

A large, stylized fingerprint graphic in the background, colored with a rainbow gradient from red at the top to purple at the bottom. The fingerprint lines are white and black, creating a complex, organic pattern.

# Methodenkoffer

**Q\***

**zu queerpädagogischen  
Methoden  
in der Jugendarbeit**



## IMPRESSUM

### Herausgeber

Landesjugendring Niedersachsen e.V.  
Zeißstraße 13, 30519 Hannover  
fon: 0511.5194510, fax: 0511.51945120  
e-mail: info@ljr.de, internet: www.ljr.de

### Redaktion und Koordination

Lukas Kison, Wencke Breyer und Sonja Rahn

### Lektorat, Layout, Druck

Lektorat: lektorat-lupenrein.net  
Layout: s•form

### 1. Auflage

Hannover, August 2019

### Förderung

Das Methodenheft ist im Rahmen des Projektes neXTqueer erstellt und wird vom Niedersächsischen Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung im Rahmen der Kampagne »Für sexuelle und geschlechtliche Vielfalt\* in Niedersachsen« gefördert. Die Koordination der Kampagne erfolgt durch das Queere Netzwerk Niedersachsen (QNN).



Für sexuelle und  
geschlechtliche Vielfalt\* in Niedersachsen

# INHALTSVERZEICHNIS

<b>Impressum</b>	<b>2</b>
<b>Inhaltsverzeichnis</b>	<b>3</b>
<b>Vorwort</b>	<b>4</b>
<b>Einleitung zum Methodenkoffer</b>	<b>5</b>
Meine Rolle in der Moderation und Einstieg in die Methoden	6
Zur Auswahl der neun Methoden	10
<b>Methoden</b>	<b>14</b>
Ich/Ich Nicht	14
Gesichtserkennung	18
Memory	22
Tabu	24
Dein-e neue-r Freund-in	26
Das große Dr. Winter-Special	28
Coming Out-Messages	32
Coming Out-Stories	35
Anno Hominum	41
<b>Material &amp; Druckvorlagen für Methoden</b>	
Ich/Ich Nicht	
Gesichtserkennung	
Memory	
Tabu	
Dein-e neue-r Freund-in	
Das große Dr. Winter-Special	
Coming Out-Messages	
Coming Out-Stories	
Anno Hominum	
<b>Materialliste</b>	

# VORWORT

Lesbisch, schwul, bisexuell oder trans\* zu sein ist in unserer Gesellschaft noch immer nicht selbstverständlich. Menschen müssen ihre Empfindungen erklären, wenn sich ihre sexuelle Orientierung nicht (nur) auf das andere Geschlecht richtet oder wenn ihre geschlechtliche Identität nicht mit dem ihnen bei der Geburt zugewiesenen Geschlecht übereinstimmt. Diese Herausforderung gilt umso mehr für Jugendliche, da ein inneres Coming-out, d. h. die Bewusstwerdung der eigenen sexuellen Orientierung und geschlechtlichen Identität, oft im Jugend- oder jungen Erwachsenenalter stattfindet.

Die im Landesjugendring Niedersachsen e.V. zusammengeschlossenen Jugendverbände sind bunt und vielfältig. Zur Vielfalt gehört auch die „queere Jugendarbeit“. Doch hier fehlt in den Jugendverbänden bei den ehrenamtlichen und hauptamtlichen Multiplikator-inn-en häufig die Routine. So haben es zumindest die Arbeit der AG Gender und sexuelle Vielfalt des Landesjugendrings Niedersachsen, die Ergebnisse der Queeren Jugendstudie und die Beratung der Jugendverbände im Projekt neXTqueer gezeigt. Neben der Routine fehlt es an griffbereiten passenden Methoden, die es ermöglichen, sich dem **Thema** zu nähern und dafür zu sensibilisieren.

Und genau solche Methoden sind in diesem Methodenkoffer zu finden. Hier wird ganz viel aus der bisherigen Arbeit des Landesjugendrings Niedersachsen gebündelt und vor allem Menschen, Jugendgruppen und Jugendverbänden, die sich bisher wenig mit dem **Thema** auseinandergesetzt haben, es aber gerne möchten und/oder von Jugendlichen aus den Gruppen dazu bewegt werden, gibt es in der Jugendarbeit erprobte Methoden zur Hand. Dank gilt den vielen Menschen, die an der Entstehung des Methodenkoffers mitgewirkt haben, und denen, die ihn in Zukunft in ihrer Arbeit einsetzen werden.

Oliver Ohm – Fachvorstand Vielfalt

# EINLEITUNG ZUM METHODENKOFFER

Vor euch liegt der Methodenkoffer Q\* zu queerpädagogischen Methoden in der Jugendarbeit. Hier findet ihr neun vorbereitete und in der Praxis erprobte Methoden in einem digitalen oder physischen Koffer. Zu manchen Methoden müsst ihr etwas mehr vorbereiten, zu anderen weniger. Los geht's!

## An wen richtet sich dieser Koffer?

Wenn du Juleica-Kurse oder Seminare teamst, wenn du eine Jugendgruppe leitest oder wenn du hauptamtlich in der Jugend(verbands-)arbeit tätig bist, dann ist dieser Koffer genau das Richtige für dich.

Dabei sind vor allem Menschen, Gruppen und Verbände in den Blick genommen, die sich bisher nur wenig mit dem Thema auseinandergesetzt haben, es aber gerne möchten und/oder von Jugendlichen aus den Gruppen dazu bewegt werden.

Für explizit queere Jugendgruppen bietet der Koffer vermutlich nichts wirklich Neues außer vielleicht Inspiration. Selbstverständlich können aber auch queere Menschen gewinnend an den Methoden teilnehmen (siehe dazu auch den Abschnitt über „the queer elephant in the room“).

## Warum dieser Koffer?

Queer scheint gerade *in* zu sein. In großen Teilen der Gesellschaft wächst die Aufmerksamkeit für die Belange von queeren Menschen. Und das ist gut so! Denn in vielen Ländern der Welt ist queeres Leben noch nicht einmal toleriert. Man kann sich schon ein bisschen freuen, dass so mancher CSD ein buntes Stadtfest ist, bei dem auch Menschen, die sich nicht als queer identifizieren, für die Rechte von queeren Menschen eintreten, z. B. in Köln, Berlin oder auch in Niedersachsen in Hannover, Oldenburg und Osnabrück.

Gerade junge Menschen sind es, die sich für das Thema sehr interessieren. Sie fragen es in der Schule nach, aber sie fragen es vor allem in den Gruppenangeboten nach. Aber das Thema wird natürlich nicht nur im Landesjugendring Niedersachsen bewegt, im Netz gibt es zahlreiche weitere Methodensammlungen. Wer also ein bisschen Zeit mitbringt, findet für jeden Anlass die passende Methode.

Doch im Jugendarbeitsalltag sieht es meistens so aus, dass man nur wenig Zeit hat, aber genau in diesem Moment „mal eben schnell ne Methode“ braucht. Dafür ist dieser Koffer da. Zugegeben, nicht jede Methode kann man eben mal aus dem Koffer ziehen und durchführen. Aber wir haben versucht, deinen Aufwand so gering wie möglich zu halten.

## Was befindet sich im Koffer?

In jedem Koffer, egal ob im digitalen oder im physischen, findest du

- dieses Heft mit einer ausführlichen Einleitung und den Anleitungen zu neun Methoden,

- die entsprechenden Kopiervorlagen für das benötigte Material.

Im physischen Koffer, den du dir für deine Arbeit auch im Landesjugendring ausleihen kannst oder den du vielleicht selber für deinen Verband erstellst, findest du vorbereitete Materialien zu den einzelnen Methoden.

### Wie startest du mit dem Koffer und was solltest du vor seinem ersten Einsatz beachten?

Vor der ersten Anwendung solltest du dir die Zeit nehmen, dieses Heft zu studieren und dir die einzelnen Methoden genau anzuschauen.

Im nachfolgenden Abschnitt wollen wir genauer auf deine Rolle in der Moderation und auf die Verwendung von Methoden eingehen: Worauf muss ich als Moderator-in achten? Warum ist es bei diesem Thema wichtig, Grundregeln in der Gruppe zu verabreden? Was hilft mir bei der Auswahl der Methoden? Daran schließen sich ein paar kurze Worte zu den von uns ausgewählten Methoden an, bevor diese dann das weitere Heft bestimmen.

Prüfe vor jedem Einsatz des Methodenkoffers, ob er auch alle Materialien vollzählig enthält. Solltest du selber einen Koffer erstellt haben, so bietet es sich an, dem Koffer eine Inventarliste beizulegen, dann siehst du schneller, ob etwas fehlt und nachgelegt werden muss.

Für einige Methoden brauchst du zusätzliches Material zu den Materialien aus den Vorlagen, es wird davon jedoch ausgegangen, dass allgemeines Moderationsmaterial (Pinnwand, Flipchart, Marker, Pins, Stifte, Klebepunkte usw.) vorhanden ist, weshalb es nicht immer explizit in den Methoden erwähnt wird.

### Brauchst du sonst noch etwas?

Es ist empfehlenswert, dass du dich mit dem Themenkomplex sexuelle Orientierung und geschlechtliche Identität vertraut machst. Einen guten Ansatzpunkt bietet das Praxisbuch Q\* des Landesjugendring Niedersachsen. Lies es dir einmal durch, informiere dich weiter oder besuche eine Qualifizierung zu diesem Thema.

## Meine Rolle in der Moderation und Einstieg in die Methoden

### Worauf muss ich als Moderator-in achten?

Eine sensible Moderation ist das A und O bei den meisten dieser Methoden, und einen ganz wichtigen Baustein bildet die anschließende Reflexion. Erst durch die Reflexion im Auswertungsgespräch können die Methoden ihr Ziel erreichen. Deshalb sind bei jeder Methode Auswertungsphasen eingeplant, die zumeist keine zeitliche Vorgabe haben, um tiefergehende Gespräche zu ermöglichen. **Die Auswertungsphase sollten in jedem Fall mindestens ein Drittel der Gesamtzeit der Methode einnehmen!** Für manche Methoden sind (mehrere) Zwischen-Auswertungsphasen vorgesehen. Diese ersetzen die Schlussauswertung jedoch nicht.

Für jede Methode sind einige **mögliche Auswertungsfragen** vorgegeben. Diese solltest du nicht von oben nach unten durchgehen, sondern sie eher als Gesprächsanreger nutzen. Hangle dich aber schon in etwa an der Reihenfolge entlang, sodass du möglichst mit der letzten Frage endest.

Für einen ausführlicheren Blick, worauf du bei der Moderation achten solltest, empfehlen wir dir das Kapitel „Die Rolle des Moderators / der Moderatorin“ im Juleica-Handbuch des Landesjugendring Niedersachsens.

Für eine sensible Moderation ist es selbstverständlich sinnvoll, dass **du selbst queersensibel** bist. Dazu findest du im Praxisbuch Q\* in Kap. 2 und 3 viele nützliche Hinweise. Hier die wichtigsten Punkte:

- Fang bei dir selbst an: Es ist alles eine Frage der Haltung. Erkenne und reflektiere deine eigenen Vorurteile. Kläre dich auf, informiere dich, mache dich mit dem Thema und queerem Leben bekannt.
- Schaffe eine queerfreundliche Atmosphäre. Dazu gehört u. a. eine queersensible Kommunikation, aber auch dass du Diskriminierung nicht durchgehen lässt.
- Thematisiere sexuelle und geschlechtliche Vielfalt ganz direkt. Dafür findest du hier zahlreiche Anregungen.
- Stehe unterstützend als Ansprechpartner-in für queere und nicht-queere Jugendliche zur Verfügung.

Darüber hinaus ist es wichtig, die richtigen Begriffe zu verwenden. Einen Überblick findest du im Praxisbuch Q\* in Kapitel 1.

Die Queere Jugendstudie hat gezeigt, dass du dir als Moderator-in immer bewusst machen und überhaupt damit rechnen solltest, dass in deiner Jugendgruppe Menschen sind, die queer sind. Für dich als Moderator-in spielt es eine Rolle, wenn eine queere Person mit im Raum ist, egal ob sie sich bereits zu erkennen gegeben hat oder nicht, denn automatisch verlassen die Methoden die abstrakte Ebene und werden persönlich. Das kann dich vor eine Herausforderung stellen, und deshalb wollen wir dich mit dem nachfolgenden Abschnitt „the queer elephant in the room“ in das Thema mitnehmen.

### the queer elephant in the room

Zunächst einmal: Um das Thema geschlechtliche Identität und sexuelle Orientierung zu behandeln und zu moderieren musst du selber nicht queer sein.

Du musst dir als Moderator-in immer darüber bewusst sein, dass es eine queere Person in der Gruppe geben kann und dass es, wenn es eine **queere Person im Raum** gibt, durchaus methodische Implikationen hat. Denn plötzlich bekommt das, worüber ihr die ganze Zeit „theoretisch“ spricht, ein Gesicht: „Da ist jemand, „der-die es ja wissen muss.“

Hier gilt es genauso, wie bei anderen Themen, bei denen es Personen gibt, die es persönlich betrifft, setze queere Teilnehmer-innen nicht unvorbereitet diesen Methoden aus; und falls ihr queere Menschen im Team habt, reflektiert vorher darüber.

Folgende Hinweise aus der Praxis können dir helfen:

- Du musst immer davon ausgehen, dass es Teilnehmer-innen gibt, die sich dir gegenüber noch nicht als queer zu erkennen gegeben haben (ungeoutet) oder die sich über ihre eigene sexuelle Orientierung und geschlechtliche Identität unsicher sind (questioning). Deshalb ist es

aus unserer Sicht wichtig, Grundregeln für die Gruppe zu vereinbaren, auf diese gehen wir unten noch ein.

- Wenn eine teilnehmende Person queer und das auch bekannt ist (geoutet), dann solltest du unbedingt vorher mit ihr darüber sprechen, ob sie teilnehmen, ob sie von ihren Erfahrungen als queerer Mensch berichten oder (je nach Alter) dich bei der Durchführung sogar unterstützen möchte. Wichtig ist, dass du der Person ausreichend Zeit gibst, sich Gedanken zu machen und sich zu entscheiden.
- In der Methode *Coming Out Stories* ist das besonders relevant, deshalb wird dort noch einmal ausführlich auf queere und questioning Teilnehmer\*innen eingegangen.

Eine queere Person im Raum zu haben, bringt vielleicht den **Nachteil** mit sich, dass die Teilnehmer-innen dazu tendieren könnten, dass sie alles, was sie in den Methoden über queeres Leben erfahren, auf sie beziehen. Außerdem kann es dazu führen, dass sie in ihr automatisch eine-n Expert-in sehen: Sie stellen Fragen, die schnell ins Persönliche gehen können („Wie war das denn so bei dir?“). Genau das aber kann auch ein **Vorteil** sein, wenn ihr sensibel damit umgeht. Folgende Hinweise möchten wir euch dazu mit auf den Weg geben:

- Die Person sollte gefestigt sein in ihrer geschlechtlichen Identität und sexuellen Orientierung.
- Falls es bekannt ist, dass eine Person queer ist, solltet ihr am Anfang der Einheit abklären, ob sie für Fragen zur Verfügung steht.
- Wenn ihr Fragen an die queere(n) Person(en) zulässt, dann legt vorher Regeln fest. Das können z. B. sein:
- Der queere Mensch beantwortet nur Fragen, die er-sie beantworten möchte.
- (Gewollte und ungewollte) Diskriminierungen werden thematisiert.
- Der queere Mensch ist kein-e Expert-in und kann nicht alle Fragen beantworten.
- Kein Mensch ist wie der andere: Die queere Person kann nicht für alle sprechen und keine allgemeingültigen Antworten geben. -Er-sie spricht nur für sich: ihre-seine persönliche Sichtweise, Erfahrung, Einstellung.
- Fragt die queere Person, ob sie auch nach dem Workshop weiter für Fragen und/oder Gespräche zur Verfügung steht.
- Bettet diese möglichen „Fragerunde(n)“ an geeigneter Stelle in die Methoden ein.
- Wenn ihr das methodisch sinnvoll findet und die queere Person damit einverstanden ist, können die Teilnehmer-innen ihre Fragen auch zuvor auf Zettel schreiben. Eine mögliche Methode dazu findet ihr hier: <http://rainbowscouting.at/cms/fragerunde/>

Insbesondere wenn die queere Person Teilnehmer-in ist, braucht sie Rückendeckung. Deshalb solltest du als Workshopleitung in ihrer Nähe sitzen oder stehen. Greife ein, wenn nötig, z. B. um (gewollte oder ungewollte) Diskriminierung zu thematisieren. Achte darauf, dass die vereinbarten Regeln eingehalten werden.

Wenn (nur) du queer bist und dich stark genug fühlst, kannst du auch alleine für Fragen über das Queersein zur Verfügung stehen. Achte aber gut auf dich und gib für diese Zeit die Moderation an eine andere Person ab!

## Was hilft mir bei der Auswahl der anzuwendenden Methode?

Hierfür wollen wir dir ein paar Fragen mit auf den Weg geben, die dir dabei helfen sollen, die für dich richtige Methode zu finden.

- 1. Wie stehe ich selbst zu dem Thema?**  
Du solltest sexueller und geschlechtlicher Vielfalt offen gegenüberstehen, sie als etwas Positives begreifen und bereit sein, deine eigene Position zu hinterfragen. Auch muss nicht immer alles eindeutig sein, du musst nicht alles auf Anhieb verstehen. Aber du solltest auch das, was du nicht verstehst, respektieren.
- 2. Wie sicher fühle ich mich?**  
Sicherheit bedeutet nicht nur Sicherheit im Thema, sondern vor allem auch Selbstsicherheit!
- 3. Wie stehen die Jugendlichen zu dem Thema?**  
Stichworte: Entwicklungsstand, Gruppenphase, Zusammensetzung der Gruppe nach Alter, Geschlecht, sozialem Status, eigene oder familiäre Migrationsgeschichte
- 4. Welches Ziel verfolge ich?**  
Mögliche Ziele: Aufklären, Sensibilisieren, Empowern, Verwirren, Umwerten einer nachteilig zugewiesenen Position, akutes Intervenieren etc.
- 5. Kenne ich schon eine Methode und fühle mich sicher in ihrer Anleitung und Durchführung?**  
Du solltest die Methode selber bereits als Teilnehmer-in ausprobiert haben, um zu wissen, welche Fragen auftauchen könnten.
- 6. Welche Rahmenbedingungen sind gegeben?**  
Zum Beispiel: Gruppentreffen im Gruppenraum, Seminarworkshop, Juleica-Schulung; zeitlicher Rahmen, Tageszeit; was passiert davor und danach?

Einen Teil dieser Fragen greift auch die Methodenübersicht vor Beginn der Methodenbeschreibung auf, um dir schneller dabei zu helfen, welche Methode du verwenden kannst.

Viele Methoden bieten Modifikationen und Varianten. Je nachdem, welche Gruppe du vor dir hast oder welches Thema du fokussieren willst, kannst du die Methode für dich anpassen.

Abhängig von den Rahmenbedingungen und der Zusammensetzung der Gruppe, kann es für die Gruppe gut sein, eine kurze entspannende und beruhigende Übung vorzuschalten, z. B. einen spirituellen Impuls oder eine kurze Mediation. Hier habt ihr in eurem Verband sicherlich einen breiten Fundus an Methoden. Selbstverständlich solltest du bei der Auswahl einer solchen Übung darauf achten, dass diese zum Thema passt und zeitlich nicht ausufert.

Und am Ende: Bereite dich auf die Methode vor, wähle die Materialien aus und prüfe sie auf Vollständigkeit; führe die Methode durch und bereite sie sorgfältig nach, denn nur so bekommst du Routine und weißt, was du beim nächsten Mal beachten musst oder verändern kannst.

## Gruppen-Grundregeln

Die Methoden sind allesamt (hoffentlich) selbsterklärend. Es gibt aber zusätzlich ein paar Grundregeln, die gerade bei sensiblen Themen wichtig sind. Diese solltet ihr besprechen, bevor ihr das Thema behandelt. In der Praxis werden diese Grund-Umgangsregeln häufig gleich zu Beginn der

Veranstaltung von der Moderation genannt. Ihr könnt die Grundregeln auch an die Wand hängen, sodass sie immer sichtbar sind.

- Sexuelle und geschlechtliche Vielfalt ist kein „Problem“, sondern etwas Natürliches, Selbstverständliches und Positives.
- Wir gehen wertschätzend miteinander um: Wir hören uns gegenseitig zu, lassen einander ausreden und nehmen unsere Gefühle und die der anderen ernst. Jede Meinung hat ein Recht, gehört, begründet und ggf. diskutiert zu werden. Gefühle sind nicht diskutabel.
- Diskriminierung hat bei uns keinen Platz. Falls sie vorkommt, thematisieren wir sie.
- Wir gehen nicht davon aus, dass alle in diesem Raum cisgender und heterosexuell sind.
- Wir spekulieren nicht über die geschlechtliche Identität und/oder sexuelle Orientierung von anderen. Das heißt: Wir belegen niemanden mit einer vermuteten geschlechtlichen Identität oder sexuellen Orientierung – weder Dritte, die nicht im Raum sind, noch irgendwen aus dieser Runde. Stattdessen hinterfragen wir, wieso wir darüber spekulieren (vgl. auch *Gesichtserkennung*).
- Verallgemeinerungen wie „Man muss ...“, „Wir alle sind ...“ o. ä. hinterfragen wir. Wer sich in so einer Aussage nicht wiederfindet, darf das sagen, und wir respektieren das.
- Niemand wird (zwangs-)geoutet oder muss sich zu einem Going Public gedrängt fühlen.
- Interventionen haben Vorrang. Jede-r darf jederzeit unterbrechen, um z. B. Nachfragen zu stellen oder etwas über sich selbst zu sagen.
- Niemand muss etwas sagen oder tun, was er-sie nicht will.
- Alles, was jemand über sich persönlich sagt, bleibt in diesem Raum. (Stichwort: safe space)
- Eigenbezeichnungen von Personen werden respektiert und verwendet.
- Wenn sich jemand unwohl fühlt, darf er-sie gehen. Zur Gewährung der Aufsichtspflicht solltet ihr vorher vereinbaren, wohin die Teilnehmerinnen sich zurückziehen.
- Die Leitung steht gerne für Fragen und persönliche Gespräche bereit.

Da es in den Methoden um sehr persönliche Dinge gehen kann, könnten einige Teilnehmerinnen das Bedürfnis haben, sich an eine Vertrauensperson zu wenden. Als Jugend(gruppen)leitung bist du selbstverständlich so eine Vertrauensperson. Verhalte dich entsprechend und sei für die Teilnehmerinnen da. Wie du dich in einer solchen Gesprächssituation angemessen verhältst, findest du im Praxisbuch Q\* im Kapitel „Deine Rolle im Gespräch“ auf S. 37ff.

## Zur Auswahl der neun Methoden

Du kannst die Methoden grundsätzlich überall nutzen: bei Seminaren, Gruppenstunden, teilweise im offenen Jugendtreff, und in der Regel auch bei Juleica-Kursen. Beachte aber auch die folgenden Absätze, wo es um Gruppengröße und -zusammensetzung geht!

Die Methoden sind insgesamt auf kleinere und mittlere Gruppen bis 30 Personen ausgelegt. Manche Methoden lassen sich auch auf größere oder kleinere Gruppen übertragen. Grundsätzlich solltet ihr überlegen, die Gruppe zu teilen, sobald sie größer ist als für die jeweilige Methode vorgesehen.

Die Methoden sind so ausgewählt, dass sie nicht nur verschiedene Ziele, sondern auch verschiedene Zielgruppen ansprechen. Dabei wurden besonders das Alter, die Entwicklungsphase, die Gruppenphase und das Vorwissen berücksichtigt.

Die Reihenfolge der Methoden ist so gewählt, dass sie dementsprechend verwendet werden können. Sie können aber auch in anderer Reihenfolge oder einzeln und unabhängig voneinander durchgeführt werden:

**Ich/Ich Nicht** bietet einen relativ einfachen, aber persönlichen Einstieg in das Thema sexuelle und geschlechtliche Vielfalt.

Die **Gesichtserkennung** zielt darauf ab, Vorurteile der Teilnehmer-innen zu hinterfragen und die Vielfalt von Sexualität und Geschlecht zu erkennen. Gleichzeitig werden einige Grundbegriffe angesprochen.

Queere Begriffe bestimmen die Methoden **Memory** und **Tabu**. Memory vermittelt unbekannte Begriffe, Tabu eignet sich, wenn die Teilnehmer-innen einige Begriffe schon kennen oder zumindest eine (grobe) Vorstellung davon haben.

Mit der Methode **Dein-e neue-r Freund-in** begeben wir uns verstärkt in die Sensibilisierung der Teilnehmer-innen und werfen einen Blick auf unser gesellschaftliches Umfeld.

**Dr. Winters großes Special** ist eine Methode um eine fiktive Jugendzeitschrift inkl. Beratungsredaktion. Die Teilnehmer-innen erfahren dabei nicht nur etwas über Fragen und Schwierigkeiten von queeren jungen Menschen. Es gibt auch sexualpädagogische Elemente, und die Teilnehmer-innen erwerben Problemlösungskompetenzen.

In der Zeit der sozialen Netzwerke und Messengerdienste sind wir oft auch außerhalb von physischen Treffen mit Jugendlichen verbunden. Die Jugendlichen untereinander sowieso. Darauf reagiert die Methode **Coming Out Message**, wenn die Teilnehmer-innen auf fiktive Chat-Nachrichten antworten sollen, in denen es um verschiedene queere Themen geht.

Eine **Coming Out Story** ist mehr als eine Message. Den großen Herausforderungen angemessen, denen queere Menschen sich oft in der Entwicklung ihrer geschlechtlichen Identität und sexuellen Orientierung stellen müssen, ist diese Methode die aufwendigste. Die Methode soll Verständnis wecken und die Teilnehmer-innen anregen, die Entwicklung ihrer geschlechtlichen Identität und/oder sexuellen Orientierung zu reflektieren. Die Teilnehmer-innen rezipieren ausführlich Coming Outs von queeren Menschen und werden anschließend aufgefordert, ihre eigenen (fiktiven) Coming Outs zu schreiben. Da bei dieser Methode die sexuelle Orientierung und geschlechtliche Identität der Teilnehmenden stärker in den Blick genommen wird als in den anderen Methoden, was von dir als Moderator-in etwas mehr Fingerspitzengefühl erfordert, gehen wir darauf unter der Methode gezielt ein.

Abschließend beschäftigen wir uns mit der Geschichte und den Aussichten des Queereseins. Das Lateinische **Anno Hominum** bedeutet übersetzt „im Jahre der Menschen“. Die Teilnehmer-innen lernen, wie queeres Leben in der Vergangenheit aussah, welchen Restriktionen es unterlag, aber auch, welche Fortschritte erzielt wurden. Die Methode regt dazu an, über zukünftige Verbesserungen nachzudenken und die Möglichkeiten zur eigenen Mitwirkung zu diskutieren. Hieran kann auch gerne eine Diskussion über die Situation in eurer Gruppe oder eurem Verband anschließen.

Als zusätzliches Gimmick ist eine Genderbread-Figur oder ein Gendereinhorn zu empfehlen. Es war uns leider nicht möglich, diese mitzuliefern. Ihr könnt euch diese Figur aber selbst basteln, eine gute Anleitung und Vorlage findet ihr unter <http://rainbowscouting.at/cms/genderbread-person/>. Ihr müsst die Genderbread-Figur nicht im Rahmen der dort vorgeschlagenen Methode einsetzen.

Ein Hinweis noch zu den in den Methoden gegebenen Beispielen, Bildern und Stories: Es wurde versucht, möglichst vielfältige geschlechtliche Identitäten und sexuelle Orientierungen abzubilden. Leider gelang das nicht immer.

Insbesondere ist es sehr schade, dass für die *Coming Out Story* keine reale Coming Out Story eines Trans\*, nonbinären oder anderweitig genderqueeren Menschen zur Verfügung stand. Es war in der Vorbereitung nicht möglich, so eine Story zu recherchieren. Entsprechend wurde versucht, diesen Mangel durch eine leichte Überrepräsentanz in der Linkliste zu kompensieren. Die Coming Out Stories entstanden während des World Scout Jamborees (Schweden 2015), dem BdP Bundeslager (Deutschland 2017) und dem Hamburger Singewettstreit (2019) als Aktionen von queeren Initiativen und Arbeitskreisen aus den Pfadfinderinn-enverbänden. Obwohl die anonymen Autor-innen im Original ihre geschlechtliche und sexuelle Identität angegeben haben, sind diese hier aus methodischen Gründen nicht mit aufgenommen.

### Quellen, Links und Literatur

Landesjugendring Niedersachsen (Hg.): Juleica-Praxisbuch Q\*, 2019.

Landesjugendring Niedersachsen (Hg.): Juleica Handbuch, 16. Aufl., 2019.

Stefan Timmermanns/ Elisabeth Tuiders: Sexualpädagogik der Vielfalt, 2008.

Diversity in Europe (Hg.): DT-Werkzeuge, o.J.

Landesjugendring Brandenburg (Hg.): Sexuelle Vielfalt als Thema in der Juleica-Ausbildung, 2011

[queerhistory.de](http://queerhistory.de) – Projekt Queer History,

[rainbowscouting.at](http://rainbowscouting.at) – Initiative Rainbow Scouting Austria

[wissen-ist-respekt.de](http://wissen-ist-respekt.de) –Projekt WiR\* – Wissen ist Respekt des queeren Jugendzentrums anyway in Köln

[bdp.de/rainbow](http://bdp.de/rainbow) – Arbeitskreis Rainbow des Bundes der Pfadfinderinnen und Pfadfinder (BdP),

Queeres Gewimmel, ein Wimmelbild von JANUN e.V. und der Naturfreundejugend Niedersachsen

### Rechtlicher Hinweis:

Sämtliche Methoden sind zwar inspiriert und basieren zum Teil auf Vorlagen. Stets wurden jedoch aufgrund eigener und anderer Erfahrungen Modifikationen durchgeführt. Ähnliche Methoden finden sich z. B. in den o.g. Werken.

Die Fotos, die in *Gesichtserkennung* verwendet werden, sind unter CC-Lizenz veröffentlicht (variierend). Auf den Fotos stehen die Urheber-innen und CC-Lizenzen. Die Links zu den verschiedenen CC-Lizenzen lauten:

- CC0 1.0: <https://creativecommons.org/publicdomain/zero/1.0/>
- CC BY SA 1.0: <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/1.0/>
- CC BY SA 2.0: <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/2.0/>
- CC BY SA 3.0: <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/>
- CC BY SA 4.0: <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

Die Coming Out Stories in der Methode *Coming Out Stories* wurden anonym verfasst und werden vom Bund der Pfadfinderinnen und Pfadfinder Arbeitskreis Rainbow unter der Lizenz CC BY-NC-ND 4.0 zur Verfügung gestellt: Der BdP Arbeitskreis Rainbow muss im Namen des-r anonymen Urhebers-in genannt werden, sie dürfen nicht kommerziell genutzt und nicht bearbeitet werden (vgl. <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

# METHODEN

Name	Ziel	Anwendung	Zielgruppe	Gruppen- größe	Zeit
Ich / Ich Nicht	Eigene Erfahrungen, Mehrheits-/Minderheitsgefühl	Einstieg	Jedes Alter, Vorwissen egal, mittlere Vertrautheit	egal	15-30 min
Gesichts- erkennung	Vielfalt von Geschlecht und Sexualität, Uneindeutigkeiten, Vorurteile	Vertiefung und/oder Einstieg	Ab ca. 13 Jahren, Bereitschaft zur Reflexion von Vorurteilen, keine Vertrautheit	7 - 20	45 min oder mehr
Memory	Wissensvermittlung	Information	Jedes Alter, kein Vorwissen nötig, geringe Vertrautheit	max. 10	30-45 min
Tabu	Wissen reaktivieren und vermitteln	Wissen reaktivieren und Information	Jedes Alter, mittleres Vorwissen, geringe Vertrautheit	Ca. 10	ca. 30 min
Dein-e neue-r Freund-in	Sensibilisierung für Queer-sein in der Lebenswelt	Einstieg oder Vertiefung in Sensibilisierung	ab ca. 15 Jahren, kein Vorwissen, mittlere Vertrautheit	8 - 40	ca. 30 min
Das große Dr. Winter- Special	Auseinandersetzung mit persönlicher Entwicklung, Empowerment, Sensibilisierung	Vertiefung als Praxisbezug	ab ca. 14 Jahren, Vorerfahrung: Begriffe, gute allgemeine Sensibilität, mittlere bis hohe Vertrautheit	ab 8	ca. 90 min
Coming Out- Messages	Praxisbezug, besonders für Jugendgruppenleitung, Sensibilisierung, Hilfsbereitschaft	Vertiefung als Praxisbezug	ab ca. 14 Jahren, Vorerfahrung: gute Sensibilität, Vertrautheit vorteilhaft	Ab 8	ca. 20-30 min
Coming Out- Stories	Sensibilisierung, Auseinandersetzung mit eigener Entwicklung	Vertiefung	Ab 16 Jahren, gute Sensibilität, hohe Vertrautheit	10 - 20	Ca. 3-4 h
Anno Hominum	Historische Entwicklung, Ausblick in die Zukunft, Bezug zur Gruppe oder zum Verband	Vertiefung und Anwendung	Ab 14 Jahren, Vorwissen über queeres Leben und queere Begriffe, historisches Grundverständnis, geringe Vertrautheit	Ca. 10	ca. 60 min

## Ich/Ich Nicht

<b>ZIEL</b>	Auseinandersetzung mit eigenen Erfahrungen. Wie fühlt es sich an, Minderheit/Mehrheit zu sein?
<b>UNTERKATEGORIE</b>	Persönlichkeitsentwicklung
<b>SCHLAGWORTE</b>	Vielfalt, sexuelle Orientierung, geschlechtliche Identität
<b>ANWENDUNG</b>	Leichter Einstieg
<b>ZIELGRUPPE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jedes Alter (ggf. Aussagen auswählen/anpassen)</li> <li>• Jeder Erfahrungsstand (ggf. Aussagen auswählen/anpassen)</li> <li>• Gruppe sollte schon etwas Vertrauen zueinander haben, ist aber nicht unbedingt Voraussetzung (ggf. Aussagen auswählen/anpassen)</li> </ul>
<b>GRUPPENGROSSE</b>	Jede Größe (ggf. teilen)
<b>ZEIT</b>	15-30 min
<b>ORT</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bühne/Theaterraum</li> <li>• Kleingruppenräume</li> <li>• Seminarraum</li> <li>• Sportplatz</li> <li>• Turnhalle</li> <li>• Wiese</li> </ul>
<b>AUFWAND</b>	sehr gering
<b>MODIFIKATIONEN</b>	Aussagen sollten ggf. an Gruppe angepasst werden (Alter, Erfahrungsstand, Gruppenphase). Die Aussagen können auch modifiziert werden je nach Thema, das man fokussieren will.
<b>ANMERKUNGEN</b>	
<b>MATERIAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ich / Ich Nicht-Schilder</li> <li>• Aussagen</li> </ul>

### Kurzbeschreibung:

Diese Methode dient gut als Einstieg. Es werden Aussagen vorgelesen, Teamer-innen und Teilnehmer-innen ordnen sich entweder ICH oder ICH NICHT zu. Dabei steigern sich die Aussagen von trivialen Aussagen hin zu persönlicheren Fragen. In der anschließenden Auswertung steigt ihr über die persönliche Ebene in die Thematik ein.

### Ablauf:

#### Vorbereitung:

- Positioniere an zwei gegenüberliegenden Rändern eines Spielfeldes gut sichtbar die Karten „ICH“ bzw. „ICH NICHT“. Es sollte genug Platz sein, um einander getrennt gegenüber zu stehen.
- Erläutere den Teilnehmer-innen den folgenden Ablauf und die Regeln:

- Es sollte möglichst nicht diskutiert werden. Nachfragen sind erlaubt, aber die Teilnehmer-innen sollen selbst entscheiden, ob sie eine Aussage für zutreffend halten oder nicht.
- Es gibt nur die beiden Positionen „ICH“ oder „ICH NICHT“, die Teilnehmer-innen dürfen sich nicht dazwischen positionieren.
- Die Teilnehmer-innen sollen ehrlich antworten, dürfen aber lügen, außer bei der letzten Frage (Achtung: Verrate ihnen noch nicht, wie die letzte Frage lautet.).
- Die anwesenden Teamer-innen und die Leitung machen mit (auch du), um es den Teilnehmer-innen zu erleichtern, ehrlich zu antworten.

### Durchführung:

- Alle stellen sich mittig zwischen den Karten auf.
- Lies nun eine der Aussagen laut vor. Die Teilnehmer-innen und Teamer-innen ordnen sich jeweils den Karten zu. Wenn sich alle positioniert haben, lasse alle kurz einen Überblick gewinnen, wie ihr euch verteilt habt. Lies dann die nächste vor usw.
- Vor der letzten Aussage („Ich habe bei mindestens einer Aussage gelogen“): Weise die Teilnehmer-innen und Teamer-innen erneut darauf hin, dass sie jetzt ehrlich sein müssen. Ein Teil des Teams stellt sich bei dieser Aussage zu „ICH“, auch wenn sie nicht gelogen haben, um es den Teilnehmer-innen zu erleichtern, zumindest bei dieser letzten Aussage ehrlich zu antworten.
- Kommt anschließend im Plenum zusammen. Die Teilnehmer-innen werden wahrscheinlich schon miteinander über die Methode diskutieren. Versuche, aus den Gesprächen heraus in die Auswertungsdiskussion einzuleiten. Auch daran können Teamer-innen teilnehmen, allerdings zurückhaltend, d. h. die Teilnehmer-innen haben Vortritt, aber auch Teamer-innen können von ihren Erfahrungen in der Methode berichten.

### Mögliche Auswertungsfragen:

- Warum habt ihr bei manchen Fragen gelogen?
- Welche Fragen habt ihr an Personen, die auf der jeweils anderen Seite standen?
- Wie habt ihr euch in einer Mehrheitsposition gefühlt? Was habt ihr gegenüber der Minderheit gefühlt?
- Wie habt ihr euch in einer Minderheitenposition gefühlt? Fühltet ihr euch durch die Mehrheit eingeschüchtert?
- Möchtet ihr lieber der Mehrheit oder der Minderheit angehören? Bei allen Aussagen oder nur bei einigen? Bei welchen?
- Wenn ihr einer Aussage nicht zugestimmt habt: Möchtet ihr diese Erfahrung noch machen? Warum (nicht)?
- Gibt es in eurem (alltäglichen) Leben Situationen, in denen ihr in der Minderheit seid und das auch spürt? Wie fühlt ihr euch dabei?
- Überlegt mal: Wie könnten sich Menschen fühlen, die in ihrem alltäglichen Leben in der Minderheit sind? Warum fühlen sie sich so? Was bedeutet dieses Gefühl langfristig?
- Welche Erkenntnisse habt ihr aus der Methode mitgenommen?
- Welche Fragen habt ihr aus der Methode mitgenommen?

Hinweis: Je nachdem, wie die Teilnehmer-innen sich untereinander kennen und vertrauen, und je nachdem, wie gefestigt sie in ihrer Persönlichkeit sind, kannst du ggf. auch einzelne Teilnehmer-innen persönlich fragen. Du

solltest schon während der Methode beobachten, welche Teilnehmerinnen dafür geeignet sein könnten.

### Ich/Ich nicht-Aussagen

- Ich habe heute Morgen ein Nutellabrot gegessen.
- Ich trinke gerne Tee.
- Ich spiele ein Instrument.
- Ich war in den letzten drei Tagen auf Facebook.
- Ich habe Freund-innen, die in einem anderen Land als Deutschland wohnen.
- Ich habe schon mal die Schule geschwänzt.
- Ich freue mich auf die Einheit.
- Ich dusche jeden Tag.
- Ich habe schon mal eine Person eines anderen Geschlechts geküsst.
- Ich habe schon mal eine Person des gleichen Geschlechts geküsst.
- Ich kenne persönlich eine Person, die schwul, lesbisch oder bisexuell ist.
- Ich habe schon mal Kleidung des anderen Geschlechts anprobiert.
- Ich habe schon mal davon gehört, dass es mehr als zwei Geschlechter gibt.
- Ich weiß, was trans\* bedeutet.
- Ich weiß, was queer bedeutet.
- Ich habe schon mal in den Medien etwas über einen trans\* Menschen erfahren.
- Ich kenne persönlich eine Person, die trans\* ist.
- Ich glaube, wenn sich in meiner Klasse jemand outen würde, würde er-sie diskriminiert.
- Ich habe mich schon mal über queere Menschen lustig gemacht (z. B. Witze über Schwule).
- Ich habe schon mal darüber nachgedacht, wie es wäre, selbst ein anderes Geschlecht zu haben.
- Ich habe bei mindestens einer Aussage nicht die Wahrheit gesagt.

## Gesichtserkennung

<b>ZIEL</b>	Erkennen, dass Geschlecht und Sexualität vielfältig sind. Wahrnehmung von Uneindeutigkeiten. Hinterfragen von Vorurteilen.
<b>UNTERKATEGORIE</b>	Persönlichkeitsentwicklung / gesellschaftliche Entwicklung
<b>SCHLAGWORTE</b>	Vielfalt, sexuelle Orientierung, geschlechtliche Vielfalt, Vorurteile
<b>ANWENDUNG</b>	Je nach Gruppe Vertiefung und/oder Einstieg
<b>ZIELGRUPPE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ab ca. 13 Jahren</li> <li>• Teilnehmer-innen sollten offen sein, ihre Vorurteile zu reflektieren, aber noch vorurteilsbehaftet in die Welt schauen.</li> <li>• Die Teilnehmer-innen müssen einander nicht kennen. Eine Modifikation ist für gut vertraute Gruppen geeignet.</li> </ul>
<b>GRUPPENGROSSE</b>	ca. 7-20 Personen
<b>ZEIT</b>	45 min oder mehr
<b>ORT</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bühne/Theaterraum</li> <li>• Kleingruppenräume</li> <li>• Seminarraum</li> <li>• Turnhalle</li> </ul>
<b>AUFWAND</b>	gering
<b>MODIFIKATIONEN</b>	<p>Je nach Gruppengröße, Ziel und Vorwissen der Teilnehmer-innen können einige Fotos ausgewählt oder auch weitere Fotos hinzugefügt werden.</p> <p>Je nach Gruppe und Anzahl der Fotos kann der Prozess des Zuordnens gleichzeitig, ein Foto nach dem andern, oder in Kleingruppen erfolgen.</p> <p>Die Methode kann auf sexuelle Orientierungen oder geschlechtliche Identitäten beschränkt werden.</p> <p>In einer Variante können die Teilnehmer-innen sich selbst zuordnen.</p>
<b>ANMERKUNGEN</b>	<p>Es geht nicht darum herauszufinden, welche sexuelle oder geschlechtliche Identität die abgebildeten Personen haben. Deshalb ist es nicht nötig, sich vor der Methode über die abgebildeten Personen zu informieren; es schadet aber nicht, wenn du dich aus persönlichem Interesse informierst.</p> <p>Die Methode funktioniert besser, wenn du den Teilnehmer-innen immer nur den nächsten Schritt erläuterst, das Gesamtziel nicht offenbarst und sie es selbst entdecken lässt.</p>
<b>MATERIAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kreppband</li> <li>• 30 Fotos</li> <li>• 4 Karten mit Beschriftung: „homosexuell“, „heterosexuell“, „Mann“, „Frau“</li> </ul>

- 4 Karten mit Beschriftung: „intersexuell“, „trans\*“, „bi-/pansexuell“, „asexuell“

### Kurzbeschreibung:

Diese Methode ruft mögliche Vorurteile der Teilnehmer-innen ab und motiviert sie dazu, diese zu reflektieren und zu hinterfragen. Die Teilnehmer-innen sollen anhand von Fotos entscheiden, welcher geschlechtlichen Identität und welcher sexuellen Orientierung sie die abgebildete Person zuordnen. Dabei offenbaren sich Zwischenräume und Uneindeutigkeiten, die in der anschließenden Auswertung reflektiert werden.

### Ablauf:

#### Vorbereitung:

- Klebe mit Kreppband ein Kreuz auf den Boden, sodass 4 gleichgroße Flächen entstehen.
- Lege die Karten „homosexuell“, „heterosexuell“, „Frau“, „Mann“ an die 4 Kreuzpunkte, sodass jeweils die geschlechtlichen Identitäten bzw. die sexuellen Orientierungen einander gegenüber liegen (s. Graphik).
- Lege die Fotos um das Kreuz herum, sodass keines in einem Feld liegt.

#### Durchführung:

- Bitte die Teilnehmer-innen aufzustehen und sich still und kurz die auf dem Boden liegenden Fotos anzusehen, ohne sie zu berühren. Anschließend sollen sie sich in einem Kreis um die Fotos und das Kreuz stellen. Erläutere nun den nächsten Schritt.
- Die Teilnehmer-innen sollen die Fotos nun in das Kreuz einsortieren: Ist die Person eher hetero- oder homosexuell und ist sie eher weiblich oder männlich? Dabei können die 4 Flächen zwischen den Linien und die Linien selbst komplett ausgenutzt werden.
  - Hinweis: Es geht nicht um richtig oder falsch und ob ein-e Teilnehmer-in mit Sicherheit weiß, ob jemand einer Kategorie zugehört, sondern darum, was die Teilnehmer-innen vom Äußeren ableiten. Deshalb solltest du die Teilnehmer-innen bitten, eher Menschen zuzuordnen, die sie nicht kennen.
- Wenn alle Fotos verteilt sind, stellen oder setzen sich alle Teilnehmer-innen wieder im Kreis um das Kreuz. Sie sollen sich nun erneut einen Überblick verschaffen und dürfen dafür gerne herumgehen.
- Anschließend moderierst du das Auswertungsgespräch. Dabei sollte klar werden, dass die Teilnehmer-innen die abgebildeten Personen unterschiedlich wahrnehmen. Auch sollte deutlich werden, dass einige Personen nicht eindeutig zuzuordnen sind. Die damit verbundenen Irritationen bei den Teilnehmer-innen bieten den Ausgangspunkt, um Vorurteile abzubauen und die Vielfalt von geschlechtlicher und sexueller Identität anzusprechen.
  - Während der Diskussion werden auch die Uneindeutigkeiten zur Sprache kommen. In diesem Kontext solltest du die Karten „intersexuell“, „trans\*“, „bi-/pansexuell“ und „asexuell“ in der Mitte des Kreuzes ergänzen (siehe Grafik). Bei Teilnehmer-innen, die mit Intersexualität, Trans\*, Bi-/Pansexualität und Asexualität

noch gar nicht oder wenig vertraut sind, kann aus diesen Karten heraus eine Überleitung zu den Methoden Memory oder Tabu hergestellt werden.

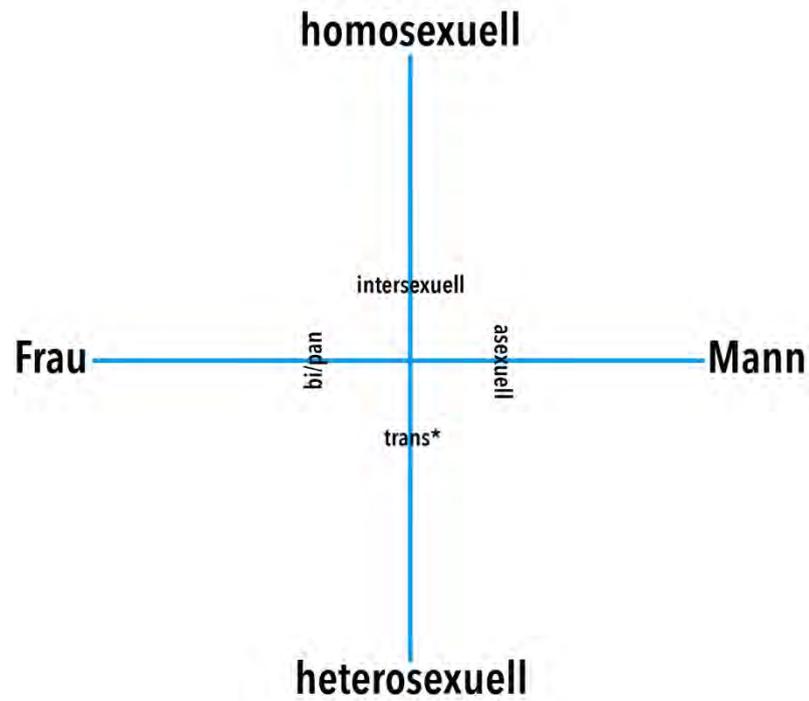
- Während oder nach der anschließenden Diskussion sollten die Kreppbänder weggerissen werden, um zu zeigen, dass sexuelle Orientierung und geschlechtliche Identität offene Kategorien sind und mit- und ineinander verschwimmen können.

### **Varianten:**

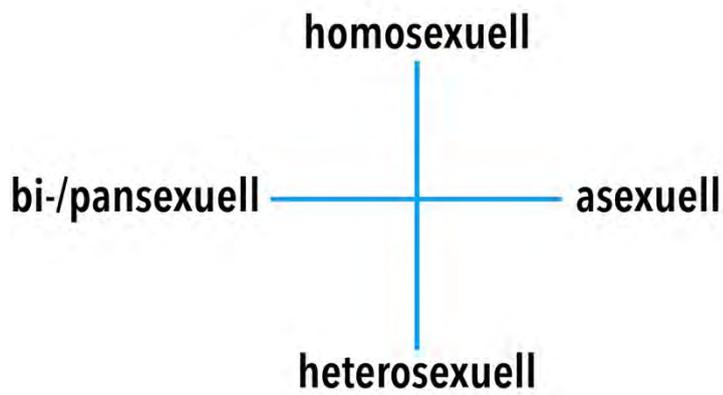
- Je nach Größe und Phase der Gruppe können Kleingruppen gebildet werden, die die Fotos gemeinsam zuordnen und sie anschließend den anderen vorstellen.
- In Gruppen, die sich bereits sehr gut mit dem Thema auskennen, und/oder wenn ihr euch auf entweder die sexuelle Orientierung oder die geschlechtliche Identität fokussieren wollt, stehen euch zwei Varianten zur Verfügung (siehe Grafiken). Seid euch aber bewusst, dass ihr damit sehr in die Tiefe geht, und achtet darauf, dass es nicht zu voyeuristisch wird.
  - für die sexuelle Orientierung: homosexuell – heterosexuell und bi-/pansexuell – asexuell
  - für die geschlechtliche Identität: Mann – Frau und trans\* – intersexuell
- In Gruppen, die bereits sehr gefestigt sind und deren Mitglieder sich untereinander gut kennen, können die Teilnehmer-innen sich auch selbst im Kreuz anordnen. Das kann entweder anstelle der Fotos oder zusätzlich am Schluss erfolgen. Anschließend können die Teilnehmer-innen erklären, warum sie wo stehen und wie es ihnen damit geht.

### **Mögliche Auswertungsfragen:**

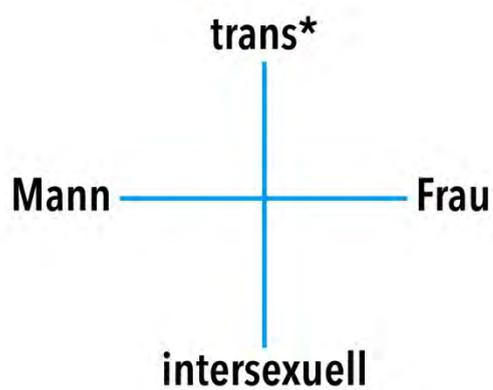
- Möchte jemand eine der Zuordnungen verändern?
- Nach welchen Kriterien habt ihr entschieden, wie ihr jemanden zuordnet?
  - Die Antworten auf diese Frage könnt ihr auf einem Plakat notieren: Nach welchen äußeren Merkmalen wurde die Geschlechtsidentität und wonach die sexuelle Orientierung wahrgenommen?
- Welchen Sinn hat es, Menschen in „Frauen“, „Männer“, „Heterosexuelle“ und „Homosexuelle“ einzuordnen?
- Warum stecken wir Menschen überhaupt in Schubladen? Warum urteilen wir nach wenigen Blicken? Und welche Probleme bringt das evtl. mit sich?
- Wie gehen wir mit Uneindeutigkeiten um?
- Wie lassen sich die Uneindeutigkeiten und Zwischenräume bezeichnen? (Hier könntest du auf die Karten in der Mitte zurückgreifen.)
- Und was wäre, wenn sich die meisten Menschen nicht eindeutig zuordnen (lassen) würden?
- Würde das etwas in eurem/deinem Leben ändern? Warum (nicht)?
- Wie geht ihr mit euren eigenen Vorurteilen um? (allgemein und speziell nach der Methode)
- Welche Fragen haben sich für euch ergeben?



Variante 1: sexuelle Orientierungen



Variante 2: geschlechtliche Identitäten



## Memory

<b>ZIEL</b>	Vermittlung von queeren Begrifflichkeiten; darauf aufbauend von queerem Leben
<b>UNTERKATEGORIE</b>	Persönlichkeitsentwicklung
<b>SCHLAGWORTE</b>	Vielfalt, sexuelle Orientierung, geschlechtliche Identität
<b>ANWENDUNG</b>	Information
<b>ZIELGRUPPE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jedes Alter (ggf. Begriffe auswählen)</li> <li>• Kein Vorwissen nötig</li> <li>• Gruppe sollte sich soweit kennen, dass sich alle trauen, Nachfragen zu stellen.</li> </ul>
<b>GRUPPENGROSSE</b>	max. 10
<b>ZEIT</b>	ca. 30-45 min (je nach Anzahl der Begriffe)
<b>ORT</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kleingruppenräume</li> <li>• Seminarraum</li> <li>• Wald</li> <li>• Wiese</li> </ul>
<b>AUFWAND</b>	sehr gering
<b>MODIFIKATIONEN</b>	Memorykarten sollten ggf. je nach Gruppe (Alter, Erfahrungsstand, Gruppenphase) angepasst werden. Du kannst auch weitere Begriffe hinzufügen, z. B. den Namen eines queeren Arbeitskreises in eurem Verband.
<b>ANMERKUNGEN</b>	Du als Leitung solltest mit den Begriffen sehr gut vertraut sein und sie ggf. erklären können.
<b>MATERIAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 x 30 Memorykarten</li> </ul>

### Kurzbeschreibung:

Mit dieser Methode lernen die Teilnehmer-innen spielerisch Begriffe rund um sexuelle Orientierung und geschlechtliche Identität. Es wird Memory gespielt: Jeweils ein Begriff und eine Erläuterung gehören zusammen.

### Ablauf:

- Mische die (ggf. ausgewählten) Memorykarten und verteile sie auf der Spielfläche
- Die Teilnehmer-innen setzen sich um das Spielfeld herum. Erläutere die Spielregeln:
- Der-die jüngste Teilnehmer-in beginnt, eine Karte zu ziehen und legt sie offen wieder hin. Anschließend zieht er-sie eine andere und legt sie auch offen hin. Stimmen die Karten nicht überein, werden beide Karten umgedreht, und der-die nächste ist dran. Stimmen beide Karten überein, nimmt er-sie beide Karten an sich und liest sie vor. Anschließend versucht er-sie, das Vorgelesene in eigenen Worten zusammenzufassen, und die Gruppe darf kurz Verständnisfragen stellen. Dann darf er-sie erneut ziehen. Wer am meisten Paare gefunden hat, gewinnt.

**Mögliche Auswertungsfragen:**

- Welche Begriffe kanntet ihr, welche waren neu?
- Gab es Begriffe, die euch unangenehm waren oder verunsichert haben?
- Wie ging es euch insgesamt in der Methode?
- Welche Erkenntnisse habt ihr aus der Methode mitgenommen?
- Welche Fragen habt ihr aus der Methode mitgenommen?

## Tabu

<b>ZIEL</b>	Reaktivieren bekannter queerer Begriffe; eigene Worte finden; über queere Begriffe Elemente queeren Lebens vermitteln
<b>UNTERKATEGORIE</b>	Persönlichkeitsentwicklung
<b>SCHLAGWORTE</b>	Vielfalt, sexuelle Orientierung, geschlechtliche Identität
<b>ANWENDUNG</b>	Reaktivieren und Informieren
<b>ZIELGRUPPE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jedes Alter (ggf. Begriffe auswählen)</li> <li>• Teilnehmer-innen sollten zumindest einen Teil der Begriffe schon kennen oder sie sich erschließen können.</li> <li>• Gruppe sollte sich soweit kennen, dass alle sich trauen, Nachfragen zu stellen.</li> </ul>
<b>GRUPPENGROSSE</b>	ca. 10
<b>ZEIT</b>	ca. 30 min
<b>ORT</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kleingruppenräume</li> <li>• Seminarraum</li> <li>• Wald</li> <li>• Wiese</li> </ul>
<b>AUFWAND</b>	sehr gering
<b>MODIFIKATIONEN</b>	<p>Tabukarten sollten ggf. an Gruppe angepasst werden (Alter, Erfahrungsstand, Gruppenphase) oder ans zu fokussierende Thema. Du kannst auch weitere Begriffe hinzufügen, z. B. den Namen eines queeren Arbeitskreises in eurem Verband; achte dabei darauf, dass die Teilnehmer-innen die Begriffe kennen und dass der Bezug zwischen dem zu erklärenden und den dazugehörigen Tabu-Begriffen verständlich ist.</p> <p>Wenn du davon ausgehst, dass nicht alle Begriffe bekannt sind, kannst du jeder Gruppe auch 2-3 Joker geben.</p> <p>Statt Tabu kannst du mit den Begriffen auch Activity oder Montagsmaler spielen.</p>
<b>ANMERKUNGEN</b>	Achte besonders darauf, dass die Teilnehmer-innen beim Erklären der Begriffe keine diskriminierenden Worte verwenden (z. B. „Zwitter“ für intersexuell). Du solltest selbst begrifflich gefestigt sein.
<b>MATERIAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 30 Tabukarten</li> <li>• Ggf. Joker</li> <li>• Sanduhr oder ähnliches (selbst organisieren)</li> <li>• Alarmsignal (selbst organisieren)</li> </ul>

## Kurzbeschreibung:

Mit dieser Methode können die Teilnehmer-innen sich gegenseitig Begriffe erklären, sofern einige von ihnen mit den Begriffen schon vertraut sind. Außerdem macht Tabu immer Spaß.

## Ablauf:

- Mische die (ggf. ausgewählten) Tabukarten und lege sie auf einen Stapel in der Mitte.
  - Teile die Gruppe in zwei Rateteams auf und erläutere die Spielregeln:
  - Eine Gruppe beginnt:  
Ein-e Teilnehmer-in zieht die erste Karte, schaut sie sich kurz an und versucht dann, den Begriff zu erklären. Dabei darf er-sie keinen der Begriffe auf der Karte verwenden. Das gilt auch für Übersetzungen, Teile oder Formen von Wörtern.  
Die Spielleitung oder eine Person aus der gegnerischen Gruppe schaut ihr-m deshalb über die Schulter und gibt ein Alarmsignal, falls doch eines der Wörter verwendet wird. Wird der zu erklärende Begriff verwendet, fliegt die Karte raus.  
Jede Gruppe hat eine Minute Zeit, um den Begriff ihres Teammitglieds zu erraten. Sobald der Begriff erraten wurde, ist die nächste Gruppe dran bzw. die Person kann weitere Begriffe erklären, bis die Minute vorbei ist.  
Gewonnene Begriffe sammelt die Gruppe bei sich. Wenn der Begriff nicht erraten wurde, kann die erklärende Person den Begriff entweder offenlegen und aussortieren, oder der Begriff wird wieder in den Stapel gemischt.  
Gewonnen hat die Gruppe, die mehr Begriffe erraten hat.
- Nach jedem Begriff solltest du kurz evtl. Fragen der Teilnehmer-innen klären.

## Varianten:

- Spielen mit Jokern: Wenn eine Person, die mit Erklären dran ist, einen Begriff nicht kennt, kann sie diesen verdeckt zur Seite legen und stattdessen einen anderen Begriff nehmen. Die andere Gruppe nimmt dann zuerst diese Karte auf und versucht sie zu erklären. Gelingt es ihr, zählt diese Karte doppelt.
- Mit den Begriffen kannst du auch Activity (mit Worten erklären, pantomimisch darstellen oder malen) oder Montagsmaler spielen

## Mögliche Auswertungsfragen:

- Welche Begriffe fielen euch leichter zu erklären, welche schwieriger?
- Gab es Begriffe, die euch unangenehm waren?
- (Wo habt ihr einen Joker eingesetzt?)
- Wie ging es euch insgesamt in der Methode?
- Welche Erkenntnisse habt ihr aus der Methode mitgenommen?
- Welche Fragen habt ihr aus der Methode mitgenommen?

## Dein-e neue-r Freund-in

<b>ZIEL</b>	Sensibilisierung für die unterschiedliche Unterstützung, die verschieden- und gleichgeschlechtliche Partnerschaften von den eigenen Familien und der Gesellschaft erhalten
<b>UNTERKATEGORIE</b>	Persönlichkeitsentwicklung
<b>SCHLAGWORTE</b>	Vielfalt, sexuelle Orientierung, Lebenswelt, Familie
<b>ANWENDUNG</b>	Einstieg oder Vertiefung in die Themen Sensibilisierung und Lebenswelt
<b>ZIELGRUPPE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ab ca. 15 Jahren</li> <li>• Keine Vorerfahrung nötig, aber es ist von Vorteil, wenn die Teilnehmer-innen schon mal verliebt waren</li> <li>• Gruppenmitglieder müssen sich nicht unbedingt gut kennen</li> </ul>
<b>GRUPPENGROSSE</b>	ca. 8-40
<b>ZEIT</b>	ca. 30 min
<b>ORT</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bühne/Theaterraum</li> <li>• Kleingruppenräume</li> <li>• Seminarraum</li> <li>• Sportplatz</li> <li>• Turnhalle</li> <li>• Wald</li> <li>• Wiese</li> </ul>
<b>AUFWAND</b>	sehr gering
<b>MODIFIKATIONEN</b>	Wenn nicht genug Platz ist, kann die Übung mit Stift und Papier durchgeführt werden
<b>ANMERKUNGEN</b>	<p>Es muss genug Platz vorhanden sein, damit alle Teilnehmer-innen nebeneinanderstehen und 20 Schritte nach vorne machen können.</p> <p>Die Methode fordert von den Teilnehmer-innen Ernsthaftigkeit und Konzentration.</p> <p>Vermeide unbedingt die Begriffe hetero- und homosexuell, denn es geht um Liebe und nicht um Identitäten (deshalb sollten z. B. <i>Memory</i> oder <i>Tabu</i> nicht direkt vor dieser Methode durchgeführt werden).</p>
<b>MATERIAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fragebogen</li> <li>• ggf. für jede Person Zettel und Stift</li> </ul>

### Kurzbeschreibung:

Diese Methode lässt die Teilnehmer-innen nachvollziehen, mit welchen Schwierigkeiten Menschen in gleichgeschlechtlichen Beziehungen in Familie und Gesellschaft zu kämpfen haben. Die eine Hälfte der Teilnehmer-innen soll sich vorstellen, ihr neuer Freund-in Alex wäre vom gleichen Geschlecht wie sie selbst, die andere Hälfte entsprechend, dass

Alex ein anderes hat. Dann werden Fragen vorgelesen: Wer eine Frage in der ihr-ihm zugeteilten Rolle mit „ja“ beantworten kann, geht einen Schritt vor. In der Praxis zeigt sich, dass die Gruppe mit der-m gleichgeschlechtlichen Freund-in deutlich früher keine Fragen mehr mit „ja“ beantworten kann.

### Ablauf:

- Die Teilnehmer-innen stellen sich in einer Reihe nebeneinander auf.
- Bitte die Teilnehmer-innen, sich ggf. vorzustellen, sie wären gerade 15 Jahre alt, in ihrem realen persönlichen Umfeld – und frisch verliebt. Der angebetete Mensch heißt Alex, und sie sind seit ein paar Monaten ein Paar. Lasse ihnen etwas Zeit, um sich einzufinden.
- Teile die Gruppe nun in zwei etwa gleichgroße Gruppen. Die eine Gruppe soll sich vorstellen, Alex hätte ein anderes Geschlecht als sie selbst; die andere, Alex hätte das gleiche Geschlecht.
- Lies nun die Fragen vom Fragebogen vor. Wer eine Frage mit „ja“ beantworten kann, geht einen Schritt nach vorne. Lasse den Teilnehmer-innen Zeit, sich nach jedem Schritt kurz umzuschauen und die anderen wahrzunehmen.
- Zur Auswertung werden zunächst Paare oder Kleingruppen gebildet, in denen beide Alex-Gruppen gemischt sind. Die Paare/Kleingruppen sollen sich darüber austauschen, wie es ihnen während der Methode ergangen ist (falls du Leitfragen geben möchtest, bediene dich der Auswertungsfragen). Anschließend können die Teilnehmer-innen sich noch im Plenum austauschen über die Erfahrungen in der Übung und die Ergebnisse der Kleingruppenrunde.

### Variante:

- Statt sich in einer Reihe aufzustellen, erhält jede teilnehmende Person Zettel und Stift. Darauf zeichnen sie eine Tabelle mit den Spalten „ja“ und „nein“. Während du die Fragen vorliest, führen sie still eine Strichliste je Spalte und zählen die Striche anschließend zusammen. Bitte sie aufzustehen. Wer 20 Fragen mit ja beantwortet hat, darf sich setzen. Frage absteigend weiter: 19 Fragen, 18 Fragen usw.

### Mögliche Auswertungsfragen:

- Wie habt ihr euch während der Übung gefühlt?
- Woran habt ihr während der Übung gedacht? Worüber habt ihr nachgedacht?
- Wann konntest du ein „ja“ geben, wann und warum musstest du stehenbleiben?
- Gab es Unterschiede innerhalb einer Gruppe? Warum?
- Warum macht es so einen Unterschied, ob Alex das gleiche oder ein anderes Geschlecht hat? Woher kommt dieser Unterschied?
- Was bedeutet der Unterschied für Menschen, die in eine Person des gleichen Geschlechts verliebt sind?
- Was müsste passieren, damit es keinen Unterschied mehr gibt, welches Geschlecht Alex hat?

## Das große Dr. Winter-Special

<b>ZIEL</b>	Empowerment hinsichtlich der eigenen Entwicklung mit Fokus auf Körper, Geschlecht und Sexualität. Auseinandersetzung mit Entwicklungen während der Pubertät und Adoleszenz. Sensibilisierung für besondere Bedürfnisse von queeren jungen Menschen.
<b>UNTERKATEGORIE</b>	Persönlichkeitsentwicklung
<b>SCHLAGWORTE</b>	Vielfalt, sexuelle Orientierung, geschlechtliche Identität, Empowerment, Körper, Entwicklung,
<b>ANWENDUNG</b>	Vertiefung: Praxisbezug zum eigenen Leben bzw. zum sozialen Umfeld
<b>ZIELGRUPPE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ab ca. 14 Jahren</li> <li>• die Teilnehmer-innen sollten bereits mit queeren Begrifflichkeiten vertraut sein; auch andere sensibilisierende Methoden können vorgelagert werden</li> <li>• In der Gruppe sollte eine mittlere bis hohe Vertrautheit herrschen.</li> </ul>
<b>GRUPPENGROSSE</b>	ab 9 Personen, damit mind. drei Kleingruppen mit mind. 3 Personen gebildet werden können (größere Gruppen können geteilt werden)
<b>ZEIT</b>	ca. 90 min
<b>ORT</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kleingruppenräume</li> <li>• Seminarraum</li> <li>• Wiese</li> </ul>
<b>AUFWAND</b>	gering bis groß (je nach Modifikation)
<b>MODIFIKATIONEN</b>	Wenn die Teilnehmer-innen noch nicht bereit sind, selbst ratsuchende Briefe zu verfassen, können auch Briefe vorgegeben werden.
<b>ANMERKUNGEN</b>	<p>Es ist unbedingt erforderlich, dass die Teilnehmer-innen ernsthaft an die Methode herangehen. Achte während der Methode verstärkt darauf. Denn es kann immer sein, dass sich Teilnehmer-innen im Raum befinden, die genau eines der beschriebenen Probleme haben, ohne dass jemand davon weiß, und sich ernsthaften Rat erhoffen. Achte also darauf, dass niemand verunsichert wird oder sich gedrängt fühlt, sich zu offenbaren. Gerade diese Teilnehmer-innen sollen mit der Methode angesprochen werden, sich bei ihrer Problemlösungsfindung Unterstützung zu suchen.</p> <p>Jede offene oder versteckte Diskriminierung sowie mögliche Vorurteile solltest du umgehend thematisieren.</p>

	Du brauchst mindestens drei Kleingruppen, damit die antwortenden Gruppen nicht wissen, von welcher Gruppe die Frage stammt.
<b>MATERIAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ein paar Zettel und Stifte für jede Gruppe</li> <li>• Einen Briefkasten (selbst organisieren/basteln)</li> <li>• ggf. Vorlagen/Beispiele für Briefe (Anhang)</li> </ul>

### Kurzbeschreibung:

Diese Methode dient dazu, dass die Teilnehmer-innen sich mit Entwicklungsprozessen während der Adoleszenz auseinandersetzen. Sie sollen möglichst aus ihren eigenen Erfahrungen und Fragen schöpfen und selbst Problemlösungskompetenzen entwickeln. In Kleingruppen schreiben die Teilnehmer-innen zunächst gemeinsam einen Brief, mit dem sie bei der Beratungsredaktion einer Jugendzeitschrift Rat suchen. In einer zweiten Phase beantwortet eine andere Gruppe diesen Brief aus Sicht der Beratungsredaktion. Anschließend erhalten die Gruppen ihre Briefe zurück und geben im Plenum ein Feedback; dort kann ggf. weiter darüber gesprochen werden.

### Ablauf:

#### Vorbereitung:

- Lege für jede Kleingruppe Papier und Stifte bereit.
- Falls du die Variante wählst mit vorgegebenen Briefen oder Beispielbriefen, musst du diese entsprechend vorbereiten.

#### Durchführung:

- Frage die Teilnehmer-innen, an wen sie sich wenden, wenn sie Fragen zu den Themen Sexualität, Geschlecht, körperlicher und persönlicher Entwicklung haben. Vielleicht die Eltern? Freund-innen? Beratungsstellen? Internetseiten? Sammle nur kurz ein paar Eindrücke, ohne eine Diskussion zuzulassen. Erläutere nun das weitere Vorgehen.
- Gib den Jugendlichen kurze Beispiele oder mögliche Themen, die sie behandeln könnten (siehe entsprechende Liste im Anhang zu möglichen Themen).
- Teile die Gruppe in mindestens drei Kleingruppen von jeweils 3–5 Personen auf. Die Kleingruppen begeben sich in unterschiedliche Räume oder weit genug voneinander entfernt, dass sie sich nicht gegenseitig stören (du solltest sie aber im Blick behalten können).
- Jede Kleingruppe soll sich nun in die Rolle einer-s Jugendlichen hineinversetzen, die-der ein Problem hat, z. B. mit dem eigenen Aussehen, dem Gutfinden einer anderen Person oder der eigenen Geschlechtsidentität. Dieser-m Jugendlichen geben sie auch einen Namen. In dieser Rolle schreiben sie nun einen fiktiven, aber ernsthaften Brief an die Beratungsredaktion („Dr. Winter“) einer Jugendzeitschrift. Lasse ihnen dafür ausreichend Zeit (ca. 20-30 min). Wenn sie fertig sind, falten sie den Brief zusammen, schreiben den Namen der-s Jugendlichen drauf und stecken den Brief in den Briefkasten.
  - Wenn du die Variante mit Beispielen durchführst, solltest du jeder Kleingruppe trotzdem zuerst etwas Zeit geben, eigene Ideen zu entwickeln, bevor du sie fragst, ob sie eine Inspiration brauchen. Falls nicht: umso besser!

- Wichtig: Du bist bisher die-der einzige, die-der weiß, welche Gruppe sich welchen Namen für ihre-n Ratsuchende-n ausgedacht hat. Die Gruppen dürfen sich ihre Namen noch nicht gegenseitig verraten.
- Nun verteilst du die Briefe zufällig wieder an die Gruppen (wenn eine Gruppe ihren eigenen Brief zurückerhält, bekommt sie einen anderen). Die Kleingruppen sollen sich nun in die Rolle der Beratungsredaktion versetzen und auf den Brief, den sie erhalten haben, ernsthaft antworten. Sie unterschreiben mit „Dein Dr. Winter-Team“. Nachdem sie fertig sind, werfen sie den Brief wieder in den Briefkasten. Lasse ihnen auch hierfür ausreichend Zeit (ca. 20 min).
- Nun verteilst du die Briefe wieder an die ursprünglichen Gruppen. Dafür solltest du dir gemerkt oder notiert haben, welche Gruppe welchen Namen gewählt hat. Die Gruppen dürfen noch nicht erfahren, wer welche Briefe geschrieben und wer sie beantwortet hat. Die ursprünglichen Briefeschreiber-innen lesen die Antwort, die sie erhalten haben, und besprechen sich kurz, was sie davon halten. Gib ihnen dafür 2-3 Auswertungsfragen (s. u.) und lasse ihnen ca. 5 min Zeit.
- Im Plenum erklärt nun jede Gruppe, welchen Brief sie geschrieben, welche Antwort sie erhalten hat und was sie von der Antwort hält bzw. ob sie diese Antwort als hilfreich für eine-n betroffene-n Jugendliche-n einschätzt. Falls sie die Antwort nicht hilfreich findet, können im Plenum weitere Stimmen gesammelt werden, was man der-m Jugendlichen stattdessen oder zusätzlich antworten könnte. Selbstverständlich dürfen auch Verständnisfragen gestellt werden.

#### **Variante:**

- Falls du befürchtest, dass die Teilnehmer-innen nicht mit dem nötigen Ernst bei der Sache wären oder sich nicht ausreichend in einen queeren Menschen hineinversetzen können, kannst du auch Briefe vorgeben. Dadurch entfällt die erste Phase. Im Anhang findest du ein paar Beispiele und weiterführende Links, aus denen du selbst Briefe ableiten kannst. Aber Vorsicht, verfall nicht in Stereotype!
- Diese Beispiele kannst du den Teilnehmer-innen in der ersten Phase auch zur Inspiration geben.
- Das abschließende Plenum kannst du auch so handhaben, dass alle Briefe in der Mitte liegen, eine Person das Anliegen vorträgt und eine zweite Person dann die Antwort des Dr. Winter-Teams vorliest. Im Anschluss diskutiert ihr dann darüber, ob die Antwort hilfreich ist oder ob ihr einen anderen Ratschlag erwartet hättet. So bleibt, falls gewünscht, die Anonymität der verfassenden Gruppe gewahrt.

#### **Mögliche Auswertungsfragen:**

Die ersten drei Fragen können bereits in der dritten Phase in die Kleingruppen gegeben werden. Die Kleingruppen können im Plenum dann ihre Antworten auf diese Fragen vorstellen.

- Was haltet ihr von dieser Antwort?
- Meint ihr, diese Antwort hilft einer-m betroffenen Jugendlichen?
- Welche Art von Antwort würdet ihr euch als betroffene-r Jugendliche-r wünschen?
- Möchte jemand noch etwas zur Frage bzw. Antwort anmerken?
- Möchte jemand noch etwas zur Antwort ergänzen?

- Wie kamt ihr auf diese Frage bzw. diese Antwort? Was hat euch dazu bewogen? (Achtung, auch an dieser Stelle sollte sich kein-e Teilnehmer-in persönlich offenbaren müssen!)
- Was war besonders schwierig beim Schreiben der beiden Briefe?
- Wie habt ihr euch während der Übung gefühlt?
- Gab es Fragen und Antworten, die euch besonders bewegt haben? (Es sollte sich immer noch niemand offenbaren müssen.)
- Habt ihr Ergänzungen oder weitere Fragen?

## Coming Out-Messages

<b>ZIEL</b>	Konfrontation mit SMS-/Messenger-Nachrichten von queeren Jugendlichen in besonderen Lagen. Praxisbezug zur eigenen (Gruppen-)Leitungsarbeit. Sensibilisierung für lebensweltliche Herausforderungen queerer Jugendlicher.
<b>UNTERKATEGORIE</b>	Persönlichkeitsentwicklung
<b>SCHLAGWORTE</b>	Vielfalt, sexuelle Orientierung, geschlechtliche Identität, Coming Out, Unterstützung
<b>ANWENDUNG</b>	Vertiefung: Praxisbezug zur eigenen Gruppenleitungsarbeit
<b>ZIELGRUPPE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ab ca. 14 Jahren</li> <li>• Die Teilnehmer-innen sollten bereits sensibilisiert sein für queere Lebensweisen. Sie sollten etwas Erfahrung als Jugend(gruppen)leitung mitbringen und/oder in ihrem persönlichen Umfeld bereits mit Liebe und Beziehungen zu tun gehabt haben (z. B. Beziehungsstress der besten Freundin)</li> <li>• Es ist von Vorteil, wenn die Gruppenmitglieder einander bereits kennen, aber keine Bedingung.</li> </ul>
<b>GRUPPENGROSSE</b>	ab 8 Personen (für kleinere oder größere Gruppen: siehe Variationen)
<b>ZEIT</b>	ca. 20-30 min
<b>ORT</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kleingruppenräume</li> <li>• Seminarraum</li> <li>• Wald</li> <li>• Wiese</li> </ul>
<b>AUFWAND</b>	gering
<b>MODIFIKATIONEN</b>	<p>Du kannst die Anzahl der Nachrichten je nach Gruppengröße oder zu fokussierendem Thema variieren, sodass immer 2-3 Personen zusammen eine Nachricht bearbeiten; in größeren Gruppen können mehrere Kleingruppen dieselbe Nachricht bearbeiten und anschließend ihre Ergebnisse miteinander vergleichen.</p> <p>Entweder beantworten alle Gruppen alle Nachrichten nacheinander, oder du teilst die Nachrichten auf die Gruppen auf.</p>
<b>ANMERKUNGEN</b>	<p>Es ist unbedingt erforderlich, dass die Teilnehmer-innen ernsthaft an die Methode herangehen. Achte während der Methode darauf.</p> <p>Es kann sein, dass Teilnehmer-innen ähnliche Probleme entweder schon selbst einmal erlebt haben oder durch Freund-innen mit ähnlichen Nachrichten konfrontiert worden sind. Sei also aufmerksam.</p> <p>Aus den Nachrichten wird nicht unbedingt deutlich, welche sexuelle oder geschlechtliche Identität der-</p>

	die Schreiber-in hat. Gerade diese Uneindeutigkeit ist allerdings gewollt, da es nicht darum geht, Identitäten abzurufen, sondern Menschen in schwierigen Lebenssituationen zu unterstützen, egal ob sie schwul, trans* oder pansexuell sind.
<b>MATERIAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 4 Nachrichten in Form einer Kurznachricht, je nach Variation und Gruppengröße vervielfältigt</li> <li>• ggf. Zettel und Stift, falls Teilnehmer-innen sich Notizen machen wollen.</li> <li>• Flipchart/Pinnwand mit Plakat, Marker</li> </ul>

### Kurzbeschreibung:

Diese Methode dient dazu, junge Jugend(gruppen)leitungen für mögliche Probleme von queeren Jugendlichen zu sensibilisieren und sie darauf vorzubereiten, ihre Jugendlichen in schwierigen Lagen zu unterstützen. Gleichzeitig werden aber auch Teilnehmer-innen angesprochen, die keine Jugendleiter-innen sind, denn mit solchen Problemen kann man auch im Freundeskreis konfrontiert sein. Die Teilnehmer-innen erhalten in Zweier- oder Dreierteams je eine Messenger-Nachricht und sollen sich eine mögliche Antwort überlegen. Anschließend werden die Ergebnisse im Plenum besprochen.

### Ablauf:

#### Vorbereitung:

- Vervielfältige die Nachrichten je nach Gruppengröße und Variation.
- Stelle die Pinnwand/Flipchart auf, hänge das Plakat auf und unterteile es mit dem Marker in vier gleichgroße Felder.

#### Durchführung:

- Frage die Teilnehmer-innen, ob sie in ihrer Jugend(gruppen)leitungsaufgabe oder in ihrem persönlichen Umfeld schon mal mit persönlichen Problemen von Jugendlichen oder Freund-innen konfrontiert worden sind. Falls genug Zeit ist, fange 2-3 Stimmen ein, worum es dabei ging; damit es nicht ausufert, sollen die Teilnehmer-innen sich auf jeweils einen Satz beschränken. Frage die Teilnehmer-innen, die sich geäußert haben, wie sie ihre Reaktionen bewerten; sie sollen nicht erzählen, wie sie reagiert haben und wie es in der Angelegenheit weiterging. Erläutere nun das weitere Vorgehen.
- Teile die Gruppe in Zweier- bis Dreierteams ein und versorge jede Gruppe mit der ersten Nachricht. Die Gruppen haben nun 5 min Zeit, um eine mögliche Antwort zu formulieren. Anschließend stellen die Gruppen ihre Antworten im Plenum vor und vergleichen sie miteinander (du kannst dich dabei der mögliche Auswertungsfragen bedienen). Versucht für jede Nachricht 2-4 Stichpunkte zu für eine mögliche Antwort zu finden (du findest im Anhang mögliche Antworten).
- Nun geht es in denselben Kleingruppen genauso weiter mit den nächsten Nachrichten.
- Am Ende betrachtet ihr das Plakat als Ganzes und wertet die Methode gemeinsam aus.

#### Variante:

- Bei größeren Gruppen solltest du die Nachrichten vervielfältigen. Die Kleingruppen sollten immer nur aus 2-3 Teilnehmer-innen bestehen.
- Bei größeren Gruppen müssen nicht alle Kleingruppen synchron die gleiche Nachricht behandeln, sondern du kannst einigen Kleingruppen Nachricht 1, anderen Nachricht 2 usw. geben, sodass immer mindestens zwei Kleingruppen die gleiche Nachricht behandeln. Dann können nach einiger Zeit die Gruppen mit den gleichen Nachrichten zusammenkommen, um ihre Antworten miteinander zu vergleichen, bevor es ins Plenum geht; oder die Antworten werden direkt im Plenum besprochen.

**Mögliche Auswertungsfragen:**

Für die Plenarrunden zwischen den Nachrichten:

- Wie habt ihr euch gefühlt, als ihr die Nachricht gelesen habt?
- Fiel es euch leicht oder schwer, eine Antwort zu formulieren?
- Seid ihr zufrieden mit eurer Antwort?
- Worüber habt ihr diskutiert, als ihr versucht habt, gemeinsam eine Antwort zu formulieren?
- Worauf habt ihr bei eurer Antwort besonderen Wert gelegt?

Für die Plenarrunde am Schluss:

- Wie habt ihr euch während der Methode gefühlt?
- Gab es Nachrichten, die euch besonders bewegt haben?
- Seid ihr zufrieden mit den Ergebnissen?
- Was ist euch aufgefallen?
- Was war besonders schwierig beim Erstellen der Antworten?
- (Falls Teilnehmer-innen in der Einstiegsfrage geäußert haben, dass sie über gewisse Erfahrung verfügen:) Hat eure Erfahrung euch geholfen? Oder waren diese Nachrichten irgendwie anders? Warum (nicht)?
- War es hilfreich, sich in Zweier-/Dreier-Teams besprechen zu können?
- Glaubt ihr, ihr könnt die Erfahrungen aus dieser Methode in eurem Leben umsetzen? Inwiefern?
- Möchtet ihr noch etwas sagen, oder habt ihr weitere Fragen?

## Coming Out-Stories

<b>ZIEL</b>	Sensibilisierung für den Prozess des Coming Out. Kreative persönliche Auseinandersetzung mit dem Prozess des Coming Out. Auseinandersetzung mit der eigenen sexuellen Orientierung und geschlechtlichen Identität. Am Rande: Kennenlernen von queerer Kultur.
<b>UNTERKATEGORIE</b>	Persönlichkeitsentwicklung
<b>SCHLAGWORTE</b>	Vielfalt, sexuelle Orientierung, geschlechtliche Identität, Coming Out, Kultur, Kreativität
<b>ANWENDUNG</b>	Vertiefung: Persönliche Entwicklung.
<b>ZIELGRUPPE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ab 16 Jahren</li> <li>• Die Teilnehmer-innen sollten bereits sensibilisiert sein für queeres Leben und queere Begrifflichkeiten gut kennen.</li> <li>• Die Teilnehmer-innen sollten einander bereits gut kennen.</li> <li>• Beachte auch den Punkt zur geschlechtlichen Identität und sexuellen Orientierung der Teilnehmer-innen weiter unten.</li> </ul>
<b>GRUPPENGROSSE</b>	ca. 10-20 Personen
<b>ZEIT</b>	ca. 3-4 Stunden oder länger (je nach Zeitbedarf der Teilnehmer-innen), intensive Vorbereitungszeit im Team einplanen
<b>ORT</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kleingruppenräume</li> <li>• Seminarraum</li> </ul>
<b>AUFWAND</b>	groß
<b>MODIFIKATIONEN</b>	Es ist möglich, die drei Phasen der Methode auf drei Blöcke à ca. 1 Std. aufzuteilen, wird aber nicht empfohlen (s. u. Variationen).
<b>ANMERKUNGEN</b>	<p>Es wird dringend empfohlen, die Methode gleichberechtigt zu zweit oder zu dritt zu betreuen, auch bei kleinen Gruppen. Außerdem ist es wichtig, dass ihr alle queersensibel seid. Es ist außerdem von Vorteil, wenn eine-r von euch selbst offen queer ist, aber nicht unbedingt notwendig.</p> <p>Es ist unbedingt erforderlich, dass die Teilnehmer-innen ernsthaft an die Methode herangehen. Achte während der Methode darauf.</p> <p>In dieser Methode bietet es sich an, regelmäßig Zwischen-Auswertungen zu machen. Beachtet dazu neben den in der Beschreibung genannten Fragen auch immer die Auswertungsfragen am Ende des Texts.</p> <p>Die Methode kann die Teilnehmer-innen nur dann in der Entwicklung ihrer Identität unterstützen, wenn ihr zum Ausklang einen Bogen zurück zu queerem Leben</p>

	<p>schlägt. Die Auswertung sollte also auf keinen Fall vergessen werden.</p> <p>Beachtet auch unbedingt die Hinweise zur geschlechtlichen Identität und sexuellen Orientierung der Teilnehmer-innen weiter unten.</p>
<b>MATERIAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coming Out-Stories (ggf. vervielfältigen)</li> <li>• Heterofragebogen als Vorlage für Plakat</li> <li>• Linklisten in ausreichender Anzahl</li> <li>• Internetfähige Geräte (mindestens Tablet-Größe, notfalls Smartphones) in ausreichender Anzahl</li> <li>• Internet (oder Material für die Variante ohne Internet)</li> <li>• Papier und Stifte in ausreichender Anzahl</li> <li>• Plakat mit Leitfragen (s. Vorlage im Anhang)</li> <li>• Wäscheleine mit Wäscheklammern oder Kreppband</li> </ul>

### Kurzbeschreibung:

Diese Methode geht davon aus, dass nicht nur queere Identitäten das Ergebnis eines Entwicklungsprozesses sind, der sich im Wechselspiel von Individuum und Gesellschaft/Kultur vollzieht, sondern auch cisgender und heterosexuelle Identitäten. Diese Entwicklung wird von cisgender und heterosexuellen Menschen aber deutlich weniger reflektiert als von queeren, weil sie in einer heteronormativ geordneten Welt als „natürlich“ und nicht reflexionswürdig betrachtet wird. Die Methode versucht, bei den Teilnehmer-innen ein Verständnis dafür zu erzeugen, wie queere Menschen ihre geschlechtliche Identität und sexuelle Orientierung kontinuierlich entwickeln und reflektieren, und die Teilnehmer-innen zu bewegen, die Entwicklung ihrer eigenen geschlechtlichen Identität und sexuellen Orientierung zu reflektieren. Zu diesem Zweck schlägt die Methode einen Bogen von persönlichen Erfahrungen queerer Menschen über einen Abstecher in queere Kultur bis zur Auseinandersetzung mit der eigenen sexuellen Orientierung und geschlechtlichen Identität. Sie fordert und fördert Sensibilität und Kreativität.

Die Teilnehmer-innen lesen zunächst Coming Out-Stories von queeren Menschen. Nach einem Austausch im Plenum recherchieren sie auf eigene Faust im Internet nach queeren Coming Outs. Nach einem erneuten Austausch sind sie nun aufgefordert, ihre eigene Coming Out-Story zu schreiben.

#### Hinweis zur sexuellen Orientierung und geschlechtlichen Identität der Teilnehmer-innen:

Wie oben erwähnt, spielt das Thema sexuelle Orientierung und geschlechtliche Identität der Personen eine gesonderte Rolle, die dich als Moderator-in auch sensibler agieren lassen sollte. Aus dem Grund wird die Methode ausführlicher behandelt.

Die Methode richtet sich oberflächlich an Teilnehmer-innen, die bisher heterosexuell leben und sich cisgender identifizieren (im Folgenden cis-hetero). Ob jemand cis-hetero ist, kannst du nicht beurteilen und es vorher auch nicht abfragen. Auch können sich Selbstidentifikationen mit der Zeit ändern, gerade bei jungen Menschen.

Sei also sensibel und weise während der Methode regelmäßig darauf hin, dass man jederzeit aussteigen kann.

Betone, dass du und/oder eine weitere Person aus dem Moderationsteam jederzeit für ein Vier-Augen-Gespräch bereitstehst.

Insbesondere, wenn ihr die Methode mit Jugendlichen macht, kann es passieren, dass in der Gruppe Menschen sind, die sich ihrer eigenen sexuellen Orientierung oder geschlechtlichen Identität noch nicht sicher sind und sich gerade mit der eigenen Queerness beschäftigen.

Für Teilnehmer-innen, die sich (noch) unsicher in ihrer geschlechtlichen Identität und/oder sexuellen Orientierung sind (questioning), und für Teilnehmer-innen, die sich bereits als queer erkannt, aber noch niemandem anvertraut haben (ungeoutet), kann die Methode dann unterstützend sein, wenn ihr euch entsprechend sensibel verhaltet: Niemand darf zu einem Coming Out gedrängt werden. Bezeichnet die Teilnehmer-innen nicht mit irgendeinem Begriff geschlechtlicher Identität oder sexueller Orientierung (z. B. queer, heterosexuell, lesbisch, cis usw).

Wenn in den Gesprächen Teilnehmer-innen andere Teilnehmer-innen oder Dritte mit einem solchen Begriff belegen, hinterfragt diese.

Und achtet darauf, wie es allen während der Übung ergeht.

Haben sich im Vorfeld Teilnehmer-innen dir gegenüber als queer geoutet, so besprich mit ihnen, ob sie teilnehmen möchten, ob sie nur bei einem Teil der Methode mitmachen wollen (z. B. nur in Phase 1 und 2) oder ob sie selbst von ihren Erfahrungen als queerer Mensch berichten möchten. Gib ihnen ausreichend Zeit, sich Gedanken zu machen und sich zu entscheiden.

## Ablauf:

### Vorbereitung:

- Finde eine-n oder zwei Partner-innen, mit denen du die Methode gemeinsam vorbereitest, durchführst und nachbereitest.
- Falls noch nicht geschehen, beschäftigt euch mit dem Thema Queersensibilität in Bezug auf eure Arbeit als Moderator-innen bzw. Jugendleitungen (vgl. Praxisbuch Q\*, Kap. 2–3).
- Solltet ihr keinen Internetzugang haben, findet ihr unten eine Variante ohne Internet
- Lest euch die Coming Out-Stories gut durch und schaut euch die Links an. Tauscht euch darüber aus und auch über eure eigene Entwicklung. Falls ihr Lust habt, schreibt eure eigenen Coming Out-Stories auf und sprecht über sie.
- Kopiert je nach Gruppengröße die Linklisten.
- Bereitet das Plakat mit den Leitfragen vor, hängt es aber noch nicht auf.
- Hängt die Coming Out-Stories an einer Wäscheleine oder Wand aus. Bei größeren Gruppen solltet ihr mehrere Lesestraßen mit den Stories machen, damit genügend und gut Platz zum Lesen ist.

### Durchführung:

Phase 1:

- Die Teilnehmer-innen werden aufgefordert, die ausgehängten Coming Out-Stories still zu lesen. Anschließend sollen sie sich in Zweier- bzw. Dreiergruppen über das Gelesene austauschen. Nach

einigen Minuten kommt ihr im Plenum zusammen und besprecht, die ersten Eindrücke und Diskussionen. Mögliche Fragen könnten neben den Auswertungsfragen sein: Worüber habt ihr in der Gruppe gesprochen? Ist euch etwas aufgefallen, als ihr die Stories gelesen habt? Wie geht es euch, wenn ihr so etwas lest? Wovon erzählen die Stories? Wie könnten sich die Autor-innen beim Schreiben gefühlt haben?

- Erläutert erst jetzt das Ziel der Einheit, das weitere Vorgehen, weist noch mal auf die bestehenden Gruppen-Grundregeln hin und betont noch einmal, dass die Methode jederzeit verlassen werden kann und dass ihr immer für ein Vier-Augen-Gespräch zur Verfügung steht.

#### Phase 2:

- Die Teilnehmer-innen erhalten nun in denselben Gruppen wie zuvor eine Liste mit Links zu Webseiten, auf denen sie weitere Berichte von Coming Outs und künstlerische Beiträge zum Thema finden.
- Die Teilnehmer-innen erhalten ca. 45 min Zeit, mithilfe der Links eigene Recherche zu betreiben und sich darüber auszutauschen. Weist sie auf das Zeitlimit hin und dass sie sich deshalb interessante Sachen heraussuchen sollen. Ihr solltet herumgehen, Fragen beantworten und bei Bedarf mit Rat zur Seite stehen. Es sollte darauf geachtet werden, dass die Teilnehmer-innen nicht im Internet abschweifen.
- Anschließend haben die Kleingruppen 5 min Zeit, sich untereinander auszutauschen, bevor die Gruppen sich für 10-15 min über die Fundstücke im Plenum austauschen. Fragt, welche Fragen es zwischendurch gab und wie diese beantwortet wurden. Tauscht euch über die Antworten aus (weitere mögliche Fragen für diese Zwischen-Auswertung: s. u. Auswertungsfragen). Stellt abschließend die Frage: „Stellt euch mal vor, die Welt wäre nicht heteronormativ, sondern queernormativ, wenn es also nicht normal wäre, hetero und cisgender zu sein, sondern wenn es normal wäre, queer zu sein. Wie wäre das für euch?“
- Nachdem ihr gemeinsam über diese Frage resümiert habt, legt ihr eine zehnmündige Pause ein.

#### Phase 3:

- Hängt den Heterofragebogen als Plakat aus. Die Teilnehmer-innen sollen sich ihn kurz anschauen. Dabei darf geschmunzelt, aber es sollte geschwiegen werden.
- Bitte die Teilnehmer-innen nun, ihre eigene persönliche Coming Out-Story zu schreiben. Dabei ist ihnen überlassen, ob sie ihr inneres oder äußeres Coming Out beschreiben, also wie sie ihre sexuelle Orientierung bzw. geschlechtliche Identität herausgefunden haben (oder herausfinden), oder wie, wann, warum sie (nicht) darüber gesprochen haben. Sie können sich von den Ressourcen aus Phase 1 und 2 sowie aus dem Heterofragebogen und den Leitfragen (s. u.) inspirieren lassen. Gib ihnen 45 min Zeit und bitte sie, sich einzeln im Raum zu verteilen. Ihr geht währenddessen herum, schaut, wie die Teilnehmer-innen zurechtkommen, beantwortet Fragen und steht für Gespräche zur Verfügung.
- Nach ca. 15 min könnt ihr das Plakat mit den Leitfragen aufhängen und nebenbei darauf hinweisen (die Teilnehmer-innen sollen das Schreiben aber nicht unterbrechen).

- Nach 45 min kommt ihr wieder zusammen. Die Teilnehmer-innen sollen sich in einen Kreis setzen, die Augen schließen, durchatmen und zur Ruhe kommen. Stelle dann Fragen (Augen weiterhin geschlossen), die die Teilnehmer-innen zunächst still für sich beantworten sollen, wie: Wie habt ihr euch beim Schreiben gefühlt? Fiel euch das Schreiben schwer? Was fiel euch leicht, was schwer? Habt ihr euch vorher schon einmal Gedanken über eure sexuelle Orientierung und geschlechtliche Identität gemacht? Oder darüber, wie sie sich entwickelt? Hätte sie sich auch anders entwickeln können? Wie wäre das gewesen? Was wäre anders gewesen, was genauso? Denkt auch an die Geschichten und Bilder im Internet und die Coming Out-Stories vom Anfang. Wie könnte euer sexuelles und geschlechtliches Leben in ein paar Jahren aussehen? Hat sich etwas verändert? Die Teilnehmer-innen dürfen nun wieder die Augen öffnen. Sprecht über diese Fragen und über die Coming Out-Stories. Wer möchte, kann aus seiner Story erzählen oder sie vorlesen. Auch hier unterstützen euch die möglichen Auswertungsfragen.
- Wichtig: Am Schluss sollte deutlich werden, dass sexuelle Orientierung und geschlechtliche Identität eine Entwicklung durchlaufen, dass diese Entwicklung für queere Menschen oft komplizierter ist als für cisgender und heterosexuelle, und dass alle sexuelle Orientierungen und geschlechtliche Identitäten von der Gesellschaft gesetzte (konstruierte) und deshalb potentiell offene Kategorien sind. Um den letztgenannten Aspekt hervorzuheben, kann z. B. eine Methode angeschlossen werden, die sich damit beschäftigt, z. B. die *Gesichtserkennung*.

### Variante ohne Internet:

Sollte euch kein Internet zur Verfügung stehen, habt ihr zwei Möglichkeiten, die jedoch beide gewisse Nachteile mit sich bringen.

- Die Teilnehmer-innen arbeiten zu Hause. Dadurch fehlen der direkte Austausch in Kleingruppen sowie die Betreuung durch die Moderation. Um dem zu begegnen, zwei Ideen:
  - Zum Wiedereinstieg in die nächste Sitzung werden 15-20 Minuten eingeplant, in denen die Teilnehmer-innen sich in Kleingruppen über die Internet-Recherche austauschen, sowie 15-20 Minuten zum Klären von Fragen im Plenum.
  - Die Kleingruppen verabreden sich in einer Chat-Infrastruktur zu einem bestimmten Termin, an dem sie gemeinsam die Links schauen und darüber chatten. Ihr als Moderation seid auch da und steht als Ansprechpartner-in zur Verfügung. Dabei solltet ihr nach Möglichkeit nicht zum Gruppenchat gehören.

Ihr richtet eine kleine Bibliothek ein, in der die Teilnehmer-innen sich in Kleingruppen bedienen können. Wie du diese Bibliothek bestücken kannst, dazu findest du im Anhang ein paar Ideen, zum Teil mit konkreten Seitenangaben. Einige davon können auch im Internet abgerufen werden. Beachte unbedingt das Urheber-innenrecht, bevor du etwas ausdrückst oder kopierst.

### Mögliche Auswertungsfragen:

Die Auswertung ist in dieser Methode sehr wichtig! Deshalb sind viele Auswertungsfragen bereits oben an geeigneter Stelle eingebettet. Hier

folgen ein paar weitere, die ihr am Ende und in den Zwischenauswertungen stellen könnt.

- Wie hast du dich während der Methode gefühlt? (bzw. während der vorhergehenden Phase)
- Habt ihr euch schon mal Gedanken über eure eigene geschlechtliche Identität und sexuelle Orientierung gemacht? Warum (nicht)? Wie war das? (Achtet bei dieser Frage darauf, dass dadurch keine-n der Teilnehmer-innen zum Coming Out gedrängt wird!)
- Warum ist das Coming Out und Going Public für viele queere Menschen wichtig?
- Warum benötigen cisgender und heterosexuelle Menschen kein äußeres Coming Out?
- Erleben cisgender und heterosexuelle Menschen trotzdem ein inneres Coming Out, ein Bewusstwerden und Akzeptieren der eigenen sexuellen Orientierung und geschlechtlichen Identität? Warum (nicht)?
- Beschäftigen sich cisgender und heterosexuelle Menschen weniger mit ihrer eigenen sexuellen Orientierung und geschlechtlichen Identität als queere Menschen? Warum (nicht)?
- Hat es auch Vorteile, die eigene sexuelle Orientierung und geschlechtliche Identität erst finden zu müssen? Welche? Warum (nicht)?
- Wie wäre es, wenn alle Menschen sich ihrer sexuellen Orientierung und geschlechtlichen Identität erst bewusst werden müssen? Gäbe es dann noch Coming Outs? Würde das etwas in eurem Leben ändern? Was? Was nicht?
- Wie war es für euch, die eigene sexuelle Orientierung und geschlechtliche Identität und ihre Entwicklung zu reflektieren?
- Wo seht ihr Unterschiede zwischen den Coming Out-Stories der queeren Menschen und euren eigenen? Wo seht ihr vielleicht Ähnlichkeiten? Warum?
- Habt ihr noch Fragen?
- Wie geht es euch jetzt nach der Methode?
- Was habt ihr mitgenommen oder was wollt ihr mitnehmen? (Hier könnte z. B. jede-r einen abschließenden Satz sagen.)

## Anno Hominum

<b>ZIEL</b>	Auseinandersetzung mit der historischen Entwicklung queeren Lebens im gesellschaftlichen Umfeld. Aufmerksamkeit für die Beeinflussbarkeit politisch-gesellschaftlicher Entwicklung („Menschen machen Geschichte“). Diskussion über mögliche Prozesse in der Gruppe oder im Verband.
<b>UNTERKATEGORIE</b>	Persönlichkeitsentwicklung
<b>SCHLAGWORTE</b>	Vielfalt, sexuelle Orientierung, geschlechtliche Identität, historische Bildung, politische Bildung
<b>ANWENDUNG</b>	Vertiefung, Anwendung
<b>ZIELGRUPPE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ab 14 Jahren (ggf. eine Auswahl aus den Karten treffen)</li> <li>• Teilnehmer-innen sollten Grundwissen über queere Begriffe und evtl. queeres Leben sowie ein historisches Grundverständnis haben</li> <li>• Geringe Vertrautheit</li> </ul>
<b>GRUPPENGROSSE</b>	10 Personen, größere Gruppen ggf. aufteilen
<b>ZEIT</b>	ca. 60 min (flexibel je nach Anzahl der Karten, Gruppengröße und anschließender Diskussion)
<b>ORT</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Innenstadt</li> <li>• Kleingruppenräume</li> <li>• Seminarraum</li> <li>• Wiese</li> </ul>
<b>AUFWAND</b>	mittel
<b>MODIFIKATIONEN</b>	Je nach Gruppengröße können die Karten auf mehrere Kleingruppen aufgeteilt werden. Je nachdem, wie viel Zeit zur Verfügung steht, wie man die Gruppe einschätzt oder welche Themen man fokussieren will, kann eine Auswahl aus den Karten getroffen werden. Es können weitere Karten hinzugefügt werden, z. B. um auch die Entwicklung in eurem Jugendverband aufzunehmen, in dem z. B. ein queerer Arbeitskreis gegründet wurde oder Qualitätsstandards für die geschlechtssensible Arbeit eingeführt wurden.
<b>ANMERKUNGEN</b>	Die Auswahl der Ereignisse konzentriert sich bewusst auf die westliche Welt, auf politische Ereignisse und auf die neuere Zeit, um einen einfacheren Bezug zur heutigen Lebenswelt der Teilnehmer-innen und zu den weiteren Aussichten herzustellen.
<b>MATERIAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 30 Ereigniskarten (DIN A5)</li> <li>• 30 Erläuterungskarten (DIN A6)</li> </ul>

### Kurzbeschreibung:

„Anno Hominum“ bedeutet „Im Jahre der Menschen“. Die Methode soll zeigen, wie sich die aktuelle Situation von queeren Menschen nach jahrzehntelangen Kämpfen so entwickelt hat, wie sie heute ist. Dazu erhalten die Teilnehmer-innen in Gruppen historische Ereignisse, die sie in eine chronologische Reihenfolge bringen sollen. Nachdem jede Gruppe sich geeinigt hat und ihre Abfolgen vorgestellt haben, erhält die Gruppe die passenden Karten, auf denen die zugehörige Jahreszahl und eine Erläuterung steht. Damit bringen die Teilnehmer-innen die Karten in die richtige Reihenfolge. Einige Ereignisse werden die Teilnehmer-innen überraschen, zu Fragen und/oder Diskussionen animieren. In der anschließenden Auswertung wird der Blick in die Zukunft gerichtet, und die Teilnehmer-innen können sich austauschen, wie man weitere Veränderungen erreichen könnte und wie das Thema auch im Jugendverband weiter thematisiert werden kann und soll.

## Ablauf:

### Vorbereitung:

- Lies dir die Erläuterungskarten gut durch. Hole dir ggf. weitere Informationen aus dem Internet.
- Entscheide, ob du alle oder nur ausgewählte Karten nutzen willst
- Teile die Ereignis- und Erläuterungskarten ggf. auf die Anzahl der Kleingruppen auf oder kopiere sie.
- Mische die Ereigniskarten.
- Mische die Erläuterungskarten und lege sie auf einem Stapel beiseite.
- Falls ausreichend Platz ist, kannst du die Ereigniskarten bereits verdeckt und unsortiert (!) auslegen.

### Durchführung:

#### Vorbereitung

- Beginne mit einer Frage ins Plenum, z. B. „Was meint ihr, seit wann dürfen zwei Männer in Deutschland legal miteinander Sex haben?“ Oder „Wusstet ihr, dass die Griechen vor 2000 Jahren zwar gleichgeschlechtliche Liebe kannten, aber nicht das Wort ‚homosexuell‘ als sprachliche Entsprechung hatten?“ Fange ein paar Stimmen ein, leite zur Methode über und erläutere den Ablauf.
- Teile die Gruppe ggf. in mehrere Kleingruppen à ca. 10 Personen auf.

#### Ereignisphase:

- Teile die Ereigniskarten aus (wenn sie nicht schon auf dem Boden liegen).
- Die Teilnehmer-innen sollen nun in ihren Gruppen gemeinsam entscheiden, in welche chronologische Reihenfolge sie die Ereignisse bringen wollen. Die Jahreszahlen sind dabei zunächst egal (es geht um die gesellschaftliche Entwicklung).
- Inhaltliche Fragen, die sich zu einer Ereigniskarte ergeben (z. B. „Was ist ein Jesuit?“), sollten die Gruppen zunächst unter sich klären. Sei aber aufmerksam und korrigiere oder ergänze die Antworten, die die Gruppe findet. Beantworte vorerst keine Fragen, die den Zeitpunkt des Ereignisses vorwegnehmen, wie es sich schnell bei Personenfragen ergibt (z.B. „Wer ist Ernst Röhm?“).

#### Erläuterungsphase:

- Die Teilnehmer-innen stellen ihre Ergebnisse vor und begründen ihre Auswahl. Wenn du mehrere Kleingruppen hast, stellen sie sich ihre Ergebnisse gegenseitig vor.
- Anschließend sollen die Teilnehmer-innen nacheinander Erläuterungskarten vom Stapel nehmen, vorlesen und gemeinsam mit der Gruppe die Ereignisse jetzt in die richtige Reihenfolge bringen. Wenn du mehrere Kleingruppen mit unterschiedlichen Ereignissen hast, können die Ereignisketten jetzt zu einer zusammengeführt werden.
- Schließlich haben die Teilnehmer-innen die Möglichkeit, sich das Ergebnis noch einmal anzuschauen.

#### Auswertungsphase:

- Jede-r Teilnehmer-in soll sich nun ein Ereignis aussuchen, das ihn-sie besonders überrascht, geärgert, gefreut hat oder worüber er-sie mehr wissen oder in der Gruppe sprechen möchte.
- Jede-r Teilnehmer-in stellt das Ereignis vor, dass er-sie sich ausgesucht hat und warum er-sie es sich ausgesucht hat. Wenn mehrere Teilnehmer-innen das gleiche Ereignis haben, sollte es trotzdem von jeder-m einzeln vorgestellt werden.

#### Mögliche Auswertungsfragen:

- Warum hast du dieses Ereignis ausgewählt?
- Was hat euch beeindruckt/überrascht/geärgert/gefreut/interessiert?
- Wie haben Menschen den Lauf der Ereignisse beeinflusst?
- Welche Fragen habt ihr euch während der Methode gestellt?
- Worüber möchtet ihr gerne mehr erfahren?
- Was glaubt ihr, wie es in Zukunft weitergeht?
- Können wir etwas dazu beitragen, dass sich Dinge ändern? Warum denkt ihr das (nicht)? Was können Menschen tun und wie? Kann jede-r etwas tun oder nur „betroffene“, also queere Menschen?
- Wie ist das eigentlich bei uns in der Gruppe oder im Verband? Gibt es einen Arbeitskreis oder eine queere Gruppe? (ggf. zur Recherche auffordern oder Antwort bereithalten)
- Sollte unsere Gruppe oder unser Verband vielleicht etwas tun? Was könnten wir tun, um in unserer Gruppe oder unserem Verband etwas zu ändern?
  - Diese Frage kann gut dazu genutzt werden, einen Übergang zu schaffen, wie ihr als Gruppe queersensibler werden könnt. Siehe dazu Praxisbuch Q\*, insbesondere Kap. 2 und 3.
- Welches Ergebnis zieht ihr für euch selbst aus der Methode?
- Habt ihr noch Fragen oder möchte noch jemand etwas loswerden?

# ANHANG: VORLAGEN FÜR METHODEN

## Ich/Ich nicht

### Aussagen

- Ich habe heute Morgen ein Nutellabrot gegessen.
- Ich trinke gerne Tee.
- Ich spiele ein Instrument.
- Ich war in den letzten drei Tagen auf Facebook.
- Ich habe Freund-innen, die in einem anderen Land als Deutschland wohnen.
- Ich habe schon mal die Schule geschwänzt.
- Ich freue mich auf die Einheit.
- Ich dusche jeden Tag.
- Ich habe schon mal eine Person eines anderen Geschlechts geküsst.
- Ich habe schon mal eine Person des gleichen Geschlechts geküsst.
- Ich kenne persönlich eine Person, die schwul, lesbisch oder bisexuell ist.
- Ich habe schon mal Kleidung des anderen Geschlechts anprobiert.
- Ich habe schon mal davon gehört, dass es mehr als zwei Geschlechter gibt.
- Ich weiß, was trans\* bedeutet.
- Ich weiß, was queer bedeutet.
- Ich habe schon mal in den Medien etwas über einen trans\* Menschen erfahren.
- Ich kenne persönlich eine Person, die trans\* ist.
- Ich glaube, wenn sich in meiner Klasse jemand outen würde, würde er-sie diskriminiert.
- Ich habe mich schon mal über queere Menschen lustig gemacht (z. B. Witze über Schwule).
- Ich habe schon mal darüber nachgedacht, wie es wäre, selbst ein anderes Geschlecht zu haben.
- Ich habe bei mindestens einer Aussage nicht die Wahrheit gesagt.

## Memory

### Auflösung

Begriff	Erläuterung
Homosexuell	Jemand hat romantische/erotische Gefühle (ausschließlich) für Personen des gleichen Geschlechts. Beispiel: eine Frau, die auf Frauen steht
Heterosexuell	Jemand hat romantische/erotische Gefühle (ausschließlich) für Personen eines bzw. „des“ anderen Geschlechts. Beispiel: eine Frau, die auf Männer steht
Bisexuell	Jemand hat romantische/erotische Gefühle für Personen des weiblichen und männlichen Geschlechts. Beispiel: ein Mann, der auf Männer und Frauen steht
Asexuell	Jemand hat keine oder geringe Lust, mit einem anderen Menschen Sex zu haben; die Person kann romantische Gefühle haben, muss aber nicht.
Pansexuell	Jemand hat romantische/erotische Gefühle für andere Menschen, unabhängig von deren Geschlecht. (auch genannt: gender blind)
Queer	Ein Überbegriff für sexuelle Orientierung und geschlechtliche Identitäten, die nicht der gesellschaftlichen Norm entsprechen. Beispiele: lesbisch, trans*
Intergeschlechtlich	Jemand hat von Geburt an (biologische) Eigenschaften, die weder als eindeutig männlich noch weiblich gelten; dabei gibt es sehr unterschiedliche Variationen.
Schwul	Ein Mann, der (ausschließlich) Männer begehrt.
Lesbisch	Eine Frau, die (ausschließlich) Frauen begehrt.
Coming Out	Ein oft jahrelanger Prozess im Leben von queeren Menschen, in dem sie sich ihrer sexuellen Orientierung und/oder geschlechtlichen Identität bewusstwerden und akzeptieren lernen (inneres C. O.) und sie anschließend ggf. öffentlich machen (äußeres C. O. oder Going Public). Beispiel: Nachdem Petra akzeptiert hat, dass sie asexuell ist (inneres C. O.), erzählt sie es ihrem besten Freund (äußeres C. O.).
CSD/Pride	(Große) Demonstrationen der LSBTIQ*-Bewegung, die seit den 1970ern jedes Jahr im Sommer an vielen Orten der Welt stattfinden. Beispiele: CSD Nordwest, San Francisco Pride, Taiwan Pride, Tel Aviv Pride Parade.
Heteronormativität	Eine gesellschaftlich-kulturelle Werteordnung, die Heterosexualität und die binäre (zweigeschlechtliche) Aufteilung der Welt in Männern und Frauen als die

	<p>Normalität setzt bzw. queere geschlechtliche Identitäten und sexuelle Orientierungen abwertet.</p> <p>Diese Ordnung ist im Großteil Welt heute vorherrschend und prägt die Menschen im Alltag tief. Queere Menschen passen nicht in diese Ordnung.</p>
Diskriminierung	<p>Benachteiligung oder Abwertung von Menschen oder Gruppen aufgrund von Wertvorstellungen oder Vorurteilen.</p> <p>Beispiele: Frauen erhalten im Durchschnitt weniger Lohn als Männer. Es gibt oft keine Toiletten für Menschen, die sich weder als Männer noch als Frauen identifizieren.</p>
Homophobie	<p>Abneigung gegen oder Angst vor Menschen, die homosexuell (manchmal auch queer) sind oder als homosexuell (manchmal auch queer) wahrgenommen werden.</p> <p>Beispiel: „Mir doch egal, ob der schwul ist, solange der mich nicht anmacht.“</p>
trans*	<p>Menschen, deren geschlechtliche Identität nicht mit dem Geschlecht übereinstimmt, das ihnen bei Geburt zugewiesen wurde.</p> <p>Beispiel: Jemand wurde bei der Geburt von Ärzt-inne-n und Eltern als biologisch weiblich eingestuft, kann sich aber damit nicht identifizieren und lebt fortan z. B. als nicht-binär oder als Mann. Er kann auch eine (teilweise) körperliche Angleichung vornehmen, muss aber nicht.</p>
Akzeptanz	<p>Der Zustand, in dem ein Mensch, eine Gruppe oder eine Tatsache angenommen, anerkannt und gutgeheißen wird.</p> <p>Beispiel: „Ich find’s richtig gut, dass in der Pride-Saison eine Regenbogenfahne am Rathaus hängt.“</p>
Toleranz	<p>Der Zustand, in dem ein Mensch, eine Gruppe oder eine Tatsache geduldet, aber nicht gutgeheißen wird.</p> <p>Beispiel: „Sollen die Lesben halt machen, ist mir doch egal, ich mach da nicht mit.“</p>
Vielfalt	<p>Die Tatsache, dass Menschen verschieden sind.</p> <p>Beispiele: sexuelle Vielfalt, kulturelle Vielfalt</p>
Regenbogenfahne	<p>Die Fahne der LGBTIQ*-Bewegung mit (mindestens) sechs horizontalen Streifen in verschiedenen Farben.</p>
LSBTIQ*	<p>Abkürzung für lesbisch, schwul, bisexuell, trans*, intergeschlechtlich, queer. Alternativ auf Englisch: LGBTIQ* (mit gay für schwul).</p> <p>Das * (manchmal auch +) soll weitere Identitäten ansprechen.</p> <p>Es gibt auch längere Buchstabenketten, um mehr Menschen anzusprechen, und kürzere, um nur einige zu</p>

	ansprechen (z. B. FLIT* für Frauen, Lesben, Inter- und Trans*menschen).
Regenbogenfamilie	Bezeichnung für Familien, in der queere Beziehungen eine Rolle spielen. Beispiel: zwei schwule Väter und ihre Kinder
Drag Queen	Ein Mann, der künstlerisch das Verhalten und Aussehen einer Frau imitiert, meist lustvoll übertrieben. Dabei werden Gendergrenzen überschritten und eine weibliche Kunst-Identität angenommen; die Person sieht sich aber meist trotzdem als Mann, ist also in der Regel nicht trans*. Beispiele: RuPaul, Olivia Jones, Conchita Wurst. Frauen, die eine männliche Figur spielen, nennt man Drag Kings.
Gender Dysphoria	Ein psychisch-emotionaler Zustand, in dem sich Menschen befinden, deren geschlechtliche Selbstwahrnehmung nicht mit ihrem Körper und dem von anderen Menschen wahrgenommenen Geschlecht übereinstimmt; betroffen sind insbesondere Trans*menschen.
Geschlechterrolle	Gesellschaftlich-kulturelle Vorstellungen, wie Männer bzw. Frauen sich ihrem Geschlecht entsprechend angemessen zu verhalten hätten. Beispiel: Frauen sollen sensibel sein, Männer dürfen nicht weinen.
§ 175	Der Paragraph im deutschen Strafgesetzbuch, der von 1872 bis 1994 Geschlechtsverkehr zwischen Männern verbot oder in verschiedenen Fassungen regulierte. Wer auch nur im Verdacht stand, ein „175er“ zu sein, wurde meistens ausgegrenzt, verlor den Job und/oder den familiären Rückhalt.
Sexuelle Orientierung	Die Richtung(en), in die sich der Sexualtrieb eines Menschen richtet. Beispiele: heterosexuell, asexuell.
Geschlechtliche Identität	Der Teil der menschlichen Identität, der sich auf das Geschlecht bezieht. Beispiele: trans*, (cis-)weiblich, non-binär.
Nicht-binär	Menschen, deren geschlechtliche Identität nicht einem der beiden traditionellen Geschlechter (männlich und weiblich) entspricht. Als binäre Geschlechterordnung bezeichnet man die Ordnung, die ausschließlich Frauen und Männer in

	Betracht zieht bzw. nur diese beiden Geschlechter akzeptiert.
Gendersternchen	<p>Eine Form der geschlechtergerechten Sprache mit einem Stern zwischen der männlichen und weiblichen Wortendung. Der Stern schließt auch alle ein, die nicht (cis-)männlich oder (cis-)weiblich sind. Beim Sprechen wird meist eine kurze Pause gelassen.</p> <p>Beispiele: Ein*e hungrige*r Pfadfinder*in. Meine besten Freund*innen.</p>
cisgender	<p>Menschen, deren geschlechtliche Identität mit dem Geschlecht übereinstimmt, das ihnen bei Geburt zugewiesen wurde.</p> <p>Beispiel: Jemand wurde bei der Geburt von den Ärztinnen und Eltern als weiblich eingestuft und fühlt sich wohl bzw. identifiziert sich mit dieser Zuordnung im weiteren Leben.</p>

## Deine-e neue-r Freund-in

### Fragebogen

1. Kannst du mit deiner Familie über deine Beziehung zu Alex sprechen?
2. Kannst du Alex zu dir nach Hause einladen?
3. Kannst du Alex zu einer Familienfeier mitbringen?
4. Dürfen Bekannte deiner Eltern von deiner Beziehung zu Alex erfahren?
5. Kannst du mit deinen Freund-inn-en über deine Beziehung zu Alex sprechen?
6. Akzeptieren deine Freund-innen eure Beziehung?
7. Können Alex und du händchenhaltend durch die Innenstadt gehen?
8. Können Alex und du händchenhaltend durch die Schule gehen?
9. Hast du im Schulunterricht etwas über eure Form der Liebe gelernt?
10. Können dein-e beste-r Freund-in und du im Bus über deine Liebe zu Alex sprechen?
11. Wenn Alex, du und ein paar Freund-inn-en abends ausgeht: Würdest du Alex umarmen und küssen?
12. Wenn nur Alex und du abends ausgeht: Würdest du Alex umarmen und küssen?
13. Befürchtest du, in der Öffentlichkeit blöd angemacht zu werden, wenn man euch zusammen sieht?
14. Kennst du 5 Filme, in denen eure Form der Liebe dargestellt wird?
15. Kennst du 10 Prominente, die die gleiche Form der Liebe leben wie ihr?
16. Geht es in deinen Lieblingsliedern um eure Form der Liebe?
17. Kennst du Erwachsene in deinem Umfeld, die die gleiche Form der Liebe leben wie ihr?
18. Kennst du Gleichaltrige in deinem Umfeld, die die gleiche Form der Liebe leben wie ihr?
19. Wenn ihr in den Urlaub fahren wollt: Macht ihr euch Gedanken darüber, ob eure Liebe dort akzeptiert wird?
20. Kannst mit dem-der Leiter-in deiner Jugendgruppe über deine Beziehung zu Alex sprechen?

## Das große Dr. Winter-Special

### Mögliche Themen:

- Ich habe immer Schweißflecken unter den Armen!
- Meine Ohren stehen ab!
- Ich finde mich zu dick/dünn!
- Ich habe überall Pickel im Gesicht, und sie gehen nicht weg!
- Meine Brüste sind ungleich groß!
- Ist mein Penis zu klein?
- Ich steh auf meine-n beste-n Freundin. (gleichgeschlechtlich)
- Wenn ich mit meiner-m Freund-in schlafen will, bin ich nicht erregt. (andersgeschlechtlich)
- Ich fühle mich nicht wohl in meinem Körper.
- Warum hat mein bester Freund schon Haare im Gesicht und ich nicht?
- Warum wachsen bei meiner besten Freundin schon die Brüste und bei mir nicht?
- Ich glaube, ich bin schwul – wie können mich meine Eltern beim Coming out und der Findung meiner eigenen Orientierung unterstützen?
- Ich bin schwul – wie kann ich mit meinen Eltern darüber reden und sie informieren?
- Mir wachsen Brüste – ich will das nicht!

### Beispiele/Inspirationen für Briefe

Diese Beispiele sind keine professionell ausgefeilten Briefe!

#### Beispielbriefe:

Liebe Dr. Winter-Redaktion,

Mein Freund und ich sind jetzt seit 3 Monaten zusammen, und eigentlich wollen wir beide miteinander schlafen. Aber jedes Mal, wenn wir es versuchen, habe ich gar keine Lust mehr und möchte nicht mehr. Ich mag ihn total gerne, aber warum können wir nicht miteinander schlafen? Ich habe Angst, dass er mich verlässt.

Deine Charlotte (14)

Liebe Dr. Winter-Redaktion,

Neulich war ich bei einem Freund zu Hause und wir haben zusammen einen Porno geguckt, den er von seinem Bruder bekommen hat. Ich fand das total eklig, aber irgendwie auch interessant. Warum ist mein Penis nicht so groß wie der von dem Mann in dem Porno?

Dein Leon (15)

Liebe Dr. Winter-Redaktion,

Nach dem Schwimmen in der Schule gehen Jungs und Mädchen getrennt duschen. Die anderen Mädchen sind alle schlank. Ich finde mich viel zu dick. Mir ist das total peinlich, deshalb versuche ich, nicht mit den anderen zusammen zu duschen und warte, bis alle weg sind. Ist das normal?

Deine Patricia (13)

Liebe Dr. Winter-Redaktion,

Mein bester Freund und ich kennen uns seit dem Kindergarten. Wir waren immer zusammen in einer Klasse, gehen zusammen zur Jugendgruppe und er war sogar schon mal mit meiner Familie im Urlaub. Jetzt hat er eine Freundin und gar keine Zeit mehr für mich. Er erzählt ständig von ihr, aber ich finde, sie passt nicht zu ihm. Er ist voll schlau und hübsch und so, aber sie labert immer nur über Germany's Next Topmodel. Was findet er an ihr? Ich vermisse ihn irgendwie total. Meine Mama hat gesagt, ich bin eifersüchtig und wohl ein bisschen in ihn verliebt. Aber ich bin doch nicht schwul! Oder doch?

Dein Claus (16)

Liebe Dr. Winter-Redaktion,

Alle meine Freunde prahlen ständig damit, dass sie schon ganz viel Sex hatten und wie toll das sein soll. Ich kann mir das gar nicht vorstellen, dass das so toll sein soll. Als ich das mal mit einem Mädchen probiert habe, habe ich nicht mal einen hochbekommen. Ich habe überlegt, ob ich Jungs mag, aber die finde ich jetzt auch nicht so interessant. Ich versteh überhaupt nicht, was mit mir los ist. Bitte hilf mir, Dr. Winter!

Dein Friedrich (17)

Liebe Dr. Winter-Redaktion,

ich bin seit 2 Wochen mit meinem ersten Freund zusammen. Er ist zwei Jahre älter als ich und voll cool. Wir wollen auch bald miteinander schlafen. Im Internet habe ich gesehen, dass Mädchen sich rasieren müssen, um Jungs zu gefallen. Deshalb habe ich mir den Rasierer von meinem Papa geklaut und mich rasiert. Jetzt habe ich aber voll die Pickel da unten! Was soll ich denn jetzt tun? Ich habe Angst, dass mein Freund jetzt nicht mehr mit mir schlafen will oder sogar Schluss macht!

Deine Ayse (15)

Liebe Dr. Winter-Redaktion,

Seit ein paar Monaten wachsen überall an meinem Körper Haare: an den Beinen, unter den Achseln, an meinem Penis und jetzt sogar im Gesicht. Auch meine Stimme ist tiefer geworden. Vorher fand ich meinen Körper ja komplett in Ordnung mit allem Drum und Dran, aber jetzt? Überall dieses Gestrüpp und diese tiefe Stimme ... Das ist mir voll unangenehm! Mein Papa sagt: „Endlich wird ein richtiger Mann aus dir! Schneid dir doch endlich mal die Haare ab!“ Aber irgendwie weiß ich nicht, ob ich das will: ein richtiger Mann sein.

Dein Alex (13)

Liebe Dr. Winter-Redaktion,

In der Schule hänseln mich alle, weil ich Segelohren habe. Ich kann doch nichts dafür! Außerdem finde ich meine Ohren gar nicht so schlimm. Bei meinem Bruder ist das viel schlimmer. Meine Mama sagt, ich soll einfach ein Kopftuch tragen, aber das möchte ich gar nicht. Meine Lehrerin sagt, sie redet mal mit denen, aber geändert hat sich noch nichts. Was soll ich tun?

Deine Hilal (15)

**Weitere Inspiration für Fragen:**

- <https://mag.dbna.com/themen/lieben> (Ratgeber von „Du bist nicht allein“ für schwule junge Menschen)
- <https://www.bravo.de/dr-sommer> (der obligatorische Dr. Sommer. Nach queeren Themen muss man etwas suchen, aber es gibt sie!)
- <https://gorizi.de/foren/> (ein Forum für junge Lesben, in dem manche ratsuchende Threads öffentlich sind)
- <https://www.youtube.com/playlist?list=PLd8TF7E0vwKIDXz5NAhOKuKlqZUzzfJpL> (diese YouTube-Serie von Queerblick e.V. ist laut L-MAG „das queere Dr. Sommer-Team“)
- In den Untiefen des Internets versteckt sich noch der eine oder andere Schatz: queere Blogs, Coming Out-Videos uvm.

## Coming Out-Messages

### Übersicht über die Nachrichten und mögliche Überlegungen

Die hier genannten Überlegungen sind nicht vollständig. Sollten die Teilnehmer-innen nicht von selbst auf solche oder ähnlichen Überlegungen kommen, ist es sinnvoll, sie moderierend in der Diskussion als Denkanstöße einzuwerfen. Die vorgegebenen Überlegungen sollen insbesondere nicht eins zu eins auf euer Auswertungsplakat übernommen werden.

Nr.	Nachrichtentext	Überlegungen
1	<p>von Timo:</p> <p>Fuck! Hab's endlich meinen Eltern gesagt, aber die glauben mir nicht. Meine Mama sagt, das ist nur ne Phase und Papa will mich zum Psychaiter schicken 😞 aber daa schlimmste: ich darf nicht mehr zu Jan 😞😞 Seine Eltern akzeptieren uns wenigstens 😞</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Für Eltern ist es manchmal nicht einfach, mit der Homosexualität ihres Kindes umzugehen: Es kommt so plötzlich, dass sie nicht wissen, was sie sagen sollen. Es gibt auch Beratungsstellen und Organisationen von und für Eltern von queeren Kindern und Jugendlichen.</li> <li>• Homosexualität ist keine Krankheit, die man heilen kann. Kein-e seriöse-r Psycholog-in oder Psychiater-in würde dazu raten (es gibt aber radikale religiöse Gruppen, die „Konversionstherapien“ anbieten, über deren Verbot 2019 im Bundestag debattiert wird).</li> <li>• Es könnte aber helfen, wenn die Eltern das Gespräch mit einer-m Therapeut-in oder einer Beratungsstelle suchen, um zu verstehen, dass Homosexualität natürlich ist, sie nichts falsch gemacht haben und ihr Kind einfach nur Akzeptanz und elterliche Liebe sucht.</li> <li>• Als Jugend(gruppen)leitung solltest du dich in so einer Situation selbst beraten lassen, wie man die Eltern und ihr Kind unterstützen kann, und auch, um möglichen Schaden abzuwenden.</li> </ul>
2	<p>von Laura:</p> <p>Ey du glaubst nicht was passiert ist! Die lisa hat mir grade gesagt, dass sie in mich verliebt ist. VERLIEBT!! Die ist voll LESBISHC!! 😞😞 wusstest du das?? Voll hart. Was soll icj denn jetzt machen?? Ich bin doch mit marvin zusammen</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Es ist okay, dass Laura nicht weiß, wie sie darauf reagieren soll, wenn sich ein anderes Mädchen in sie verliebt, sie diese Liebe aber nicht erwidern kann.</li> <li>• Es ist nicht okay, jemanden anderen zu outen, denn das Coming Out ist ein sehr persönlicher Prozess, der immer seine eigene Geschwindigkeit hat.</li> <li>• Ist es so schlimm, wenn sich ein Mädchen in Laura verliebt? Oder darf sie sich sogar geschmeichelt fühlen?</li> </ul>

3	<p>von Micha:</p> <p>Hey. Ich muss dir was erzählen ... du glaubst mir das bestimmt nicht aber ich glaub ich hab mich in Tarek verliebt aus der Gruppe. ... Was mach ich denn jetzt? Der will doch bestimmt nichts von mir 🙄 und was soll ich bloß meiner Freundin sagen? Oh man ich bin so am Arsch</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbstverständlich glaubst du Micha voll und ganz. Bedanke dich für die Offenheit und das Vertrauen! Mache deutlich, dass du auch weiter für ihn da bist. Versuche, sein Verhalten in der nächsten Zeit zu beobachten, um einzuschätzen, wie es ihm gehen könnte.</li> <li>• Über Tarek ist nichts bekannt, außer dass er auch in der Jugendgruppe ist. Stelle also keine Vermutungen an, wie Tarek reagieren könnte.</li> <li>• Du könntest Micha raten, mit seiner Freundin zu reden und ihr zu erklären, dass er sich gerade unsicher ist, ob er Gefühle für einen Jungen hat, sie aber immer noch liebt (falls dem so ist) und erst mal etwas Zeit braucht, um seine Gedanken und Gefühle zu sortieren. So unsicher, wie Micha sich in seinen Gefühlen ist, ist es noch nicht sinnvoll, das Gespräch mit Tarek zu suchen.</li> <li>• Verwende keine Begriffe wie „schwul“ oder „bi“ und ebenso keine Phrasen wie „Das ist nur eine Phase, die geht vorbei.“.</li> </ul>
4	<p>von Kim (Gruppenchat):</p> <p>Ey ihr verdammten Pisser haltet doch mal euer scheiß MAUL!! Lasst mich einfach in RUHE!! Kann euch doch scheißegal sein ob ich schwul bin oder n mädchen oder irgendwas. Das ist MEIN DING!! Kümmert euch um euren eigenen SCHEISS. Ich will nichts mehr mit euch zu tun haben, ich will nichts mehr mit NIEMAND zu tin haben</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Es handelt sich nicht um den normalen Umgangston in der Gruppe. Offensichtlich wird Kim von deiner Jugendgruppe gemobbt. Du solltest also mit deiner Gruppe am Thema Mobbing arbeiten.</li> <li>• Mache in der Gruppe klar, dass du das Verhalten von Gruppenteilnehmenden nicht gutheißt und dass du Kim unterstützt, egal was und wer er-sie ist (es sieht so aus, dass sich Kim selbst noch nicht sicher ist, ob er-sie schwul oder vielleicht trans* ist oder auch ob er-sie es öffentlich machen will). Sollte er-sie die Gruppe verlassen haben, schreibe ihr-m persönlich.</li> <li>• Es klingt, als ob Kim die Gruppe verlassen und alle Verbindungen kappen möchte. Das sollte ein Alarmsignal sein! Denn queere Jugendliche sind häufiger depressiv und begehen bis zu sechsmal häufiger Suizid als cis-heterosexuelle Altersgenossen (mehr zum Umgang mit Depression bei Jugendlichen findest im Praxisbuch Q*, Kap. 2, und im Praxisbuch P, Kap. 5).</li> <li>• Hole dir auf jeden Fall für dich selber Unterstützung von Erwachsenen, z. B. von Beratungsstellen oder hauptamtlichen Mitarbeiter-innen deines Verbandes.</li> </ul>

## Linkliste

Hier findest du ein paar ausgewählte Links zu verschiedenen Videos und Texten, die sich irgendwie mit dem Queersein beschäftigen.

**Triggerwarnung!** In den mit **Tw** gekennzeichneten Links kann es um Gewalt, Depressionen, Suizid oder Drogenmissbrauch gehen.

Troye Sivan: Coming Out	<a href="https://youtu.be/JoL-MnXvK80">https://youtu.be/JoL-MnXvK80</a>	Der schwule australische Sänger und YouTuber berichtet von seinem Coming Out. (englisch)
Marcus Wiebusch: Der Tag wird kommen <b>(Tw)</b>	<a href="https://youtu.be/-qOg8E4Tzto">https://youtu.be/-qOg8E4Tzto</a>	Im Lied und Video geht es um einen schwulen Profifußballer, der vor seinem Coming Out steht. (deutsch)
Melina Sophie: Was nach meinem Coming Out passiert ist.	<a href="https://youtu.be/bKypyhp0vDA">https://youtu.be/bKypyhp0vDA</a>	Ein Jahr nach ihrem Coming Out-Video als lesbisch berichtet die YouTuberin, was in der Zeit passiert ist. (deutsch)
Disarstar: Wie es geht <b>(Tw)</b>	<a href="https://youtu.be/RsdEk-fjXhl">https://youtu.be/RsdEk-fjXhl</a>	Das Lied erzählt davon, wie schwierig es ist, sich das erste Mal gleichgeschlechtlich zu verlieben. (deutsch)
julian. junge liebe anders, Ep. 3 (bei Interesse anschließend Ep. 4)	Ep. 3: <a href="https://youtu.be/G9TpmX8hfiQ">https://youtu.be/G9TpmX8hfiQ</a> Ep. 4: <a href="https://youtu.be/39ZVwCjLq8w">https://youtu.be/39ZVwCjLq8w</a>	In der 3. Folge der Webserie des queeren Jugendtreffs anyway spricht Julian mit einem schwulen Mitschüler und küsst ihn. In Folge 4 erzählt er seinem besten Freund von dem Kuss – und aus Versehen seiner Freundin. (deutsch)
Okay: Coming Out bei meinen Freunden	<a href="https://youtu.be/8c_tUW6khuU">https://youtu.be/8c_tUW6khuU</a>	Mit einem Augenzwinkern erzählt die lesbische Macherin des Funk-Kanals davon, wie sie schrittweise „rausgekommen“ ist. (deutsch)
FBE: Adults React to „Love, Simon“ <b>(Tw)</b>	<a href="https://youtu.be/gPkmwM0VQWM">https://youtu.be/gPkmwM0VQWM</a>	Ein React-Video, in dem (queere) Erwachsene den Film „Love, Simon“ sehen und darüber sprechen. (englisch)
Beyoncé: If I were a Boy	<a href="https://youtu.be/AWpsOqh8q0M">https://youtu.be/AWpsOqh8q0M</a>	Im Lied und Video denkt Beyoncé darüber nach, wie es wohl ist, ein Mann zu sein. (englisch)
True Trans, Ep. 2/10: Gender Dysphoria <b>(Tw)</b>	<a href="https://youtu.be/t5OZ2OMiTH0">https://youtu.be/t5OZ2OMiTH0</a>	Im zweiten Teil der AOL-Serie mit Laura Jane Grace erzählen Trans*menschen von ihrer Gender Dysphoria. (englisch)

Against Me!: FUCKMYLIFE666 (Tw)	<a href="https://youtu.be/5Q4XJI8B1BI">https://youtu.be/5Q4XJI8B1BI</a>	Video und Lied stellen den Struggle der Sängerin dar, sich ihrer Frau gegenüber als trans* zu outen. (englisch)
Forum- Wochenmagazin: Interview mit Balian Buschbaum	<a href="https://magazin-forum.de/de/node/7814">https://magazin-forum.de/de/node/7814</a>	Der ehemalige Spitzenleichtathlet spricht über sein Leben als Trans*mann. (deutsch)
Noah FTM: Mein Brief Outing // Transidentität	<a href="https://youtu.be/hHFnde_PbtA">https://youtu.be/hHFnde_PbtA</a>	Noah ist Trans*mann und liest hier den Brief vor, mit dem er sich seinem gegenüber Vater geoutet hat. (deutsch)
Rezension zu: Jayrôme C. Robinet: „Mein Weg von einer weißen Frau zu einem jungen Mann mit Migrationshintergrund“	<a href="https://www.queer.de/detail.php?article_id=33749">https://www.queer.de/detail.php?article_id=33749</a>	Jayrôme C. Robinet erzählt im Buch von seinem Leben als Trans*mann mit Migrationsgeschichte. (deutsch)

## Literaturliste für die Offline-Variante

Hier sind einige Werke verzeichnet, die dir als Alternative fürs Internet dienen sollen. Die aufgeführten Texte sind nur Beispiele, man könnte Tausende mehr aufzählen.

Für weitere Bücher seien die Onlinekataloge der wenigen queeren Buchläden in Deutschland empfohlen, z. B. vom Berliner Eisenherz und dem Stuttgarter Erbkönig unter [www.gaybooks.de](http://www.gaybooks.de).

In der „out!“, dem Magazin des queeren Jugendnetzwerks lambda, sind in (fast) jeder Ausgabe Coming Out-Stories veröffentlicht. Unter [lambda-online.de](http://lambda-online.de) findest du die richtigen Ansprechpartner-innen, um dir diese zu beschaffen.

Leider konnten nicht für alle Magazin-Beiträge Online-Ressourcen gefunden werden. Die freundlichen Mitarbeiter-innen unterstützen dich aber sicherlich gern.

### Bücher

André Aciman: Call me by your name. Ruf mich bei deinem Namen, 2007 (engl. 2006)	Der 17-jährige Elio ist in diesem italienischen Sommer in den 80ern das erste Mal verliebt – in Oliver. Der Roman wurde verfilmt, oscarprämierte und verfolgt eindringlich die Erforschung seiner sexuellen Orientierung.
Becky Albertalli: Nur drei Worte, 2015 (engl. Simon vs. the Homo Sapiens Agenda)	Simon ist 16 und schwul, doch bisher nur im anonymen Chat als „Blue“ geoutet. Als man ihn zwangs-outen will, muss er sein Coming Out selbst in die Hand nehmen. Der Roman wurde 2018 als „Love, Simon“ verfilmt.
Balian Buschbaum: Blaue Augen bleiben blau. Mein Leben, 2011	Vor seinem Coming Out war Balian Buschbaum Profisportlerin und Deutsche Meisterin im Stabhochsprung. In seiner Biographie beschreibt er seinen Weg (s. a. Artikel unten).
Didier Eribon: Rückkehr nach Reims, 2016 (frz. „Retour à Reims“, 2009)	Didier Eribon stammt aus einer linken Arbeiterfamilie, die heute rechtsradikal wählt. Er analysiert sein Werden und seine doppelte Scham: als Arbeitersohn in der Pariser Hochkultur, als schwuler Professor im Milieu seiner Eltern.
Laura Jane Grace: Tranny. Confessions of Punk Rock's Most Infamous Anarchist Sellout, 2016 (engl.)	Laura Jane Grace ist Sängerin einer Punkband, als sie sich 2012 im Rolling Stone Magazine als Frau outet. In ihrer Biographie erzählt sie von ihrem Leben als Trans*frau in der heteronormativen Welt des Punk-Business. (s. a. Artikel unten).
Jayrôme C. Robinet: Mein Weg von einer weißen Frau zu einem jungen Mann mit Migrationshintergrund, 2019	Der Trans*mann Jayrôme C. Robinet stammt aus Frankreich und lebt in Berlin. Er beschreibt, wie er im Zuge seiner Transition nicht nur als Mann wahrgenommen wird, sondern auch als „einer mit Migrationshintergrund“.

Alice Walker: Die Farbe Lila, 1982 (engl. „The Color Purple“)	Celie wächst als arme Schwarze in den Südstaaten auf und wird von ihrem Vater und ihrem Mann missbraucht. In einer Geliebten ihres Mannes findet sie Stärke, Zuneigung und Liebe. Der Briefroman wurde 1985 verfilmt.
iO Wright: Darling Days. Mein Leben zwischen den Geschlechtern, 2017 (engl. 2016)	iO Wright lebte schon in seiner Kindheit einige Jahre als Junge, einige als Mädchen. Seine Eltern hatten damit kein Problem. Schwieriger war es, mit seiner psychisch instabilen Mutter im „Arschloch des Universums“ klarzukommen.

### Zeitungs- und Zeitschriftenbeiträge

Josh Eells: „Laura Jane Grace. The Secret Life of Transgender Rocker Tom Gabel“ (engl.), Rolling Stone, 24.12.2012	Mit dieser Story outet sich Laura Jane Grace öffentlich als Trans*frau. Der Beitrag folgt ihr über längere Zeit auf dem Weg von Tom Gabel zu Laura Jane Grace.	<a href="https://www.rollingstone.com/music/music-news/the-secret-life-of-transgender-rocker-tom-gabel-99788/">https://www.rollingstone.com/music/music-news/the-secret-life-of-transgender-rocker-tom-gabel-99788/</a>
Buschbaum (Interview): „Mein Umfeld reagierte ausnahmslos positiv“, magazine-forum.de, 16.02.2018	Im Interview spricht der ehemalige Profisportler über sein Leben als Trans*mann. In liberalem Elternhaus aufgewachsen, über sein Coming Out und sein Buch „Blaue Augen bleiben blau“.	<a href="https://magazinforum.de/de/node/7814">https://magazinforum.de/de/node/7814</a>
Harald Nicolas Stazol: „Oscar und ich“, literatur konkret, 2018/2019 (konkret 10/2018)	Harald Nicolas Stazol kontrastiert seine eigenen Erfahrungen als Schwuler in der bayrischen Provinz der 80er mit schwulem Leben heute und dem Schauprozess gegen Oscar Wilde wegen dessen Homosexualität (1895).	
Anna Grodzka (Interview): „Ich bin eine Idiotin“, taz (homotaz), 04.07.2013	Anna Grodzka outete sich mit 50 als Trans*frau. Von 2011 bis 2015 war sie die erste transgeschlechtliche Abgeordnete Polens. Im Interview spricht sie über ihr Coming Out, Freundschaft und Politik.	<a href="https://taz.de/Homotaz-Freundschaft!/5063952/">https://taz.de/Homotaz-Freundschaft!/5063952/</a>
Hella von Sinnen und Jürgen Domian: „Freundschaft ist die wahre Liebe“, Interview, taz (homotaz), 04.07.2013	Hella von Sinnen und Jürgen Domian kennen sich noch aus ihrer Kindheit in Gummersbach. Im Interview erzählen sie von ihrer Freundschaft und ihrem Leben als Homosexuelle.	<a href="https://taz.de/Homotaz-Freundschaft!/5064026/">https://taz.de/Homotaz-Freundschaft!/5064026/</a>
Philipp Brandstädter und Paul Wrusch: „Verliebt,	Eine wahre Geschichte über die Freundschaft zweier Journalisten: Freunde seit dem Sandkasten, doch während des Studiums verliebt sich Paul	<a href="https://taz.de/Homotaz-">https://taz.de/Homotaz-</a>

niemals verlobt“, taz (homotaz), 04.07.2013	in den heterosexuellen Philipp – und kann es ihm erst Jahre später sagen.	<a href="#">Freundschaft!/5063905/</a>
Christian Sommer: „Mann oder Frau, out!“ ,Lambda, 39/2017	Christian Sommer beschreibt in diesem Gedicht eindringlich seine lebenslange Gender Dysphoria, bis sein „Kartenhaus“ einstürzt und er erkennt, dass er trans* ist.	
Ugla Stefanía Jónsdóttir: „Uglas Geschichte, out!“ , Lambda, 17/2011	„Geboren wurde ich als Junge – zumindest dachte das jeder“, schreibt Ugla in ihrer Coming Out-Story als Trans*frau in Island. Mit 14/15 entdeckt sie über ein Onlinespiel ihre Transgeschlechtlichkeit.	

## Heterofragebogen

Wichtig! Bei diesen Fragen handelt es sich um *Leitfragen*. Sie sollen dich vor allem zum Nach- und Weiterdenken inspirieren, jedoch nicht genauso abgearbeitet werden, wie sie hier stehen..

1. Was glaubst du, woher kommt deine Cisgender/Heterosexualität?
2. Wie und warum hast du dich entschieden, cisgender/heterosexuell zu sein?
3. Ist dein-e Cisgender/Heterosexualität nicht nur eine Phase, die vorübergeht?
4. Kann es sein, dass du nur deshalb heterosexuell bist, weil du Angst vor Menschen deines Geschlechts hast?
5. Kann es sein, dass du nur deshalb cisgender bist, weil du Angst vor einer andersgeschlechtlichen Seite in dir hast? (für Jungs\*: weibliche Seite; für Mädchen\*: männliche Seite)
6. Wem hast du erzählt, dass du cisgender/heterosexuell bist? Wie haben die Leute reagiert?
7. Hast du es deinen Eltern erzählt? Was halten die davon, dass du cisgender/heterosexuell bist?
8. Du hast doch noch nie mit einem Menschen des gleichen Geschlechts Sex gehabt – woher willst du dann wissen, dass du heterosexuell bist? Du brauchst bestimmt nur mal eine-n richtige-n gleichgeschlechtliche-n Liebhaber-in!
9. Die meisten psychischen Krankheiten treten bei cisgender/Heterosexuellen auf – das kann doch nicht gesund sein, warst du mal bei einer-m Ärzt-in?
10. Die meisten Kindesmissbrauche werden von Cisgender/Heterosexuellen begangen – findest du es da nicht auch gefährlich, dass unsere Kinder cisgender/heterosexuellen Lehrerinnen ausgesetzt sind?
11. Du weißt schon, dass es Möglichkeiten gibt, deine Cisgender/Heterosexualität zu heilen, oder?
12. Warum müsst ihr ständig händchenhaltend durch die Straßen gehen? Das will doch niemand sehen! Könnt ihr euer glücklich und verliebt sein nicht einfach für euch behalten?
13. Hast du gar keine Angst, deine-n Freund-in in der Öffentlichkeit zu küssen?
14. Cisgender und Heterosexuelle haben statistisch weniger glückliche Beziehungen – willst du Teil dieser Statistik werden?
15. Die Weltbevölkerung droht zu explodieren – wie kannst du es da rechtfertigen, Kinder in die Welt zu setzen, vielleicht auch noch „aus Versehen“?
16. Was macht ihr eigentlich im Bett? Wie soll denn das funktionieren?
17. Wenn dein Kind cisgender/heterosexuell wäre, fändest du das bestimmt auch nicht gut, oder? Denk doch mal an all die Probleme, denen es ausgesetzt wäre!

## Leitfragen

Wichtig! Bei diesen Fragen handelt es sich um *Leitfragen*. Es geht nicht darum, diese Fragen eins zu eins abzuarbeiten, sondern lass dich von ihnen inspirieren zum eigenen Nach- und Weiterdenken.

1. Wann ist dir das erste Mal aufgefallen, zu welchem Geschlecht du dich hingezogen fühlst? Wie ist dir das aufgefallen?
2. Wann ist dir das erste Mal aufgefallen, mit welchem Geschlecht du dich identifizierst? Wie ist dir das aufgefallen?
3. Bist du glücklich mit deiner sexuellen Orientierung und geschlechtlichen Identität? Oder stört dich etwas daran? Was?
4. Hattest oder hast du jemals Momente, in denen du an deiner geschlechtlichen Identität und sexuellen Orientierung gezweifelt hast? Wie hast du diese Zweifel für dich ausgeräumt? Mit wem sprachst oder sprichst du darüber?
5. Gab es während deiner Kindheit und Jugend Menschen in deinem Umfeld, die nicht die gleiche sexuelle Orientierung und geschlechtliche Identität hatten wie du? Wie hast du sie wahrgenommen? Wie wurden sie von anderen behandelt?
6. Fallen dir Menschen auf, die die gleiche geschlechtliche Identität und/oder sexuelle Orientierung haben (könnten) wie du? Was denkst du dann?
7. Ist es dir wichtig, andere Menschen kennenzulernen, die ähnliche Erfahrungen in ihrer geschlechtlichen Identität und sexuellen Orientierung gemacht haben wie du? Sprecht ihr manchmal über eure Erlebnisse, Erfahrungen, eure Identität?
8. Wie haben deine Freund:innen und Verwandten reagiert, als sie von deiner sexuellen Orientierung und geschlechtlichen Identität erfahren haben? Hast du jemals mit ihnen explizit darüber gesprochen oder war das nie Thema? Warum (nicht)?
9. Hattest du jemals das Gefühl, dass jemand Erwartungen stellt an deine geschlechtliche Identität und sexuelle Orientierung? Wie gehst du damit um?
10. Mit welchen Spielzeugen hast du früher gerne gespielt? Mit wem warst du als Kind und Jugendliche:r befreundet? Haben/hatten sie die gleiche geschlechtliche Identität und sexuelle Orientierung wie du?
11. Glaubst du, dass auch alles ganz anders hätte kommen können? Warum? Warum nicht?
12. Wünschst du dir manchmal, dass du eine andere geschlechtliche Identität und sexuelle Orientierung hättest?
13. Wie oft machst du dir Gedanken über deine sexuelle Orientierung und geschlechtliche Identität?
14. Hattest du jemals das Bedürfnis oder das Interesse, mal etwas anderes auszuprobieren?

# MATERIALLISTE

Methode	Material aus Kopiervorlagen	Zusätzliches Material
Ich/Ich Nicht	Aussagen, Schild ICH, Schild ICH NICHT	
Gesichtserkennung	30 Fotos, Karten mit Beschriftung: homosexuell, heterosexuell, Mann, Frau, intersexuell, trans*, bisexuell, asexuell	Kreppband
Memory	Memoriekarten (60 Stück)	
Tabu	Tabukarten, Ggf. Joker	Sanduhr oder anderes Zeitstoppperät, Alarmsignal
Dein-e neue-r Freund-in	Fragebogen	Zettel und Stift
Das große Dr. Winter-Special	Beispiel-Briefe	Papier und Stift, Briefkasten
Coming Out-Messages	Nachrichten aus dem Smartphone	Zettel und Stift, Flipchart/Pinnwand mit Plakat, Marker
Coming Out-Stories	Coming Out-Stories, Linkliste, Heterofragebogen, Leitfragen	Papier und Stifte, Wäscheleine mit Wäscheklammern oder Kreppband
Anno Hominum	Übersichtstabelle, Ereigniskarten, Erklärungskarten	

## METHODENÜBERSICHT

	Name	Ziel	Anwendung	Zielgruppe	Gruppen- größe	Zeit	Material
1	Ich/Ich Nicht	Eigene Erfahrungen. Mehrheits-/ Minderheitsgefühl	Einstieg	Jedes Alter Vorwissen egal Mittlere Vertrautheit	Jede Größe (ggf. teilen)	15–30 min	Zettel ICH/ ICHNICHT, Aus- sagen
2	Gesichts- erkennung	Vielfalt von Geschlecht und Sexualität. Un- eindeutigkeiten. Vorurteile	Vertiefung und/oder Einstieg	Ab ca. 13 Jahren Bereitschaft zur Reflexion von Vorur- teilen Keine Vertrautheit	Ca. 7–20 Personen	45 min oder mehr	Fotos, Katego- riezettel, weite- res Material
3	Memory	Wissensvermitt- lung	Information	Jedes Alter Kein Vorwissen nötig Geringe Vertrautheit	max. 10	30–45 min	Memorykarten, Übersichtzettel (Lösungszettel für die richtigen „Paare“)
4	Tabu	Wissen reaktivie- ren und vermit- teln	Wissen reakti- vieren und Information	Jedes Alter Mittleres Vorwissen Geringe Vertrautheit	ca. 10	ca. 30 min	Tabu-Karten, Sanduhr (Zeit- nehmer), Alarm- signal
5	Dein*e neue*r Freund*in	Sensibilisierung für queer-sein in der Lebenswelt	Einstieg oder Vertiefung in Sensibilisie- rung	ab ca. 15 Jahren kein Vorwissen andere Vorausset- zung mittlere Vertrautheit	ca. 8–40	ca. 30 min	Aussagen, ggf. Zettel und Stifte
6	Das große Dr. Win- ter-Special	Auseinanderset- zung mit persön- licher Entwicklung. Empowerment. Sensibilisierung	Vertiefung als Praxisbezug	ab ca. 14 Jahren Vorerfahrung: Begrif- fe, gute allgemeine Sensibilität Mittlere bis hohe Vertrautheit	ab 8 Per- sonen	ca. 90 min	Papier, evtl. Beispiele, Stif- te, Briefkasten, Brief-Beispiele
7	Coming Out Mes- sages	Praxisbezug, besonders für Jugendgruppen- leitung, Sensibi- lisierung, helfen lernen	Vertiefung als Praxisbezug (insbesondere für Jugend(- gruppen) leitungen)	ab ca. 14 Jahren Vorerfahrung: gute Sensibilität, weitere Vorerfahrung Vertrautheit vorteil- haft	ab 8 Per- sonen	ca. 20–30 min	Laminierte Han- dy-Bildschirme, weiteres Mate- rial
8	Coming Out Sto- ries	Sensibilisierung. Auseinanderset- zung mit eigener Entwicklung	Vertiefung	Ab 16 Jahren gute Sensibilität hohe Vertrautheit wichtiger Hinweis zu Teilnehmer*innen	ca. 10–20 Personen	Ca. 3–4 h	Coming Out Stories, Vorla- gen, Papier, wei- teres Material
9	Anno Ho- minum	Historische Ent- wicklung. Aus- blick in die Zu- kunft. Bezug zur Gruppe oder zum Verband.	Vertiefung und Anwen- dung	Ab 14 Jahren Vorwissen über queeres Leben und queere Begriffe, his- torisches Grundver- ständnis Geringe Vertrautheit	ca. 10 Personen	ca. 60 min	Ereigniskarten, Erläuterungskar- ten, Übersicht

