menschen zu, sich als Teil der GSRM-Community zu definieren oder nicht, unabhängig davon, ob sie nach häufig verwendeten Definitionen mit eingeschlossen sind oder ob sie sich von Labeln wie „queer“ oder Akronymen wie „LGBTQIA+“ angesprochen fühlen.

**INTERSEKTIONALITÄT** bedeutet, dass Menschen immer verschiedene Identitäten und Gruppenzugehörigkeiten gleichzeitig innehaben, die beeinflussen, wie sie von der Gesellschaft behandelt werden und wie sich selbst

## Kapitel 01 Allgemeine Begriffe

erleben. Diese Identitäten können dabei nicht einfach einzeln betrachtet werden, da sie auf komplexe Art zusammenspielen: So erleben Menschen, die mehreren marginalisierten Gruppen angehören, oft besondere und zusätzliche Arten von Diskriminierung.

**NORMATIVITÄT:** Der Begriff der Normativität beschreibt unter anderem Annahmen, Handlungsweisen und Überzeugungen, die - gesellschaftlich etabliert - als normal und manchmal gar als wünschenswert gelten. Vor allem in queeren Communities wird sich viel mit Normativitäten im Bezug auf sexuelle und romantische Orientierungen, Beziehungsformen und Geschlecht auseinandergesetzt, da queere Menschen häufig von diesen gesellschaftlichen Normen abweichen. Diese gesellschaftlichen Normen haben konkrete Auswirkungen auf unter anderem Gesetzgebung, Medien, Sport, Pädagogik und Medizin; und greifen so auf unzähligen Ebenen in die Lebensrealitäten queerer Menschen aller Altersgruppen ein.

Die Begriffe hetero, cis, dya, allo, amato und mono beziehen sich auf gesellschaftliche Normen, die queeren Identitäten gegenüberstehen. Es gibt diese Begriffe, um zu markieren, dass LGBTQIA+\* nicht einfach die "Anderen" oder eine "Abweichung" sind, sondern, dass in der Gesamtgesellschaft implizit Identitäten angenommen werden, die auch als solche benannt werden können. Im Folgenden werden diese Normen jeweils beschrieben.

**HETERONORMATIVITÄT** bezeichnet die meist stillschweigende Annahme, dass alle Menschen heterosexuell und heteroromantisch sind und sich den damit einhergehenden (sexistischen) Geschlechterrollen unterwerfen, die auf einem binären Verständnis von Geschlecht basieren. Dies wird gleichzeitig zum Ideal erhoben und ist Basis für die Diskriminierung und Unterdrückung anderer Identitäten und Lebensformen. Heteronormativität zieht sich durch die gesamte Gesellschaft, von Institutionen (z.B. Sexualkundeunterricht in der Schule) bis hin zu (auch unterbewusst) gelebten Verhaltensmustern in Beziehungen.

**CISNORMATIVITÄT** bezeichnet die meist stillschweigende Annahme, dass alle Menschen cis, also dem ihnen kurz nach der Geburt zugewiesenen Geschlecht vollständig zugehörig sind. Ähnlich wie Heteronormativität wird dies gleichzeitig zum Ideal und zur Basis von Diskriminierung und



## Kapitel 01 Allgemeine Begriffe

Unterdrückung von trans\* und nichtbinären Menschen. Auch Cisnormativität zieht sich durch alle Bereiche der Gesellschaft, von Medizin über bürokratische Verfahren bis hin zu automatischen Annahmen über die Pronomen des Gegenübers in sozialen Interaktionen.

**DYANORMATIVITÄT** bezeichnet die meist stillschweigende Annahme, dass alle Menschen körperlich in ein binäres Geschlechtssystem fallen oder fallen sollten. Dyadisch bezeichnet dabei alle Menschen, die nicht inter\* sind. Ein Teil dieser Annahme ist zum Beispiel, dass die meisten Menschen automatisch davon ausgehen, nicht inter\* zu sein, aber die wenigsten von uns tatsächlich z.B. über ihre Chromosomen Bescheid wissen. Eine Folge von ihr ist, dass inter\* Menschen oft schon im Kindesalter ohne Einverständnis und medizinische Notwendigkeit operiert werden, um ihren Körper einem binären Geschlecht anzupassen. Auch darüber hinaus erleben inter\* Personen oft Diskriminierung im Gesundheitssystem.

**ALLONORMATIVITÄT** bezeichnet die gesellschaftliche Annahme, dass alle jugendlichen und erwachsenen Menschen sexuelles Verlangen empfinden und gerne sexuellen Aktivitäten mit anderen Personen nachgehen, bzw. dass die Menschen, für die sexuelle Erfahrungen unwichtig sind, etwas Wesentliches verpassen. Diese Denkweise marginalisiert Menschen auf dem asexuellen Spektrum und ihre Lebensrealitäten. Allonormativität manifestiert sich zum Beispiel darin, dass Personen auf dem asexuellen Spektrum bspw. hormonelle und/oder psychische Probleme unterstellt werden.

**AMATONORMATIVITÄT** bezeichnet die gesellschaftliche Annahme, dass alle jugendlichen und erwachsenen Menschen romantische Interessen haben und romantische Beziehungen anstreben. Sie geht oftmals damit einher, romantische Beziehungen zu idealisieren und über andere zwischenmenschliche Beziehungen zu erheben. Dies zeigt sich zum Beispiel an den rechtlichen und gesellschaftlichen Privilegien verheirateter Paare. Amatonormativität marginalisiert Menschen auf dem aromantischen Spektrum und ihre Lebensrealitäten. Amatonormativität ist so allumgreifend in unserer Gesellschaft, dass Menschen auf dem aromantischen Spektrum häufig erst spät zu dieser Identität finden.



## Kapitel 01 Allgemeine Begriffe

„MONO“-NORMATIVITÄT bezeichnet die Wissensproduktionen, Machttechnologien und Praktiken, die eine exklusiv dyadische (= zwei Personen betreffende) Struktur von Paarbeziehungen als elementare und »natürliche« Form des Zusammenlebens produzieren. Nicht-monogame Konstellationen werden demgegenüber pathologisiert und als Effekt oder Verursachung eines Mangels oder Persönlichkeitsdefizits interpretiert.“ (Pieper und Bauer in Polyamorie: Mono-Normativität – Dissidente Mikropolitik – Begehren als transformative Kraft?).

Ein Beispiel für Mono-Normativität ist, dass der Satz „Ich habe eine\*n Freund\*in“ als Antwort auf geäußertes romantisches und/oder sexuelles Interesse (zum Beispiel einen Flirtversuch) nahezu universell als Ablehnung dieses Interesses verstanden wird. Genauso wird, wenn zwei Menschen sich entscheiden „zusammen zu sein“, oft nicht ausgehandelt, was das bedeutet (monogam, offen oder poly usw.), sondern es wird davon ausgegangen, dass es sich ab dem Zeitpunkt um eine monogame Beziehung handelt und Abweichungen davon als „fremdgehen“ zu verurteilen sind.

HOMONORMATIVITÄT beschreibt die Übernahme und das Ausleben heteronormativer Ideale durch queere Gemeinschaften statt eines Aktivismus gegen die damit einhergehenden Machtstrukturen. Diese Anpassung und Entpolitisierung findet überwiegend bei den Menschen statt, die unauffällig normativ leben können und marginalisiert so viele poly, ace, aro, trans\*, nichtbinäre und inter\* Personen innerhalb queerer Gemeinschaften.

Kapitel 02  
Inklusivere  
Sprache

# Inklusivere Sprache

### WARUM SOLLTEN WIR UNS ÜBERHAUPT UM INKLUSIVE SPRACHE BEMÜHEN?

Zwischen unserer Sprache und unserem Denken, Handeln und der Gesellschaft bestehen wechselseitige Zusammenhänge. Auf dieser Basis prägen hierarchische und diskriminierende Strukturen, die unsere Gesellschaft durchziehen, auch unsere Ausdrucksweise. So wird beispielweise eine ganz bestimmte Lebensrealität, nämlich die von weißen, dyadischen, cis, hetero, allosexuellen, alloromantischen, monoamouren, nicht behinderten Männern meist als der Standard angesehen, was sich u.a. im sogenannten Generischen Maskulinum niederschlägt. Sprache kann umgekehrt aber auch ein machtvolleres Mittel sein, um genau diese Strukturen zu durchbrechen, indem marginalisierte Personengruppen und Lebensrealitäten sichtbar gemacht werden.

### WELCHE ARTEN GIBT ES, SPRACHE INKLUSIVER ZU GESTALTEN?

Die wichtigsten Punkte sind inklusives Gendern, das Verwenden korrekter Anreden, Namen und Pronomen und das Vermeiden diskriminierender Begriffe. Gerade letzteres bezieht sich auf weit mehr als Geschlecht.

### WELCHE ARTEN DES GENDERNS GIBT ES - UND WELCHE SOLLTE ICH BENUTZEN?

Unter den vielen Möglichkeiten Gender sprachlich (nicht) zum Ausdruck zu bringen, solltet ihr die zwei folgenden auf jeden Fall vermeiden:

- **GENERISCHES MASKULINUM** wird nicht neutral verstanden, selbst wenn es so gemeint ist. Diese Tatsache ist sowohl durch Erfahrungen marginalisierter Menschen als auch durch akademische Forschung vielfach bestätigt.
- **GENDERGERECHTE SPRACHE** wird meist so verstanden, dass aktiv feminine und maskuline Formen genannt werden, um sich somit nicht auf ein

## Kapitel 02 Inklusivere Sprache

generisches Maskulinum zu beschränken. Ein Beispiel dafür wäre „Teilnehmerinnen und Teilnehmer“, „TeilnehmerInnen“ (Binnen-I) oder „Teilnehmer/innen“, da ein Schrägstrich normalerweise als „oder“ verstanden wird. Die Problematik mit vielen „gendergerechten“ Formulierungen ist, dass sie Binarität implizieren. Dass hier nur weibliche und männliche Formen genannt werden, macht nicht-binäre Menschen aktiv unsichtbar.

Deshalb verwenden wir hier am liebsten solche Formulierungen, die aktiv Menschen aller Geschlechter inkludieren oder aber völlig geschlechtsneutral sind. Wichtige Beispiele dafür sind:

- **GENDERGAP** ist das sprachliche Korrelat der geschriebenen Formen „Schüler\_innen“, „Schüler\*innen“ oder „Schüler:innen“. Hier wird an der Stelle des Unterstrichs bzw. des Sternchens eine kleine sprachliche Pause gemacht, um gleichzeitig mit den explizit genannten weiblichen und männlichen Suffixen auch auf das Spektrum der Geschlechter aufmerksam zu machen. Es finden rege Diskussionen dazu statt, welche der drei schriftlichen Formen die inklusivste darstellt. Dabei geht es u.a. um die Sichtbarkeit nicht-binärer Menschen (ein Sternchen fällt zum Beispiel sehr auf, während ein Doppelpunkt leicht übersehen wird). Ein weiteres Thema ist Lesbarkeit, insbesondere für Menschen mit Legasthenie und Personen, die Screenreader verwenden. Derzeit ist die Schreibweise mit Sternchen am weitesten verbreitet und wird empfohlen, da sie vergleichsweise barrierearm ist.
- **NEUTRALE/ENTGENDERNDE ENDUNGEN**, also -x, -ex, -y oder -i. Diese Suffixe können an Worte gehängt werden, um sie so von ihrer Geschlechtsspezifität zu befreien. Beispiele sind „Alumnx“ oder „Mitbewohni“. Diese Formen weisen aktiv darauf hin, dass das Geschlecht der genannten Personengruppe keine Relevanz für die eigentliche Aussage hat.
- **PERSON, MENSCH, TÄTIGKEIT** - es bestehen immer auch Möglichkeiten, Menschen (nicht stereotypisierend) über ihre Eigenschaften oder Handlungen zu identifizieren und Geschlecht ganz auszusparen. Zum Beispiel „der Mensch, der gerade zu uns herübergesehen hat“, „die Person mit den kurzen roten Haaren“, „lesende Menschen“ statt „Leser\*innen“. Dies kommt unserem Wissensstand nach einer inklusiven, diskriminie-



## Kapitel 02 Inklusivere Sprache

rungsfreien Sprache am nächsten, indem wirklich alle Personen, und nicht nur solche mit (bestimmten) Geschlechtern gemeint sind. Daneben setzen diese Formulierungen den Menschen als Menschen selbst an die erste Stelle - ohne ihn über sein Geschlecht zu definieren.

### WAS SOLLTE ICH ÜBER PRONOMEN WISSEN?

Alle Personen entscheiden grundsätzlich selbst darüber, ob bzw. welche Pronomen für sie verwendet werden.

Neben den binären Standardpronomen „sie/ihr“ und „er/ihm“ können Menschen auch „es/sein“ oder „es/ihr“, „they/them“ oder Neopronomen benutzen. Beispiele dafür sind dey (dey, deren, demm, demm), xier (xier, xies, xiem, xien), oder nin (nin, nims/nimse, nim, nin). Diese Aufzählung ist bei weitem nicht erschöpfend; eine längere Liste findet sich bspw. hier.

Manche Personen verwenden auch Teile oder Buchstaben ihres Namens, andere überlegen sich neue, individuelle Pronomen. Weitere Menschen verwenden wiederum gar keine Pronomen. In diesem Fall wird meistens der Name nicht durch das Pronomen ersetzt, sondern einfach an jeder relevanten Stelle verwendet.

Einige Menschen verwenden mehrere oder alle Pronomen; teilweise mit, teilweise ohne eine Präferenz. In diesem Fall sollten natürlich auch alle gewünschten Pronomen verwendet und durchgewechselt werden (inklusive denen, die ggf. nicht zu eigenen Vorurteilen über das mit Pronomen korrelierende Aussehen passen).

### WIE FINDE ICH HERAUS, WELCHE PRONOMEN EINE PERSON BENUTZT?

Pronomen können einer Person unmöglich von außen angesehen werden. Daher ist es auch sinnvoll, sie bei einer Vorstellung direkt mitzunennen (dazu besteht allerdings auch keine Pflicht - es ist in Ordnung, Pronomen gar nicht oder nur bestimmten Personen mitzuteilen). Wenn die

## Kapitel 02 Inklusivere Sprache

Pronomen einer Person unbekannt sind, kann stattdessen einfach ihr Name verwendet werden. Auf keinen Fall sollte versucht werden, sie zu "erraten".

Nachfragen sollten mit der nötigen Sensibilität geschehen. Außerhalb einer gegenseitigen Vorstellung kann dies insbesondere für trans\* Menschen sehr unangenehm sein. Auf jeden Fall sollten zunächst (nochmal) die eigenen Pronomen genannt und es akzeptiert werden, wenn das Gegenüber diese nicht (nochmal) teilen möchte.

### WAS MACHE ICH, WENN ICH VERSEHENTLICH DIE FALSCHEN PRONOMEN VERWENDET HABE?

Die falschen Pronomen oder falsche geschlechtszuweisende Wörter (z.B. „Bruder“, „Freundin“) zu benutzen, nennt sich misgendern.

Eine gute Reaktion, wenn ihr jemanden versehentlich misgendert, ist, sich schnell zu entschuldigen, sich kurz zu korrigieren und dann das Gespräch normal und mit den korrekten Pronomen weiter zu führen. Dadurch macht ihr klar, dass ihr den Fehler bemerkt habt und dass es euch wichtig ist, die korrekten Pronomen zu benutzen. Eine ausführliche Antwort auf eine ähnliche Frage findet ihr hier.

### WIE KANN ICH MEINE SPRACHE INKLUSIV IM BEZUG AUF DEN MENSCHLICHEN KÖRPER GESTALTEN?

Entscheidend für das Geschlecht einer Person sind nicht körperliche Merkmale, sondern ihre Geschlechtsidentität.

Vulva und Vagina, Uterus und Eierstöcke, Zyklus, Menstruation und Schwangerschaften, Brüste und Stillen, Penis, Prostata und Hoden, Bartwuchs, Eizellen und Spermienzellen, XY-Chromosomen und XX-Chromosomen und alle weiteren Organe, Zellen, Merkmale oder biologischen Funktionen können dementsprechend bei Menschen aller Geschlechter vorkommen.

## Kapitel 02 Inklusivere Sprache

Ein Mann kann somit einen Uterus haben, Tampons verwenden und mit der Spirale verhüten, eine Frau kann eine Prostata haben und dementsprechende Vorsorgeuntersuchungen wahrnehmen müssen. Dies gilt für einige trans\* und inter\* Personen, es gibt aber natürlich auch dyadische cis Frauen mit Bartwuchs oder ohne Uterus, und dyadische cis Männer mit Brüsten. Auch auf nichtbinäre Menschen kann all das zutreffen oder nicht zutreffen.

Inklusive Sprache beschränkt biologische Merkmale und Funktionen daher nicht auf Menschen mit bestimmten Geschlechtern. Beispiele sind “Personen mit Uterus”, “Menschen mit Penis”, “Raum zum Stillen”.

Die Formulierungen “biologische Frau” und “biologischer Mann” sind trans\*feindlich. Ein Mann ist ein Mann, eine Frau ist eine Frau und eine nichtbinäre Person ist eine nichtbinäre Person. Die genannten Phrasen werden von trans\*feindlichen Menschen oft genutzt, um trans\* Personen zu invalidieren und ihnen Zugang zu bestärkenden Räumen zu verweigern.

### WIE KANN ICH DISKRIMINIERENDE BEGRIFFE VERMEIDEN?

Verschiedene Arten von Begriffen können diskriminierend wirken:

1. Neutrale Begriffe, die eine marginalisierte Gruppe bezeichnen, beleidigend oder abwertend zu verwenden,
2. Begriffe, die sich auf eine marginalisierte Gruppe beziehen und als Begriff an sich beleidigend oder abwertend konnotiert sind (auch Slurs genannt).

Der Übergang ist fließend. Begriffe und Bedeutungen können sich zudem mit der Zeit verschieben.

## Kapitel 02 Inklusivere Sprache

Es gibt viele Begriffe, die oft „so daher gesagt“ werden oder harmlos wirken, aber zum Beispiel rassistisch oder ableistisch sind. Gerade Ableismus wird oft reproduziert, indem z.B. Bezeichnungen wie lahm oder blind als negative Metaphern verwendet werden. Ein guter Weg, dies zu vermeiden, ist, aktiv darüber nachzudenken und zu recherchieren, welche Bedeutungen negativ verwendete Wörter haben und sich Alternativen zu überlegen.

### OKAY, ABER WAS IST MIT RECLAIMEN? WAS IST ÜBERHAUPT RECLAIMEN?

Reclaimen bedeutet, dass Begriffe, die in der Gesellschaft negativ besetzt sind oder als Beleidigung verwendet werden, aus marginalisierten Communities heraus aktiv als Selbstbezeichnung verwendet und so wieder positiv besetzt werden. Diese Begriffe können schon immer beleidigend gemeint gewesen oder erst mit der Zeit geworden sein, bevor sie wieder reclaimt wurden.

Wichtig ist, dass Begriffe nur von den Menschen reclaimt werden können, die von der negativen/beleidigenden Nutzung des Begriffs gemeint und betroffen sind. Erst nach längerer Zeit setzt sich in einigen Fällen die positive oder neutrale Verwendung auch in der Gesellschaft durch, wie zum Beispiel bei queer. Nur dann ist es okay, die Begriffe auch als Fremdbezeichnung zu verwenden.

### WO KANN ICH MEHR LERNEN?

Hier.



Kapitel 03  
Lesbisch

# Lesbisch

### WAS BEDEUTET LESBISCH SEIN?

Häufig werden homosexuelle Frauen als Lesben bezeichnet, der Begriff schließt allerdings weitaus mehr Menschen ein. So gibt es auch nicht-binäre Lesben - nicht-binäre Menschen sind schon immer Teil der lesbischen Community gewesen. Und auch trans\* Männer, von denen manche sich vor ihrem trans\* Coming Out als Butch identifiziert haben, können zu lesbischen Subkulturen gehören.

Darüber hinaus gibt es auch asexuelle und aromantische lesbische Personen. Nicht alle Lesben empfinden sexuelle und/oder romantische Anziehung zu Frauen und/oder nichtbinären Menschen. Es gibt asexuelle homoromantische Lesben, aromantische homosexuelle Lesben und auch asexuelle aromantische Lesben, die bspw. platonische Anziehung zu Frauen und/oder nichtbinären Personen empfinden.

### WAS BEDEUTEN DIE BEGRIFFE FEMME UND BUTCH?

Der Begriff Femme wird verwendet, um feminine Lesben - also Lesben, die stereotyp weiblich gelesen werden - zu beschreiben. Dies zeigt sich unter anderem im Verhalten und im Kleidungsstil. Der Begriff kommt aus dem Französischen und bedeutet „Frau“. Femmes erfahren leider häufig Diskriminierung, da sie oft nicht als lesbisch gelesen, sondern als heterosexuell verkannt werden, weil sie nicht den vorherrschenden lesbischen Klischees entsprechen.

Als Butch wird eine maskulin wirkende Lesbe bezeichnet. Dies kann sich unter anderem in Körpersprache und einem androgynen Kleidungsstil zeigen. Auch Butches können Diskriminierung erfahren, indem ihnen zum Beispiel die Weiblichkeit abgesprochen wird.

In der Lesbencommunity existieren genauso Butch-Butch- und Femme-Femme-Beziehungen wie Butch-Femme-Beziehungen. Außerdem finden sich, wie bei eigentlich jedem Label, nicht alle Lesben in einer der Bezeichnungen wieder.

### WOFÜR STEHT DYKE\* UND WAS IST EIN DYKE\* MARCH?

Dyke\* wird im Englischen als ein umgangssprachlich als Synonym für Lesbe verwendet. Ursprünglich wurde es als homofeindliche Beleidigung für (Butch-)Lesben verwendet, allerdings haben sich viele Lesben den Begriff angeeignet und in eine positive Selbstbezeichnung umgedeutet. Er impliziert Durchsetzungsvermögen und Stärke oder wird einfach als neutrales Synonym für Lesbe verwendet.

Ein Dyke\* March ist eine Demonstration für lesbische Sichtbarkeit. Dyke Marches sollen vor allem zu Aktivismus in der Lesbencommunity ermutigen und auf die Forderungen der Lesbencommunity aufmerksam machen. Ursprünglich kommen Dyke\* Marches aus den USA und Kanada. Inzwischen finden sie aber auch in immer mehr deutschen Städten statt. Terminlich sind sie häufig nahe dem CSD gelegen.

### WIE IST DIE SITUATION FÜR LESBEN IN DEUTSCHLAND HEUTE?

Einerseits akzeptieren immer mehr Menschen gleichgeschlechtliche Liebe oder behaupten das zumindest. Seit dem 1. Oktober 2017 können gleichgeschlechtliche Paare heiraten.

Andererseits finden es immer noch mehr Menschen unangenehm, wenn sich zwei Frauen küssen, als wenn das ein Mann und eine Frau tun. In den Medien werden Lesben nicht adäquat repräsentiert. Im Beruf werden 30% der homosexuellen Menschen diskriminiert, auch die Anzahl queerfeindlicher Übergriffe steigt. Wenn zwei verheiratete Frauen zusammen ein Kind bekommen, wird die Co-Mutter nicht automatisch als zweites Elternteil anerkannt. Stattdessen muss sie ihr Kind erst adoptieren, was ein nicht-biologischer Vater in einer vergleichbaren Konstellation nicht muss.

### WO KANN ICH MEHR ERFAHREN?

- Politische und ausführliche rechtliche Informationen für queere Menschen.
- Busenfreundin Podcast oder Magazin
- <https://radiantbutch.medium.com/non-binary-lesbians-have-always-existed-7db6b9e7e646>
- Das Buch „Stone Butch Blues“ von Leslie Feinberg beleuchtet das Leben in der Lesbencommunity in Amerika in den 1970er Jahren. Triggerwarnung: Queerfeindlichkeit und sexualisierte Gewalt.



Kapitel 04  
Schwul

# Schwul

### WAS BEDEUTET DAS WORT SCHWUL UND WIE HAT ES SICH ENTWICKELT?

Das Wort schwul ist heute umgangssprachlich weit verbreitet. Tatsächlich verbirgt diese Nutzung jedoch eine weit komplexere historische Entwicklung wie auch aktuelle Bedeutung des Begriffs, die häufig weit über Sexualität hinaus geht.

Die theoretisch allgemeinste Bezeichnung für romantische/sexuelle Anziehung zu Männern und/oder Männlichkeit ist androromantisch/-sexuell; der Begriff schwul nimmt darüber hinaus auch Bezug auf das eigene Geschlecht. Neben Männern nutzen auch nichtbinäre Personen schwul als Selbstbezeichnung. Mit u.a. gay, homosexuell und queer sind laut Umfragen viele weitere Label in Verwendung. Das Wort gay wird aufgrund seiner positiven Konnotation teils auch von Lesben genutzt.

Etymologisch geht das Wort schwul vermutlich auf das niederdeutsche „schwul“ für „drückend heiß“ zurück und wurde in dieser Konnotation im 19. Jahrhundert – vermutlich in Anlehnung an „warme Empfindungen“ für gleichgeschlechtliche Personen – auf Menschen übertragen.

Historisch wurde das Wort schwul früher unter anderem aber auch in kriminologischen Werken benutzt. In „Das deutsche Gaunertum“ von Avé-Lallemant (1862) oder in der „Encyclopädie der Kriminalistik“ von Gross (1901) wird es in Zusammenhang mit Päderastie (Knabenliebe) gebracht, möglicherweise eine Erklärung für diese sich hartnäckig haltende Diskriminierung schwuler Personen.

Aktuell wird das Wort schwul insbesondere in der Jugendsprache oft auch als abwertendes Adjektiv als Gegensatz zu „geil“ verwendet, in der Regel ohne explizit homosexuelle Konnotation. Es wird darüber hinaus als abwertendes Schimpfwort benutzt, um schwule Beziehungen oder Menschen zu diffamieren.

### WER NENNT SICH SELBST SCHWUL? UND WARUM?

Schwul hat sich als Selbstbezeichnung nicht so weit durchgesetzt wie gay im englischsprachigen Raum. Die Gründe sind vielfältig, gerade deshalb kann es jedoch befreiend sein, sich die Wortbedeutung anzueignen und das Wort schwul umzudeuten. Schwul ist auch bedeutungsreicher als die Bezeichnung homosexuell - schließlich äußert sich die Anziehung zwischen Menschen in einer Beziehung in der Regel nicht nur sexuell, sondern hat viele weitere Komponenten.

Es gibt auch schwule aromantische und/oder asexuelle Menschen. Asexuelle Personen bezeichnen sich in diesem Kontext oft als homoromantisch, aromantische Personen können homosexuell sein. Es gibt auch asexuell aromantische Menschen, die mit schwul andere Arten ihrer Anziehung benennen, bspw. platonische oder sensuelle. Es gibt auch öffentliche Organisationen und Interessenverbände, welche schwul im Namen tragen. Dazu zählt zum Beispiel der Lesben- und Schwulenverband.

### IST SCHWUL SEIN EINE IDENTITÄT?

Auf die Frage nach einer schwulen Identität gibt es so viele Antworten wie schwule Menschen. Eine persönliche Identität enthält unendlich viel mehr Facetten als Sexualität, romantische oder erotische Bedürfnisse. Dennoch gibt es fern der persönlichen Ebene ein eingeschränktes Ja als Antwort auf diese Frage - schwul wird durch den Blick von außen zu einem Identitätsbegriff. Dazu gehören nicht nur Klischees und Schubladendenken, welche hier keinen Platz verdient haben. Auch die Organisation schwuler Menschen in Vereinen, zu Protesten oder der gesellschaftliche und politische Kampf um rechtliche Gleichbehandlung und Akzeptanz trägt dazu bei, dass sie als eine Gruppe gesehen werden. Nach Ansicht des Autors bedeutet schwul sein also auch, Teil dieses schwulen öffentlichen Lebens zu sein und geht damit sogar noch über eine Facette persönlicher Identität hinaus. Leider ist der Zugang zu diesen öffentlichen Räumen teilweise an körperliche Normvorstellungen wie zum Beispiel Cisnormativität geknüpft.

### WAS BEDEUTET ES, ZU SEINER IDENTITÄT ALS SCHWULER MENSCH ZU FINDEN?

Die Suche nach einem persönlichen Ausdruck für Liebe und Leidenschaft wird nicht in einem Tag vollführt. Schwule Menschen – oder im Allgemeinen queere Menschen – erfahren in ihrem Leben häufig etwas, das landläufig als Coming Out bezeichnet wird. Mit diesem Begriff soll dem Umstand Rechnung getragen werden, dass sich die entsprechende Person dem durch die gesellschaftlichen Normen vorgezeichneten Weg widersetzt, aus sich herauskommt und ihrer Umgebung zum ersten Mal ihre Individualität präsentiert.

Es bedeutet, öffentlich über seine queere Identität zu sprechen oder diese zu zeigen. Das geschieht vielleicht vor den Eltern oder Großeltern oder den eigenen Freund\*innen. Still nehmen wir an, dass Menschen sich vom Druck befreien, als heterosexuell angesehen zu werden und zu einer neuen, schwulen Identität stehen. Doch so einfach ist es selten - Menschen entwickeln ein Selbstverständnis, stellen es aber laufend in Frage und ändern es wieder.

Der zugrundeliegende Selbstfindungsprozess ist auch nicht notwendigerweise nach außen gerichtet, wie die Formulierung Coming Out andeutet, sondern kann ebenfalls eine intensive Phase der Selbstreflexion sein, die mit anderen Menschen geteilt werden kann, aber nicht muss. Oft ist die unmittelbare Reaktion des engeren persönlichen Umfeldes weichenstellend und entscheidet darüber, wie die Person in Zukunft mit ihrer Identität umgehen kann. Sollten sich Menschen aus dem engeren Umfeld also in einer solchen Phase befinden und das mitteilen, sollte dies als großer Vertrauensbeweis gesehen werden.

### WIE GESTALTET SICH SCHWULES ZUSAMMENLEBEN?

**AN SCHULEN UND UNIVERSITÄTEN** Im studentischen Milieu und inzwischen auch an manchen Schulen sind schwule Menschen oft in queeren Referaten organisiert. Diese sind offizieller Bestandteil der Studieren-

## Kapitel 04 Schwul

denvertretung und genießen dadurch die institutionelle Unterstützung der (Hoch-)Schule. Je nachdem, wie aktiv die Mitglieder des Queer-Referates sind, werden zum Beispiel Gesprächsrunden, gesellige Abende, Cafés und Parties organisiert. Außerdem gibt es oft „Buddy“-Programme für Menschen, die sich noch nicht so intensiv mit ihrer möglicherweise schwulen Identität beschäftigt haben und sich deshalb schwer tun, in queeren Kontexten Anschluss zu finden. An Hochschulorten lohnt es sich oft nach einem Queer-Referat Ausschau zu halten.

**IM INTERNET** Online-Netzwerke und insbesondere Online-Dating haben in schwulen (oder allgemein queeren) Kontexten eine größere Bedeutung als anderswo, einfach weil die Wahrscheinlichkeit, „zufällig“ potenzielle Partner zu treffen, deutlich kleiner ist. Tinder hat z.B. auch eine große schwule Nutzerbasis und wird oft als weniger sexualisiert wahrgenommen als in hetero-Kontexten. In der App Grindr können schwule Menschen dagegen explizite Angaben zu sexuellen Vorlieben machen und die Kontaktaufnahme ist vergleichsweise niederschwellig. Auf der anderen Seite des Spektrums finden sich Apps wie OkCupid und Bumble, die damit werben, dass vor allem Interessen und Charaktereigenschaften abgefragt und nicht nur Bilder geteilt werden. Außerdem gibt es noch Internetseiten wie DBNA (Du Bist Nicht Allein), die sich vor allem an Jugendliche richten, die noch keine oder wenig Erfahrung haben und im Schutz der Anonymität nach Gesprächen und Gleichgesinnten suchen. Für schwule Menschen mit einem generellen Interesse an Online-Kommunikation gibt es also mit großer Wahrscheinlichkeit ein passendes Portal.

**IN BARS UND KLUBS** In vielen Städten existieren, teils seit Jahrzehnten, Bars, Klubs und Cafés mit vorwiegend schwulem (teils auch allgemein queerem) Publikum. Die auch historisch sehr hohe Relevanz dieser Treffpunkte bestand (und besteht) u.a. darin, Schwulsein in einem akzeptierenden Umfeld offen ausleben zu können. Damit waren diese Orte auch einige der wenigen, an denen sich schwule Menschen kennenlernen und neue, schwule Kultur entstehen konnte. Heute sind Cafés und Klubs weiterhin wichtiger Bestandteil des schwulen Zusammenlebens. Häufig genug entsteht in solchen Einrichtungen Subkultur innerhalb der Subkultur, sei es durch wiederkehrende Veranstaltungen oder eine Stammkund-

## Kapitel 04 Schwul

schaft. Damit können sie auch identitätsstiftend sein. Bekannte Einrichtungen sind zum Beispiel das SchwuZ in Berlin, das Café Anyway in Köln oder die monatlich stattfindende Himbeerparty in Mannheim.

**AUF DER STRASSE** Für die schwule Befreiungsbewegung sind der Christopher Street Day bzw. die Pride Paraden historisch und auch heute noch von großer Bedeutung. Da sie alle queeren Menschen involvieren, findest du an anderer Stelle dazu einen eigenen Abschnitt. Der Kampf um Anerkennung und gegen Diskriminierung wird an mehr als einem Tag im Jahr auf der Straße ausgetragen. Zum Beispiel sind schwule Communities auch Teil des Internationalen Tags gegen Homo-, Bi-, Inter\*-, Trans\*-, A\*- und allgemeine Queerfeindlichkeit (IDAHOBITAQ\*).

**IN DER POPKULTUR** Während in der Vergangenheit schwule Charaktere in Film, Fernsehen und Serien oft nur in Verbindung mit stereotypen Problemkontexten wie sexuell übertragbaren Krankheiten, struktureller Diskriminierung und gescheiterten Coming-Out-Situationen auftauchten, gibt es seit einigen Jahren erfreulicherweise immer wieder Erzählungen, in denen schwule Charaktere als selbstverständlicher und willkommener Teil der Geschichte vorkommen. Jüngere Beispiele sind die Serien „Queer as folk“, „Love, Victor“ und „All you need“, die Filme „Die Mitte der Welt“, „Call me by your name“ und die TV-Sendungen „Prince Charming“ und „Let’s Dance“.

Auch in der Musikbranche gibt es immer häufiger selbstverständlich homofreundliche Anspielungen. Explizite Texte kommen unter anderem in der Musik von „RuPaul’s Drag Race“ und beim Künstler „Todrick Hall“ vor.

Immer wieder kommt es außerdem zu Outing-Wellen bei Personen des öffentlichen Lebens, um die Sichtbarkeit von queeren und damit auch schwulen Charakteren zu stärken, in Deutschland zuletzt bei Schauspieler\*innen unter dem Hashtag #actout.



### IST SCHWUL SEIN NORMAL?

Der Großteil der Menschen zeigt kein sexuelles oder romantisches Interesse am gleichen Geschlecht, das heißt schwul sein ist nicht normal im Sinne von der Norm entsprechend. Schwule Menschen sind aber ein natürlicher und in diesem Sinne normaler Bestandteil einer normalverteilten Gesellschaft. Dies kann auch auf nicht-menschliche sozial organisierte Populationen zutreffen.

### WELCHE DISKRIMINIERUNG ERLEBEN SCHWULE MENSCHEN?

Diskriminierung begleitet den Lebensweg vieler Menschen mit queerer Identität. Mit jeder persönlichen Geschichte sind andere Erfahrungen verknüpft - es ist also wichtig für die Erlebnisse Einzelner sensibel sein und nicht zu versuchen, vom Allgemeinen auf das Persönliche zu schließen. In dieser Vielfalt individueller Erfahrungen finden sich jedoch Gemeinsamkeiten in Abhängigkeit von der Kultur und der Zeit:

Da ist der andauernde Kampf gegen die Verfolgung und für eine Gleichberechtigung von schwulen Menschen. Es brauchte und braucht einen solchen Kampf, da gleichgeschlechtliche Beziehungen häufig gezielt unterdrückt wurden und werden. In Deutschland geschah dies bis zu seiner Aufhebung im Jahr 1994 lange durch den Paragraphen 175 des Strafgesetzbuches, der sexuelle Handlungen zwischen Personen männlichen Geschlechts unter Strafe stellte (vgl. <https://www.bpb.de/politik/hintergrund-aktuell/180263/1994-homosexualitaet-nicht-mehr-straefbar>).

In vielen Teilen der Welt ist die staatliche Verfolgung von Schwulen bittere Realität, durch gezielte Stigmatisierung, Marginalisierung und auch die Konstruktion von Straftatbeständen, die mit Gefängnis oder dem Tod belegt werden. Dies geschieht, um nur wenige Beispiele zu nennen, durch politische und religiöse Vereinigungen in den USA und dem Vereinigten Königreich, durch gezielte staatliche Diffamierung in Polen und Russland oder durch die Todesstrafe beispielsweise in Saudi-Arabien.

## Kapitel 04 Schwul

In Deutschland werden schwule Partnerschaften heute deutlich weniger institutionell unterdrückt als zu Zeiten des Paragrafen 175. Viele homo-feindliche Gesetzestexte wurden geändert. Dennoch verbleiben bis heute u.a. Stellen, die versäumen, queere Menschen vor Diskriminierung zu schützen (für weitere Informationen vgl. zum Beispiel die Initiative „Grundgesetz für alle“ <http://grundgesetz-für-alle.de/>).

Benachteiligung und Gewalt bleiben Lebensrealität schwuler Menschen. Beispiele sind Eltern, die ihr Kind von einem Coming Out abhalten oder es danach verstoßen. Oder ein heteronormatives Umfeld in der Schule, an der Uni oder auf der Arbeit, in welchem für queere Lebensweisen kaum Platz bleibt. Und viel zu oft auch Mobbing und körperliche Gewalt.

Hasskriminalität führt zu einer laufend länger werdenden Liste homo-feindlicher Gewalttaten. Männer, die auf offener Straße Hand in Hand gehen, werden in Deutschland immer noch verbal oder körperlich attackiert. Auch deshalb braucht es starke Allies, die sich gemeinsam gegen solche Verbrechen stellen. Um dich weiter zu informieren, bietet sich der Bericht des Lesben- und Schwulenverbands an.

Kapitel 05  
Bi, Pan und  
M-Spec

# Bi, Pan und M-spec

### WAS IST BI?

Bi zu sein bedeutet, romantische und/oder sexuelle Anziehung zu Menschen mehr als eines Geschlechts zu empfinden. Diese Anziehung wird nicht unbedingt gleich stark, gleichzeitig, oder auf dieselbe Art und Weise empfunden. Eine seltenere Definition ist die Anziehung zum eigenen und mindestens einem anderen Geschlecht. Menschen, die sich als bi identifizieren, meinen damit nicht automatisch Anziehung zu Männern und Frauen, da bi (anders, als die Wortherkunft vermuten ließe) nicht auf zwei beschränkt sein muss und sich auch nicht auf veraltete Vorstellungen von einem binären Geschlechtersystem bezieht.

Es gibt auch asexuelle und aromantische bi Personen, die beispielsweise asexuell und biromantisch, aromantisch und bisexuell, oder asexuell und aromantisch sind und bi zur Beschreibung bspw. ihrer platonischen oder sensuellen Orientierung nutzen.

### WAS IST PAN?

Pan zu sein bedeutet, romantische und/oder sexuelle Anziehung zu Menschen mehrerer oder aller Geschlechter zu empfinden. Auch hier gilt, dass die Anziehung nicht unbedingt gleich stark, gleichzeitig, oder auf dieselbe Art und Weise empfunden wird. Pan wird häufig verwendet, um hervorzuheben, dass Geschlecht für eine Person keine oder nur eine geringe Rolle bei der Anziehung spielt.

Es gibt auch asexuelle und aromantische pan Personen, die beispielsweise asexuell und panromantisch, aromantisch und pansexuell, oder asexuell und aromantisch sind und pan zur Beschreibung bspw. ihrer platonischen oder sensuellen Orientierung nutzen.

### WAS BEDEUTET M-SPEC?

Das Wort m-spec steht für multigender attraction spectrum. Es stellt ei-

nen Schirmbegriff (umbrella term) für alle Label, die Anziehung zu nicht nur einem Geschlecht beschreiben, dar. Da sich dies mit der häufigsten Definition von bi deckt, wird mit gleicher Funktion auch “bi+ umbrella” verwendet. Das wird manchmal kritisch gesehen, weil so mit bi eine der Identitäten aus dem Spektrum über die anderen gestellt wird.

### WELCHE WEITEREN IDENTITÄTEN FALLEN DARUNTER?

Es gibt viele Begriffe für m-spec Identitäten, zum Beispiel polysexuell (das kommt von poly (gr.) = viele und ist nicht dasselbe wie poly als Beziehungsform), omnisexuell (von omni (lat.) = alle), homoflexibel (überwiegend, aber nicht ausschließlich schwul/lesbisch), heteroflexibel (überwiegend, aber nicht ausschließlich hetero) und viele weitere. Auch manche Menschen, die für sich nur den Begriff queer oder keine Label für ihre Anziehung verwenden, können diesem Spektrum angehören. Die Label lesbisch und schwul werden von manchen Personen auch mit einem mspec-Charakter gebraucht, wenn explizit Frauen und nichtbinäre Menschen bzw. Männer und nichtbinäre Menschen gemeint sind.

Die Bedeutungen hinter all diesen Begriffen sind sehr individuell. Daher variieren sie oft stark und einzelne Begriffe lassen sich im Allgemeinen nicht definitorisch klar voneinander abgrenzen. Wichtig zu wissen ist, dass es viele verschiedene Selbstbezeichnungen gibt, die Anziehung irgendeiner Art zu mehr als einem Geschlecht fassen.

### WAS IST DER UNTERSCHIED ZWISCHEN BI UND PAN?

Die Begriffe bi und pan überschneiden sich und gehen ineinander über, eine klare Grenze gibt es nicht. Es geht bei der Trennung also eher um Konnotationen, die unterschiedlich stark empfunden werden können. Pan ist stärker als bi mit Unabhängigkeit von Geschlecht konnotiert. Doch auch manche bi Menschen empfinden ihre Anziehung auf diese Weise, und nicht alle pan Personen empfinden ihre als geschlechtsunabhängig. Pan impliziert für viele eher Fluidität, bi finden manche Menschen pas-

sender, wenn sie auch Unterschiede (zeitlich, Stärke, Art) der Anziehung ausdrücken möchten.

Im Begriff bi schwingt, historisch durch die Bildung des Begriffs bedingt, “zwei” mit, was einige Menschen mit veralteten binären Vorstellungen von Geschlecht verbinden. Die wenigsten bi Menschen verstehen bi jedoch auf diese einschränkende Art, auch historisch nicht. Sie haben eher dazu beigetragen, diese Vorstellungen aufzubrechen, als sie zu zementieren.

Letztendlich verbindet bi und pan Menschen Vieles. Der “eigentliche Unterschied” ist, mit welchem Begriff sich eine Person identifiziert.

### WARUM IDENTIFIZIEREN SICH DANN MANCHE MENSCHEN ALS BI UND ANDERE ALS PAN?

Oft geht es bei der Entscheidung für eins der beiden Labels um die persönliche Geschichte mit dem entsprechenden Begriff. Manchmal sind die Konnotationen entscheidend, die individuell unterschiedlich stark gewichtet werden. Manchmal stolpern Menschen aus Zufall über einen Begriff zuerst und behalten ihn dann, oder es ist einfach ein Bauchgefühl.

Während pan als Begriff recht neu ist, hat bi eine lange und bewegte Geschichte. Das bedeutet, dass pan manchmal erst erklärt werden muss, während bi auch für Menschen, die sich nicht gut auskennen, vertrauter ist. Weil dadurch aber auch mehr Vorurteile damit verknüpft werden, eckt bi teils leichter an - was andererseits als Potential zum Aufbrechen von Strukturen wahrgenommen werden kann. All dies können Gründe für und gegen die persönliche Identifikation sein.

### GIBT ES EINEN UNTERSCHIED ZWISCHEN BI UND BISEXUELL?

Einige Menschen benutzen bi nur für bestimmte Arten ihrer Anziehung aus dem Split Attraction Model (bspw. biromantisch) und bisexuell nur,



um speziell ihre sexuelle Orientierung zu beschreiben.

Bisexuell ist dabei der ältere Begriff und stammt aus dem medizinischen Bereich. Er wurde dann von der Community reclaimt und bezieht sich historisch nicht nur auf sexuelle Anziehung im engeren Sinne, sondern auch romantische und andere Gefühle. Auch heute wird bisexuell daher genau wie bi für Anziehung allgemein verwendet und ist nicht auf sexuelle Anziehung beschränkt.

### IST NICHT MONOSEXUELL/ROMANTISCH DAS GLEICHE WIE NICHT MONOAMOR?

Nein. Sexuelle Anziehung und Beziehungsformen sind zwei verschiedene Ebenen der eigenen Identität und voneinander unabhängig. M-spec Personen können also monoamorös, nonamorös, ambiamorös oder polyamorös sein und unterschiedliche Beziehungskonstellationen leben.

### WELCHE ARTEN VON DISKRIMINIERUNG ERFAHREN BI, PAN UND M-SPEC MENSCHEN?

[TW: sexualisierte Gewalt, Suizid]

All diese Identitäten haben gemeinsam, dass sie sowohl von der Mehrheitsgesellschaft als auch innerhalb queerer Communities Unsichtbarmachung erfahren, was meist als Erasure bezeichnet wird. Das bedeutet, dass ihre Orientierung nicht anerkannt, nicht ernst genommen, als Phase abgetan, hinterfragt oder über (Sexual-)Partner\*innen definiert wird. Dass Menschen diese Orientierungen oft gar nicht „auf dem Schirm“ haben, ist Teil von Erasure. Dazu gehört auch, diese Orientierungen zu relativieren und alle oder niemanden auf diesen Spektren verorten zu wollen.

Erasure ist auch in queeren Räumen sehr verbreitet: Im Aktivismus werden bi, pan und m-spec Menschen oft nicht mitgedacht (oft nicht einmal mitgenannt) oder sie werden aktiv ausgeschlossen, weil ihnen ihre Queerness und ihre Erfahrungen, besonders auch Diskriminierungser-

fahrungen, abgesprochen werden. In queeren Communities trifft solches Verhalten bi, pan und m-spec Menschen oft besonders empfindlich, weil sie dort eigentlich Schutz und Verständnis suchen.

Wie bi, pan und m-spec Menschen selbst sind ihre Diskriminierungserfahrungen oft unsichtbar. Viele glauben, dass sich ihre Diskriminierung auf Erasure und Vorurteile beschränke. Doch die Realität sieht sehr anders aus - bi Menschen erleben beispielsweise deutlich mehr sexualisierte und häusliche Gewalt als sowohl hetero- als auch homosexuelle Menschen ihres jeweiligen Geschlechtes. Diese Formen der Gewalt tauchen meist nicht in Diskriminierungsstatistiken auf, weil sie sich „im Privaten“ abspielen und nicht unbedingt mit verbalen Attacken gegen die queere Identität einhergehen. Doch die eklatanten Zahlen zeigen ein tiefgreifendes Muster, welches als Diskriminierung anerkannt und aufgearbeitet werden muss, wenn wir irgendetwas verändern wollen.

Bi, pan und m-spec Menschen sind oft mit Fetischisierung und einer großen Bandbreite an Vorurteilen konfrontiert, was sich auf verschiedene und häufig auch vom (gelesenen) Geschlecht abhängige Arten äußern kann. Dies trifft bi Menschen als sichtbarste und bekannteste dieser Gruppen besonders häufig, was allerdings vor allen Dingen darauf zurückzuführen ist, dass pan und weitere m-spec Identitäten noch stärker von Erasure betroffen sind. Denn Diskriminierung macht vor Labeln meist nicht halt.

Weil Diskriminierung sich nicht um Label schert, werden bi, pan und m-spec Menschen Opfer von oft als homofeindlich bezeichneter aber eigentlich queerfeindlicher Gewalt. Auch sie werden zum Beispiel angefeindet, wenn sie sich mit (vermeintlich) gleichgeschlechtlichen Partner\*innen im öffentlichen Raum bewegen. Auch sie werden beleidigt oder angegriffen, wenn ihr Outfit oder ihr Habitus als queer verstanden wird. Nach ihrem Coming Out werden sie nicht selten von Familien geächtet oder von Freund\*innen ausgegrenzt. Dieser Text soll jedoch zeigen, dass die Diskriminierung von bi, pan und m-spec Menschen sich keinesfalls auf Momente beschränkt, in denen ihre Identitäten für andere sichtbar sind.

Als Folge der verschiedenen Diskriminierungsmechanismen haben bi,

pan und m-spec Menschen ein deutlich höheres Risiko als homo- und heterosexuelle Menschen, an Depressionen und Angststörungen zu erkranken. Auch Suizidversuche sind häufiger. Ähnliches gilt für andere Minderheiten innerhalb der “queeren Community” wie zum Beispiel asexuelle Menschen, was von Minderheitenstress auch innerhalb der Minderheit zeugt.

### WIE VIELE MENSCHEN IDENTIFIZIEREN SICH SO?

Etwa 1% der Deutschen identifizieren sich als bisexuell. Die Zahl der Menschen, die sich überwiegend, aber nicht nur zu einem Geschlecht hingezogen fühlen, liegt mit etwa 3.5% etwas höher. Für pan und andere Identitäten liegen keine Zahlen vor, sie dürften aber darunter liegen.

Häufig wird behauptet, dass viel mehr oder sogar ein Großteil der Bevölkerung diesem Spektrum zugehörig ist. Solche Schätzungen hängen von der Definition und Art der Erhebung ab. Sie basieren nicht auf Selbstidentifikation, sondern z.B. auf Sexualkontakten oder gemessener Durchblutung der Genitalien beim Betrachten verschiedener Bilder (das sind sehr fragwürdige Studien). Es zirkulieren die Behauptungen, alle Menschen seien irgendwie bisexuell, oder aber alle Menschen seien “eigentlich” hetero- oder homosexuell, und wer etwas anderes denke, sei verwirrt oder wolle sich die eigene Sexualität nicht eingestehen. Beides sind unwissenschaftliche Behauptungen, die zu weiterer Marginalisierung führen.

### GIBT ES AUCH EINE KULTUR RUND UM BI, PAN UND M-SPEC?

Menschen, die bi, pan und m-spec sind, sind Teil queerer Communities und queeren Aktivismus, seit es diese gibt. Immer wieder wurden sie jedoch von diesen ausgeschlossen, zum Beispiel als Folge lesbisch-separatistischer Bewegungen in den 70ern. Zudem bildeten sich immer wieder Gruppen und aktivistische Kollektive, gerade in größeren Städten, insbesondere im englischsprachigen Raum. Diese bestehen fort, auch wenn sie nie dieselbe Sichtbarkeit erlangen und sich nicht so stark als Institutio-



## Kapitel 05 Bi, Pan und M-Spec

nen etablieren konnten, wie dies oft für lesbische und schwule Organisationen der Fall war. Da bi die älteste der Bezeichnungen ist, haben gerade offline Räume häufig um den Begriff bi oder bisexuell gebildet, was aber nicht automatisch heißt, dass pan oder m-spec Menschen dort keinen Platz haben!

Es gibt auch eine vielfältige online-Kultur um diese Identitäten. Insbesondere pan hat eine lange Geschichte in verschiedenen online Spaces. Teil der bi, pan und m-spec spaces ist auch eine florierende Meme-Kultur. Aus diesen Memes haben sich inzwischen auch (zunächst eher halb-ironische) kulturelle Marker rund um bi, pan und m-spec Identitäten entwickelt.

Eine klare Abgrenzung zwischen bi-, pan- und m-spec-Räumen oder -Kulturen ist in der Praxis, ob online oder offline aufgrund ihrer großen Überschneidungen kaum möglich. Manchmal werden Räume durch eine der Gruppen dominiert oder sind speziell gelabelt, hier und da gibt es spezifische Signale oder in-jokes. Auch wenn manchmal von einer sogenannten „bi-pan-Debatte“ die Rede ist, hat diese über manche online-Plattformen hinaus nie große Bedeutung erlangt und gehört selbst dort größtenteils der Vergangenheit an. Es verbinden vielmehr die gemeinsamen Erfahrungen. Viele Menschen verwenden zudem mehrere Labels aus dem Spektrum für sich selbst.

### WO KANN ICH MEHR ERFAHREN?

- Buch mit Fokus Empowerment und politisches Potenzial (sehr lesenswert!): „Bi! Notes for a Bisexual Revolution“ von Shiri Eisner (Die pdf-Datei kann gerne in der Queerstifti-Facebookgruppe erfragt werden)
- Ressourcensammlung
- Basics gerade für Allies bezüglich mental health
- Allgemeiner Report (aus den USA)
- Studien zu von zusätzlichem Minderheitenstress betroffenen queeren

## Kapitel 05 Bi, Pan und M-Spec

### Identitäten

- Zahlen zu partnerschaftlicher Gewalt (Achtung: dieser Report ist leider sehr binär und es werden nur bi Menschen berücksichtigt, er ist eine gute Ressource für grobe Zahlen, sollte jedoch nicht als alleinige Informationsquelle verwendet werden)
- Für bi, pan und m-spec Memes und Community online: Die facebook-Gruppen “instersectional bisexual”, “is this bi culture?” und viele weitere.

Kapitel 05  
Trans\*

# Trans\*

### WOFÜR STEHT TRANS\*?

Trans\* (lat.: „jenseits von“, „darüber hinaus“) wird von vielen Menschen verwendet, deren bei der Geburt zugewiesenes Geschlecht nicht ihrer Geschlechtsidentität entspricht. Menschen, deren Geschlechtsidentität mit dem bei ihrer Geburt zugewiesenen Geschlecht übereinstimmt, werden als cisgeschlechtlich/cisgender oder kurz: cis (lat.: „diesseits“) bezeichnet.

Das Sternchen steht auch an dieser Stelle für die Vielfalt derer, die unter den „trans\*“ Begriff fallen können. In und außerhalb der Gruppe der trans\* Menschen werden verschiedene Labels bzw. Beschreibungen verwendet, wie z.B. „trans“, „transgender“, „transgeschlechtlich“ oder „transident“.

Synonym für trans\* werden insbesondere im medizinischen Bereich immernoch die Begriffe „transsexuell“ oder „Transsexualismus“ verwendet. Diese werden in der aktuellen internationalen Klassifikation der Krankheiten, dem ICD-10, als F-Diagnose, also als psychische Störung, gelistet. Die Einordnung trägt zur Pathologisierung von trans\* Menschen bei. Der Begriff „transsexuell“ impliziert, dass es sich dabei nicht um eine Geschlechtsidentität, sondern um eine sexuelle Orientierung handle und ist dementsprechend missverständlich.

Zudem wird er dem heutigen Verständnis von trans\* nicht mehr gerecht, da er hauptsächlich für binäre trans\* Personen mit dem Wunsch einer medizinischen Transition verwendet wird. Daher, und aufgrund einer geschichtlichen Verknüpfung mit starker Diskriminierung, wird dieser Begriff oft von trans\* Personen abgelehnt und sollte nicht als Fremdbezeichnung verwendet werden.

In dem am 1.1.2022 in Kraft getretenen ICD-11 wurde die Diagnose in „Geschlechtsinkongruenz“ umbenannt und wird nicht mehr als psychische Störung, sondern als Zustandsform der sexuellen Gesundheit geführt. Über den Zeitpunkt der Einführung des ICD-11 in den klinischen Alltag sind aber noch keine Aussagen möglich.



### WAS HEISST ES, TRANS\* ZU SEIN?

Unter trans\* Menschen gibt es die verschiedensten Perspektiven und Erlebnisse. Was es also heißt, trans\* zu sein, wird daher von verschiedenen Personen, die sich mit diesem Begriff identifizieren, unterschiedlich beantwortet.

Viele, aber nicht alle, trans\* Menschen, erleben in ihrem Leben Dysphorie. Dysphorie kann sich anfühlen wie ein Tritt in die Magengrube oder eine Betäubung der Sinne. Das Gefühl entsteht aus der Diskrepanz zwischen dem eigenen Geschlecht und dem körperlichen Aussehen oder der sozialen Wahrnehmung. Das positive Gegenstück hierzu ist Euphorie.

Manche trans\* Menschen streben eine Transition an, befinden sich in dieser oder haben diese abgeschlossen. Der Begriff Transition beschreibt einen Prozess, in dem z.B. soziale, rechtliche oder körperliche Veränderungen vorgenommen werden. Manche trans\* Menschen möchten auch gar keine Transition.

Für Außenstehende ist es sehr wichtig, sich bewusst zu machen, dass trans\* Menschen viel mehr sind als ihr trans\* Sein. Auf intime Fragen außerhalb eines bestimmten Vertrauens- und Konsensverhältnisses sollte verzichtet werden.

### WELCHE RECHTLICHEN MÖGLICHKEITEN HABEN TRANS\* MENSCHEN IN DEUTSCHLAND?

In Deutschland erfolgt eine Änderung des Vornamens und Personenstandes zurzeit meist über das sogenannte Transsexuellengesetz (kurz: TSG). Es galt zu seiner Einführung im Jahr 1980 als revolutionär, weil trans\*-Personen erstmals überhaupt juristische Erwähnung fanden. Heute aber wird es aus vielerlei Gründen kritisch betrachtet. So ist die Geltendmachung dieser Rechte mit großen finanziellen Hürden belegt - die Kosten werden auf ca. 1200 - 3000 Euro beziffert. Der gravierendste Eingriff in die freie Entfaltung der Persönlichkeit besteht darin, dass trans\*-Menschen im Verfahren der Namens- und Personenstandsänderung nach dem TSG

de facto abgesprochen wird, sie könnten ihre wahre Geschlechtsidentität und ihren Leidensdruck selbst einschätzen. Das Gesetz gilt auch deshalb als entwürdigend, weil die Erstellung mehrerer psychologischer Gutachten, in denen mitunter intime grenzüberschreitende Fragen gestellt werden, Voraussetzung für die Aufnahme des Verfahrens sind.

Einige Teile des TSG sind sogar derart stigmatisierend, dass das Bundesverfassungsgericht (kurz: BVerfG) sie mittlerweile aufgrund ihrer Unzumutbarkeit für vom Gesetz Betroffene für verfassungswidrig erklärt hat.

Ablösen soll das TSG ein Selbstbestimmungsgesetz, das die Änderung des Namens und Personenstands unkompliziert ermöglichen und diskriminierende, übergriffe und teure Verfahren wie oben beschrieben verhindern soll. Während in der Großen Koalition bis 2021 am bisherigen fremdbestimmten Verfahren festgehalten wurde, hat die seitdem regierende Ampel aus SPD, Grünen und FDP in ihrem Koalitionsvertrag festgehalten, ein solches Selbstbestimmungsgesetz auf den Weg zu bringen.

Ein Paradebeispiel für ein selbstbestimmtes Konzept ist das argentinische Modell von 2012, das Menschen eine Änderung ihres Vornamens- und Personenstandes ohne größere Hürden ermöglicht.

### WELCHE MEDIZINISCHEN MÖGLICHKEITEN HABEN TRANS\* MENSCHEN?

In dem noch immer in Deutschland gültigen ICD-10 (der internationalen Klassifikation der Krankheiten) wird "Transsexualität" als Persönlichkeits- und Verhaltensstörung geführt. Derzeit muss vor medizinischen Maßnahmen eine Psychotherapie, die sogenannte Begleittherapie erfolgen. Während dieser werden eine psychiatrische Diagnose und bestenfalls entsprechende Indikationen für gewünschte medizinische Maßnahmen gestellt.

Für einen maskulinisierenden Effekt (z.B. für transmännliche, transmasculine oder nichtbinäre Personen) kann eine Hormonersatztherapie mit Testosteron erfolgen.

## Kapitel 05 Trans\*

Für einen feminisierenden Effekt (z.B. für transweibliche, transfeminine oder nichtbinäre Personen) kann eine solche Hormonersatztherapie mit Östrogenen und Antiandrogenen vorgenommen werden.

Je nach Situation und Behandlungspräferenz kommen noch weitere Hormone oder Hormonblocker hinzu.

Durch die Hormontherapie wird eine sogenannte „zweite Pubertät“ eingeleitet. Die Dosierungen können und sollten individuell eingestellt werden, wodurch auch, unter ärztlicher Kontrolle, eine geringe Dosis möglich ist. Dadurch kann falls gewünscht auch auf ein möglichst neutrales oder androgynes Erscheinungsbild hingearbeitet werden.

Bei Jugendlichen wird häufig mit pubertätsblockierenden Medikamenten begonnen, damit unerwünschte Begleiterscheinungen der Pubertät, wie z.B. Brustwachstum, oder der Stimmbruch verhindert werden können.

Weitere mögliche Maßnahmen sind u.a: eine dauerhafte Haarentfernung, Logopädie bzw. Stimmtraining und Operationen.

### WIE VIELE MENSCHEN IDENTIFIZIEREN SICH ALS TRANS\*?

Aufgrund der Unsichtbarkeit von trans\* Personen gibt es darüber keine aussagekräftigen Statistiken. Medial wird manchmal darüber berichtet, dass die Zahl an trans\* Personen in den letzten Jahren stark zugenommen habe. Dieser Effekt zeigt allerdings nur, dass das momentane gesellschaftliche Klima mehr Coming Outs zulässt, dass mehr über das trans\* Sein aufgeklärt wird und dass mehr trans\* Menschen sie selbst sein können. Dies ist vergleichbar mit einem Anstieg an Linkshänder\*innen in der Gesellschaft, nachdem hierfür die gesellschaftliche Akzeptanz stieg.

Hierdurch wird keine belastbare Aussage über die tatsächliche Anzahl von trans\* Menschen getroffen.

### WO KANN ICH MEHR ERFAHREN?

In Deutschland gibt es u.a. die dgti (Deutsche Gesellschaft für Transidentität und Intersektionalität) und den BVT (Bundesverband Trans\*), die auch politische Forderungen stellen bzw. zu Gesetzesentwürfen Position nehmen. Publikationen, z.B. zu Behandlungsleitlinien, finden sich auf ihren Webseiten.

Queere Organisation oder Zentren bieten auch oft trans\* Gruppen, oder auch Angehörigengruppen an, um sich kennenzulernen und auszutauschen. Vielerorts gibt es auch trans\*-thematische Beratungsstellen mit Peerberatung.

Auch die Akademie Waldschlösschen bietet immer wieder Seminare zur Weiterbildung bzw. Vernetzung an.

Im Internet auf YouTube/Twitter/Instagram/TikTok finden sich sehr viele unterschiedliche Perspektiven und Erfahrungen. Auf Netflix ist mittlerweile auch immer mehr zu finden. Die Doku „Disclosure“ gibt z.B. einen chronologischen Einblick in den Umgang mit trans\* in Film und Fernsehen. Achte im Zweifel darauf, dass in diesen Medien trans\* Menschen selbst über ihre eigenen Erfahrungen berichten und dass nicht nur von außen über trans\* Menschen berichtet wird.

Kapitel 07  
Nicht-binär

# Nicht-binär

### WAS BEDEUTET NICHT-BINÄR?

Ein nicht-binäres Geschlecht zu haben (auch nichtbinär, abinär, nonbinär oder non-binary) bedeutet zunächst einmal, dass die eigene Geschlechtsidentität im binären Geschlechtersystem nicht oder nicht vollständig repräsentiert ist, also weder ausschließlich weiblich noch ausschließlich männlich ist. Maßgeblich ist hier wieder die geschlechtliche Selbstwahrnehmung. Dabei wird der Begriff „nicht-binär“ meist als Oberbegriff für eine große Spannbreite verschiedener Geschlechter verstanden, der auch von nicht-binären Menschen auf ganz unterschiedliche Weise mit Leben gefüllt wird. Ein weiterer Oberbegriff ist „genderqueer“.

Diese Nicht-Binarität kann sich auf verschiedene Dimensionen von Geschlecht unterschiedlich auswirken. Für manche nicht-binären Menschen sind gesellschaftliche Geschlechtsrollenerwartungen oder allgemein das Konzept „Geschlecht“ unverständlich. Für andere ist deren Ich-Sein nicht deckungsgleich zu gesellschaftlichen Erwartungen, Zwängen oder eigenen Vorstellungen hinsichtlich Weiblichkeit oder Männlichkeit (hauptsächlich soziale Dimension). Manche Menschen empfinden auch in erster Linie Unzufriedenheit mit körperlichen Geschlechtsmerkmalen (körperliche Dimension - von Geschlechtsorganen bis hin zur Körperbehaarung oder Stimme). Für wieder andere steht eine offizielle Anerkennung des rechtlichen Status im Vordergrund, also beispielsweise ein entsprechender Eintrag in der Geburtsurkunde (juristische Dimension).

Daraus lässt sich weder eine Wertung ableiten noch sind nicht-binäre Menschen überhaupt eine Begründung für ihre geschlechtliche Selbstwahrnehmung schuldig.

### LÄSST SICH DAS GENAUER DIFFERENZIEREN?

Es gibt eine große und wachsende Vielzahl von spezialisierten Begriffen, um geschlechtliche Verortungen unter dem Oberbegriff „nicht-binär“ genauer zu benennen. Als Erweiterung des binären Systems kann in einem ersten Schritt Geschlecht als „Spektrum“ aufgefasst werden. Nicht-binäre

## Kapitel 07 Nicht-binär

Identitäten können sich hierbei z.B. auf diesem Spektrum befinden, also teilweise männlich oder weiblich oder eine Mischung aus Beidem (demigender, bigender) sein, oder außerhalb des Spektrums (neutrois u.a.) liegen. Es kann auch kein Geschlecht vorliegen (agender). Auch Labels wie transmaskulin oder transfeminin werden von nicht-binären Personen verwendet, um eine Identität nahe des nicht bei der Geburt zugewiesenen Geschlechts auszudrücken. Das Geschlecht kann auch mit der Zeit veränderlich sein (genderfluid) oder es wird gezielt dazu keine Aussage gemacht (z.B. genderfuck) – und vieles andere mehr.

All diese Begriffe stammen aus entsprechenden Kontexten und sind nicht kanonisch definiert, d.h. haben immer eine gewisse Spannbreite und bedürfen ggf. genauerer Erklärung, und werden teilweise auch (besonders im medizinischen Bereich) missverstanden, ganz zu schweigen von Polemisierungen in der politischen Auseinandersetzung.

### WAS IST ODER BEDEUTET „DIVERS“?

„Divers“ ist eine geschlechtliche Kategorie im deutschen Personenstandsrecht. Nach dem wegweisenden Urteil des Bundesverfassungsgerichts 1 BvR 2019/16 gibt es seit Ende 2018 in Deutschland vier Möglichkeiten für den Geschlechtseintrag, nämlich „männlich“, „weiblich“, „divers“ und keinen Eintrag (die letztere Möglichkeit gab es schon einige Jahre früher). „Divers“ wird dabei auch als dritte (Geschlechts-)Option bezeichnet, der Begriff „Drittes Geschlecht“ ist eine journalistische Verkürzung und wird von Menschen, die den Geschlechtseintrag „divers“ oder keinen Eintrag haben oder anstreben, abgelehnt, ebenso wie die Bezeichnung oder Anrede „Divers(e/r)“. Einige akzeptieren es, als „diversgeschlechtlich“ bezeichnet zu werden, aber auch der Begriff „divers“ als solcher stellt einen Kompromiss des politischen Prozesses dar. Der Eintrag „divers“ kann derzeit über die folgenden Wege erlangt werden:

- wenn bei Geburt das Geschlecht nicht eindeutig zuzuordnen ist. Es geht also um das zugeordnete Geschlecht unter der Prämisse eines binären Systems.

## Kapitel 07 Nicht-binär

- wenn ein Attest über das Vorliegen einer „Variante der Geschlechtsentwicklung“ vorgelegt werden kann. Hierunter sollen intergeschlechtliche Menschen verstanden sein, gleichzeitig können neue Vornamen gewählt werden.
- seit einer Entscheidung des Bundesgerichtshofs 2020 (XII ZB 383-19) über ein Verfahren nach dem (sinngemäß angewendeten) Transsexuellengesetz (siehe unter trans\*).

Wichtig ist, dass ein Eintrag „divers“ nicht gleichbedeutend ist mit Intergeschlechtlichkeit, und dass inter Menschen nach derzeitiger Rechtslage ihren Eintrag frei aus allen Möglichkeiten wählen können. Die noch sehr mangelnde gesellschaftliche Umsetzung und Akzeptanz im In- und Ausland und auch die Angst vor einer zunehmenden Diskriminierungsgefahr angesichts der sich verschärfenden politischen Debatten sind neben den Hürden des Eintrags weitere Gründe warum Personen nicht den Geschlechtseintrag divers besitzen.

WAS IST DIE ABGRENZUNG ZWISCHEN NICHT-BINÄR UND TRANS\*? (ODER: SIND NICHT-BINÄRE MENSCHEN AUCH TRANS\*?)

Viele nicht-binäre Menschen benutzen auch den Begriff trans (oder trans\*) zur Selbstbeschreibung. Nach der gebräuchlichen Definition (Person identifiziert sich nicht oder nur teilweise mit dem bei Geburt zugeordneten Geschlecht) würde die Verwendung dieses Begriffs allen nicht-binären Menschen offenstehen. Einige verwenden den Begriff aber ausdrücklich für sich selbst nicht. Das Anstreben einer medizinischen Transition ist nicht Voraussetzung für die Verwendung des Begriffs trans\*.

Der rein medizinische Begriff „Transsexualismus“ (Diagnose F64.0 im derzeit noch verwendeten ICD-10) wird als „Wunsch, als Angehöriger des anderen Geschlechtes zu leben“ definiert. Diese Definition ist im Prinzip nicht mit einem nicht-binären Geschlecht kompatibel. Allerdings ist derzeit zur Übernahme medizinischer Kosten (insbesondere bei chirurgischen Eingriffen) durch die Krankenkasse eine solche Diagnose fast un-



## Kapitel 07 Nicht-binär

abdingbar, weshalb auch viele nicht-binäre Menschen eine solche anstreben oder haben.

WELCHES IST DIE ABGRENZUNG ZWISCHEN NICHT-BINÄR UND INTER\*? (ODER: SIND AUCH INTERGESCHLECHTLICHE MENSCHEN NICHT-BINÄR?)

Eine Einstufung als intergeschlechtlich erfolgt in der Regel aufgrund von körperlichen Gegebenheiten bzw. medizinischen Diagnosen. Diese sagt nichts über die geschlechtliche Identität der betreffenden Person aus. Befragungen unter intergeschlechtlichen Menschen zeigen, dass etwa ein Viertel dieser sich selbst weder als Mann noch als Frau wahrnehmen. Einige von diesen wiederum benutzen den Begriff nicht-binär, andere lehnen ihn ab.

WELCHE MÖGLICHKEITEN GIBT ES FÜR NICHT-BINÄRE MENSCHEN, IHREM GESCHLECHT AUSDRUCK ZU VERLEIHEN? IST DIES GGF. ALS TRANSITION ZU BEZEICHNEN?

Nicht alle nicht-binären Menschen streben überhaupt eine Transition an. Aber bereits Veränderungen bei Äußerlichkeiten (z.B. Frisur, Make-Up, Kleidung) können als soziale Transition aufgefasst werden. Auch die Wahl anderer Vornamen und Pronomen (oder der Nicht-Gebrauch von Pronomen) können Teil des Ausdrucks der Nicht-Binarität sein. Dabei können Mischformen aus gängigen Pronomen (sier, ersie), fremdsprachige Pronomen (they, hen) oder auch Neopronomen wie z.B. fae, nin oder xier benutzt werden. Zur konkreten Verwendung sei auf die verlinkten Ressourcen verwiesen. Es gibt jedenfalls kein universelles (Neo-)Pronomen für nicht-binäre Menschen, maßgeblich ist die individuelle Auskunft, die sich auch ändern kann. Manche nicht-binäre Menschen verwenden „es“ als Pronomen, wozu sie natürlich jedes Recht haben. Andere Menschen lehnen dies für sich als objektifizierend ab und leider wird „es“ auch in der politischen Debatte polemisch abwertend gebraucht. Das sollte aber auf die Präferenz einzelner Personen keinen Einfluss haben, selbstverständ-

lich ist die Verwendung von “es” vollkommen valide.

Eine Möglichkeit der gesellschaftlichen/juristischen Transition ergibt sich durch das Ändern des offiziellen Geschlechtseintrags zu divers, männlich oder weiblich oder das Streichen des Eintrags. Das ist allerdings mit hohen, auch psychischen Kosten verbunden, sodass bisher nur wenige Menschen diesen Weg gehen (konnten).

Auch eine medizinische Transition kommt in Frage. Hier gibt es im Großen und Ganzen die gleichen Möglichkeiten wie bei trans\* Menschen im “binären Sinne”, wobei oft von nicht-binären Menschen nur einzelne Teilschritte angestrebt werden. Eine Hormonbehandlung wird teilweise auch in niedriger Dosierung durchgeführt, oder nach Einstellen erwünschter Effekte wie einer Stimmvertiefung wieder abgesetzt. Hierbei müssen natürlich weiterhin allgemeine und persönliche medizinische Risiken beachtet werden. Die Schwierigkeit dabei liegt im Auffinden wohlgesonnener und kompetenter Ärzt\*innen und in der Kostenübernahme. Die aktuelle (und stark umstrittene) „Begutachtungsanleitung [...] Transsexualismus“ schließt eine Anwendung auf nicht-binäre Menschen explizit aus, weshalb viele nicht-binäre Menschen gezwungenermaßen zunächst vorgeben, trans\* im “binären Sinne” zu sein.

### WELCHE SPEZIFISCHEN PROBLEME HABEN NICHT-BINÄRE MENSCHEN?

Nicht-binäre Menschen leiden an einer besonderen Form der strukturellen Diskriminierung und gesellschaftlichen Ignoranz, denn sie werden in aller Regel nicht mitgedacht. Sprachlich bleiben sie meist unsichtbar (Begrüßung „Sehr geehrte Damen und Herren“), bei Optionen der Geschlechts- oder Anredeauswahl werden sie in der Regel nicht berücksichtigt (auch wenn sich das langsam verbessert). Hebel sind hier das AGG (allgemeines Gleichstellungsgesetz), das allgemeine Persönlichkeitsrecht (dazu das Urteil des Landgerichts FFM 2-13 0 131/20 und die DSGVO). Wenn Kommunikationspartner\*innen überhaupt an die Möglichkeit denken, ihr Gegenüber könnte weder Mann noch Frau sein, wissen sie in der

## Kapitel 07 Nicht-binär

Regel nicht damit umzugehen, und nicht-binäre Personen werden dann binär eingeordnet und behandelt. Nicht-binäre Menschen müssen dann zusätzliche Ressourcen aufwenden, um zu erklären oder mit der Diskriminierung und Ignoranz fertig zu werden. Nicht wenige versuchen deshalb auch, Sozialkontakte zu vermeiden.

Das medizinische System nimmt die Existenz nicht-binärer Menschen (abgesehen von der schon lange vorherrschenden Medikalisierung und Pathologisierung von inter\* Personen, siehe dort) erst seit wenigen Jahren zur Kenntnis und nicht bei allen Ärzt\*innen ist entsprechende Akzeptanz, geschweige denn Fachkenntnis, vorhanden. Bei der Kostenübernahme für medizinische Eingriffe treffen nicht-binäre Menschen auf fast unüberwindbare Hürden, weil eine Regelung bisher nicht erfolgt ist.

Eine immer stärker aufgeladene politische Debatte, in der vor allem von rechts der sogenannte „Genderwahn“ beschworen wird, die insbesondere nicht-binäre Menschen verunglimpft, verletzt, ja teilweise invalidiert, tut ihr Übriges, umso mehr, wenn diese Angriffe von innerhalb der queeren, ja sogar Teilen der trans\*- und inter\*-Communities kommen.

### WAS IST GENERELL WICHTIG?

Respektvoller Umgang miteinander sollte immer an oberster Stelle stehen. Für das Geschlecht einer Person ist immer die Selbstwahrnehmung dieser Person maßgeblich. Aus Äußerlichkeiten, Kleidung, Frisur, Anatomie, benutztem Vornamen und Pronomen kann nicht auf das Geschlecht der Person geschlossen werden. Wenn mensch sich hinsichtlich von Namen und Pronomen nicht sicher ist, dann gerne respektvoll nachfragen. Fehler machen wir alle, eine kurze Entschuldigung ist immer angebracht, ohne sich dabei selbst in den Mittelpunkt zu stellen. Intimere Fragen sind in einem normalen Gespräch in der Regel völlig unangebracht, hier lege mensch an das eigene Sprachhandeln die gleichen Maßstäbe an, die an andere angelegt werden.

Kapitel 08  
Queer

# Queer

### WIE IST DER BEGRIFF ENTSTANDEN?

Vor 1990 wurde „queer“ (eng. „seltsam, komisch, eigenartig“) in mehreren Ländern abwertend gemeint und sogar als Schimpfwort verwendet. Durch ein Reclaiming erfuhr er dann eine positive Umdeutung. Heute ist er in breiter Verwendung. Nach Deutschland gelangte der Begriff erst nach dieser Umdeutung, sodass die negativen Konnotationen in Deutschland nicht so bekannt sind.

### WIE WIRD ER VERWENDET?

Queer gilt als Schirmbegriff für Leben, (Nicht-)Lieben und Sein außerhalb der Cis-Dya-Allo-Amato-Mono-Heteronormativität. Vereint unter dieser Bezeichnung ist es Menschen möglich, Orte des Austausches zu schaffen, Diskriminierungsmechanismen aufzudecken und gemeinsame politische Forderungen zu stellen. Die Menge derer, die diesen Begriff eintrifft, führt zu einer größeren politischen Schlagkraft.

Auch verwenden viele Menschen dieses Label als einzige oder zusätzliche Selbstbezeichnung.

### WO WIRD „QUEER“ SICHTBAR?

Ob das Pridearmband der queeren Hochschulgruppe am Handgelenk der Kommiliton:in, die Diskussion über Queer Theory in der Mensa, das Queerreferat des AStAs, die Queerstiftis, das Queere Zentrum in Deiner Stadt, der queere Lesekreis, die queere Party am Abend...

Für die Mehrheitsgesellschaft wird queeres Leben meist besonders im „Pridemonth“ Juni auf den Straßen der größeren Städte sichtbar. Die Pride Paraden, in deutschsprachigen Ländern zumeist als Christopher Street Day (CSD) bekannt, sind große Demonstrationen, die an vielen Orten queeres Leben feiern und für LGBTQIA+\* Rechte eintreten. Im Gedenken an den Stonewall-Aufstand in New York im Jahr 1969, bei welchem

sich queere Menschen erstmals in größerer Zahl willkürlicher Polizeigewalt widersetzen, finden die meisten dieser Veranstaltungen einmal jährlich an Wochenenden von Juni bis August statt.

Die in Deutschland ehrenamtlich organisierten Protestaktionen sind auch ein Forum für queere Interessenverbände und queere Arbeitsgruppen der Parteien und haben, obwohl sie meist von Musik und Tanz begleitet werden, einen hohen politischen Stellenwert. Nachdem jährliche Paraden anfangs zunächst in den USA und später in Schweden abgehalten wurden, finden heute in vielen Ländern Demonstrationen mit teils sehr unterschiedlichem Charakter statt (siehe auch → Pinkwashing).

Beispielsweise gibt es in Polen jährlich den Marsch für Gleichberechtigung (polnisch: marsze równość) in einigen großen Städten. Nicht selten treffen die Aktivist\*innen dabei auf Widerstand: Angriffe von Neonazis, gezielte Gegendemonstrationen des „Marsches für Leben und Familie“ und Diffamierung von politischer Seite zeigen, wie hart der Kampf um LGBTQIA+ Rechte ausgefochten wird. Dies gilt für viele Länder in der ganzen Welt.

### IST QUEER DASSELBE WIE LGBTQIA+\*?

In der Praxis wird queer meist verwendet, um dieselben Menschen zu bezeichnen, die auch mit dem Akronym gemeint sind. Queer wird oft als besonders inklusiv verstanden, weil durch dieses Wort im Gegensatz zu LGBTQIA+ keine Identitäten vor anderen genannt werden oder nur durch das Plus-Symbol Repräsentation finden. Außerdem betont es Gemeinsamkeiten statt Unterschiede.

Allerdings gibt es aus genau diesem Grund auch Kritik am Wort queer. Kritiker\*innen bringen vor, dass queer die Existenz einer einheitlichen queeren Community impliziere. In der Realität gibt es zwischen und innerhalb queerer Gruppen jedoch Machtgefälle und Diskriminierung, weshalb sich gerade mehrfachmarginalisierte Menschen nicht immer gesehen fühlen, wenn ihre Identität in einem allgemeinen „queer“ aufgehen soll.



## Kapitel 08 Queer

Gleichzeitig bevorzugen Menschen, denen es schwer fällt, sich bestimmten Buchstaben im Akronym oder den gewachsenen Communities unter diesen Buchstaben zuzuordnen, wiederum oft den Begriff queer. Manchmal wird queer auch von Menschen verwendet, die intersektionale Marginalisierung aufgrund weiterer Identitäten, zum Beispiel als Black, Indigenous, and Person of Color (BIPoC) oder neurodivergente Person, erfahren und mit dem Begriff deutlich machen wollen, dass diese Identitäten und Erfahrungen für sie untrennbar miteinander verwoben sind.

Zusammengefasst lässt sich also sagen, dass weder queer noch LGBTQIA+\* ein perfekt-inklusive Begriff „für alle“ ist. Sie können bedingt austauschbar verwendet werden, jedoch sollte dies immer im Bewusstsein passieren, dass niemals alle Menschen mitgemeint sein können.

Kapitel 09  
Questioning

# Questioning



### WAS BEDEUTET ‚QUESTIONING‘ ÜBERHAUPT?

Das Wort kommt aus dem Englischen und bedeutet so viel wie ‚fragend‘. Menschen, die sich Fragen bezüglich ihrer Sexualität, romantischen Orientierung oder Geschlechtsidentität stellen oder die (noch) kein Label gefunden haben, das diese passend beschreibt, können sich als ‚questioning‘ bezeichnen.

Sich selbst Fragen stellen, gesellschaftliche Normen bezüglich Geschlecht und sexueller Orientierung hinterfragen, mit anderen Menschen gemeinsam Fragen auf den Grund gehen und so ins Gespräch kommen – die Tätigkeit des (Hinter-)Fragens ist eng verbunden mit vielen Erfahrungen und Realitäten im LGBTQIA+\* Spektrum. Vielleicht ist das (Hinter-)Fragen so eng damit verbunden, dass man es als einen von mehreren Grundsteinen einer Praxis des Queeren an sich verstehen kann. So gehören alle Menschen, die sich als ‚questioning‘ oder ‚fragend‘ identifizieren und das wollen, zweifellos zur queeren Community.

### VERSCHIEDENE FRAGEN, DIE MAN SICH IM PROZESS DES (HINTER-)FRAGENS STELLT, KÖNNEN ZUM BEISPIEL DIE FOLGENDEN SEIN:

Was bedeutet queer sein für mich persönlich?

Bin ich queer genug?

Möchte und kann ich mich mit meiner sexuellen Orientierung oder meiner Geschlechtsidentität auseinandersetzen? Welche Konsequenzen kann diese Auseinandersetzung für mich haben?

### UND WAS, WENN ICH NIE ZU EINEM ERGEBNIS KOMME?

Das (Hinter-)Fragen deutet auf ein weiteres Charakteristikum des Queeren hin, nämlich auf Prozesshaftigkeit und Veränderbarkeit. Oft bleibt das Fragen und nur die Fragen selbst ändern sind. Das Fragen kann also ein anhaltender Zustand sein, der niemals aufhört und das ist okay. Genauso ist es möglich, anzukommen und (zeitweise) keine Fragen mehr zu haben,

## Kapitel 09 Questioning

auch das ist okay, aber es ist nicht notwendig. Neue Fragen tauchen auf, alte Fragen kommen wieder, Antworten dürfen neu kalibriert werden.

### WAS HILFT?

Offenheit sich selbst gegenüber und dafür, sich selbst durch Fragen durch zu navigieren. Sich zu verorten, vielleicht einmal, vielleicht aber auch immer wieder. Neugierde auf Selbstexploration. Und vielleicht eine innere Haltung der wertschätzenden Neugierde. Unsere Fragen können uns führen – zu anderen Menschen, zu uns selbst, zu neuen Themen und Orten. Manchmal hilft uns auf diesem Weg eine gewissen Ergebnisoffenheit und Wertfreiheit. Dann werden unsere Fragen zu einem Entdeckungsprozess. Wenn wir Vertrauen in diesen legen können, können wir ihn manchmal sogar genießen. Dafür gibt es die unterschiedlichsten Räume und Hilfen. Das QSBT, Kontakt zu Menschen und Austausch über die eigenen Fragen und die Fragen anderer. Beratungsstellen und zum Beispiel das Lesen dieses Readers. Genauso Zeit für sich, Zeit mit den eigenen Fragen. Ausharren und suchen. Finden und verwerfen. Sich wieder aufmachen. Annehmen, dass man es manchmal nicht weiß, dass manchmal keine schnelle und vor allem keine einfache Antwort zu finden ist.

### ICH WÜNSCHTE, ICH WÜSSTE EINFACH, WAS MEIN LABEL IST.

Das Fragen kann schmerzhaft sein. Auslaugen, anstrengen, nerven, unendlich erscheinen, unerträglich werden. Ob wir das Fragen genießen können, hängt manchmal auch davon ab, wie viel wir gerade gleichzeitig in Frage stellen. Ist das eine Kleinigkeit für uns oder etwas, das unser gesamtes Fundament ins Wanken bringt? Ist das eine Frage, die wir auch immer wieder ruhen lassen können oder bestimmt sie unser Denken und Sein und lässt uns einfach keine Ruhe mehr?

Fragen zulassen können, die Ressourcen und Zeit haben, sich ihnen zu widmen, das ist manchmal auch ein großes Privileg. Manche Fragen klop-

## Kapitel 09 Questioning

fen an und warten, bis wir ihnen aufmachen. Andere Fragen schlagen in unser Leben ein, ohne dass wir uns auf sie vorbereiten können. Dann hilft es manchmal, sich der eigenen Deutungshoheit bewusst zu werden – im wahrsten Sinne des Wortes Selbst-Bewusstsein. Beständiges (Hinter-)Fragen kann uns dieses bescheren.

Kapitel 10 In-  
tergeschlecht-  
lichkeit

# Interge- schlechtlich- keit

## Kapitel 10 Intergeschlechtlichkeit

Leider haben wir derzeit in unserem Team und in unserem Bekanntenkreis keine intergeschlechtlichen Personen. Daher erhaltet ihr hier statt eines selbstgeschriebenen Textes Links zu Organisationen und weiterführenden Informationen.

- Bundesverband intergeschlechtlicher Menschen
- US-amerikanische Organisation intergeschlechtlicher Menschen
- Deutsche Gesellschaft für Transidentität und Intergeschlechtlichkeit
- Broschüre „Inter\* und Sprache“, TransInterQueer e.V. und IVIM / OII-Deutschland e.V., abgerufen am 9.5.2021
- „Geschlecht: divers“, Melanie Groß, Karin Niedenthal (Hrsg.), transcript Verlag, Bielefeld, 2021.
- „Ich war Mann und Frau“, Christiane Völling, Fackelträger Verlag, Köln, 2010.

Kapitel 11  
Asexualität

# Asexualität und das asexuelle Spektrum

### WAS SIND ASEKUALITÄT UND DAS ASEKUELLE SPEKTRUM?

Asexualität ist eine sexuelle Orientierung. Der Begriff asexuelles Spektrum beschreibt, wie Asexualität und Allosexualität in einer stufenlosen Weise ineinander übergehen. Als „allosexuell“ werden Menschen bezeichnet, die nicht asexuell sind. Statt eines Spektrums wird auch von einem asexuellen „umbrella“ oder Regenschirm gesprochen, um deutlich zu machen, dass einige sich nicht auf einer direkten Linie zwischen asexuell und allosexuell verorten.

Am häufigsten wird Asexualität definiert als sexuelle Orientierung mit „keiner sexuellen Anziehung zu anderen Personen“ oder „keinem Verlangen nach sexueller Interaktion mit anderen Personen“. Diese Definitionen sind in der Community selbst entstanden und nur Annäherungen an das abstrakte Konzept einer sexuellen Orientierung. Grundsätzlich gilt daher, dass sich gerne jeder Mensch als ace, asexuell oder mit anderen Labeln des umbrellas bezeichnen darf, für den es Sinn ergibt oder dem es guttut.

### WARUM WIRD ASEKUELL MANCHMAL MIT STERNCHEN (A\*SEKUELL) GESCHRIEBEN?

Das Sternchen soll verdeutlichen, dass es sich um ein Spektrum handelt. Eine Alternative zum Sternchen ist die Schreibweise mit einem Unterstrich: a\_sexuell. Jedoch gilt es als inklusiver, das asexuelle Spektrum auszuschreiben.

“Ace” (in englischer Aussprache) hat sich in den letzten Jahren von einer simplen Abkürzung von “asekuell” zu einem inklusiven Schirmbegriff entwickelt und fängt derzeit an, die Schreibweise a\_sexuell/a\*sekuell abzulösen. Analog dazu werden Personen auf dem asexuellen Spektrum als Aces bezeichnet.

### WAS IST GREY/GRAY-ASEXUALITY, DEUTSCH GRAU-ASEXUALITÄT?

Das sind Begriffe, die von manchen Menschen aus dem asexuellen Spektrum zur Beschreibung ihrer sexuellen Orientierung und/oder Identität verwendet werden. Gray-Aces erleben sexuelle Anziehung und/oder das Verlangen nach sexueller Interaktion. Diese unterscheiden sich aber in ihrer Frequenz, Intensität, Qualität und/oder ihrem zeitlichen Verlauf von allosexuellen Menschen.

Gray-Aces könnten zum Beispiel an nur wenigen Tagen im Jahr sexuelle Anziehung empfinden oder ein insgesamt geringes Verlangen nach sexueller Interaktion verspüren. Sie könnten eine große Fluidität in ihrer sexuellen Anziehung erleben oder sexuelle Gefühle nur unter ganz eng umgrenzten Umständen entwickeln. Manche sind dauerhaft im Unklaren, ob ihre Anziehung einen sexuellen Charakter hat oder überhaupt existiert.

Insgesamt sind die Erfahrungen unglaublich divers, sodass das Label grey-asexuell von jeder Person verwendet werden kann, die sich wohl damit fühlt. Es gibt sehr viele Mikrolabel, die einige der beispielhaft genannten Erfahrungen direkt benennen, und die aufgrund ihrer Eindeutigkeit von manchen Aces bevorzugt werden. Andere nutzen das gray-ace-Label gerade wegen des offenen, unbestimmten Charakters sehr gerne.

Grey kann auch als Vorsilbe für allosexuelle Orientierungen genutzt werden. So könnte das Label gray-pansexuell z.B. von einer Person verwendet werden, die sexuelle Anziehung nur sehr selten und unabhängig vom Geschlecht anderer Personen verspürt.

### WAS IST DER UNTERSCHIED VON GRAU-ASEXUALITÄT ZU DEMISEXUALITÄT?

Demisexualität beschreibt eine sexuelle Orientierung, bei der Menschen nur zu Personen sexuelle Anziehung empfinden, zu denen sie bereits eine enge Bindung aufgebaut haben. Manche demisexuellen Menschen sehen sich auf dem asexuellen Spektrum, manche nicht; manche nutzen



## Kapitel 11 Asexualität

verschiedene weitere Label, z.B. gray-ace oder schwul, mache nicht. Demisexuell wird manchmal als Label unter dem umbrella von Grau-Asexualität definiert, nicht alle demisexuellen Menschen stimmen dieser Unterordnung jedoch zu. Viele Menschen bezeichnen sich auch gleichzeitig als demi und gray.

### HABEN ASEKUELLE MENSCHEN UND MENSCHEN AUF DEM ASEKUELLEN SPEKTRUM JEMALS SEX?

Grundsätzlich benennt Asexualität eine sexuelle Orientierung und Sex ein Verhalten. Wie im Abschnitt "sexuelle Orientierung" beschrieben, können keine Schlussfolgerungen von einem dieser Punkte auf den anderen gezogen werden.

Eine Studie ergab, dass etwa ein Drittel aller ace Personen mindestens einmal einvernehmlichen Sex hatte. Allerdings sehen nur ~9% Sex für sich selbst als erstrebenswert und angenehm („sex-favourable“). Die meisten empfinden Sex als neutral („sex-indifferent“, ~25%) oder fühlen sich von der Vorstellung, Sex zu haben, abgestoßen („sex-repulsed“, ~45%). Alle anderen waren sich unsicher oder hatten eine fluktuierende Einstellung zu dem Thema (Weis et al., 2021).

Grundsätzlich gilt bei ace Menschen wie bei allen anderen auch, dass Fragen nach sexuellen Erfahrungen in den meisten normalen Gesprächen vollkommen unangebracht sind.

### HABEN ACES EINE LIBIDO? MASTURBIEREN ACES?

Die Libido (das körperliche Verlangen nach Sexualität) und die sexuelle Orientierung (welche Personengruppen als attraktiv wahrgenommen werden) sind voneinander verschieden. Es ist durchaus möglich, als allosexueller Mensch eine niedrige Libido und als asexueller Mensch eine hohe Libido zu haben. Manche Menschen definieren auch ein Leben ohne Libido als Form der Asexualität.

## Kapitel 11 Asexualität

Etwa vier Fünftel der ace Menschen haben eine Libido (Weis et al, 2021). Den meisten ace Menschen ist gemeinsam, dass ihre ggf. vorhandene Libido nicht in Begehren auf andere Menschen umgesetzt wird. Masturbation ist für etliche ace Menschen dagegen nichts Ungewöhnliches.

Grundsätzlich gilt auch hier für ace Menschen wie bei allen anderen auch, dass persönliche Fragen zu diesen Themen in den meisten normalen Gesprächen vollkommen unangebracht sind.

### WO VERLÄUFT DIE „GRENZE“ ZUR SEXUALITÄT? KUSCHELN ODER KÜSSEN ACE MENSCHEN?

Küssen und kuscheln werden von asexuellen Menschen sehr unterschiedlich bewertet. Es gibt Menschen, die küssen überhaupt nicht abkönnen, und solche, für die das (z.T. als Ausdruck von romantischer oder platonischer Liebe) eine tolle Erfahrung ist. Kuscheln in Form von nicht-sexuellem Körperkontakt wird von vielen asexuellen Menschen und Menschen auf dem asexuellen Spektrum sehr geschätzt, andere finden jede Form von körperlicher Nähe furchtbar. Es gibt keine objektive Grenze zwischen sexuellen und nicht-sexuellen Handlungen. Grundsätzlich gilt wie bei allosexuellen Menschen auch, dass für Körperkontakt eine Basis von Consent und guter Kommunikation sehr wichtig ist.

### KÖNNEN SICH ACE MENSCHEN VERLIEBEN?

Auch manche ace Menschen können sich verlieben, da sich sexuelle und romantische Orientierung unterscheiden können (siehe „Split-Attraction-Model“). Eine ace Person kann also alle romantischen Orientierungen haben, z.B. hetero-, homo- oder aromantisch, und alloromantische Aces können sich in der Regel in andere Menschen verlieben. Die meisten ace Menschen identifizieren sich jedoch tatsächlich auch auf dem aromantischen Spektrum. Menschen, die asexuell und aromantisch sind, bezeichnen sich oft als „aroace“.

### WELCHE BEZIEHUNGEN FÜHREN ACE MENSCHEN?

Aces können Beziehungen jeder Art führen: Freund\*innenschaften, romantische, sexuelle, queerplatonische, platonische, schwule, lesbische, hetero, und vieles mehr. Nichtnormative Beziehungskonzepte wie Queerplatonik, Polyamorie und Beziehungsanarchie sind bei ace (und noch mehr bei aro) Menschen häufig. Genauere Infos dazu finden sich im Kapitel “Beziehungsformen”.

### SIND ASEKUALITÄT UND GREY-ASEKUALITÄT QUEER?

Zwar identifizieren sich nicht alle ace Personen zusätzlich als queer, genauso wenig wie alle anderen LGBTQIA+\* Personen dies tun. Asexuelle Menschen und Menschen auf dem asexuellen Spektrum sind aber eindeutig queer in dem Sinne, dass sie zur LGBTQIA+\* Community gehören. Ein Äußern von exklusionistischen Gegenmeinungen zu dieser Tatsache stellt eine häufige acefeindliche Rhetorik dar, daher sind kontroverse Diskussionen zu diesem Thema in queeren Spaces meistens unangebracht.

### WAS IST DER UNTERSCHIED ZWISCHEN ASEKUALITÄT UND NIEDRIGEM SEXUELLEN VERLANGEN AUSGELÖST DURCH EINE PSYCHISCHE ODER KÖRPERLICHE KRANKHEIT ODER EIN TRAUMA?

(Gray-)Asexualität und andere Orientierungen auf dem asexuellen Spektrum sind zuallererst eine sexuelle Orientierung. Menschen, die einen Libidoverlust als Symptom einer Krankheit bemerken, waren zuvor meist sexuell aktiver und erleben diesen oft als belastend. Darüber hinaus gibt es gegebenenfalls weitere Krankheitssymptome. (Gray-)Asexualität als sexuelle Orientierung besteht dagegen oft, nicht immer, ein Leben lang, wird meist nicht als belastend im Sinne einer Krankheit empfunden (sie kann allerdings als belastend aufgrund der gesellschaftlich vorherrschenden Allonormativität und Diskriminierungserfahrungen empfunden werden) und geht mit keinen zusätzlichen “Symptomen” einher.

## Kapitel 11 Asexualität

Manche Menschen erleben eine fluide sexuelle Orientierung und sind mal mehr, mal weniger (gray) ace. Auch dies ist eine valide Erfahrung, die nicht auf ein körperliches Problem hinweisen muss. Sollten dir Zweifel an deiner Gesundheit kommen, suche in jedem Fall ärztliche Hilfe. Vermeide bitte auch, die Gesundheit von ace Menschen in Frage zu stellen. Viele ace Menschen empfinden das als verletzend und diskriminierend.

Grundsätzlich sind Menschen, die sich als asexuell oder auf dem asexuellen Spektrum identifizieren, auch wirklich asexuell bzw. auf dem asexuellen Spektrum, unabhängig z.B. von vergangenen Traumata oder bestehenden körperlichen oder psychischen Krankheiten.

WELCHE FORMEN DER DISKRIMINIERUNG ERFAHREN ASE-  
XUELLE MENSCHEN UND MENSCHEN AUF DEM ASEXUEL-  
LEN SPEKTRUM (CN: DISKRIMINIERUNG, PSYCHISCHE ER-  
KRANKUNGEN, SUIZID)?

Die häufigsten verletzenden und diskriminierenden Erfahrungen bei asexuellen Menschen stellen grenzüberschreitende Fragen sowie Versuche und Vorschläge, Asexualität “wegzuthrapieren” dar (diese Erfahrungen werden jeweils von 40-50% aller Aces gemacht). Aces erfahren ebenfalls basierend auf ihrer Identität oft Mobbing online und offline sowie soziale Ausgrenzung (jeweils etwa 30%). Weitere Aces erfahren deswegen sexuelle Belästigung, familiären Ausschluss, fehlenden Zugang zu medizinischer Versorgung, und Probleme am Arbeitsplatz oder bei der Arbeitssuche (jeweils 10-20%) (alle Daten aus Weis et al, 2021).

Fast alle machen Erfahrungen mit Gefühlen von Einsamkeit und Isolation, u.a. da Asexualität mit etwa 1% aller Menschen die seltenste sexuelle Orientierung darstellt und Allonormativität unsere Gesellschaft unglaublich stark prägt. Einige Aces machen auch v.a. vor ihrer Identitätsfindung sexuelle Erfahrungen, die sich für sie falsch oder grenzüberschreitend anfühlen und sogar zu Traumafolgestörungen führen können.

## Kapitel 11 Asexualität

Psychische Folgeerkrankungen sind bei Aces sehr häufig; etwa 60% aller Aces hatte mindestens einmal Suizidgedanken und etwa 15% aller Aces mindestens einen Suizidversuch (Weis et al, 2021).

### WELCHE ELEMENTE ZEICHNEN ACE KULTUR AUS?

Auch weil ace Identität im realen Leben mit vielen Problemen verbunden sein kann, ist es für viele Aces sehr wichtig, bestärkende Gemeinschaften in ace Räumen zu bilden. Da Asexualität so selten ist, bestand für tatsächliche Vernetzung erst seit den Nuller Jahren mit dem Aufkommen des Internets eine wirkliche Möglichkeit. Während sich inzwischen in vielen Städten Menschen auch im realen Leben treffen, ist das Internet auch weiterhin zentraler Drehpunkt von ace Kultur. Ein buntes Spektrum an Pride-Symbolik (Drachen, Kuchen, schwarze Ringe, Asse, Knoblauchbrot, ...) und Insider-Witzen prägt die ace Kultur genauso wie ein unfassbar großes Arsenal an Mikrolabeln, regelmäßige Pride-Veranstaltungen wie die Ace Week im Oktober und der International Asexuality Day im April, ace Headcanons zu Figuren aus verschiedensten Genres, und von Anfang auch an viel Aktivismus.

### WIE KANN ICH MIR SICHER SEIN, DASS ICH ASEKUELL ODER AUF DEM ASEKUELLEN SPEKTRUM BIN?

Dafür gibt es keine festgelegten Kriterien. Vielleicht stolperst du zufällig über diesen Begriff und hinterfragst deine sexuelle Orientierung. Egal, ob du „schon immer geahnt hast“, dass sich deine Empfindungen von denen deiner Freund\*innen unterscheiden, sofort Klarheit hast oder erst intensiv über deine Identität nachdenken musst: Du darfst die Label nutzen, wenn es sich für dich richtig anfühlt. Dabei ist es nicht wichtig, ob du dir schon sicher bist oder unsicher, ob es „komplett zutrifft“. Es ist auch okay, sich temporär mit dem asexuellen Spektrum zu identifizieren und es später wieder abzulegen. Das macht es nicht weniger valide. Egal was, es ist wahrscheinlich eine gute Idee, mit Menschen, denen es ähnlich geht, in Kontakt zu kommen.

## Kapitel 11 Asexualität

### WO KANN ICH IN KONTAKT MIT DER COMMUNITY KOMMEN?

Die internationale Community hat seit 2001 ihre Heimat im englischsprachigen AVEN-Forum, seit vielen Jahren organisieren, treffen und entwickeln sich ace Gemeinschaften auch auf insb. Tumblr, Reddit und Discord.

Die deutschsprachige Community lebt inzwischen zu großen Teilen im Discord-Server Aspec\*German. Über diese Plattform organisiert sich auch AktivistA, der Verein zur Sichtbarmachung des asexuellen Spektrums, AktivAro, das aro-aktivistische Kollektiv und die Redaktion des InSpektr-en-Podcasts, sowie ein Großteil der etwa 30 Lokal-/Regionaltreffen.

Außerdem gibt es unzählige Messenger-Gruppen, bekannt sind die Ameisenbären, die ein ganzes Netzwerk an Gruppen managen (die meisten davon für Menschen bis 27 Jahre).

Es gibt auch das deutschsprachige Forum [www.aven-forum.de](http://www.aven-forum.de), welches aufgrund von problematischen Vorfällen inzwischen nicht mehr vom internationalen AVEN unterstützt wird.

### WIE KANN ICH EIN\*E GUTE\*R ALLY SEIN?

- Verwende das queere Akronym mit einem "A" - LGBTQIA+\*.
- Wenn du möchtest, informiere dich weiter zu Ace-Themen. Weitere Ressourcen sind in diesem Google Dokument zu finden.
- Verschenke und lies Bücher! In deutscher Sprache gibt es: "Loveless" von Alice Oseman (YA Fiction), "[un]sichtbar gemacht" von Katharina Kroschel und Annika Baumgart (Sachbuch), "Beweisstück A" herausgegeben von Carmilla DeWinter und Carmen Keßler (Anthologie, Fiction) und "Das asexuelle Spektrum" (Sachbuch) von Carmilla DeWinter. Auf englischer Sprache gibt es inzwischen viele weitere Bücher. Wenn du gerne liest, wirst du auf der AroAceDatabase, in der ein großer Teil der bisher erschienen Bücher mit ace und aro Charakteren aufgenommen

## Kapitel 11 Asexualität

men wurde, sicher fündig werden (<https://www.aroacedatabase.com>).

- Verwende Begriffe, die aktiv auf das Spektrum hinweisen: ace oder asexuelles Spektrum, in der Schriftsprache auch a\_sexuell oder a\*sexuell. Gehe bei Erklärungen und Ausführungen auch auf das Spektrum ein.
- Bitte gehe respektvoll mit der Privatsphäre von ace Menschen um. Viele werden leider noch immer bei jedem Outing mit intrusiven, intimen Fragen konfrontiert, sogar in queeren Kontexten. Es ist in den meisten normalen Gesprächen vollkommen unangemessen, Personen nach Libido, Masturbation, Traumata oder sexuellen Erfahrungen zu befragen.
- Wer einen Platz hat zum Flyerauslegen: Bei AktivistA gibt es tolle, kostenlose, bestellbare Flyer, hier: <http://aktivista.net/materialien/gedrucktes/>
- Mach' dir klar, dass nicht jeder Mensch sexuelle Anziehung verspürt und versuche, das nicht von anderen Menschen zu erwarten.
- Wenn du Räume in verschiedenen queeren Flaggenfarben dekorierst, schließe ace Farben mit ein.

### ZITIERTE STUDIEN

Weis, R., Hermann, L., Bauer, C., Miller, T. L., Baba, A., van der Biezen, T., Campos, A., Smiga, J. A., Tomaskovic-Moore, S., Trieu, T. H., Walfrand, A., & Ziebert, J. (2021). The 2019 asexual community survey summary report. The Ace Community Survey Team.



Kapitel 12  
Aromantik

# Aromantik und das aromanti- sche Spektrum

### WAS IST AROMANTIK? WAS IST DAS AROMANTISCHE SPEKTRUM?

Aromantik ist eine romantische Orientierung. Viele aro Menschen empfinden keine romantische Anziehung zu anderen Personen, verlieben sich nicht, und/oder haben kein Bedürfnis nach romantischen Momenten mit anderen Personen. Einige finden romantische Handlungen unangenehm und abstoßend. Menschen können sich aus den verschiedensten Gründen als aromantisch identifizieren.

Das aromantische Spektrum beschreibt, dass es weit mehr als Aromantik auf “der einen Seite” und Alloromantik (wie zum Beispiel Homo- oder Heteroromantik) auf “der anderen Seite” gibt. Diese Orientierungen gehen kontinuierlich ineinander über.

Aro für das aromantische Spektrum wird wie ace für das asexuelle Spektrum auch als Schirmbegriff (umbrella term) gebraucht.

### WAS SIND GRAY-/GRAUROMANTIK UND DEMIROMANTIK?

Menschen auf dem aromantischen Spektrum beschreiben sich häufig als gray-/grau- und/oder demiromantisch. Demiromantische Menschen empfinden nur dann romantische Gefühle, wenn sie eine sehr enge Beziehung zu einer anderen Person aufgebaut haben. Grauromantische Menschen (häufiger verwendet in der englischen Version grayromantic) empfinden romantische Anziehung zum Beispiel seltener oder schwächer als alloromantische Personen. Manchmal wird dieses Label auch verwendet, um die Ablehnung einer festen Zuweisung auszudrücken.

### KÖNNEN ARO UND AROSPEC MENSCHEN NICHT LIEBEN?

Es gibt viele Formen der Liebe, u.a. zu Freund\*innen, Familie und Haustieren. Aromantik bezieht sich nur auf romantische Liebe. Manche aromantische Personen empfinden nichtromantische Arten der Liebe, manche

## Kapitel 12 Aromantik

gar keine. Das Label „loveless“ wird von vielen Personen, die keine Liebe empfinden, empowernd verwendet.

### BEIM ASEKUELLEN SPEKTRUM GIBT ES SO VIELE VERSCHIEDENE SCHREIBWEISEN, IST DAS HIER AUCH SO?

Die Terminologie ist beim aromantischen Spektrum aufgrund der deutlich kürzeren Communitygeschichte aktuell sehr vage. Schreibweisen mit Sternchen oder Unterstrich zur Sichtbarmachung des aromantischen Spektrums (wie a\*romantisch oder a\_romantisch) sind in Verwendung, allerdings nicht besonders üblich. Häufig wird aromantisch mit „aro“ abgekürzt, wobei es aktuell keinen Konsens dazu gibt, ob „aro“ für das ganze aromantische Spektrum steht, oder ausschließlich für Personen, die nie romantische Anziehung empfinden. Darüber hinaus gibt es das Label „arospec“, welches dezidiert für das Spektrum steht. In den meisten Fällen ist es wohl sinnvoll, „aro und arospec Menschen“ oder im Bezug auf Orientierungen, „Aromantik und das aromantische Spektrum“ als inklusivere Schreibweise zu verwenden.

### WAS BEDEUTET "ASPEC"?

Aspec ist ein Schirmbegriff über aromantisches und asexuelles Spektrum, der zum Communitybuilding und inzwischen mehr und mehr auch als Identitätslabel Verwendung findet. „Aspec“ inkludiert alle Personen, die sich irgendwo auf einem oder beiden Spektren befinden.

### WOLLEN ARO UND AROSPEC MENSCHEN DENN AUCH KEINEN SEX?

Aromantische Menschen können jegliche sexuelle Orientierung haben und jegliche Einstellung zu Sex. Menschen, die aro/arospec und ace sind, nennen sich oft aroace, und Menschen, die aro/arospec und allosexuell sind, nennen sich oft alloaro.

### SIND ARO/AROSPEC MENSCHEN EWIG ALLEIN?

Aro/ariospec Menschen können alleine, in romantischen oder (queer-) platonischen Beziehungen, mit Freund\*innen, oder in anderen Konstellationen leben. Bei poly Beziehungen fällt häufig der Begriff „polyaffective“ als Alternative zu „polyamorous“. Nichtromantische Beziehungen können genauso tief und wichtig sein wie romantische Beziehungen - das gilt nicht nur für aro/ariospec Menschen. Andere aro/ariospec Menschen wünschen sich keine partner\*innenschaftliche Beziehungen und/oder auch keine Freund\*innenschaften.

### WAS IST EIGENTLICH EIN SQUISH?

Ein Begriff, der sowohl den aspec Communities häufiger fällt, ist „Squish“. Es handelt sich dabei um das platonische Äquivalent eines „Crushs“. Ein weiterer Ausdruck ist „Plush“. Gemeint ist damit die Anziehung, die Menschen dazu motiviert, queerplatonische Beziehungen anzustreben. Die mit einem „Squish“ oder „Plush“ verbundenen Gefühle bzw. deren Intensität können ähnlich sein wie bei einem „Crush“.

### SIND AROMANTIK UND GREY-AROMANTIK QUEER?

Zwar identifizieren sich nicht alle aro/ariospec Personen zusätzlich als queer, genauso wenig wie alle anderen LGBTQIA+\* Personen dies tun. Aromantische Menschen und Menschen auf dem aromantischen Spektrum sind aber eindeutig queer in dem Sinne, dass sie zur LGBTQIA+\* Community gehören.



### WIE KANN ICH MIR SICHER SEIN, DASS ICH AROMANTISCH ODER AUF DEM AROMANTISCHEN SPEKTRUM BIN?

Dafür gibt es keine festgelegten Kriterien. Vielleicht stolperst du zufällig über diesen Begriff und hinterfragst deine romantische Orientierung. Egal, ob du „schon immer geahnt hast“, dass sich deine Empfindungen von denen deiner Freund\*innen unterscheiden, sofort Klarheit hast oder erst intensiv über deine Identität nachdenken musst. Du darfst die Label nutzen, wenn es sich für dich richtig anfühlt. Dabei ist es nicht wichtig, ob du dir schon sicher bist oder unsicher, ob es „komplett zutrifft“. Es ist auch okay, sich temporär mit dem aromantischen Spektrum zu identifizieren und es später wieder abzulegen. Das macht es nicht weniger valide. Egal was, es ist wahrscheinlich eine gute Idee, mit Menschen, denen es ähnlich geht, in Kontakt zu kommen.

### WO FINDE ICH WEITERE INFORMATIONEN?

- Seite des deutschsprachigen Aro-Aktivismus-Kollektiv AktivAro, das sich 2021 gegründet hat.
- Seit Anfang 2022 gibt es das erste deutschsprachige Sachbuch, in dem es neben ace- auch um aro-Themen geht: [un]sichtbar gemacht von Annika Baumgart und Katharina Kroschel.
- Der deutschsprachige aspec Discord Server. Schaut gern vorbei, wenn ihr euch auf dem Spektrum identifiziert, questioning oder Allies seid :)
- Auf dieser Seite wird monatlich ein neues Thema ausgeschrieben, zu dem Blogger\*innen dann Beiträge verfassen können. Das Projekt existiert seit Anfang 2019.
- Die „Aromantic-spectrum Union for Recognition, Education, and Advocacy“ (deutsch “Vereinigung des aromantischen Spektrums für Anerkennung, Bildung und Repräsentation”) bietet eine weitere Übersicht über online und offline Ressourcen (Original auf Englisch).

## Kapitel 12 Aromantik

- Ein Google Dokument mit sehr vielen Ressourcen zum Thema Aspec (aromantisches und asexuelles Spektrum) - Communities, Zeitschriften, Videos, Aktivismus und vieles mehr

Kapitel 13  
Das Split  
Attraction  
Model

# Das Split Attraction Model

## Kapitel 13 Das Split Attraction Model

**Sexual Attraction:**  
Sexual attraction is a feeling that sexual people get that causes them to desire sexual contact with a specific other person.



**Romantic Attraction:**  
Romantic attraction is a feeling that causes people to desire a romantic relationship with a specific other person.



**Crushes:**  
A crush is a romantic attraction to someone, a desire for a romantic relationship of some kind, a desire that is possibly temporary in nature, possibly never to be acted upon.



**Squishes:**  
A squish is an aromantic crush, a desire for a strong platonic relationship with someone.



**Sensual Attraction:**  
A desire to do sensual (but not sexual) things with certain people, especially relating to tactile sensuality such as cuddling.



**Aesthetic Attraction:**  
An attraction to other people that is not connected to a desire to do anything with them, either sexually or romantically. They simply appreciate their appearance.



QUELLE:  
HTTP://3.  
BP.BLOGSPOT.  
COM/-  
LAVZN65AUC8/  
USPXRCIPRI/  
AAAAAAAAAC8/  
ZW8F7DPYACC/  
S1600/  
ATTRACTIONS.JPG

WELCHE INHALTE WERDEN DURCH DAS SPLIT ATTRACTION MODEL BESCHRIEBEN?

Das Split Attraction Model (SAM, dt: "Modell der geteilten Anziehung") zeigt auf, dass verschiedene Formen zwischenmenschlicher Anziehung unterschieden und von manchen Menschen auch unabhängig voneinander empfunden werden können. So ist es möglich, dass ein Mensch zu einer bestimmten Person bspw. sensuelle und sexuelle, aber keine romantische Anziehung empfindet.

Auf dieser Basis können Menschen auch völlig verschiedene sexuelle und romantische (und ggf. weitere) Orientierungen haben, bspw. also heterosexuell und biromantisch sein oder asexuell und homoromantisch.



### WANN IST DAS SAM ENTSTANDEN?

Die heutige Form des SAM stammt aus dem Jahr 2015, obwohl es Beschreibungen von verschiedenen Arten der Anziehung schon Ende des 19. Jahrhunderts von Karl Heinrich Ulrichs gab. Es wird hauptsächlich, aber nicht ausschließlich, in aspec Communities verwendet.

### WOFÜR WIRD DAS SAM GENUTZT?

Viele aspec Personen nutzen das SAM, um ihre Identität besser beschreiben zu können. Darüber hinaus findet es häufig in aktivistischen Vorträgen und Erläuterungen zu Aromantik und Asexualität Verwendung, um zu verdeutlichen, dass ace Personen nicht alle aro und aro Personen nicht alle ace sind. Darüber hinaus finden einige Personen das SAM hilfreich, um weitere Arten der Anziehung bei sich einordnen und von sexueller oder romantischer Anziehung abgrenzen zu können.

### WELCHE ARTEN DER ANZIEHUNG SIND IM SAM ENTHALTEN?

Von sexueller und romantischer Anziehung als Basis wird das Split Attraction Model häufig auch auf viele weitere Arten der Anziehung ausgedehnt. Dann können sensuelle, platonische, ästhetische, emotionale und weitere Label dazukommen. Die sensuelle Anziehung beschreibt dann beispielsweise, mit welchen Menschen das Bedürfnis nach Kuschn, Händchen halten oder Umarmungen besteht; die platonische Anziehung steht für den Wunsch nach einer freund\*innenschaftlichen oder platonischen Beziehung; ästhetische Anziehung kann auf Basis des Aussehens das Bedürfnis nach längerer visueller Bewunderung einer Person auslösen.

### WELCHE KRITIK AM SAM GIBT ES?

Natürlich gibt es auch Kritik am SAM. Der Vorwurf besteht, dass durch die Unterscheidung von sexueller und romantischer Anziehung unnötige Grenzen gezogen würden. Auf die gleiche Unterscheidung bezieht sich auch der Vorwurf, dass das SAM das Vorurteil verschärfe, queere Menschen wären nur auf Sex fokussiert, da sie explizit zwischen den beiden Anziehungen unterscheiden. Dies ist wohl eher ein Ausdruck von (sowie-so bestehender) Queerfeindlichkeit als ein tatsächliches Argument. Auch existieren die Punkte, dass das SAM homofeindlich sei, da es die „perfekte Ausrede“ darstelle, mit Menschen des eigenen Geschlechts zu schlafen, aber nur heteroromantisch gelesene Beziehungen zu führen (das „Argument“ bezieht sich v.a. auf bi-Menschen). Das zeigt aber vor allem die Bi- und Arofeindlichkeit der Menschen, die diese Aussagen tätigen.

Jeder Mensch ist willkommen, die eigenen Anziehungen für sich herauszufinden und zu benennen. Und es bleibt vollkommen in Ordnung, die eigene Orientierung als z.B. bisexuell zu benennen und dabei sowohl romantische und sexuelle Orientierung zu meinen. Ob ihr das SAM benutzt, um eure Identität zu beschreiben oder auch nicht, bleibt ganz allein euch überlassen!

Kapitel 14  
Beziehungs-  
formen

# Beziehungs- formen

### WELCHE BEZIEHUNGSFORMEN GIBT ES?

Jede zwischenmenschliche Beziehung ist individuell. Partner\*innenschaftliche Beziehungen befinden sich u.a. auf einem Spektrum von mono bis poly, und einem Spektrum von offen bis geschlossen. Neben diesen vier Labeln in allen Abstufungen und Kombinationen benutzen manche Menschen auch füreinander bestehende Gefühle oder den Charakter miteinander ausgelebter Intimität, um Beziehungen zu benennen, bspw. romantisch oder kinky.

### WELCHE IDENTITÄTEN IM BEZIEHUNGSKONTEXT GIBT ES?

Die Bedürfnisse in Bezug auf die Anzahl und den Charakter von Partner\*innenschaften können sich zwischen Menschen stark unterscheiden. Manche Personen möchten keine partner\*innenschaftlichen Bindungen in ihrem Leben haben, sie sind nonamorous (engl.)/ nonamor (dt., ungebrauchlich); andere haben das Bedürfnis nach mehreren gleichzeitig und sind polyamorous (engl.)/ polyamor (dt.). Monoamorous (engl.)/ monoaamor (dt.) bezeichnet Menschen, die mit genau einer Person gleichzeitig in einer partner\*innenschaftlichen Beziehung sein wollen. Ambiamorous (engl.)/ ambiamor (dt., ungebrauchlich) steht für eine Identität zwischen mono und poly: Diese Personen fühlen sich sowohl in einer, als auch in mehreren Beziehungen wohl. Viele dieser Menschen verwenden auch das Label polyamorous, da sie zu mehr als einer Person gleichzeitig Anziehung verspüren können.

Polyamor wird häufig mit poly, seltener mit polya oder polyam abgekürzt. Aro Personen verwenden manchmal auch den Alternativbegriff "polyaffectionate", der den Wunsch nach nichtromantischen Beziehungen mit mehreren Personen gleichzeitig beschreibt.

Für viele Personen sind diese Label auch wichtiger Teil ihrer Identität. Nonamorous, polyamor und ambiamorous gelten als queer.

Grundsätzlich sind diese Identitäten unabhängig von sexueller, romantischer und weiteren Orientierungen und dem Geschlecht, z.B. können

## Kapitel 14 Beziehungsformen

Menschen nichtbinär, lesbisch und ambiamorous oder männlich, hetero und polyamor sein.

### WAS BEDEUTEN „MONO“ UND „POLY“ IM HINBLICK AUF BEZIEHUNGSFORMEN?

Unter Monogamie (altgr. *mónos* „allein, einzig“ und *gamos* „Ehe“) wird heute ein Beziehungskonzept verstanden, das Partner\*innenschaften von genau zwei Personen in den Mittelpunkt stellt. Monoamorie (altgr. *mónos* „allein, einzig“, und lat. *amor* „Liebe“) wird im Deutschen meist synonym dazu und etwas seltener verwendet. Monoamor ist außerdem auch ein Identitätsbegriff (siehe oben).

Die Begriffe Polygamie (altgr. *polýs* „viel, mehrere“ und *gamos* „Ehe“) und Polyamorie (altgr. *polýs* „viel, mehrere“ und lat. *amor* „Liebe“) werden im Deutschen dagegen sehr verschieden verwendet. Während Polygamie die Heirat von mehreren Personen untereinander, häufig auch mit damit einhergehenden sexuellen Beziehungen bezeichnet, benennt Polyamorie das Konzept, mehrere Partner\*innenschaften (auch unterschiedlicher Art) zeitgleich zu führen. Polyamor ist daneben auch ein Identitätsbegriff (siehe oben).

Monogame Beziehungen werden staatlich gefördert und gesellschaftlich idealisiert. Polyamore Beziehungen haben diese Privilegien dagegen nicht und werden gesellschaftlich häufig abgelehnt.

### WAS BEDEUTEN „OFFEN“ UND „GESCHLOSSEN“ IM HINBLICK AUF BEZIEHUNGEN?

Monogame, geschlossene Beziehungen bilden in unserer Gesellschaft ein idealisiertes Normativ. Dabei wird so sehr von diesem Modell als der Standard ausgegangen, dass jegliche Partner\*innenschaft bis zur Benennung des Gegenteils meist als monogam und geschlossen gilt. Viele Menschen nehmen andere Beziehungskonzepte als eine „Abweichung“ davon wahr,



## Kapitel 14 Beziehungsformen

zu vielen Zeiten und Orten der Menschheitsgeschichte gab es jedoch auch immer schon eine Vielfalt von Beziehungskonzepten.

Geschlossen bedeutet in der Regel, dass bestimmte Handlungen und Gefühle nur innerhalb der beteiligten Personengruppe als in Ordnung angesehen werden. Häufig schließt dies Sex, Romantik, Gefühle und Aussprechen romantische Liebe, das Kaufen einer gemeinsamen Wohnung, das gemeinsame Verbringen bestimmter Feiertage oder Jahrestage, den Gebrauch bestimmter Kosenamen und vieles mehr ein. Es besteht also eine Exklusivität für bestimmte Handlungen und Gefühle.

Als Öffnen geschlossener Beziehungen wird häufig verstanden, dass die Partner\*innen mit weiteren Personen sexuell verkehren dürfen. Die Exklusivität um bestimmte Handlungen, meist sexueller Natur, wird also aufgelöst. Dies bedarf viel Kommunikation, oft viel Vertrauen, und eine gute Wahrnehmung persönlicher Grenzen und Emotionen. Die Exklusivität kann auch um alle weiteren Punkte aufgelöst werden, die Grenze zu einer polyamoren Beziehung ist dabei fließend.

An polyamoren Beziehungen sind drei oder mehr Menschen beteiligt. Sie können miteinander in den verschiedensten Konstellationen stehen und auch unterschiedliche Arten von Bindungen (z.B. queerplatonische, romantische oder sexuelle) eingehen. Ein über partner\*innenschaftliche Beziehungen verknüpftes Netzwerk von Menschen wird manchmal als Polykül (oder polycule) bezeichnet. Auch polyamore Beziehungen können offen oder geschlossen sein. So gibt es geschlossene Triaden aus drei Personen, die nur untereinander Partner\*innenschaften aufrechterhalten und nach außen hin keine weiteren. Viele dieser Beziehungen entstehen aus ursprünglichen monogamen Konstellationen, zu denen eine dritte Person hinzukommt.

Offene polyamore Beziehungen können genauso wie geschlossene polyamore Beziehungen viele diverse Formen annehmen. So kann beispielsweise eine Person mehrere Partner\*innenschaften eingehen, ohne dass weitere Beziehungen zwischen ihren Partner\*innen bestehen, oder, am anderen Ende des Spektrums, kann es eine Gruppe von Menschen geben, die alle untereinander in einer Beziehung sind.

### WAS IST EINE QUEERPLATONISCHE BEZIEHUNG?

Der Begriff queerplatonic relationship (QPR, dt.: queerplatonische Beziehung) wurde in aspec Communities entwickelt. Queerplatonische Beziehungen sind eine Art von nichtromantischen Beziehungen. Bestimmte Handlungen in QPRs (z.B. Küssen) können von Außenstehenden als romantisch gelesen werden, sind aber in der Regel nicht so gemeint. Gemeinsam gelebte Sexualität kann Teil einer solchen Beziehung sein, dies ist oft allerdings nicht der Fall.

Hintergrund dieses Beziehungskonzepts ist die Marginalisierung nichtromantischer Beziehungen in unserer stark amatonormativen Gesellschaft. Partner\*innenschaften ohne romantische Komponente werden oft als weniger wichtig und weniger wertvoll als solche mit dieser angesehen. Personen, die diesen Begriff verwenden, möchten damit meist ausdrücken, dass ihre Beziehung(en) “trotz” des nichtromantischen Charakters einen so hohen Stellenwert in ihrem Leben einnimmt, wie dies in amatonormativen Gesellschaften oft nur romantische Beziehungen tun.

Queerplatonische Beziehungen gehen oft mit einem gewissen commitment füreinander einher und werden (auch aufgrund amatonormativ geprägter Annahmen) von außen häufig als romantisch und im Fall von hetero-mono-Konstellationen leider häufig auch als nicht queer gelesen.

Denn queerplatonische Beziehungen können auch hetero sein, der Wortteil “queer” bezieht sich auf den nichtnormativen nichtromantischen Charakter der Beziehungen. Da manche Personen ihre Beziehung allerdings als nicht queer empfinden, gibt es als Alternative den Begriff quasiplatonisch. Manche Menschen bevorzugen auch einfach “platonisch”.

Queerplatonische Beziehungen können unabhängig von ihrem Charakter jede Form einnehmen. Sie können sowohl offen als auch geschlossen sein, und sowohl mono als auch poly geführt werden.

### WAS IST BEZIEHUNGSANARCHIE?

Beziehungsanarchie ist ein umfassendes Konzept zur Gestaltung zwischenmenschlicher Verbindungen, das in starkem Kontrast zur derzeit gängigen normativen Praxis steht. Zentral ist die sorgfältige Abstimmung persönlicher Bedürfnisse, aus der sich meist nichtnormative, einzigartige Beziehungen entwickeln. Klassische Beziehungsformen wie bspw. die Ehe werden dafür kritisiert, dass sie mit einem Bündel an Erwartungen an alle beteiligten Personen einhergehen, die häufig nicht auf die individuellen Bedürfnisse passen.

Für viele beziehungsanarchistisch entwickelte zwischenmenschliche Verbindungen gibt es kein gesellschaftlich etabliertes Label, sodass oft nur ungefähr passende Bezeichnungen wie Partner\*innenschaft ausgewählt und häufig nur zur Vereinfachung der Kommunikation nach außen hin verwendet werden. Solche Begriffe werden allerdings nie als festgelegt verstanden, sondern immer nur als Hülle, die erst noch mit Inhalten gefüllt werden muss.

Beziehungsanarchie geht oft damit einher, dass verschiedene Arten zwischenmenschlicher Verbindungen nicht als unterschiedlich wichtig oder unterschiedlich wertvoll aufgefasst werden. Die Bedeutung einer Beziehung ist genau die, die ihr von den beteiligten Personen gegeben wird. So sind Familienbande nicht notwendigerweise wichtiger als Freund\*innenschaften und romantische Beziehungen stehen nicht zwangsweise über platonischen.

Beziehungsanarchie ist inhärent anti-amatonormativ und wird häufig von aro und ace Menschen genutzt, da ihre Partner\*innenschaften fast nie in gesellschaftlich etablierte Beziehungskonzepte passen. Meistens geht Beziehungsanarchie auch mit Polyamorie einher, das Konzept lässt sich aber auch durch monoamor lebende Personen nutzen.



### WIE HÄNGEN IDENTITÄTEN IM BEZIEHUNGSKONTEXT WIE POLYAMOUR UND BEZIEHUNGSFORM ZUSAMMEN?

Die Ausgestaltung individueller Beziehungen wird neben den mit Präferenzen einhergehenden Identitäten aller beteiligten Personen auch von vielen anderen Faktoren bestimmt, darunter fallen persönliche Kapazitäten für und Wünsche an andere Menschen, die Basis gemeinsamer Vorlieben und Interessen, aber auch praktische Faktoren wie die Entfernung der Wohnorte oder die berufliche Auslastung; außerdem gesellschaftliche und leider oft einschränkende juristische Aspekte wie gesetzliche Privilegierung monogamer Beziehungen. Daher können Realität und Wunschvorstellung mitunter sehr weit voneinander abweichenden, insbesondere bei queeren Personen. Grundsätzlich ist es somit nicht möglich, von gelebten Beziehungsformen auf Identitäten rückzuschließen.

Es ist okay, sich aktiv dafür zu entscheiden, in einer nicht-monogamen Beziehung zu leben, auch wenn man sich in einer monogamen Beziehung genauso wohl fühlen könnte. Es ist genauso okay, sich als poly zu identifizieren und dabei in einer monogamen Beziehung zu sein.

### WO KANN ICH MEHR ERFAHREN?

Für kurze Definitionen der verwendeten Begriffe:

- Monogamie
- Polygamie
- Polyamorie
- Queerplatonik

Zum Thema „Mono-Normativität“ mit weiteren Quellen.

Liv Strömquist: „Ich fühl’s nicht“ und „Der Ursprung der Liebe“ (Graphic Novels über den Ursprung der heutigen mononormativen Beziehungstraditionen)

Şeyda Kurt: „Radikale Zärtlichkeit – Warum Liebe politisch ist“ (Sachbuch u.a. über die Zusammenhänge zwischen Kapitalismus und Kolonialismus mit Monogamie)

Kapitel 15  
Sex, Kink and  
Queerness

# Sex, Kink und Queer- ness

### WAS HAT QUEERNESS MIT SEX ZU TUN?

Ein grundlegendes Anders-Sein beim Sex ist Realität für viele queere Personen; Sex kann so als queeres Handeln gesehen werden. Dementsprechend kann die Betrachtung von Sex und dessen Vielfalt ein Zugang zu queerer Realität sein.

### WAS IST BDSM?

Das Akronym BDSM steht für Bondage and Discipline, Dominance and Submission, Sadism and Masochism (dt.: Fesseln und Disziplin, Dominanz und Submission, Sadismus und Masochismus) und beschreibt bestimmte Arten von Intimität. Häufige Elemente haben mit Kontrollabgabe und -übernahme, körperlichem Schmerz, Vertrauen sowie mit spezifischen persönlichen Vorlieben und Bedürfnissen zu tun. Viele, aber nicht alle Menschen sehen ihr BDSM teilweise oder ganz als Teil ihrer Sexualität. Nichtsexuelle BDSM-Praktiken wie bspw. Fesselungen für sensuellen und/oder ästhetischen Genuss sind allerdings ebenfalls weit verbreitet.

### WAS IST EIN KINK?

Unter den umfassenderen Begriff Kink fallen neben den bereits benannten BDSM-Elementen viele weitere Praktiken. Dazu gehören beispielsweise Spiele mit Materialien wie Latex, Leder oder Lycra; das Tragen bestimmter Kleidungen wie Militäruniformen, Ärzt\*innenkitteln oder Adult-Baby-Schlafanzügen; Praktiken mit Körperflüssigkeiten wie Urin oder Blut; das Ausüben von Atemkontrolle; der Einsatz von Augenbinden oder Kopfhörern zum Wahrnehmungsentzug, und viele mehr.

Was als kinky und was als vanilla (nicht kinky) aufgefasst wird, ist dabei auch historisch und kulturell geprägt. Manche Praktiken werden daher von verschiedenen Menschen und Communities als kinky, von anderen als vanilla aufgefasst, z.B. anale Penetration, bestimmte Sextoys oder be-

## Kapitel 15 Sex, Kink and Queerness

stimmte Dessous.

“Kinky” wird deutlich häufiger als “BDSM’ler\*in” auch adjektivisch als Identitätsbegriff oder Selbstbeschreibung verwendet. Dabei sehen einige Menschen alle ihre Kinks als Teil ihrer Sexualität, einige ordnen alle ihre Kinks als nichtsexuell ein, andere Personen praktizieren eine Mischung aus sexuellen und nichtsexuellen Kinks.

### WAS IST EIN FETISCH?

Die Begriffe Fetisch und Kink werden manchmal synonym verwendet und umfassen auch ein sehr ähnliches Spektrum an Vorlieben (siehe oben). Anders als BDSM und Kinks sind Fetische jedoch grundsätzlich sexuell konnotiert. Nach manchen Definitionen gilt ausschließlich das als ein Fetisch, das zum Erreichen sexueller Befriedigung bzw. eines Orgasmus notwendig ist. Fetischist\*in findet manchmal, allerdings seltener als kinky, als Identitätsbegriff Verwendung.

### WAS IST CONSENT?

Da viele kinky Handlungen ohne passende Absprachen massiv grenzüberschreitend wären, hat Consent einen sehr hohen Stellenwert in der Kink-Community. Consent liegt dann vor, wenn alle beteiligten Personen mit allen Handlungen zu jeder Zeit einverstanden sind und dies auch so kommunizieren. Das Einverständnis muss dabei vollständig freiwillig sein - das ist nur dann möglich, wenn weder negative Konsequenzen bei einem Nein erwartet werden, noch Druck ausgeübt wird, noch eine Beeinflussung durch Alkohol oder andere Drogen vorliegt.

Einige Sexualpraktiken können allerdings nie im Consent ausgeführt werden. Dazu gehören zum Beispiel exhibitionistische Praktiken in der Öffentlichkeit.

### WELCHE ZUSAMMENHÄNGE GIBT ES ZWISCHEN KINK UND DER QUEEREN COMMUNITY?

Kink- und queere Communities haben heute viele Überlappungen. Viele Menschen in Kink-Communities sind selbst queer. Für die Personen, für die Kink zentral in ihrer Sexualität ist, wird manchmal das Geschlecht von Spielpartner\*innen irrelevant. Somit gibt es etliche pan/bi/mspec kinky Menschen. Aber auch alle anderen queeren Identitäten sind viel vertreten. Darüber hinaus sind cishetero Menschen in Kink-Communities u.a. aufgrund ihrer eigenen Nichtnormativität ebenfalls meist sehr offen. Insgesamt sind Kink-Communities meist sehr queerfreundlich.

Queere Communities sind auf der anderen Seite meist auch kinkfreundlich, u.a. weil für viele queere Menschen ein Abweichen von der Norm bei Sex und anderer Intimität bereits sowieso die Realität darstellt. Darüber hinaus besteht eine enge, auch historisch weit zurückreichende Verbindung zwischen schwuler Community und Fetischcommunity.

Kontrovers diskutiert wurde in den letzten Jahren, ob kinky sein inhärent queer ist. Gegner\*innen halten sich an eine Definition von Queerness, die sich ausschließlich auf sexuelle und romantische Orientierung und Geschlecht bezieht. Cis-hetero-dya-allo kinky Personen seien demnach nicht queer. Oft wird fehlende Diskriminierung und die Möglichkeit, sich im Ausleben von Kink immer in Privaträume zurückziehen zu können und nie in der Öffentlichkeit stehen zu müssen, angeführt. Befürworter\*innen sind überzeugt, dass kinky Menschen sehr ähnliche Erfahrungen machen wie viele andere queere Menschen. So zum Beispiel ein inneres und (selten) ein äußeres Coming Out und eine nichtnormative Lebensrealität, die von einer breiten Gesellschaft nicht verstanden und/oder negativ konnotiert wird. Menschen in vielen Positionen können sich nicht erlauben, offen als kinky out zu sein. So ist bspw. als Lehrer\*in ein Outing als schwul, lesbisch oder bi inzwischen meist überwiegend akzeptiert, ein Outing als kinky quasi unmöglich. Viele Gegner\*innen argumentieren ähnlich wie homofeindliche Personen, dass Outings und Aktivismus ja gar nicht nötig seien und homosexuell sein bzw. kinky ja doch bitte einfach auf das Bett beschränkt bleiben könne. Diese ignorante Haltung sieht daran vorbei,

## Kapitel 15 Sex, Kink and Queerness

dass jegliche Identität über häusliche Möbelstücke hinausgeht und Geheimhaltung nicht vor Diskriminierung schützt, sondern darüber hinaus sogar fast immer zu erheblicher zusätzlicher psychischer Belastung führt.

### WELCHE BEDEUTUNGEN KÖNNEN SEX UND KINK FÜR MENSCHEN AUF DEM ASEXUELLEN SPEKTRUM HABEN?

Das Erleben von Sex als schön und erfüllend, das Bedürfnis nach Sex oder die Abneigung gegen Sex sind bei Aces sehr unterschiedlich stark ausgeprägt. Einige Aces können Aspekte wie körperliche Nähe daran sehr genießen. Manche Aces finden sexuelle Komponenten an sich schön, dafür ist es nicht unbedingt erforderlich, sexuelle Anziehung zu verspüren. Es ist jedoch sehr viel häufiger, dass Aces Sex indifferent gegenüber stehen oder sich davon abgestoßen fühlen. Manche Aces, die Sex als langweilig oder neutral erleben, entscheiden sich dafür, aus sekundären Gründen darin zu partizipieren, bspw. in Beziehungen mit allosexuellen Personen.

Vorlieben für verschiedene Kinks sind bei Aces überhaupt nicht selten. Aces empfinden und praktizieren Kink ganz unterschiedlich; sensuelle, ästhetische, interpersonelle und weitere Aspekte können dabei alle eine große Rolle spielen. Auch sexuelle Kink-Praktiken sind für einige Aces erfüllend; wie bei Sex ist das Empfinden sexueller Anziehung dafür keine Voraussetzung. Wenn Aces kinky Interessen haben, kann dies als Basis für gemeinsame gelebte Sexualität in Beziehungen mit allosexuellen Personen hilfreich sein.

### WELCHE BEDEUTUNGEN KÖNNEN SEX UND KINK FÜR TRANS\* UND NICHTBINÄRE MENSCHEN HABEN?

Sex wird von trans\* und nicht-binären Menschen ganz unterschiedlich erlebt. Für viele kann Sex erst mal stark mit Dysphorie zusammenhängen. Zum einen körperlich, wenn es um Nacktheit und den Fokus auf bestimmte Körperstellen geht, aber auch sozial, da Sex und Rollen beim Sex in der Gesellschaft häufig als stark geschlechterspezifisch dargestellt werden.

## Kapitel 15 Sex, Kink and Queerness

Genauso kann Sex aber auch Geschlechtseuphorie auslösen, also die Erfahrung, sich in seinem Körper wohlfühlen und in der Dynamik seine Geschlechtsidentität auszuleben.

Kink kann hierbei für trans\* und nichtbinäre Menschen eine Art sein, Sex und Intimität losgelöst von Genitalien zu erleben. Kink-Praktiken können also eine Möglichkeit sein, Sex zu einem weniger dysphorischen und mehr euphorischen Erlebnis zu machen und auch während Heilungsprozessen von OPs eine Möglichkeit sein, Sex vielfältiger zu leben. Darüber hinaus erleben und praktizieren trans\* und nichtbinäre Personen Sex und Kink genauso vielfältig und aus den gleichen Gründen wie cis Personen auch.

Ein großes Problem ist auch die starke Fetisierung von trans\* und nichtbinären Personen, welcher viele im Kontext von Dating begegnen.

Kapitel 16  
Allies

# Allies



### WELCHE MENSCHEN WERDEN ALS ALLY (AUCH: VERBÜNDETE, UNTERSTÜTZER\*INNEN, FÜRSPRECHER\*INNEN) BEZEICHNET?

Eine Person, die selbst nicht Teil einer marginalisierten Gruppe, z.B. der trans\* Community, ist, diese aber aktiv unterstützt, wird als Ally oder Fürsprecher\*in bezeichnet. Sie arbeitet aktiv daran, Intoleranz zu beenden, klärt andere Menschen über die Belange der marginalisierten Gruppe auf und nutzt ihre nicht marginalisierte Position, um sich für die Gleichstellung diskriminierter Personen einzusetzen.

### WER ZÄHLT NICHT ALS ALLY?

Kein Ally ist, wer trotz vermeintlichen Einsatzes für die Belange einer marginalisierten Gruppe deren Existenz an anderer Stelle in Frage stellt. Auch wer den eigenen Aktivismus auf dem Bild einer Gruppe basiert, welches nicht der Realität entspricht, wer nicht auf Menschen aus den betreffenden Gemeinschaften hört und deren Wünsche und Kritik nicht annimmt, kann sich nicht Ally nennen.

### KANN ICH AUCH ALLY SEIN, WENN ICH SELBST QUEER BIN?

Im landläufigen Verständnis bezieht sich der Begriff Ally meist auf Menschen, die sich selbst der Mehrheitsgesellschaft zuordnen und zum Beispiel der Heteronorm entsprechen.

Da es die eine queere Community nicht gibt, sondern sie einen Zusammenschluss vieler diverser Gruppen darstellt, richtet sich konkrete Allyschaft in der Regel auf eine ganz bestimmte queere Identität. Wenn also zum Beispiel eine aromantische Frau sich für eine Gleichbehandlung von schwulen Männern, die Blut spenden wollen, einsetzt, handelt sie als Ally. Nur wenn die Person der Gruppe angehört, für die sie sich einsetzt ist, sie kein Ally mehr.

### WARUM SIND ALLIES WICHTIG FÜR QUEERE MENSCHEN?

Der Kampf einer marginalisierten Gruppe, wie stark und resilient sie auch sein mag, wird ein nachhaltigerer Veränderungsprozess, wenn ihr Anliegen beginnt, auch scheinbar Unbetroffene zur Solidarisierung und Unterstützung zu bewegen. Allies können ein wichtiges Verbindungsstück zwischen Minderheit und der Mehrheitsgesellschaft darstellen, worin auch eine ihrer großen Stärken liegt.

Während Fragen der sexuellen, romantischen und geschlechtlichen Identität für Queerness bezeichnend und zentrale Momente der begleitenden Kultur sind, können sie in anderen Teilen der Gesellschaft auf Unverständnis stoßen, die oft durch Vorurteile artikuliert werden. Wenn solche Kulturen nicht miteinander reden, enden sie in isolierten Blasen. Allies können hier intervenieren und gerade in ihrem Umfeld dazu beitragen, dass Vorurteile nicht übermächtig werden, sie können im Austausch Berührungspunkte abbauen, ehrliches Interesse und Gesprächsbereitschaft wecken. Allies können dann auch bei der Schaffung und Etablierung von Austauschplattformen auf jeder Ebene eine wichtige Rolle spielen. Je nach Situation können Allies aber auch schon durch erkennbare Solidarisierung in Sprache und Symbolik den Diskurs öffnen.

Die andere zentrale Rolle, die Allies für die queere Community und die Menschen, die sie ausmachen, haben, ist die der Befähigung und individuellen Unterstützung. So kommt es zum Beispiel nicht selten vor, dass sich als queer identifizierende Personen von Gleichempfindenden isoliert sind (zum Beispiel in ländlichen Gegenden ohne entsprechende Angebote). Für so eine Person kann ein Ally eine Vertrauensperson sein und einen sicheren Hafen bieten. Andere Personen wiederum kommen mit ihren Herkunftsfamilien etwa nach ihrem Outing in Konflikt und werden verstoßen oder müssen sich der Umgebung entziehen. In solchen Lagen haben Menschen oft Ersatzfamilien gefunden, in denen Allies von zentraler Bedeutung sind. Auch die Beratung, die Vermittlung oder die finanzielle Unterstützung sind Wege, über die Allies queere Menschen, die Hilfe benötigen und auf sich gestellt sind, absichern können.

Ein globalerer Weg, auf dem Allies die queere Community unterstützen

## Kapitel 16 Allies

können, ist die aktivistische Befähigung durch Skill Trainings, Hilfe beim Aufbau von Organisationsstrukturen und bei der Umsetzung von entsprechenden Projekten.

### KANN ALLYSCHAFT INSTITUTIONALISIERT WERDEN?

Der Begriff Allyschaft kann auf nicht-personelle Unterstützer\*innen abstrahiert werden, also auf Institutionen, die primär oder teilweise in ihrem Handeln oder ihren Strukturen queeres Leben schützen und fördern. Dabei ist es wichtig, dass diesen Organisationen auch selbst z.B. queere Menschen angehören, die die internen Strukturen maßgeblich mitgestalten. Außerdem setzen sich viele weitere Organisationen, besonders aus dem Bereich Menschenrechte, regelmäßig mit dem Thema Queerness auseinander und arbeiten etwa in Ländern, in denen die Situation für queere Menschen besonders gefährlich ist. Der Aktionsradius von Ally-Institutionen reicht von Beratungsstellen über Straßenaktivismus und Kampagnen bis zum politischen Lobbyismus.

Überdies können auch politische Parteien Allies sein, die aus eigener Überzeugung heraus legislativ und/oder exekutiv Politik für das Wohlergehen queerer Menschen machen. Das betrifft insbesondere die Bereiche Bildungs-, Familien-, Sicherheits- und Gesundheitspolitik. Im Allgemeinen haben alle Institutionen das Potential, zumindest passive Allies zu sein, indem ihre internen und externen Strukturen aktiv diskriminierungsfrei und inklusiv gestaltet werden. Beispiele solcher Elemente sind Gleichstellungsbeauftragte und hinreichende Meldesysteme.

### WAS IST DER UNTERSCHIED VON PINKWASHING UND ALLYSCHAFT?

Während des Pride-Monats Juni und zur CSD-Saison bewerben zahlreiche Bekleidungskonzerne eine „Pride Collection“ (häufig nur in den Ländern, in denen dies auf Akzeptanz stößt, wohingegen Filialen in Russland oder China nicht in derartige Aktionen eingeschlossen werden) und in den so-

zialen Medien machen Unternehmen mit Regenbogen-Fahnen Werbung. Kaum ist die Pride-Phase vorbei, werden die Regenbogenfahnen wieder eingerollt; die Strukturen innerhalb der Unternehmen bleiben die Gleichen. Ein solches Verhalten - öffentlichkeitswirksame Solidaritätsbekundungen ohne tiefgreifende interne Veränderungen - wird in der Regel als Pinkwashing bezeichnet. Es erinnert vielmehr an eine zeitlich beschränkte, zielgruppenorientierte Werbekampagne als an wirkliche Solidarität. Provokant zugespitzt lässt sich diese kapitalistische "Solidarität" so zusammenfassen: „We proudly support the LGBT+ community - whenever profitable and convenient“.

**„Im Kern besteht der Unterschied zur Allyschaft in der Intention: während Pinkwashing Profitmaximierung und Selbstdarstellung zum Ziel hat, geschieht echte Allyschaft aus Altruismus.“**

Der positive Effekt für queere Menschen ist jedoch nicht von der Hand zu weisen: Es kann als begrüßenswert angesehen werden, dass ein Symbol wie der Regenbogen inzwischen so viel positive Konnotation mit sich bringt, dass es als Kaufanreiz dient. Die breite Verwendung für Werbezwecke befördert gleichzeitig die Inklusion von Queerness durch Normalisierung. Das Problem ist allerdings, dass die-

se Form der Unterstützung nur bei relativ etablierten Themen und Personengruppen gut funktioniert. Identitäten, die noch sehr um Anerkennung kämpfen müssen, fallen dabei oft herunter.

Im Kern besteht der Unterschied zur Allyschaft jedoch in der Intention: Während Pinkwashing Profitmaximierung und Selbstdarstellung zum Ziel hat, geschieht echte Allyschaft aus Altruismus.

### WELCHE VORTEILE HABEN ALLIES AN DER TEILHABE AN QUEEREN RÄUMEN?

Anliegen queerer Menschen betreffen häufig nicht nur Personen mit bestimmten Identitäten. Es geht um Akzeptanz, Gewaltfreiheit und offen gelebte Verschiedenheit. Genauso profitieren alle Menschen von einer Welt ohne zum Beispiel Diskriminierung und toxische Männlichkeit. Queere Anliegen sind also bedeutend für alle, auch für Menschen, die sich nicht selbst der unterstützten Gruppe zuordnen!

Queere Räume leben von Offenheit für Diversität und haben häufig Sensibilität und Schutz vor Ausgrenzung zum Ziel. Das gibt allen darin die Chance darauf, die eigene Persönlichkeit frei von äußeren Zwängen zu entfalten. In queeren Räumen unterwegs zu sein bedeutet also auch, Respekt auch und gerade dann zu erfahren, wenn ein Mensch nicht konform ist. Auch nicht queeren Allies möchten wir sagen: vielleicht wärst du überrascht, wie viel Talent, Geschick und Wissen in queeren Räume zusammenkommen. Wir können viel zusammen erreichen - Queere Menschen sind toll und haben Superkräfte!

### WIE KANN GUTE ALLYSCHAFT AUSSEHEN?

Es kann keine schablonenartige Anweisung als Antwort auf diese Frage geben. Dennoch kannst du Einiges tun: Wenn jemand Befreundetes zum Beispiel das eigene Coming Out als queer anspricht, frage nach, wie es sich angefühlt hat. Für viele Menschen ist das ein emotionales Erlebnis. Bedenke, dass Menschen vor Freund\*innen geoutet sein kann, aber nicht vor der Klasse, dem Sportverein oder auch der Familie. Geh also mit dem dir anvertrauten Wissen verantwortungsvoll um!

Wenn du an einem Christopher Street Day oder einer Pride Parade teilnimmst, zeigst du Unterstützung für queere Menschen und setzt ein Zeichen für die Akzeptanz von vielfältigen Arten zu leben und zu lieben. Und wenn das noch nicht genug ist: Du wirst außerdem eine Zeit erleben voller Musik, Tanz und Menschen, die ein freies Leben feiern.

## Kapitel 16 Allies

### DOS

- + stehe für marginalisierte Gruppen ein, auch wenn du selbst nicht Teil von ihnen bist
- + höre marginalisierten Gruppen zu und informiere dich gut, bevor du handelst
- + höre vielen Stimmen zu - Meinungen in Communities sind vielfältig, daher solltest du deine Handlungen nicht auf einzelnen von ihnen basieren
- + beziehe intersektionale Perspektiven ein
- + bleib auf dem Laufenden - Diskurse, Meinungen und Sprachgebrauch innerhalb von Communities verändern sich
- + sprich diskriminierende Äußerungen und Praktiken wo immer möglich an
- + als Ally bekommst du oft auch diskriminierende Äußerungen und Praktiken mit, die hinter verschlossenen Türen passiert. Nutze das und setze dich gerade in diesen Räumen für die betroffene Gruppe ein
- + sprich Probleme an, auch wenn du sie selbst nicht ändern kannst
- + deine Wahlstimme ist ein wichtiges Instrument in einer Demokratie, mit dem du gerade rechtlicher Diskriminierung entgegenwirken kannst
- + geh auf Demos
- + unterzeichne Petitionen
- + hinterfrage Strukturen. Wenn niemand von einer bestimmten marginalisierten Gruppe in einem Raum ist (z.B. in einer queeren Organisation oder am Arbeitsplatz), woran könnte das liegen? Wie könnte der Space einladender gestaltet werden? Welche Bedingungen sind nötig, damit bestimmte Menschen teilhaben können (z.B. Kinderbetreuung,

## Kapitel 16 Allies

barrierearme Eingänge, genderneutrale Toiletten, kulturelle Awareness, anonymisierte Bewerbungsprozesse)?

- + arbeite an deinen Vorurteilen. Das bedeutet, Menschen nicht pauschal Eigenschaften und Verhaltensweisen zu unterstellen und ihre Label ernst zu nehmen. Reproduziere keine Vorurteile und Verallgemeinerungen. Geh nicht automatisch davon aus, dass Menschen in Beziehungen, die du als hetero, schwul oder lesbisch liest, sich auch so identifizieren.
- + respektiere die Pronomen, Namen und Selbstbezeichnungen deines Gegenübers. Verwende auch Pronomen, die Dir vielleicht nicht so vertraut sind wie „sie“ und „er“. Um die Verwendung von Pronomen zu normalisieren, könnten die selbst verwendeten Pronomen in E-Mail-Unterschrift, bei Bildschirmnamen (in Videokonferenzen) und an ähnlichen Stellen genannt werden.
- + setze dich im Großen wie im Kleinen ein. Von Politik bis zur Familienfeier gibt es überall Raum, ein Ally zu sein
- + gib nicht auf - Veränderung kann mühsam sein und braucht Zeit
- + akzeptiere, dass du Fehler machst, und lerne aus ihnen
- + respektiere die Grenzen derer, für die du dich einsetzt
- + sei dir auch deiner eigenen Grenzen bewusst
- + wenn du über queere Identitäten redest verwende auch Begriffe, die aktiv darauf hinweise, dass viele Identitäten sich auf Spektren bewegen
- + mach' dir klar, dass nicht jeder Mensch wie selbstverständlich romantische Anziehung verspürt und versuche, das nicht automatisch zu erwarten

## Kapitel 16 Allies

### DON'TS

- warte nicht ab, bis du glaubst, alles zu wissen, denn das geht ohnehin nicht
- verurteile Menschen nicht dafür, dass sie sich “ausprobieren”.
- manche Menschen erleben ihre Sexualität in Phasen. Gehe nicht per se davon aus, dass dies der Fall ist, aber rede auch nicht schlecht über Menschen, denen es so geht.
- stelle keine unangemessene Fragen nach Genitalien / Operationen / Coming-Out- Geschichten. Eine Person möchte beispielsweise nicht direkt am Mittagstisch die eigene medizinische oder emotionale Geschichte erzählen.
- versuche, nicht über die Geschlechtsidentität anderer zu mutmaßen. Diese kann einer Person nicht angesehen werden, genauso wenig wie die korrekten Pronomen. Mache Dir bewusst, dass es nicht Deine Position ist, über das Geschlecht oder die Identität anderer Leute zu urteilen.
- beharre nicht auf deiner Meinung oder Sichtweise, wenn Menschen aus der marginalisierten Gruppe dich korrigieren
- wenn du eine Frage hast, können dir Leute mit persönlicher Erfahrung oft besser weiter helfen. Wenn du Fragen stellst, sei dir bewusst, dass du von einer Person kostenlose Bildungsarbeit erwartest. Wenn die Leute dir in dieser Situation nicht antworten wollen, respektiere das.
- stoche nicht unnötig im Schmerz anderer herum, um dich zu informieren. Diskriminierungserfahrungen mit anderen zu teilen kann sehr persönlich und schmerzhaft sein. Ein Gespräch darüber mag für dich abstrakt sein, für eine andere Person aber viel emotionale Anstrengung erfordern. Mach dir dieses Ungleichgewicht in solchen Gesprächen also stets bewusst
- grenze Menschen, die auf dich cis und hetero wirken (z.B., wenn sie



## Kapitel 16 Allies

mit Partner\*in dort sind), nicht aus queeren Räumen aus, weder durch Worte noch durch Blicke oder Verhalten. Sie sind vielleicht einfach auf weniger sichtbare Art queer. Dieses Verhalten hilft auch z.B. hetero trans\* Menschen.

- stelle dich nicht in den Vordergrund
- nimm keine Machtpositionen im Kampf gegen Diskriminierung ein, die von der betroffenen Gruppe auch selbst besetzt werden könnten
- wenn sich eine Person bei dir outet, vermeide Aussagen wie „So siehst du ja gar nicht aus“ oder „Das habe ich dir schon angesehen“. Vermeide außerdem, das Outing in Zweifel zu ziehen („Bist du sicher? Woher weißt du das?“).
- gehe nicht davon aus, dass alle Menschen hetero sind. Anstatt nach einem Freund zu fragen, könntest du auch offener formulieren: „Bist du in einer Beziehung?“ Dazu gehört auch, die Anspruchshaltung aufzugeben, dass queere Menschen sich outen müssen („Warum hast du nichts gesagt?“).
- und ganz wichtig: Queere Menschen sind so viel mehr als ihr queer Sein. Sie wollen nicht ständig gefragt werden, wie denn nun queere Identität funktioniert oder wie ihr Coming Out war.

Kapitel 17 Queer-  
feindlichkeit

# Queerfeindlichkeit und Diskriminierung

### WAS IST QUEERFEINDLICHKEIT?

Handlungen, Aussagen, Menschen und Strukturen sind queerfeindlich, wenn sie speziell queeren Menschen direkt oder indirekt Schaden zufügen, indem sie zum Beispiel körperlich angegriffen, implizit oder explizit beleidigt, ungleich behandelt, ausgeschlossen, in einem negativen Licht dargestellt oder ins Lächerliche gezogen werden. Zudem beschreibt Queerfeindlichkeit die Reproduktion von Vorurteilen und das Absprechen und Anzweifeln von Erfahrungen und Identitäten. Queerfeindlichkeit kann offen, aber auch sehr subtil sein.

Analog gehören zu diesem Oberbegriff zum Beispiel Acefeindlichkeit, Schwulenfeindlichkeit, Lesbenfeindlichkeit, Homofeindlichkeit, Transfeindlichkeit, oder Bifeindlichkeit. Dieser Abschnitt soll ein breites Spektrum von Queerfeindlichkeit und Diskriminierung abdecken und bleibt daher recht allgemein. Es bleibt aber zu bemerken, dass es im Einzelnen deutliche Unterschiede gibt, auf welche Arten sich Diskriminierung (auch intersektionale Diskriminierung) gegenüber bestimmten Gruppen äußert.

### WER ODER WAS KANN QUEERFEINDLICH SEIN?

Grundsätzlich können alle Menschen queerfeindlich denken und handeln, queerfeindliche Aussagen treffen und queerfeindliche Vorurteile haben. Ein Mensch, der wiederholt und wider besseren Wissens queerfeindliche Meinungen zum Ausdruck bringt, kann zurecht als queerfeindlich bezeichnet werden. Auch Menschen, die selbst queer sind, können queerfeindlich sein und handeln. In diesem Fall kann sich die Queerfeindlichkeit sowohl gegen die eigene Identität als auch gegen andere queere Gruppen richten. Auch Institutionen können queerfeindlich sein, wenn sie zum Beispiel queere Menschen systematisch ausschließen, Diskriminierung innerhalb der Organisation tolerieren oder queerfeindliche Politik vorantreiben.

Viele queere Menschen haben mit internalisierter Queerfeindlichkeit zu kämpfen, also solche, die sich gegen die eigene Identität und damit auch

## Kapitel 17 Queerfeindlichkeit

sich selbst richtet. Diese entsteht, weil das Beibringen von Queerfeindlichkeit durch Umfeld und Gesellschaft auch vor queeren Menschen nicht Halt macht. Dies kann zu einem tiefgreifenden und nicht immer bewusst wahrgenommenen Selbsthass führen, der ernsthafte Konsequenzen haben kann.

### FEINDLICHKEIT ODER PHOBIE?

Anstelle der Endung -feindlichkeit wurde und wird auch -phobie verwendet (z.B. Transfeindlichkeit und Transphobie), wobei sich -feindlichkeit inzwischen vermehrt durchsetzt. Das Problem an der Kombination mit dem Begriff "Phobie" ist, dass dieses Wort eine unkontrollierbare Angst im Sinne einer psychischen Erkrankung impliziert - und damit eben nichts, was unmittelbar in der eigenen Verantwortung liegen kann. Feindlichkeit bringt deutlicher auf den Punkt, worum es eigentlich geht, nämlich eine aktiv diskriminierende Haltung, die sich konkret gegen andere Personen richtet und die bewusst geändert werden kann.

In vielen anderen Sprachen, wie im Englischen, sind Wortneuschöpfungen seltener und nicht so leicht möglich wie im Deutschen. Dort gibt es zwar Versuche, Alternativen zu etablieren, allerdings konnten sie sich im Vergleich zu "homophobia" und Äquivalenten bisher kaum durchsetzen. Dort lösen sich die alten Begriffe jedoch stärker von der pathologisierenden Konnotation ab.

### KANN ETWAS UNABSICHTLICH QUEERFEINDLICH SEIN?

Entscheidend ist nicht die Intention, sondern die Auswirkung. Etwas kann auch dann queerfeindlich sein, wenn es gar nicht so gemeint war. Entscheidend ist, dass Menschen Schaden zugefügt wurde. Dies gilt sowohl, wenn dies ganz direkt geschieht, z.B. in einer direkten Beleidigung als auch indirekt, wenn sich z.B. jemand anderen gegenüber über queere Menschen als abstrakte Gruppe aufregt, ohne dass diese selbst anwesend sind. Queerfeindlichkeit ist also nicht von der Absicht abhängig. Dennoch



## Kapitel 17 Queerfeindlichkeit

kann die Intention sehr wichtig im weiteren Umgang mit der konkreten queerfeindlichen Situation sein. Zum Beispiel kann bei einer unabsichtlichen queerfeindlichen Äußerung ein Hinweis oder ein Gesprächsangebot genügen, um einen Raum weiterhin sicher für alle zu gestalten, während bei einer absichtlichen queerfeindlichen Äußerung oft drastischere Schritte, eventuell sogar ein Ausschluss aus bestimmten Räumen, nötig sind.

Viel Queerfeindlichkeit bewegt sich in einem Graubereich zwischen absichtlich und unabsichtlich, zum Beispiel, wenn Menschen sich von Vorurteilen leiten lassen, anstatt sich besser zu informieren, obwohl sie es leicht könnten und vielleicht sogar schon darauf hingewiesen wurden. Die Unterscheidung ist oft schwierig und meistens müßig, denn es sollten immer die Bedürfnisse und Anliegen der marginalisierten Person oder Gruppe im Mittelpunkt stehen.

### GIBT ES QUEERFEINDLICHKEIT ÜBERHAUPT NOCH?

Häufig behaupten Menschen, Queerfeindlichkeit gehöre der Vergangenheit an oder sei doch zumindest am Aussterben. Geknüpft ist das häufig an den Vorwurf, queere Menschen seien zu sensibel oder würden übertriebene Forderungen stellen. Dieses Narrativ ist nicht nur falsch, sondern verschleiert aktiv die bestehende Diskriminierung von Menschen in unserer Gesellschaft und wird im politischen Diskurs meist eingesetzt, um Forderungen abzuweisen, die aus queeren Lebensrealitäten heraus entstehen.

Natürlich stimmt es, dass viele Diskriminierungsformen in den letzten Jahrzehnten deutlich nachgelassen haben. Ein besonders eindrückliches Beispiel ist die rechtliche Diskriminierung schwuler Menschen: Erst 2001 kamen die letzten Männer aus Haftstrafen aufgrund homosexueller Handlungen frei, inzwischen können sie Ehen schließen. Doch solche Erfolgsgeschichten dürfen nicht davon ablenken, wie verbreitet die Diskriminierung queerer Menschen weiterhin ist. Studien zeigen zum Beispiel, dass jede zweite homosexuelle Person Diskriminierung am Arbeitsplatz

## Kapitel 17 Queerfeindlichkeit

erlebt, oder dass bisexuelle Menschen einem stark erhöhten Risiko häuslicher und sexualisierter Gewalt ausgesetzt sind; über viele Gruppen gibt es nicht einmal Statistiken. Zudem sind erzielte Fortschritte nicht gleich verteilt. So sind beispielsweise trans\* Personen immer noch erheblicher rechtlicher Diskriminierung durch das erniedrigende und menschenrechtsverletzende Transsexuellengesetz ausgesetzt (Stand April 2022).

Fortschritt ist (leider) nicht linear und passiert auch nicht automatisch. Für so vieles, was heute selbstverständlich scheint, haben queere Menschen hart gekämpft. Die Geschichte zeigt auch, dass Diskriminierung nicht nur stetig ab- sondern immer wieder auch zugenommen hat. Auch momentan können wir solche Tendenzen in der zunehmend negativen Berichterstattung über trans\* Personen und der Zunahme offener Queerfeindlichkeit aus Kreisen von Querdenker\*innen und AfD beobachten. Bis es Queerfeindlichkeit nicht mehr gibt, ist es noch ein langer Weg.

### WAS KANN ICH GEGEN QUEERFEINDLICHKEIT TUN?

Die Möglichkeiten, gegen Queerfeindlichkeit aktiv zu werden, sind so vielfältig wie queere Menschen selbst und hängen immer vom konkreten Thema ab. Von Bildungsarbeit über Proteste und politische Arbeit bis hin zu privaten Gesprächen im Familienkreis - alles ist möglich. Weitere Ideen findest du auch im Abschnitt Ally.

### WO KANN ICH MEHR ERFAHREN?

- Studie der Antidiskriminierungsstelle des Bundes
- Queerfeindlichkeit in der Wissenschaft



## ACKNOWLEDGEMENT

An diesem Reader haben im Laufe der vergangenen Jahre viele Menschen mitgearbeitet. Sie haben diskutiert, gefragt, sich ausgetauscht, gelesen, geschrieben, verworfen, neu geschrieben. Damit hat sich der Reader beständig verändert. Er ist das Produkt unzähliger Begegnungen, Gedanken und Gespräche und auch diese Version, die du nun vor dir siehst, ist kein finales, kein fertiges Produkt. Der Reader wird sich weiter wandeln, und an diesem Wandel waren und sind viel mehr Menschen beteiligt als wir hier nun nennen könnten oder wollen.

An dieser Version des Readers waren unter anderem diese Menschen beteiligt:

- Lena Gaißmaier (Kapitel Questioning, Layout)
- Louis Jussios (Kapitel Schwul & Allies)
- Lavinia Kamphausen (Kapitel Questioning)
- Jaqui Stein (Kapitel Beziehungsarten)
- Luca Zemke (Kapitel Schwul, Trans\* & nicht-binär)