

# Schule und Jugendarbeit

## Werkzeuge

### Ich-/Ich-nicht-Spiel

Ziel: Vielschichtigkeit von Mehrheits- und Minderheitenrollen erfahren, Gemeinsamkeiten und Unterschiede feststellen.

Ablauf: Die Leitung bereitet eine Liste mit Wer-Fragen vor (z. B. Wer hat schon einmal in seinem Leben geraucht? Wer ist schon einmal ohne zu bezahlen mit dem Bus gefahren? Wer hat schon einmal eine Frau geküsst? Wer hat schon einmal einen Mann geküsst? Wer kennt persönlich eine Lesbe oder einen Schwulen? Wer würde in ein Lesbencafe gehen? Wer würde in eine Schwulendisco gehen? sowie weitere Fragen zu den Themen Liebe, Partnerschaft, Sexualität). Die Teilnehmenden gehen durch den Raum und bekommen verschiedene Wer-Fragen gestellt. Zwei gegenüberliegende Wände im Raum sind mit den beiden möglichen Antworten „Ich“ und „Ich nicht“ gekennzeichnet. Eine Mitte zwischen beiden ist nicht vorgesehen. Die Teilnehmenden werden vor Beginn der Übung gebeten, sich zuzuordnen, auch wenn es bei einzelnen Fragen vielleicht schwierig ist. Während der Übung soll nicht gesprochen werden. Es geht vielmehr darum, das jeweils entstandene Bild im Raum wahrzunehmen und auf sich wirken zu lassen.

Die Teilnehmenden müssen sich nach jeder gestellten Frage in zwei Gruppen trennen: Auf der einen Seite stehen dann alle, die die gestellte Frage mit „Ich“ beantworten, alle anderen stehen auf der gegenüberliegenden „Ich nicht“-Seite. Man betrachtet das entstandene Bild, schaut, wer gegenüber und wer neben einem steht, und achtet darauf, wie man sich jeweils fühlt. Dann gehen wieder alle frei umher bis zur nächsten Frage. Wichtig: Es muss vor Beginn der Übung darauf hingewiesen werden, dass auch geschummelt werden darf und niemand gezwungen ist, alle Fragen ehrlich zu beantworten. Daher lautet die letzte Frage: „Wer hat bei mindestens einer Frage geschummelt?“. Nach den Fragen folgt eine Gesprächsrunde dazu, wie die Teilnehmenden sich gefühlt haben, was ihnen aufgefallen ist, was sie überrascht hat.

Zu beachten: Die Situation, sich allein oder nur mit wenigen anderen gemeinsam auf einer Seite zu befinden, kann mit der Situation von Lesben, Schwulen und Bisexuellen verglichen werden, die in einer heterosexuellen Umgebung leben. Es ist wichtig, dass die Leitung mitspielt und wie alle anderen auch auf die Fragen antwortet. Die Spielleitung sollte außerdem auf die letzte Frage, wer bei mindestens einer Frage geschummelt hat, mit „Ich“ antworten; andernfalls werden die meisten Jugendlichen schwerlich zugeben, wenn sie vielleicht selbst das ein oder andere Mal nicht die Wahrheit gesagt haben.

### V.I.P. Raten

Ziel: Herausfinden, warum sich Menschen für die sexuelle Orientierung anderer interessieren.

Ablauf: Die Jugendlichen sollen V.I.P.s identifizieren (Very Important Persons – Rockstars, Schauspieler und Politikerinnen, etc.), von denen sie wissen oder glauben, dass diese lesbisch, schwul oder bisexuell sind. Woher beziehen sie ihre Informationen? Kann man den Informationen glauben? Hat die Karriere der V.I.P.s gelitten, nachdem ihre sexuelle Identität öffentlich gemacht wurde? War es die eigene Entscheidung der V.I.P.s, sich öffentlich zu outen? Warum interessieren sich die Jugendlichen dafür?

Zu beachten: Die Lehrkraft muss nicht wissen, ob die genannte V.I.P. tatsächlich lesbisch oder schwul ist oder nicht. Diese Übung bezieht sich mehr auf die Umstände, wie jemand erfahren hat (oder meint zu wissen), dass eine V.I.P. homosexuell ist, und warum das für andere interessant ist. Es muss unbedingt darauf hingewiesen werden, dass V.I.P.s mit dieser Methode NICHT geoutet werden sollen.

## **Stellen wir uns vor...**

Ziel: Verstehen, warum der Coming-out Prozess für Lesben, Schwule und Bisexuelle sehr schwierig sein kann.

Ablauf: Die Jugendlichen teilen sich in kleine Mädchen- oder Jungengruppen auf. Sie sollten sich in den Kleingruppen folgendes vorstellen: Was würde sich in ihrem Leben ändern, wenn sie lesbisch oder schwul wären? Geben Sie den Kleingruppen Zeit, diese Frage zu reflektieren. Wie würden sie damit umgehen? Wie würde ihr Freundeskreis reagieren? Sind das positive oder negative Vorstellungen? Warum? Warum nicht?

Zu beachten: Diese Methode kann sehr unangenehm für lesbische oder schwule Jugendliche sein, besonders wenn sie sich nicht geoutet haben. Daher sollte diese Methode einfühlsam angewendet werden. Wenn jemand Schwierigkeiten hat sich vorzustellen, dass sie oder er homosexuell ist, sagen Sie, dass sie oder er sich vorstellen soll, dass die Mehrheit homosexuell ist und nur wenige Personen heterosexuell. Was würde das für die heterosexuelle Minderheit bedeuten?

# Schule und Jugendarbeit

## Werkzeuge

### Foto-Lovestory

Ziel: Die Darstellung von lesbischen oder schwulen Beziehungen in den Medien untersuchen, um Schülerinnen und Schüler über den Einfluss von Medien auf die öffentliche Meinung aufzuklären.

Ablauf: Finden Sie ein Beispiel für eine homosexuelle Liebesgeschichte in einem Jugendmagazin, indem Sie die Jugendlichen auffordern, ein Beispiel zum Unterricht mitzubringen. Wenn sie keine Geschichte finden können, können auch Fotos von Frauen- oder Männerpaaren aus der Werbung verwendet werden. Betrachten Sie den Inhalt der Geschichte kritisch und diskutieren Sie ihn in der Klasse. Was ist die allgemeine Funktion einer Liebesgeschichte? Wie werden homosexuelle Beziehungen in der vorliegenden Geschichte dargestellt? Welche Informationen über Lesben, Schwule und ihre Beziehungen werden vermittelt? Welche Klischees werden bedient?

Zu beachten: Diese Übung ist für Jugendliche ab 14 Jahren geeignet. Sie lässt sich gut in eine längere Unterrichtsreihe zum Thema Medienerziehung integrieren. Medien sollten in ihrer Funktion und Gestaltung kritisch analysiert werden: Wer schreibt Beiträge für Magazine? Wie wird recherchiert? Woher stammen die Informationen? Was zeichnet „guten“ Journalismus aus? Wenn die Jugendlichen die Geschichte als zu konventionell kritisieren oder ihrer Ansicht nach Klischees dargestellt werden, können sie eine Geschichte mit ihren eigenen Fotos entwickeln.

### Hetero, Homo, Bi: Pro, Kontra und Klischees

Ziel: Klischees aufdecken und verschiedene Formen von Partnerschaft vergleichen.

Ablauf: Teilen Sie die Jugendlichen in kleine Gruppen ein und verteilen Sie ein Blatt mit den folgenden Kategorien: Frau-Mann Beziehungen, gleichgeschlechtliche Frauenbeziehungen, gleichgeschlechtliche Männerbeziehungen. Die Jugendlichen sollen in den Kleingruppen die Vor- und Nachteile sowie die allgemein bekannten Klischees für jede dieser Beziehungsformen betrachten. Die Ergebnisse sollen auf dem Blatt festgehalten und anschließend im Plenum diskutiert werden.

Zu beachten: Diese Übung eignet sich für Jugendliche ab ca. 15 Jahren, die nach Möglichkeit bereits eigene Beziehungen gehabt oder zumindest Erfahrungen anderer beobachtet haben. Die Lehrerin/der Lehrer kann näher auf die Antworten der Jugendlichen eingehen, indem sie/er fragt: „Wo habt ihr Beispiele dafür gesehen?“. Die Klischees sollen kritisch hinterfragt und die Einschränkungen menschlicher Wahrnehmung erläutert werden.

## **Familie Meier, Geier und Seyer**

Ziel: Erkennen, dass unterschiedliche Formen von Familien existieren.

Ablauf: Es gibt verschiedene Familien mit ähnlich klingenden Namen (Meier, Geier, Seyer, Beyer, etc.). Alle Familien haben dieselbe Anzahl von Familienmitgliedern (z.B. Mutter, Vater, Tochter, Sohn). Jede Schülerin/jeder Schüler erhält eine Karte mit einer angegebenen Identität (z.B. Mutter Meier, Sohn Seyer); sie merken sich die Identitäten und geben die Karten zurück. Wenn die Gruppen das Startsignal erhalten, müssen sich die Mitglieder einer jeden Familie zusammenfinden und sich zu einem Familienfoto aufstellen. Jede Familie posiert vor der ganzen Klasse. Die Schülerinnen/Schüler außerhalb dieser Gruppe können dann versuchen zu raten, wer in dieser Familie welche Rolle hat. Dann wird eine zweite Runde dieser Übung durchgeführt. Dieses Mal werden einige Karten ausgetauscht, ohne dass die Teilnehmenden es merken. Einige Familien haben nun andere Konstellationen: In einer Familie gibt es zwei Mütter oder zwei Väter, andere sind Familien mit nur einem Elternteil, in einer anderen kann der frühere Liebhaber eines Familienmitglieds integriert werden. Mögliche Fragen für die Diskussion im Plenum: Was hast du gefühlt, als du bemerkst hast, dass es zwei Mütter oder zwei Väter in deiner Gruppe gibt? Kennst du jemanden, der mit zwei Müttern oder zwei Vätern lebt? Was ist eine Familie? Was ist in einer Familie für dich wichtig? Welche verschiedenen Formen des Zusammenlebens kennst du? Was ist für dich wichtig, damit du dich „zu Hause“ fühlst? Wie möchtest du selber leben?

Zu beachten: Diese Übung eignet sich für Schülerinnen und Schüler ab 11 Jahren. Es ist sehr wichtig, dass die Jugendlichen nicht merken, dass die Identitäten auf den Karten in der zweiten Runde gewechselt haben. Damit sie das nicht entdecken, sollte ein zweiter Satz Karten vorbereitet werden. In der zweiten Runde können die Jugendlichen zunächst dadurch verwirrt sein und denken, dass die Lehrerin/der Lehrer beim Schreiben der Karten einen Fehler gemacht hat (z. B. „Sie haben zu viele Mütter in eine Gruppe gesteckt!“). Die Phase der Irritation sollte einen Moment lang ausgehalten werden, bevor erklärt wird, dass dies beabsichtigt ist.

# Schule und Jugendarbeit

## Werkzeuge

### Normalität definieren

Ziel: Die Relativität der Begriffe „normal“ und „unnormal“, „in-group“ und „out-group“ klären, sowie die Gefahren diskutieren, jemanden auszuschließen.

Ablauf: Sammeln Sie Abbildungen von unterschiedlichen Frauen und Männern. Fordern Sie die Jugendlichen auf, die Bilder in eine kontinuierliche Reihenfolge in einer Reihe von „normal“ bis „anders“ zu bringen. Diskutieren Sie, wo die Grenze zwischen normal und unnormale liegt und wo jede/jeder einzelne diese Grenze ansiedeln würde. Diskutieren Sie, warum die Grenzen unterschiedlich definiert werden. Lenken Sie die Diskussion der Jugendlichen in Richtung einer Definition von „normal“, „unnormale“ und „anders“. Erklären Sie die Begriffe „in-group“, „out-group“, „insider“ und „outsider“. Diese Muster sind alle subjektiv. Wenn wir definieren, wer Insider ist und zur „in-group“ gehört, schließen wir automatisch andere aus. Diskutieren Sie die Auswirkungen dieses Ausschlusses und wie man respektvoll mit unterschiedlichen sexuellen Orientierungen und anderen Unterschieden umgehen kann.

Zu beachten: Diese Übung eignet sich für Jugendliche, die in der Lage sind, sich von ihrer eigenen Sichtweise zu distanzieren, sowie für Jugendliche, die es gewohnt sind, von einem individuellen Standpunkt aus zu argumentieren. Jugendliche, die in „kollektiven“ Kulturen aufwachsen, werden diese Übung als schwierig empfinden und die Reaktionen von anderen beobachten. Um dem entgegen zu wirken, kann sich die Diskussion mehr auf unterschiedliche Gruppen oder kulturelle Meinungen konzentrieren.

### Integration von Vielfalt

Ziel: Lesbische, schwule und bisexuelle Thematiken in reguläre Schulthemen integrieren.

Ablauf: Bemühen Sie sich, in Ihrem Fach, egal, ob dies Sprachen, Geschichte, Mathematik, Geografie, Sozialkunde, Sexual- oder Gesundheitserziehung ist, Beispiele von lesbischen, schwulen und bisexuellen Lebensformen in den regulären Unterricht zu integrieren. In einer Mathematikübung können Sie das Beispiel von zwei Frauen verwenden, die zusammen leben und die Anzahl der Fliesen errechnen müssen, die sie benötigen, um ihr Badezimmer zu renovieren. Erwähnen Sie, soweit möglich, homosexuelle Figuren aus der Geschichte oder kulturelle Beispiele von lesbischen, schwulen und bisexuellen Lebensformen (siehe auch Kapitel 8). In der Gesundheitserziehung können Sie auf positive und negative Aspekte für die Entwicklung der Identität und des Selbstwertgefühls eingehen, wenn sich lesbische Mädchen und schwule Jungen mit den Fragen des Coming-out beschäftigen müssen.

Zu beachten: Diese Art der Integration der Thematik in den Regelunterricht ist nur dann möglich, wenn Homosexualität an Ihrer Schule bereits akzeptiert wird, andernfalls kann es in der Klasse Proteste geben, was eine spezielle Diskussion erfordern würde. In der Regel muss eine allgemeine Diskussion über Homosexualität geführt werden, bevor Sie solche konkreten Beispiele im Unterricht verwenden.

## Etikettenschwindel

Ziel: Wirkung von Stereotypen und Klischees erkennen sowie das Phänomen der selbsterfüllenden Prophezeiung erfahren.

Ablauf: Jeder und jedem Teilnehmenden wird ein Schild mit einem Adjektiv auf die Stirn geklebt, so dass es nur die anderen Mitspielenden lesen können. Die folgenden Wörter sind Beispiele für Klischees: brutal, schüchtern, grob, Klassenclown, naiv, Sexprotz, Angeber, Prolet, faul, modebewusst, Macho, Lesbe, Quasselstrippe, Tunte, unsicher usw.

Die Teilnehmenden gehen umher und lesen die Schilder auf der Stirn der anderen. Sie tun sich paarweise oder in Gruppen zu vier bis acht Personen zusammen und lösen gemeinsam eine der folgenden Aufgaben: ein Restaurant für den Abend auswählen, ein Fernsehprogramm oder einen Kinofilm auswählen, ein gemeinsames Urlaubsziel aussuchen oder ein Rezept auswählen und dann das Essen kochen. Dabei sollen die Jugendlichen die Aufgabenverteilung so detailliert wie möglich regeln. Während der Gruppenphase (mindestens 15 Minuten) sollen alle Teilnehmenden ihre Mitspielerinnen/Mitspieler so ansprechen, wie sie es bei einer Person täten, die so ist, wie das Wort auf ihrer Stirn vorgibt. Da die Mitspielenden herausfinden sollen, was auf ihrer Stirn steht, darf das Klischee nicht verraten werden.

In einer gemeinsamen Reflexion werden die Erfahrungen und Empfindungen während der Rollenspielsituation ausgetauscht. In der Regel wird aufgrund der Reaktionen der anderen ein Unwohlsein empfunden. Auch der Effekt der selbsterfüllenden Prophezeiung (self-fulfilling prophecy) wird häufig deutlich: Durch die Reduzierung der Mitspielenden auf ein bestimmtes Verhalten, werden diese tatsächlich dahingehend beeinflusst, sich so zu verhalten, wie die anderen es ihnen unterstellen. Eventuell kann in der Diskussion die Frage gestellt werden, in wie weit der Effekt der selbsterfüllenden Prophezeiung die Inszenierung der Teilnehmenden auf CSD-Paraden beeinflusst.

Zu beachten: Diese Übung funktioniert am besten, wenn die Jugendlichen sich zu einem gewissen Grad kennen und vertrauen. Bei neuen Gruppen besteht das Risiko von Respektlosigkeit, gewollten und ungewollten Kränkungen. Geben Sie das negativste Stereotyp nicht denjenigen, die bereits zu den Außenseiterinnen/Außenseitern in der Gruppe zählen.

# Schule und Jugendarbeit

## Werkzeuge

### Über „Normalität“ sprechen (Gruppenübung)

**Ziel:** Ziel ist es hierbei, zwischen statistischer, gesetzlicher und moralischer Wahrnehmung von „Normalität“ zu unterscheiden, um zu demonstrieren, dass der Begriff „Normalität“ sowohl ein relatives als auch ein historisches Konzept ist. Eine weitere Zielsetzung besteht darin, die Jugendlichen daran zu erinnern, dass Homosexualität einst als Krankheit galt und dass verschiedene Kulturen auf der Welt immer noch glauben, dass das wahr ist und dass dadurch die psychische und physische Gesundheit der Menschen beeinträchtigt wird, die in diesen Kulturen leben.

**Ablauf:** Jedes Mädchen und jeder Junge muss ein Formular ausfüllen, auf dem bestimmte Verhaltensweisen und Lebenssituationen beschrieben sind, z. B. Masturbation, Hochzeiten zwischen homosexuellen Paaren, der Verzicht auf den Verzehr von Schweinefleisch, Krankheiten, körperliche und geistige Behinderung, Alter usw. Jedes Mädchen und jeder Junge muss darin erläutern, warum sie/er diese als „normal“ oder „unnormale“ betrachtet.

**Zu beachten:** Es handelt sich hierbei um eine einleitende Übung.

### Brainstorming zum Thema Gesundheit (Gruppenübung)

**Ziel:** Mit Hilfe dieser Technik wird die Gruppe dazu aufgefordert, sich mit dem Thema Gesundheit und seiner Bedeutung zu beschäftigen. Heben Sie hervor, dass „Gesundheit“ nicht nur die Belange des Körpers betrifft, sondern auch die Beziehungen, welche der Mensch mit seiner sozialen Umgebung unterhält und seine Fähigkeiten, mit Problemen fertig zu werden. Ein Stigma kann das Selbstwertgefühl beeinträchtigen und so Auswirkungen auf die Gesundheit haben. Stigmatisierte Gruppen haben geringere soziale Möglichkeiten, um mit diesen Problemen umzugehen.

**Ablauf:** Fragen Sie die Klasse nach der Bedeutung des Wortes „Gesundheit“. Sammeln Sie alle Antworten und diskutieren sie diese in kleinen Gruppen und danach im Plenum.

**Zu beachten:** Die Mädchen und Jungen sollten bereits mit den Konzepten „Stigma“ und „Diskriminierung“ vertraut sein.

### „Haben wir eine Streitkultur?“ (Gruppenübung)

**Ziel:** Jugendlichen beizubringen, ihre eigenen Gefühle auszudrücken und den Umgang mit anderen zu üben, vor allem mit solchen, die „anders“ sind. Die psychische und psychologische Gesundheit hängt vor allem davon ab, inwieweit wir in der Lage dazu sind, mit anderen Menschen umzugehen.

**Ablauf:** Damit wir uns selbst gut fühlen und auch ein gutes Gefühl für den Umgang mit anderen Menschen entwickeln, müssen wir lernen, wie man richtig streitet, ohne jemanden zu beleidigen oder nicht zu respektieren. Die Lehrerin/der Lehrer sollte die Klasse fragen, ob es möglich ist, „friedlich zu diskutieren“. Falls das so ist – in welcher Form ist dies möglich? Ein wichtiger Punkt in der Diskussion sollte die Verwendung des Wortes „ich“ statt des Wortes „du“ in einem Streitgespräch sein. Dadurch wird eine schwierige Diskussion auf den Weg gebracht, bei welcher der Ausgangspunkt die eigenen Gefühle sind, so dass sich die andere Person nicht angegriffen fühlt. Es ist wichtig, dass jede/jeder frei reden kann, ohne Vorbehalte und ohne Verurteilungen.

**Zu beachten:** Es handelt sich hierbei um eine einleitende Übung. Sie können auch ein kontroverses Thema zur Diskussion stellen, um die besprochene Streitkultur einzuüben.

## **Gruppendiskussion: Die Auswirkung von Urteilen über eine Person auf ihr Wohlbefinden**

Ziel: Diese Übung beschäftigt sich mit der Auswirkung von sozialspezifischen Urteilen und Bewertungen.

Ablauf: Lesen Sie einen Auszug aus dem Buch von Toni Morrison mit dem Originaltitel „The Bluest Eye“ (dt. „Das blauste Auge“), in dem sich die Hauptperson, die aus Afrika kommt, blaue Augen wünscht. Fragen Sie die Gruppe, warum ein Mädchen sich blaue Augen wünscht. Sind blaue Augen besser als braune Augen? Wo hat es gelernt, dass blaue Augen schöner, richtiger oder besser sind? Welche Türen öffnet man mit blauen Augen? Welche Vorteile sind mit blauen Augen verbunden?

Zu beachten: Es kann sinnvoll sein, dass die Jugendlichen das ganze Buch lesen, oder die Geschichte kann auch laut vorgelesen werden, bevor man sie mit den Schülerinnen und Schülern bespricht.

# Schule und Jugendarbeit

## Werkzeuge

### Ethnische Stereotypen

**Ziel:** Den Teilnehmenden zeigen, dass Stereotypen durch Ethnozentrismus charakterisiert sind und dass Menschen dazu tendieren, der eigenen Gruppe positive und anderen Gruppen negative Züge zuzuweisen.

**Ablauf:** Nehmen Sie zwei Stück kartoniertes Papier, zeichnen Sie darauf je eine Form und bitten Sie dann die Teilnehmenden, die Formen auszufüllen, wobei Sie die folgenden Sätze vervollständigen sollen: „Es ist allgemeines Wissen, dass Marokkaner ... sind.“ („..., dass Italiener .... sind“, „..., dass Niederländer .... sind“). Die Antworten sollen dann in der Gruppe diskutiert werden. Inwieweit sind die aufgeführten Sätze und Feststellungen stereotyp? Was ist die Funktion eines Stereotyps? Sind Stereotype auch teilweise wahr oder richtig? In der Diskussion können dann auch lesbische und schwule Stereotype angesprochen werden.

**Zu beachten:** Machen Sie klar, dass es sich hier um Stereotype handelt, die verletzen können. Wenn es in der Klasse eine Person gibt, die zu einer der angesprochenen Gruppen gehört – wenn also etwa nur eine Person aus Marokko in der Gruppe ist – sollte man nicht „die Marokkaner“ als Beispiel nehmen.

### Zugehörigkeit zu einer Gruppe

**Ziel:** Hier soll verdeutlicht werden, dass wir alle verschiedenen Gruppen angehören, von denen einige eventuell stigmatisiert werden. Welche Auswirkungen hat es auf meine Gefühle, zu einer stigmatisierten Gruppe zu gehören?

**Ablauf:** Bitten Sie die Jugendlichen, nachzudenken, zu welchen verschiedenen Gruppen sie gehören: Sie sind z. B. männlich, türkisch, Fußballspieler, Pfadfinder, Bruder usw. Geben Sie den Jugendlichen drei Stück Papier und bitten Sie sie, folgende Fragen auf die drei Blätter zu schreiben: „Bei welchen Gruppen bin ich stolz, dass ich dazu gehöre?“, „Zu welchen Gruppen möchte ich nicht gehören?“, „Bei welchen Gruppen schäme ich mich, dass ich dazu gehöre?“ Die anonym verfassten Blätter sollen an die Tafel gehängt und dann in der Gruppe diskutiert werden.

**Zu beachten:** Für die Lehrkraft ist es unerlässlich, eine sichere und respektvolle Atmosphäre zu schaffen, bevor diese Übung durchgeführt wird, da viele Jugendliche möglicherweise ein Problem mit der Frage „Bei welchen Gruppen schäme ich mich, dass ich dazu gehöre?“ haben werden.

## Wie werde ich begrüßt?

Ziel: Dieses Spiel ermöglicht es den Teilnehmenden, typische Gefühle und Verhaltensweisen nachzuempfinden, die auftreten, wenn Menschen aus verschiedenen Kulturkreisen oder mit verschiedenen Identitäten aufeinander treffen (z. B. Treffen zwischen Migrantinnen/ Migranten und einheimischer Bevölkerung, Treffen zwischen Heterosexuellen und Homosexuellen).

Ablauf: Die Teilnehmenden sitzen bei dieser Übung im Kreis. Eine Person verlässt freiwillig den Raum, und kehrt kurze Zeit später zurück. Nun begrüßen die Menschen im Kreis diese Person in einer Art und Weise, wie dies von der Gruppenleitung in Form eines Schlüsselwortes zuvor vorgegeben wurde (Interesse, Gleichgültigkeit, Aggressivität, Offenheit usw.). Verschiedene Teilnehmende können abwechselnd die Rolle des „Neuankömmlings“ spielen.

Zu beachten: Man sollte keine Jugendlichen für die Rolle der „Neuankömmlinge“ auswählen, die innerhalb der Klasse stigmatisiert sind oder Schwierigkeiten mit der Integration in die Gruppe haben.

# Schule und Jugendarbeit

## Werkzeuge

### Vorbemerkungen

Die Sexualerziehung sollte nicht auf biologische Fakten beschränkt werden, sondern sollte auch den Bereich der Emotionen behandeln. Sie können Zugang zum Thema auch über Literatur, Sozialkunde, Geschichte oder Kunst, Musik, Malerei bekommen. Versuchen Sie gemeinschaftlichen Unterricht mit einer Kollegin/einem Kollegen des anderen Geschlechts, zumindest zeitweise, und trennen Sie die Mädchen und Jungen, wenn Sie feststellen, dass die Heranwachsenden sich nicht trauen, offen voreinander zu sprechen. Nachdem sie eine gewisse Zeit getrennt gearbeitet haben, führen Sie die beiden Gruppen wieder zusammen und lassen Sie die Jugendlichen erzählen, worüber sie gesprochen haben und was ihnen am getrennten Arbeiten gefallen hat.

Bei der Diskussion über Sexualitäten ist es wichtig, Hetero- wie Homosexualität immer mitzudenken und die eine Variante nicht besser als die andere darzustellen. Da Jugendliche unsicher über Sexualität sind, reden sie oft in einer sehr provokanten Weise darüber. Wenn Sie sich mit diesem Thema beschäftigen, beziehen Sie sich auf konkrete Beispiele und nehmen Sie Bezug auf die Erfahrungen, die die jungen Leute bislang gemacht haben. Auch das Nachdenken über eigene Interessen und Vorlieben sowie damit verbundene Ängste sind Teil sexueller Erfahrungen. Insofern verfügt fast jede/jeder über Erfahrungen und nicht nur diejenigen, die bereits eine sexuelle Beziehung hatten.

Es kann sehr sinnvoll sein, externe homosexuelle Gäste einzubinden, zum Beispiel Vertreterinnen/ Vertreter von peer education Projekten, die Sexualerziehung zum Thema gleichgeschlechtliche Lebensweisen anbieten (siehe Adressteil). Stellen Sie aber auf jeden Fall sicher, dass Sie die Behandlung des Themas Homosexualität nicht komplett anderen überlassen. Die Jugendlichen könnten dies als Signal deuten, dass Sie es vermeiden, über Homosexualität zu sprechen, oder dass das Thema Sie verlegen macht.

### Karussell-Spiel

Ziel: Scham zu überwinden und die Jugendlichen ermutigen, über Sexualität zu sprechen.

Ablauf: Schreiben Sie 25 Fragen über Sexualität auf Karten. Erstellen Sie so viele Kartensätze, wie Jugendliche in der Klasse sind. Die Fragen sollten verschieden sein. Einige sollten Fragen nach Fakten, andere Fragen nach Meinungen sein, die vom Schwierigkeitsgrad her von sehr leicht bis relativ schwierig reichen und von sehr unpersönlich bis sehr persönlich. Stellen Sie sicher, dass auch eine Reihe von Fragen zum Thema Homosexualität dabei ist. Setzen Sie Ihre Schülerinnen/ Schüler in Zweiergruppen auf Stühlen zusammen, wobei sie sich gegenüber sitzen sollen. Die Stühle selbst sollten im Kreis oder in einer Reihe angeordnet sein. Erklären Sie den jungen Leuten das Spiel: „Jeder erhält einen Stapel mit 25 Fragen über Beziehungen und Sexualität. Lest bitte zunächst die Frage allein, bevor Ihr diese Frage Eurem Gegenüber stellt. Entscheidet, ob Ihr diese Frage selbst beantworten würdet. Wenn nicht, legt die Karte zurück auf den Stapel und nehmt die nächste Frage. Wenn Ihr auf eine Frage stoßt, die Ihr selbst beantworten würdet, lest sie Eurer Diskussionspartnerin/Eurem Diskussionspartner vor. Sie/er muss nicht sofort antworten und hat ebenfalls die Möglichkeit, zu entscheiden, ob sie/er die Frage beantworten möchte oder nicht. Will die Partnerin/der Partner nicht, sagt sie/er: ‚nächste Frage‘. Wenn sie oder er die Frage beantworten möchte, dann geht das Spiel weiter und sie oder er beantwortet die Frage. Wenn eine Frage beantwortet ist, wechseln die Spielerinnen/Spieler die Rollen. Jetzt sucht die zweite Person eine Frage aus und die erste Person kann passen oder antworten. Das geht solange, bis ich ‚Wechseln!‘ sage. Das passiert alle fünf Minuten. Dann rutscht jede/jeder aus dem Innenkreis (oder aus der inneren Reihe) einen Stuhl nach rechts weiter.“ Nach einer halben Stunde oder nach fünf Wechseln wird das Spiel gestoppt.

Fragen Sie die Schülerinnen/Schüler, wie sie dieses Spiel empfunden haben. War es lustig, schwierig oder beides? Können sie etwas darüber sagen, warum sie bestimmte Fragen nicht beantwortet haben? Seien Sie vorsichtig und respektieren Sie alle möglichen Gründe, die Heranwachsende dafür haben können, solche Fragen nicht zu beantworten; Scham hat einen Sinn – sie schützt die Privatsphäre.

Zu beachten: Achten Sie während des Spiels darauf, dass der Enthusiasmus die Teilnehmenden nicht so überwältigt, dass sie ihre persönlichen Grenzen überschreiten. In Gruppen, in denen kulturelle Normen es schwierig für Frauen machen, offen über Sexualität mit Männern zu reden, sollten Sie darüber nachdenken, dieses Spiel nur in gleichgeschlechtlichen Gruppen zu spielen. Eine Erweiterung dieses Spiels kann darin bestehen, die Mädchen aufzufordern, Fragen an die Jungen zu stellen und umgekehrt. Eine Vertreterin der Mädchen liest dann den Jungen die Fragen vor. Die Jungen haben Zeit zum Überlegen und beantworten die Fragen als Gruppe. Danach muss einer von ihnen die Antwort der Gruppe vorlesen. Auf diese Weise wird dem Individuum weniger Aufmerksamkeit geschenkt, um so bestimmte Schamgefühle zu umgehen, wobei die Jugendlichen immer noch ihre Neugierde befriedigen können, wie das andere Geschlecht über wichtige Fragen denkt.

## **Sexualerziehung und Homosexualität**

Ziel: Eine Diskussion über Homosexualität innerhalb der Sexualerziehung anregen; Jugendliche dazu motivieren, an der Entwicklung eines Schulprogramms zur Sexualerziehung teilzunehmen.

Ablauf: Diese Übung besteht aus drei Schritten. Erklären Sie den Jugendlichen, dass Sie ihre Anregungen benötigen, um bessere Sexualekundestunden zu entwickeln. Der erste Schritt besteht darin, die Heranwachsenden danach zu fragen, woher sie zurzeit ihr Wissen, ihre Informationen und ihre Meinungen über Sexualität beziehen. Wenn als Antwort nur faktische Informationen kommen (etwa, dass man ein Kondom benutzen sollte), dann betonen Sie, dass Sie auch wissen möchten, wer ihnen bei der Bildung ihrer Meinung und dem Umgang mit ihren Gefühlen über sexuelle Angelegenheiten hilft. Der zweite Schritt besteht darin, das Augenmerk auf ihre Forderungen an Sexualerziehung im Unterricht zu werfen. Seien sie auch hierbei vorsichtig, dass die Jugendlichen ihre Bedürfnisse nicht nur auf ‚neutrale‘ Fakten reduzieren. Der dritte Schritt besteht darin, zu fragen, wie die Schule mit Aspekten der Sexualerziehung umgehen soll, die für verschiedene Minderheiten unterschiedlich sein kann. Wenn sie diese Frage nicht verstehen, geben Sie Beispiele aus dem interkulturellen Kontext (besondere Bedürfnisse für Mädchen und Jungen, spezifische Fakten und Normen in verschiedenen Kulturen) und für sexuelle Minderheiten (Lesben, Schwule, Bisexuelle, Transgender). Wenn die Jugendlichen besondere Beachtung interkultureller Aspekte einfordern, aber die Frage der sexuellen Minderheiten ignorieren oder überspringen, fragen Sie, warum und wo Minderheiten sonst Informationen erhalten können, wenn die Schule diese nicht liefert.

Zu beachten: Diese Übung funktioniert am besten in Schulen, die in ihrer Arbeit bereits soziales Lernen fördern. Wenn die Schule nur auf kognitives Lernen ausgerichtet ist, wird es schwierig sein, die Diskussion aus dem Bereich der reinen Fakten weiter zu entwickeln und über eine eigene Meinung zu einem bestimmten Grad persönlicher Reife zu gelangen. Stellen Sie sicher, dass Sie die Übung bis zum Ende durchführen. Versuchen Sie, zusammen mit Kolleginnen/Kollegen Wege zu finden, wie man die Ergebnisse dieser Diskussionen integrieren kann, um die Sexualerziehung zu verbessern. Dies ist wichtig, um den Jugendlichen zu zeigen, dass Sie ihren Input auch wirklich ernst nehmen.

## **Von der Diskriminierung zur Sexualität**

Ziel: Eine Diskussion über Homosexualität anregen, ohne dabei den Fokus auf Sex zu setzen.

Ablauf: Diese Übung beinhaltet drei Schritte. Der erste besteht darin, die jungen Leute zu fragen, ob sie einige Beispiele von Diskriminierung nennen können. In einer interkulturellen Gruppe werden wahrscheinlich eher rassistische Beispiele angeführt. Der zweite Schritt besteht darin, die Diskussion in Richtung Geschlecht zu steuern. Fragen Sie zum Beispiel: „Ihr habt Beispiele von Diskriminierung unter Leuten gebracht, die sich wirklich nicht gut untereinander kennen. Gibt es auch Diskriminierung unter Leuten, die sich kennen, wie etwa in Beziehungen?“ Diese Frage wird Beispiele hervorbringen, wie etwa Gewalt gegen die Partnerin/den Partner in Beziehungen und die verschiedenen Erwartungen von Frauen und Männern. Im dritten Schritt steuern Sie die Diskussion in Richtung Vielfalt in Beziehungen. Sie können die Jugendlichen zum Beispiel fragen: „Können solche Probleme gelöst werden, indem man die Beziehung neu organisiert?“ und „Kennt Ihr Beispiele ‚anderer‘ Arten von Beziehungen? Wie glaubt Ihr, werden solche Probleme in einer lesbischen oder schwulen Beziehung gelöst?“

Zu beachten: Diese Übung erfordert von Ihnen eine hohe Kompetenz zur Diskussionsleitung. Sie müssen sehr genau darauf achten, was die Jugendlichen sagen, Sie müssen die Diskussion an ihre Bedürfnisse anpassen und gleichzeitig unauffällig die Diskussion in die gewünschte Richtung weiterentwickeln. Da dieser Prozess nicht sehr gut geplant werden kann, ist möglicherweise mehr Zeit erforderlich. Planen Sie mindestens eineinhalb Stunden für diese Diskussion ein.

# Schule und Jugendarbeit

## Werkzeuge

### Fakten und Vorurteile

Ziel: Fakten und Vorurteile untersuchen, die sich auf das Konzept der Szene beziehen.

Ablauf: Fragen Sie die Jugendlichen, was sie darüber denken, wenn sie die Begriffe „lesbische Szene“ und „schwule Szene“ hören. Schreiben Sie die Kommentare auf eine Tafel, verknüpfen Sie dann die Wörter mit Assoziationslinien. Schreiben Sie die negativen Bemerkungen in einer anderen Farbe an die Tafel als die positiven, z. B. negatives grün und positives blau. Fragen Sie, warum es mehr grüne Kommentare als blaue gibt und untersuchen Sie, welche dieser Kommentare Fakten und welche Vorurteile, also Bewertungen und Urteile, die nicht mit Fakten übereinstimmen, sind. Fragen Sie, welche persönlichen Meinungen und Gefühle die Jugendlichen haben. Prüfen Sie, welche Fakten über die lesbische und schwule Community bekannt sind und woher die Jugendlichen diese Informationen haben. Erklären Sie im Fortlauf Fakten über die örtliche Szene und ihre Geschichte. Schließen Sie die Stunde mit der Frage, ob die Übung dazu geführt hat, die Sichtweise der Schülerinnen/Schüler zu verändern.

Zu beachten: Sie müssen sich so gut vorbereiten, dass Sie adäquate Informationen über die örtliche Szene vorlegen können. Sie können überlegen, Sprecherinnen/Sprecher einer örtlichen Organisation von Lesben, Schwulen oder Bisexuellen einzuladen, um den Jugendlichen Insider-Informationen über örtliche Aktivitäten zu geben. Bereiten Sie sich ebenso gut auf Fragen der Jugendlichen über Ghettobildung durch die lesbisch-schwule Szene oder über die öffentliche Darstellung von Homosexualität vor. In interkulturellen Gruppen können Kommentare hierzu angeregt werden, wenn man allgemeiner die Dynamik von Integration untersucht und thematisiert. Die meisten Minderheiten finden es hilfreich, wenn sie einen geschützten Raum haben, in dem sie sich gut aufgehoben fühlen und hier ihre Identität entwickeln und ihre Kultur pflegen können. So können sie sich leichter in ihre Umgebung „integrieren“, ohne sich jedoch vollkommen anpassen zu müssen.

### Christopher Street Day (CSD/Regenbogenparade)

Ziel: Es soll geklärt werden, warum die Sichtbarkeit und die Außendarstellung für Lesben und Schwule so wichtig ist.

Ablauf: Zeigen Sie ein Foto eines Christopher-Street-Days, der jährlichen Straßenveranstaltung für Lesben und Schwule, und fragen Sie die Jugendlichen, ob sie den Sinn und Zweck solcher Veranstaltungen kennen. Bitten Sie um Kommentare. Sie werden wahrscheinlich einige extrem negative Bemerkungen von Jugendlichen bekommen, für die die öffentliche Selbstdarstellung von Homosexuellen nicht akzeptabel ist. Sprechen Sie über die Auswirkungen von Diskriminierung und Stolz auf die Identität und die Würde einer Person (siehe auch Kapitel 8). Vergleichen Sie den Stolz ethnischer Gruppen mit dem Stolz homosexueller Gruppen.

Zu beachten: Viele Menschen sind geschockt von den zeitweise extremen Lebensweisen, die bei CSD-Veranstaltungen demonstriert und natürlich aufmerksam von den Medien verfolgt werden. Berücksichtigen Sie in der Diskussion die verzerrende Darstellung der Medien und die große Bandbreite homosexueller Lebensweisen.

## Schöne lesbische und schwule Welt

Ziel: Die Auswirkungen der Heteronormativität untersuchen und den Platz definieren, den die lesbische, schwule und bisexuelle Szene darin hat.

Ablauf: Erklären Sie, wie unsere Erziehung automatisch davon ausgeht, dass wir alle heterosexuell sind. Erzählen Sie den Jugendlichen, dass dies eine besondere Situation für lesbische, schwule oder bisexuelle Heranwachsende schafft und dass diese Übung dazu gedacht ist, herauszufinden, wie diese auf sie wirkt. Geben Sie den Jugendlichen einige Minuten Zeit, um über die Frage nachzudenken: „Wenn die Welt nicht heterosexuell orientiert wäre, sondern lesbisch-schwul, würdet Ihr dann in eine ‚heterosexuelle‘ Gaststätte gehen?“ Als Zusatzfrage ist denkbar: „Was würde die ‚normale‘, also die lesbisch/schwule Bevölkerung darüber denken?“ Die Jugendlichen sollten jetzt gegenseitig Bezug auf ihre Gedanken und Fragen nehmen. Beim Fortschreiten des Dialogs lenken Sie die Diskussion darauf, wie die Jugendlichen eine solche Situation empfinden würden. Fassen Sie dann zusammen, welche Auswirkungen diese Diskussion auf die aktuelle tatsächliche Lage hat: Wie sollten Heterosexuelle über die lesbische, schwule und bisexuelle Subkultur denken?

Zu beachten: Diese Übung ist nur innerhalb einer Gruppe oder Klasse ohne große Konflikte geeignet. Sie können diese Übung auch zu einem regulären Thema machen, indem Sie die Jugendlichen darum bitten, ihre Gefühle aufzuzeichnen, zu malen oder einen Aufsatz darüber zu schreiben – das kann auch in den Kunst-, Deutsch- oder Fremdsprachenunterricht integriert werden. Dieser individualisierte Ansatz erleichtert es, die Übung in weniger sicher strukturierten Gruppen oder Klassen auszuprobieren, fordert aber von den Jugendlichen mehr künstlerische oder sprachliche Fähigkeiten.

# Schule und Jugendarbeit

## Werkzeuge

### Oral history (mündliche Überlieferung)

**Ziel:** Bei Jugendlichen ein Bewusstsein dafür schaffen, wie sie Sexualität aufgrund ihrer Erziehung sehen.

**Ablauf:** Alle Jugendlichen erzählen, wie sie aufgezogen wurden. Fragen Sie, was sie über geschlechtliche Identitäten, sexuelle Rollen und Sexualität gelernt haben. Fragen Sie die Jugendlichen auch, welche Informationen sie vermisst haben und wie sie dies kompensiert haben. Eine Alternative könnte darin bestehen, die Jugendlichen zu bitten, ihre Eltern, Großeltern oder anderen Erziehungsberechtigten zu interviewen, wie sie dies gelernt haben. Diskutieren Sie auch, welche Botschaften diese Generation an ihre eigenen Kinder weitergegeben hat, was ihr dabei schwer gefallen ist und ob sie der Meinung ist, dass sie Erfolg dabei hatten.

In einem zweiten Schritt können die Jugendlichen darüber diskutieren, welche Unterschiede sie zwischen diesen Geschichten sehen. Lassen Sie sie über Konflikte diskutieren, die eventuell zwischen Erziehungsberechtigten und Kindern entstehen können, oder zwischen Menschen derselben Generation. Wie wurden solche Konflikte gelöst? Eine Fortführung könnte darin bestehen, die Jugendlichen zu befragen, wie sie ihre eigenen Kinder aufziehen wollen. Was werden sie machen, wenn ihre Kinder andere Meinungen haben als sie selbst? Was wäre, wenn ihr Kind glaubt, lesbische oder schwule Gefühle zu haben?

**Zu beachten:** Denken Sie daran, dass es den Jugendlichen peinlich sein könnte, wenn sie Aspekte ihres Privatlebens oder ihrer sexuellen Orientierung preisgeben sollen. Es kann auch für Eltern und Großeltern störend sein oder sogar als Konfrontation empfunden werden, wenn Sie über Sexualität befragt werden. Bereiten Sie die Kinder entsprechend darauf vor und sorgen Sie dafür, dass sie nicht die persönlichen Grenzen der Erwachsenen überschreiten.

### Heldinnen und Helden

**Ziel:** Erforschung der Bedeutung von Rollenmodellen in der Geschichte für Menschen mit lesbischen und schwulen Empfindungen.

**Ablauf:** Bitten Sie die Schülerinnen und Schüler, historische Persönlichkeiten aufzulisten, die sie als Vorbilder empfinden. Arbeiten Sie heraus, warum diese Personen wichtig sind: als Beispiele von Kreativität, Unabhängigkeit, Stärke, Ehrlichkeit usw. Achten Sie darauf, welche Vorbilder von Jugendlichen ausgewählt werden, die zu einer Minderheit gehören und klären Sie, ob dies im Zusammenhang mit ihrer Position steht. Dann erklären Sie den Jugendlichen, dass es vor allem für Minderheiten wichtig ist, Vorbilder zu haben. Fragen Sie die Schülerinnen/Schüler warum und helfen Sie ihnen dabei, Ihre Meinung zu formulieren. Weil Minderheiten als schwach oder schlecht angesehen werden, helfen positive Vorbilder dabei, das negative Image zu korrigieren. Dehnen Sie die Diskussion auf Homosexualität aus und fragen Sie, welche Rollenmodelle wichtig für Lesben, Schwule und Bisexuelle sind.

Sie können auch über historische Persönlichkeiten diskutieren, die wichtig für Lesben, Schwule und Bisexuelle sind (siehe „Häufig gestellte Fragen“). Alternativ können Sie ein Foto eines nicht-europäischen Vorbildes für Lesben, Schwule und Bisexuelle zeigen, wie etwa der ägyptischen Sängerin Oum Khalsoum. Sie könnten auch Beispiele aus andern Bereichen wählen, etwa Virginia Woolf, Oscar Wilde, Freddy Mercury, Dusty Springfield, Daniel Küblböck, Hella von Sinnen, Alfred Biolek, Hape Kerkeling, Dirk Bach, Maren Kroymann.

Zu beachten: Je nach intellektuellem Niveau und Interesse Ihrer Schülerinnen/Schüler können Sie auch weiter in eine etwas persönlichere Diskussion über aktuelle Vorbilder für Lesben, Schwule und Bisexuelle, wie etwa Popstars, einsteigen, oder aber auch in eine etwas akademischere und historischere Diskussion darüber, warum Lesben, Schwule und Bisexuelle das Bedürfnis haben, etwas über lesbische oder schwule historische Persönlichkeiten zu erfahren. Zum Beispiel: Warum ist es so wichtig für viele Lesben, Schwule und Bisexuelle, zu erzählen, dass Homosexualität „normal“ bei den antiken Griechen war? Eine andere Möglichkeit besteht darin, weiter in die Diskussion über die Bilder von Lesben und Schwulen in den Medien einzusteigen, z. B. den Dokumentarfilm „The Celluloid Closet“ zu zeigen, und mit den Jugendlichen darüber zu diskutieren.

# Schule und Jugendarbeit

## Werkzeuge

### Ein Brief an Christina

**Ziel:** Eine Diskussion eröffnen über die Beziehung zwischen Homosexualität und Kirche und das Einfühlungsvermögen für die Probleme der Menschen fördern.

**Ablauf:** Erzählen Sie den Jugendlichen folgende Geschichte: „Christina ist katholisch und zutiefst religiös. Gleichzeitig fühlt sie sich sehr von Frauen angezogen. Kürzlich hat sie sich in Julia verliebt, und hat jetzt auch keinen Zweifel mehr über ihre Gefühle. Aber sie findet es sehr schwierig, diese Gefühle mit ihrer Religion zu vereinbaren, und sie hat Angst vor der Reaktion ihrer Eltern und einiger ihrer Freundinnen und Freunde. Sie schreibt anonym an die Frage- und Antwortkolumne einer Zeitschrift: „Meine Eltern und meine eigene Kirche denken negativ über lesbische Beziehungen. Aber ich habe gelesen, dass in einigen protestantischen Kirchen lesbische Partnerinnen heiraten können. Was soll ich tun?““  
Lassen Sie die Jugendlichen einen Brief an Christina schreiben, in dem sie versuchen, Hilfe und Ideen anzubieten. Sprechen Sie hinterher über die Vorzüge der verschiedenen Ratschläge, die gegeben worden sind.

**Zu beachten:** Die Jugendlichen werden sicherlich Christina unterschiedliche Ratschläge erteilen, die vom Verbergen und Ablehnen ihrer Gefühle bis zur Akzeptanz dieser Gefühle reichen. Werfen Sie das Augenmerk auf die Briefe der Jugendlichen. Diskutieren Sie mit ihnen ihre Meinungen über persönliche Gefühle und die Verbindung zwischen Religion und kultureller/sozialer Intoleranz. Diese Übung funktioniert am besten in multi-religiösen Gruppen.

### Toleranz

(Sie können einen anderen Titel wählen, wie z. B. „allgemeine Menschenrechte“ oder „Liebe deine Nächste/deinen Nächsten“)

**Ziel:** Den gegenseitigen Respekt und Toleranz im religiösen Kontext fördern.

**Ablauf:** Beginnen Sie damit, dass Sie den Jugendlichen das Konzept der Nächstenliebe erklären, die in allen Weltreligionen eine wichtige Tugend ist. Fragen Sie sie zuerst, ob sie diese Wertvorstellung teilen. Falls sie dies tun, bitten Sie sie darum, zu diskutieren, wie dieses Konzept auf Lesben, Schwule und Bisexuelle anzuwenden ist.

**Zu beachten:** Es ist ratsam, Argumente und Gegenargumente zu kennen, die für oder gegen eine Verurteilung von Homosexualität sprechen, z. B. „Nächstenliebe kann bedeuten, dass man die Nächste/den Nächsten nicht sündigen lässt“, „die Sorge um die Nächste/den Nächsten darf nicht deren/dessen Entscheidungsfreiheit beeinträchtigen“. Lassen Sie es nicht zu, dass sich die Diskussion auf religiöse Texte oder Regeln beschränkt. Richten Sie das Augenmerk stattdessen auf die spirituellen und sozialen Aspekte von Religion. Es ist wichtig, in dieser Diskussion Jugendliche als ebenbürtig zu behandeln und keine „Toleranz zu predigen“. Akzeptieren Sie negative Gefühle über Homosexualität und arbeiten Sie heraus, wie die Jugendlichen mit ihren Gefühlen den „anderen“ gegenüber oder mit Unterschieden umgehen, vor allem wenn sie der Meinung sind, dass Respekt und Toleranz im Prinzip wichtige Tugenden sind.

## Die „Heilung“

Ziel: Den Mythos erkunden, Homosexualität sei durch Gebete „heilbar“.

Ablauf: Beginnen Sie damit, den Jugendlichen zu erzählen, dass es einige fundamentalistische Christen gibt, die der Meinung sind, Homosexualität sei eine geistige Störung, die „geheilt“ werden müsse. Fragen Sie, was sie von dieser Idee halten. Lassen Sie die Jugendlichen diesen Gesichtspunkt im Internet erforschen, lassen Sie sie Informationen über „Therapien“ gegen Homosexualität suchen und ihre Ergebnisse zu Papier bringen. Wenn Sie den englischen Suchbegriff „gay cure“, also Homosexuellentherapie, im Internet eingeben, stoßen Sie auf einige neuere Debatten zum Thema.

Zu beachten: Verwenden Sie diese Übung nur dann, wenn das Thema von der Klasse angesprochen wurde. Denn Sie setzen die Schülerinnen/Schüler fundamentalistischer Propaganda aus. Die Jugendlichen benötigen ausgewogene Informationen über die Idee einer „Heilung“ der Homosexualität. Die grundlegenden Informationen sollten zumindest klar machen, dass Homosexualität keiner „Heilung“ bedarf und eine „Änderung“ homosexueller Gefühle in heterosexuelle nicht möglich ist.

# Gesundheits- und Beratungsbereich

## Werkzeuge

### Eine Lesbe/ein Schwuler ist ...

**Ziel:** Verinnerlichte Homophobie hält Lesben, Schwule und Bisexuelle davon ab, sich mit ihrer eigenen Identität wohl zu fühlen, und zwingt sie, ihre Sexualität um jeden Preis zu verstecken. Die Übung soll es ermöglichen, eventuelle eigene Klischees oder Vorurteile der Klientin/ des Klienten gegenüber Lesben und Schwulen herauszufinden.

**Ablauf:** Schlagen Sie der Klientin bzw. dem Klienten vor, den folgenden Satz laut auszusprechen: „Eine Lesbe/ Bisexuelle ist ...“/ „Ein Schwuler/ Bisexueller ist ...“ und den Satz mit allem zu ergänzen, was ihr/ihm gerade in den Sinn kommt. Die Klientin/der Klient wiederholt den Satz einige Male, bis eine Reihe von Aussagen im Raum steht. Es besteht nun die Möglichkeit, sich mit den Klischees und Vorurteilen zu befassen, die verinnerlicht wurden. Zum Beispiel sagt eine lesbische Jugendliche zu ihrer Beraterin oder ihrem Berater: „Eine Lesbe ist nicht feminin; das ist ekelhaft“.

**Zu beachten:** Bevor Sie mit dieser Übung arbeiten, muss eine Beziehung hergestellt werden, in der sich die Person wohl fühlt, so dass sie offen sein kann. Es ist hilfreich mit der Aussage anzufangen, dass jeder Satz, den die Klientin/der Klient sagen wird, akzeptiert wird.

### Die beiden Stühle

**Ziel:** Diese Übung hilft, mit der Unentschlossenheit einer Person bezüglich ihres Coming-out umzugehen. Die Absicht dieser Übung ist es, herauszufinden, warum eine Person sich für oder gegen ein Coming-out entscheidet.

**Ablauf:** Stellen Sie einen Stuhl vor eine Jugendliche/einen Jugendlichen und fordern Sie sie/ihn auf, sich vorzustellen, dass ein Teil von ihr/ihm dort sitzt. Erklären Sie, dass dies derjenige Teil ist, der unentschlossen ist, ob sie/er sich outen soll oder nicht, und es deshalb vorzieht, die sexuelle Orientierung zu verbergen. Die Klientin/der Klient muss dann dieses Alter-Ego ansprechen. Danach setzt sich die Person selbst auf den Stuhl und versucht zu erklären, wie sie sich nun fühlt, nachdem sie dem anderen Teil des Selbst zugehört hat.

**Zu beachten:** Stellen Sie sicher, dass die Klientin/der Klient sowohl die positive als auch die negative Seite eines möglichen Coming-out betrachtet. Diese Übung ist dann geeignet, wenn die Klientin/der Klient bereits die kognitiven Aspekte, die mit dem Coming-out verbunden sind, hinterfragt hat, aber noch Probleme mit den emotionalen Aspekten hat. Daher ist diese Übung weniger für den Einstieg geeignet.

### Coming-out in der Familie

**Ziel:** Sich mit dem Coming-out in der Familie auseinanderzusetzen.

**Ablauf:** Eine lesbische Klientin/ein schwuler Klient soll sich vorstellen, die Familie über ihre/seine gleichgeschlechtliche Lebensweise zu informieren. Wie würde sie/er das machen? Was würde sie/er sagen? Wie stellt sie/er sich die Reaktionen ihrer/seiner Eltern vor? Wie würde sie/er selbst reagieren? Wie fühlt sie/er sich bei dieser Übung?

**Zu beachten:** Versuchen Sie nicht, die Klientin/den Klienten zu einem Coming-out zu überreden. Auch wenn diese Methode für sie/ihn eine gute Erfahrung war, muss es trotzdem die eigene Entscheidung der Klientin/des Klienten bleiben. Diese Übung beschränkt sich auf kognitive Aspekte.

# Gesundheits- und Beratungsbereich

## Werkzeuge

### Bewertung von Fragen (Paarberatung)

Ziel: Diese Fragen helfen den Partnerinnen/Partnern, zu Beginn des Beratungsprozesses ihre Erwartungen zu formulieren.

Ablauf: Die beiden Partnerinnen/Partner bewerten unabhängig voneinander eine Reihe von Aussagen anhand einer Bewertungsskala mit den Stufen eins bis zehn (1 = geringster Wert, 10 = höchster Wert). Sie geben zunächst ihre eigene Bewertung ab und geben anschließend an, was die Partnerin/der Partner ihrer Meinung nach antworten wird. Die Skalen können von der Beraterin/dem Berater vor der Sitzung auf einem Flipchart vorbereitet werden. Einige Beispiele für mögliche Aussagen (sie sollten der Eindeutigkeit halber in zwei vollständige Sätze ausformuliert werden – ein Satz für jeden Pol):

- die Chancen, dass wir in einem Jahr noch immer ein Paar sind, sind sehr gering/sehr hoch,
- die Mittel, die wir haben, um Krisen gemeinsam zu bewältigen, sind zahlreich/gering,
- nach den gemeinsamen Beratungssitzungen wird unser Problem größer/kleiner und der Umgang damit wird leichter/schwieriger,
- ich kann persönlich wenig/viel zur Lösung des Problems beitragen,
- meine Partnerin/mein Partner kann persönlich wenig/viel zur Lösung des Problems beitragen.

Zu beachten: Die Verwendung von Fragen mit mehreren Perspektiven trägt dazu bei, den Standpunkt von jeder Partnerin/jedem Partner zu klären. Solche Fragen können sein: Was denke ich? Was glaube ich, denkt der andere? Was denkt der andere, dass ich denke? Damit diese Übung effektiv ist, muss die Beraterin/der Berater beiden Partnerinnen/Partnern die Fragen in derselben Weise stellen. Aus den Antworten auf diese Fragen lässt sich entnehmen, in welche Richtung eine klientenorientierte Beratung fortgesetzt werden kann. Wenn die Partnerinnen/Partner verschiedene Meinungen zum Ausdruck bringen, ist es wichtig, sich mit ihren gemeinsamen Zielen zu befassen. In einem zweiten Schritt können Änderungen vorweggenommen werden, indem man die Partnerinnen/Partner fragt, was passieren könnte, wenn sich die Bewertung graduell ändert, wenn also eine Bewertung eine Stufe höher angesiedelt wird. Als Übung zwischen den Beratungsstunden kann man das Paar auffordern, für einen Tag oder mehrere Tage so zu tun, als hätten die positiven Änderungen bereits stattgefunden.

## Soziales Umfeld als Unterstützung

Ziel: Das soziale Umfeld von lesbischen und schwulen Paaren darstellen und sich mit Ressourcen zur Unterstützung befassen, um Lösungen für Probleme zu finden.

Ablauf: *Erster Schritt: Aufbau der Situation*

Das Paar wird gebeten, ein System mit verschieden farbigen Figuren oder Symbolen aufzustellen. Diese Symbole stehen für sie selbst und für Personen ihres sozialen Umfeldes, also etwa für Familienmitglieder, ihre Kinder, frühere Partnerinnen/Partner, Beraterinnen/Berater oder andere wichtige Personen.

*Zweiter Schritt: Wahrnehmung*

Die Partnerinnen/Partner benennen die Personen, die sie aufgestellt haben und erklären das System aus ihrer Sicht.

*Dritter Schritt: Befragung*

- Wie statisch/dynamisch ist das System?
- Wo sind die Grenzen zwischen den Personen im System?
- Welche Verbindungen zwischen ihnen existieren?
- Wer hat wodurch dazu beigetragen, die Partnerschaft in der Vergangenheit zu stabilisieren?
- Wer war an der Suche nach Lösungen für Probleme beteiligt?
- Wer unterstützt das Paar im Beratungsprozess und wie sieht diese Unterstützung aus?
- Welche der in der Übung identifizierten Personen weiß am besten, wie die Partnerinnen/Partner ihre derzeitige Krise bewältigen könnten?
- Wer profitiert davon, wenn die Beziehung der Partnerinnen/Partner durch den Beratungsprozess stabilisiert wird?

*Vierter Schritt: Vorwegnahme von Änderungen*

Die Partnerinnen/Partner werden aufgefordert, das System der Figuren oder Symbole bildlich zu verändern und sie an einen anderen Platz zu rücken. Was würde sich dann ändern?

Zu beachten: Diese Übung richtet die Aufmerksamkeit auf die Ressourcen sozialer Unterstützung, auf die das Paar zurückgreifen kann. Die Darstellung von realen Personen mit neutralen Symbolen sollte nicht zu einer Interpretation von jeder einzelnen Rolle führen. In der Übung sollte das System als Ganzes betrachtet werden.

# Gesundheits- und Beratungsbereich

## Werkzeuge

Zunächst geht es um einige Informationen über die Vielfalt der Lebensformen lesbischer, schwuler und bisexueller Jugendlicher, die Beraterinnen/Berater berücksichtigen sollten:

- Lesbischen, schwulen und bisexuellen Jugendlichen fehlen positive Rollenmodelle. Sie stehen homosexuellen Lebensformen daher unter Umständen unsicher gegenüber.
- Lesbischer, schwuler oder bisexueller Teenager zu sein, kann auch eine große Chance darstellen. Wenn junge Menschen nicht den Rollenmodellen einer heterosexuellen Normativität entsprechen, müssen sie ihre Lebensform hinterfragen. Sie stellen vielleicht fest, dass ihnen eine lesbische/schwule Lebensform erheblich mehr persönliche Freiheit einräumt als ein vorgeschriebenes Rollenverhalten.
- Lesbische, schwule und bisexuelle Teenager suchen oftmals nach Rollenmustern, die zu ihnen passen. Das kann manchmal zu einem klischeehaften lesbischen oder schwulen Verhalten führen.
- Zeigen Sie Ihren Klientinnen/Klienten, dass es keine objektive Bewertung von Lebensformen gibt. Es ist wichtig, darauf hinzuweisen, dass das wesentliche Kriterium für die von ihnen gewählte Lebensform ihr eigenes Gefühl von Glück und Zufriedenheit ist.
- Informieren Sie sich über örtliche Selbsthilfegruppen, wo sich Menschen mit ähnlichen Lebensformen treffen und Erfahrungen austauschen können.
- Viele lesbische, schwule und bisexuelle Teenager befürchten, dass sie keine eigene Familie haben werden, was oft mit Unzufriedenheit mit ihrer derzeitigen Lebensform verbunden ist. Viele von ihnen ändern ihre Meinung, wenn sie feststellen, dass sie auf ihre Art und Weise sehr glücklich werden können, z. B. mit einer „Wahlfamilie“.

### Zwei Stühle

Ziel: Innere Bedürfnisse und äußere Erwartungen sowie die zwischen diesen bestehenden Spannungen erforschen.

Ablauf: Stellen Sie zwei Stühle gegenüber. Ein Stuhl symbolisiert die äußeren Erwartungen, der andere steht für die inneren Bedürfnisse. Die Klientin/der Klient sitzt zunächst auf dem einen Stuhl, dann auf dem anderen, und versucht, nur die Empfindungen wahrzunehmen, die der jeweilige Stuhl symbolisiert. Wie fühlt sie/er sich auf den verschiedenen Stühlen? Was würde sie/er der Person auf dem anderen Stuhl sagen?

Zu beachten: Ob sich die Teenager mit ihrer Lebensform wohl fühlen, hängt oftmals von den Erwartungen ihrer Umwelt ab und davon, ob Sie versuchen, den Erwartungen gerecht zu werden oder nicht.

### Der Spiegel

Ziel: Selbstbilder erforschen.

Ablauf: Die Klientin/der Klient sollte die Augen schließen und sich vorstellen, vor dem eigenen Spiegelbild zu sitzen. Was würde sie/er an der Lebensform dieser Person kritisieren? Was würde sie/er bewundern?

Zu beachten: Diese Methode funktioniert auf zwei Ebenen: Sie können sich auf das physische Aussehen von Ihrer Klientin/Ihrem Klienten beziehen, was die meisten Jugendlichen zuerst tun werden, oder sie können sich auf Eigenschaften, innere Gefühle und das Verhalten beziehen, was für den Umgang mit dem Thema Lebensform wahrscheinlich von größerer Bedeutung ist. Sie müssen darauf achten, dass die Klientin/der Klient sich selbst als eine sich gegenüber stehende Person empfindet, damit die Methode erfolgreich ist.

## **Die gute Fee**

Ziel: Unbewusste oder unterdrückte Bedürfnisse und Zukunftsfantasien erforschen.

Ablauf: Die Klientin/der Klient sollte sich vorstellen, dass eine gute Fee kommt und fragt, wie sie/er leben möchte. Wie fühlt sich das an und was hält sie/ihn davon ab, tatsächlich so zu leben?

Zu beachten: Es ist wichtig zu überprüfen, ob die Ängste von Ihrer Klientin/Ihrem Klienten der Realität entsprechen. Selbst wenn dies nicht der Fall ist, müssen Sie die Ängste ernst nehmen, sonst fühlt sich Ihre Klientin/Ihr Klient missverstanden.

# Gesundheits- und Beratungsbereich

## Werkzeuge

In unserem sozialen Klima, in dem automatisch davon ausgegangen wird, dass Menschen heterosexuell sind, kann ein Coming-out für viele Lesben, Schwule und Bisexuelle schwierig sein. Die Beraterin/der Berater kann diesen Prozess des Coming-out durch das Verwenden einer respektvollen Sprache erleichtern. Machen Sie keine Annahmen über das Privatleben Ihrer Klientinnen/Klienten. Beraterinnen/Berater sollten auf jeden Fall Partei beziehen für einen offenen Umgang mit Sexualität. Ein erster Schritt besteht darin, das Sprechen über Sexualität allgemein zu normalisieren. Das öffnet eine Tür, um etwas spezifischer über Homosexualität bzw. Bisexualität sprechen zu können. Wenn Sie das Gefühl haben, dass die Schwierigkeiten einer Klientin/eines Klienten von Problemen herrühren, die im Zusammenhang mit ihrer/seiner sexuellen Orientierung stehen, so können Sie dies herausfinden, indem Sie bestimmte Fragen stellen. Stellen Sie diese Fragen unbedingt vorsichtig und zwingen Sie die Klientin/den Klienten nicht dazu, „Geständnisse“ über ihre/seine Sexualität zu machen. Sie können sich zu einer wichtigen Bezugsperson des Betroffenen entwickeln und auch Broschüren über Safer Sex und Selbsthilfegruppen auslegen.

Falls die Klientin/der Klient aus einem anderen ethnischen oder kulturellen Hintergrund stammt, so sind möglicherweise die Probleme im Zusammenhang mit der sexuellen Orientierung aus religiösen Gründen oder aufgrund des Einflusses der Familie deutlich ausgeprägter. Stellen Sie sicher, dass genug Raum für das Gespräch ist, um über die Auseinandersetzung mit familiären und religiösen Werten sowie den gängigen Normen der (Homo- und Bi-)Sexualität in der Gesellschaft, in der sie leben, zu sprechen.

Behalten Sie im Hinterkopf, dass nicht jede lesbische, schwule oder bisexuelle Person Probleme mit ihrer sexuellen Orientierung hat. Die Herausforderung für Sie besteht darin, das richtige Gleichgewicht zwischen dem Ignorieren und dem zu starken Betonen dieses Problems herauszufinden. Das kann vor allem dann besonders schwierig sein, wenn Sie mit Jugendlichen zu tun haben, die gerade dabei sind, ihre Sexualität zu entdecken.

Die folgenden Werkzeuge zielen auf internalisierte Homophobie und das Selbstbewusstsein der Klientinnen und Klienten ab, da vor allem diese beiden Aspekte berücksichtigt werden müssen, wenn die psychische Gesundheit von Lesben und Schwulen gefördert werden soll.

### Arbeit am Selbstbewusstsein

Ziel: Herausfinden, ob internalisierte Homophobie bei einer Klientin/einem Klienten eine Rolle spielt.

Ablauf: Geben sie der Klientin/dem Klienten ein Stück Papier und bitten Sie sie/ihn, sich mit zehn Adjektiven selbst zu beschreiben. Bitten Sie sie/ihn danach, zehn Adjektive aufzuschreiben, die beschreiben, wie sie/er gerne sein würde. Dann soll sie/er jedes Adjektiv mit einem positiven oder einem negativen Zeichen versehen. Untersuchen Sie die Bedeutung der Adjektive, vergleichen Sie die beiden Listen und finden Sie heraus, ob sie mit der sexuellen Orientierung zusammenhängen.

Zu beachten: Diese Übung dient dazu herauszufinden, wie sich die Klientin/der Klient selbst wahrnimmt. Das bedeutet nicht zwangsläufig, dass dies mit der sexuellen Orientierung zu tun hat. Beachten Sie, dass nicht alle Lesben und Schwule ein Problem mit ihrer sexuellen Orientierung haben. Die Herausforderung besteht darin, mit Bedacht zu überlegen, ob internalisierte Homophobie eine Rolle spielt, sie aber nicht als Ursache für alle Probleme anzusehen. Dies kann vor allem bei einer jungen Zielgruppe schwierig werden, die ohnehin auf der Suche nach ihrer Sexualität im Allgemeinen ist.

## **Darstellung von Homosexualität**

Ziel: Der Klientin/dem Klienten helfen, die äußeren Einflüsse zu erkennen, die dafür verantwortlich sind, wie sie/er sich als Lesbe oder Schwuler wahrnimmt.

Ablauf: Stellen Sie der Klientin/dem Klienten folgende Fragen:

Welches waren die gesellschaftlichen Werte in der Umgebung, in der Sie aufgewachsen sind?

Was wurde akzeptiert oder geduldet?

Wurden Lesben und Schwule zurückgewiesen oder verurteilt?

Welches ist in Ihrer Erinnerung das erste Buch, die erste Fernsehsendung oder der erste Film, in der/dem Lesben oder Schwule vorkamen?

Welchen Tenor hatte dieses Buch, diese Sendung oder dieser Film?

Wie wurde die lesbische oder schwule Person dargestellt/porträtiert? Als ein positives oder negatives Vorbild?

Zu beachten: Dieser Vorschlag kann denjenigen Klientinnen und Klienten helfen, die einen hohen Grad an internalisierter Homophobie haben und die an einer stereotypen Darstellung von Lesbisch- oder Schwulsein festhalten.

# Gesundheits- und Beratungsbereich

## Werkzeuge

### **Die Suche nach der „Warum-Frage“ (sexuelle Identität)**

Ziel: Die Klientin/den Klienten auf der Suche nach einer Selbstdefinition zu unterstützen; sexuelle Orientierung von Identität unterscheiden; Setzen Sie die sexuelle Identität und Orientierung Ihrer Klientin/Ihres Klienten nicht als gegeben voraus!

Ablauf: Wie empfindet und benennt sich die Klientin/der Klient selbst, welche Bedeutung gibt sie/er den gewählten Bezeichnungen? Diskutieren Sie, welche Erfahrung ihre Klientin/ihr Klient mit geschlechtsrollenkonformem Verhalten hat. Unterscheiden Sie zwischen sexueller Orientierung und Erwartung in der Vergangenheit, der Gegenwart und der Zukunft. Diskutieren Sie Rollenmodelle und Identitäten mit der Klientin/dem Klienten. Befassen Sie sich mit Vorurteilen, die ein Hinweis auf internalisierte Homophobie sein können.

Zu beachten: Haben Sie auch ein Augenmerk auf die Frage, wie sie/er glaubt, von anderen wahrgenommen zu werden. Das hilft dabei, an Schlüsselerlebnisse heranzukommen. Sie können so auch ersehen, welche Bedeutung die Wahrnehmung durch die Außenwelt und die Angst, zurückgewiesen zu werden, für ihre Klientin/ihren Klienten haben.

### **„Schwulenklatschen“ (anti-homosexuelle Gewalt)**

Ziel: Die Beratung von Opfern antilesbischer und antischwuler Gewalt, homophobe Gewalt und Diskriminierung.

Ablauf: Hat die oder der Betroffene jemals körperliche, psychologische oder verbale Attacken erlitten? Waren diese Angriffe direkt oder indirekt? Wurde bei diesen Angriffen auch sexuelle Gewalt ausgeübt? Wann geschah diese Attacke und wer war die Täterin/der Täter? Welche Auswirkungen haben solche Erfahrungen auf das Lesbisch- oder Schwulsein und auf das Gefühl, offen lesbisch/schwul zu leben? Diskutieren Sie mit der betroffenen Person die Vor- und Nachteile, solche Angriffe bei der Polizei anzuzeigen.

Zu beachten: Es ist hilfreich, wenn man sich vorher mit spezifischen Beratungstechniken vertraut macht, die sich mit traumatischen Erlebnissen und dem Erleiden von Gewalt beschäftigen. Wenn schwule Männer Opfer von Gewalt werden, dann passiert dies am ehesten beim Cruisen, also beim Aufenthalt an Örtlichkeiten, an denen man sexuellen Kontakt zu Männern aufnehmen kann. Wenn Sie dem Klienten raten wollen, juristische Schritte einzuleiten, sollten sie sicher sein, wie die zuständige Polizei mit antilesbischer und antischwuler Gewalt umgeht. Gibt es bei der örtlichen Polizei spezielle Kontaktbeamte oder Ansprechpersonen, die sensibel und im Umgang mit dieser Form von Gewalt geschult sind? Sind diese Personen weiblich oder männlich? Ein lesbisches Opfer wird in den seltensten Fällen einen männlichen Polizeibeamten um Beratung bitten.

# Gesundheits- und Beratungsbereich

## Werkzeuge

### Mein Körper

Ziel: Ein bedeutender Teil der Identität einer Frau oder eines Mannes ist das Bild, das sie oder er von ihrem/seinem Körper hat, wie auch die Wahrnehmung und Zufriedenheit mit den eigenen physischen Bedürfnissen. Der Körper ist die Basis der Gefühle eines Individuums, seiner Gedanken und seines Handelns. Während der Pubertät müssen die sexuellen Aspekte in die Identität integriert werden. Die Übung hilft jungen Menschen dabei, einfühlsamer gegenüber ihren eigenen Gefühlen und ihrem Selbstbild zu werden.

Ablauf: Fragen zum eigenständigen Nachdenken:

- Welche Rolle spielt für mich Kleidung? Wie ist es mit dem Ausziehen oder dem Nacktsein?
- Wie reagiere ich auf Bilder von Frauen/Männern, Lesben/Schwulen, die ich in der Öffentlichkeit sehe?
- Welche Teile meines Körpers finde ich am schönsten?
- Welche Teile meines Körpers sind für mich von besonderer Bedeutung?
- Welche Teile meines Körpers gefallen mir nicht? Wie erkläre ich mir das selbst? Wie gehe ich dabei mit meinen Gefühlen um?
- Was habe ich von meiner Mutter und meinem Vater darüber gelernt, wie man seinen Körper betrachtet? Was habe ich von ihnen über Nacktheit und Sexualität gelernt?
- Wie haben meine Mutter und mein Vater auf meine äußere Erscheinung reagiert? Was hat mir geholfen, als ich groß geworden bin? Was hat meine Entwicklung behindert?
- Welche Teile meines Körpers verbinde ich mit Lust/Glück/Schmerz? Wie Sorge ich für diese Körperteile, wie behandle ich sie?
- Wie hat sich meine Beziehung zu meinem Körper entwickelt: in meiner Kindheit, in der Pubertät, jetzt?

Zu beachten: Diese Übung kann sowohl von der Klientin/dem Klienten als auch von der Beraterin/dem Berater als Mittel selbstständigen Überlegens angewandt werden. Es ist hilfreich, diese Methode zwischen zwei Sitzungen als eine Art Übungsaufgabe zu stellen. Während der Reflexionsprozess fortläuft, ist es wahrscheinlich, dass die Klientin/der Klient allmählich erkennt, wie die Einstellungen, die sie oder er in der Familie erlernt hat, mit den eigenen individuellen Werten im Konflikt steht. Für Lesben und Schwule ist diese Krise aus zwei Gründen besonders schwierig: Erstens fehlen ihnen positive Rollenmodelle und zweitens wird es für sie notwendig, sich von der dominanten heterosexuellen Norm zu distanzieren, um ihre eigene Identität aufzubauen. Diese ist zu Beginn des Prozesses eine negative Identifikation bzw. eine Anti-Identifikation, nämlich: nicht heterosexuell zu sein.

### Sexualität gestern – heute – morgen

Ziel: Der Klientin oder dem Klienten dabei helfen, über die Vergangenheit nachzudenken, ihre oder seine aktuelle persönliche Werthaltung zu erkennen und Wünsche für die Zukunft zu formulieren.

Ablauf: Sie brauchen ein Blatt Papier in Postergröße, ferner ein Blatt in Größe DIN A 4, farbige Markierstifte, eine Schere und Klebstoff.

Die betreffende Klientin oder der Klient unterteilt das Posterpapier unter Verwendung von vertikalen Linien in drei gleich große Teile. Der erste Schritt besteht darin, über die folgenden Fragen nachzudenken: Wie habe ich meine Sexualität während der Pubertät betrachtet? Wie sehe ich sie heute? Wie möchte ich sie gerne in der Zukunft sehen? Jeweils ein Abschnitt auf dem Posterpapier ist für je eine dieser Fragen bestimmt. Lassen Sie die Klientin oder den Klienten die Antworten in eigenen Formulierungen aufschreiben. Danach schneiden Sie den Teil ab, auf dem die Wünsche für die Zukunft stehen. Das Blatt in der Größe DIN A4 wird dann zwischen das abgeschnittene Stück und den verbleibenden Teil des großflächigen Blatts geklebt, so dass eine Verbindung zwischen der Gegenwart und der Zukunft entsteht. Dann werden die Antworten auf die folgenden Fragen auf das A 4 Blatt geschrieben:

- Wenn ich über die Zukunft meiner Sexualität nachdenke und über die Form, in der ich sie mir wünsche, was hindert mich daran, diese Vision zu verwirklichen?
- Was oder wer kann mir dabei helfen, diese Hindernisse zu überwinden?
- Welcher meiner Wünsche für die zukünftige Form meiner Sexualität ist schon Wirklichkeit geworden?
- Wer kann mich bei der Verwirklichung meiner Vision unterstützen?

Zu beachten: Diese Methode hilft der Beraterin oder dem Berater dabei, Informationen darüber zu erhalten, welche Sichtweise die Klientin/der Klient von der eigenen Sexualität hat. Dies klärt auch die Sichtweise über die Zukunft und hilft dabei, die Ressourcen zu identifizieren, die für die Klientin/den Klienten verfügbar sind, um die gesteckten Ziele zu erreichen. Auf der Grundlage dieser Informationen können Zielsetzungen für zukünftige Beratungssitzungen definiert werden. Zudem können Sie abschätzen, inwieweit beide Seiten ihre gemeinsame Arbeit zum Thema Sexualität fortsetzen wollen oder können.

## **Die Drei-Stühle-Übung**

Ziel: Reflexion über bisher gelebte Sexualität und Herausarbeiten der eigenen Bewertungen darüber, wie die Ratsuchenden Sexualität konkret leben.

Ablauf: Für die Übung sind im Beratungssetting zusätzlich zu den beiden Stühlen, auf denen Beraterin/Berater und Klientin/Klient sitzen, drei weitere Stühle nötig. Im ersten Schritt wird die Klientin/der Klient gebeten, drei für sich bedeutsame Personen auszuwählen, je eine aus der Herkunftsfamilie, der Gruppe der Freunde, mit denen der/die Ratsuchende keinen Sex hatte und der Gruppe der bisherigen Beziehungspartnerinnen/-partner, mit denen die/der Ratsuchende Sex hatte. Die Namen der drei Personen werden jeweils auf ein Blatt Papier geschrieben und auf die drei leeren Stühle gelegt. In einem zweiten Schritt wird die/der Ratsuchende gebeten, sich nacheinander jeweils hinter die Stühle zu stellen und für jeweils fünf Minuten folgende Frage zu beantworten: „Wenn ich diese Person fragen würde, was würde sie aus ihrer Sicht darüber sagen, wie ich Sexualität lebe und wie zufrieden ich damit bin?“

Zu beachten: Diese Übung erfordert die Bereitschaft, sich intensiv mit der eigenen Sexualität auseinanderzusetzen. Durch den Perspektivenwechsel wird die Reflexion über die eigene Sexualität erleichtert, es werden gewünschte und nicht erwünschte Verhaltensweisen, Einstellungen und Bewertungen deutlich. Am Ende können Veränderungswünsche benannt und Schritte daraufhin erarbeitet werden.

# Gesundheits- und Beratungsbereich

## Werkzeuge

Denken Sie zunächst über die folgenden Fragen nach:

- Was können Sie raten, wenn sich Ihre Klientin/Ihr Klient isoliert fühlt?
- Was können Sie raten, wenn sich Ihre Klientin/Ihr Klient für die lesbisch-schwule Szene und Community interessiert, aber Angst vor ihr hat?
- In welchen anderen Teilen des Lebens gibt es eine vergleichbare Szene?
- Passen die Aktivitäten und Angebote, die es in der Community in Ihrer Stadt gibt, zum kulturellen und individuellen Hintergrund Ihrer Klientin/Ihres Klienten?
- Zu welcher spezifischen Gruppe gehört Ihre Klientin/Ihr Klient noch, neben der homosexuellen Gruppe? Beispiele wären religiöse, ethnische oder geschlechtsspezifische Gruppen.
- Gibt es in Ihrer Umgebung Gruppen, die zum spezifischen Hintergrund Ihrer Klientin/Ihres Klienten passen, z. B. eine Gruppe für schwule türkische Männer?

### Ein soziales Netzwerk für Lesben und Schwule

Ziel: Der Klientin/dem Klienten dabei helfen, über ihre/seine Position im lesbisch-schwulen Netzwerk nachzudenken.

Ablauf: Versuchen Sie, herauszufinden, welche Vorstellungen Ihre Klientin/Ihr Klient von der „Szene“, von lesbisch-schwulen Treffpunkten, Gaststätten und Clubs hat. Empfindet sich die/der Ratsuchende selbst als Teil dieser Szene? Warum oder warum nicht? Werden negative Vorstellungen und Bilder mit der Szene assoziiert? Trifft sich Ihre Klientin/Ihr Klient in sozialen Umfeldern außerhalb der Szene mit anderen Lesben und Schwulen?

Zu beachten: Beachten Sie, dass lesbische Frauen und schwule Männer aus ethnischen Minderheiten oft nicht in der Szene anzutreffen sind. Das kann daran liegen, dass es ihnen unangenehm ist, sich auch dort wieder als Teil einer Minderheit fühlen zu müssen. Das kann auch an Vorurteilen und an Diskriminierung liegen, auf die sie innerhalb der Szene stoßen.

# Gesundheits- und Beratungsbereich

## Werkzeuge

### Historische und kulturelle Botschaften über Homosexualität ausfindig machen

Ziel: Die Erforschung historischer und kultureller Botschaften über Homosexualität, die relevant für die persönliche Situation der Klientin oder des Klienten sind.

Ablauf: Geben Sie der/dem Ratsuchenden etwas zu lesen über die Sichtweisen der Homosexualität in Geschichte und Kulturgeschichte. Fragen Sie, welche Botschaften über Sexualität und Homosexualität ihr/ihm übermittelt wurden, als sie/er aufwuchs. Erklären Sie, wie die eigene Geschichte und Kultur die Art und Weise beeinflusst, wie Lesben und Schwule sich selber und ihre Identität wahrnehmen. Vergleichen Sie dies mit einer anderen Geschichte, die eine andere Perspektive auf Homosexualität hat, wobei es besonders nützlich wäre, wenn Sie eine Geschichte aus dem Kulturkreis der Klientin oder des Klienten finden.

Zu beachten: Ungeachtet dessen, welchen Lesestoff Sie auswählen: Er sollte in irgendeiner Weise mit der aktuellen Situation der oder des Ratsuchenden in Verbindung stehen. Der Text könnte etwa Beispiele von Vorbildern geben, dabei helfen, festgefahrene Meinungen aufzubrechen oder aber einen konkreten Kontext für heterosexuelle Normen vermitteln, welche die Lebensumstände, die Denk- oder Verhaltensweisen der/des Ratsuchenden einschränken.

### Ein erweiterter Familienstammbaum

Ziel: Die Untersuchung historischer und kultureller Botschaften über Homosexualität, die im Zusammenhang mit der Situation der/des Ratsuchenden stehen.

Ablauf: Lassen Sie die Klientin/den Klienten einen erweiterten Familienstammbaum – mit allen Personen, die für sie/ihn sozial relevant sind – aufzeichnen und zwar mit den folgenden Fragen:

1. Wo passt jeder hinein?
2. Wo kamen sie her, wo wurden sie geboren?
3. Welche dieser Menschen haben Ihnen etwas über Ihre Geschichte und Ihre Sexualität beigebracht?
4. Welche dieser Personen haben Ihnen auch Botschaften über Homosexualität vermittelt? Welche Botschaften waren das?
5. Welche Familienmitglieder müssen unbedingt in diesem Stammbaum erscheinen – welche dieser Personen unterstützt Sie und Ihre Gefühle?
6. Wie kommen Sie mit denjenigen klar, die Sie eventuell nicht sehr gut unterstützen oder die sogar negativ eingestellt sind?
7. Wie können Sie mehrere Personen hinzufügen, die Sie unterstützen?

Zu beachten: Für diese Übung benötigen Sie eventuell mehrere Sitzungen, oder aber das Thema kann bei jeder Sitzung neu behandelt werden. Zwingen Sie die Klientin/den Klienten nicht dazu, die letzten Fragen zu beantworten, wenn sie/er darauf noch nicht genug psychologisch vorbereitet ist. Einige Klientinnen/Klienten mit homosexuellen Gefühlen empfinden eine so starke Loyalität zu ihrem bestehenden sozialen Netzwerk, dass es für sie schwierig erscheint, Alternativen zu finden. Zudem kann es in bestimmten Extremsituationen zum Bruch mit der Familie kommen, wenn diese homosexuellen Personen keinen Platz in ihrem Leben einräumen.

### **Tipps für interkulturelle Kommunikation**

- Sie können das Vertrauen Ihrer Klientin/Ihres Klienten gewinnen, wenn Sie Fragen zu ihrer/seiner Familie stellen. Viele nicht-westliche Kulturen sind weniger ich-orientiert.
- Seien Sie ehrlich zu Ihrer Klientin/Ihrem Klienten, wenn Sie bestimmte Wissenslücken über kulturelle Eigenheiten haben.
- Denken Sie daran, dass in bestimmten hierarchisch strukturierten Kulturen Beraterinnen/Beratern deutlich mehr Anerkennung gezollt wird und dass Sie dadurch als eine größere Autorität angesehen werden.

# Gesundheits- und Beratungsbereich

## Werkzeuge

### Die geistliche Autorität

**Ziel:** Einen Ausgangspunkt finden, um die Bedeutung der Religion im Leben der Klientin oder des Klienten auszumachen und die Probleme identifizieren, denen sie/er gegenüber steht. Diese Übung kann unter Umständen mögliche Lösungen liefern.

**Ablauf:** Bitten Sie die Klientin/den Klienten, sich eine Situation vorzustellen, in der sie/er zusammen mit einer vertrauten Person eine geistliche Autorität (Pastorin/Priester, Rabbinerin/Rabbiner, Imam) trifft. Geben Sie der Klientin/dem Klienten etwas Zeit, um sich die Situation vorzustellen und bitten Sie sie/ihn danach, darüber zu sprechen. Was passiert während des Treffens? Falls die oder der Ratsuchende nicht in der Lage dazu ist, sich vorzustellen, wie die geistliche Autorität versucht, mit ihr oder ihm zu sprechen, soll sie/er sich stattdessen vorstellen, dass eine enge Freundin oder ein enger Freund kritische Fragen über ihr/sein Leben und ihre/seine Bedürfnisse stellt.

**Zu beachten:** Diese Übung kann in einer Gruppe oder in der Individualberatung eingesetzt werden. Achten Sie dabei darauf, dass bei einigen Personen das Bild eines Priesters, eines Rabbiners oder eines Imams eher negative als positive Gefühle auslösen kann. Lassen Sie die Klientin oder den Klienten einen Charakter aussuchen, den sie/er als eine wirkliche geistige Autorität empfindet.

### Die Balance zwischen Sexualität und Religion

**Ziel:** Untersuchen, welche Rolle die Religion im Leben eines Erwachsenen spielt. Die Übung hilft der Klientin/dem Klienten dabei, eine persönliche Balance zwischen ihren/seinem Ausdruck der Sexualität und dem Bekenntnis zum Glauben bzw. zu Werten zu finden.

**Ablauf:** Bitten Sie die Klientin/den Klienten, darüber zu sprechen, welchen Platz die Religion in ihrem/seinem Leben einnimmt. Untersuchen Sie die Einstellung bekannter religiöser Persönlichkeiten gegenüber Homosexualität. Diskutieren Sie historische und kulturelle Äußerungen der Religion als eine Mischung aus spirituellen und sozialen Aspekten und auch als Mittel sozialer Kontrolle. Arbeiten Sie heraus, ob Religion ein wichtiger Aspekt in der individuellen Identität ist. Falls die Religion ein starker und unbestreitbarer Teil der persönlichen Identität der Klientin/des Klienten ist, empfehlen Sie, Kontakt zu homosexuellen religiösen Gruppen aufzunehmen, soweit dies möglich ist. Dies kann der Klientin/dem Klienten dabei helfen, ein unterstützendes Netzwerk und soziale Identifikation zu finden.

**Zu beachten:** Diese Übung kann in einer Gruppe oder in einer individuellen Beratung vorgenommen werden. In einer Gruppensitzung kann Religion als zentrales Thema behandelt und besprochen werden, indem man mit einer Klientin oder einem Klienten diskutiert, oder aber mit der gesamten Gruppe. Wenn die Religion ein wichtiges Thema für alle Klientinnen und Klienten ist, kann es sinnvoll sein, die gesamte Gruppe einzubinden. In dieser Diskussion ist es unerlässlich, zwischen religiösen Normen und der Spiritualität zu unterscheiden. Normen beziehen sich in der Regel auf die Beziehungen zwischen der Menschheit, ihrer Spiritualität und einem göttlichen Wesen. In Fällen, in denen religiöse Normen kompromisslos sind, sollte die Betonung auf die persönliche Beziehung zur Gottheit gelegt werden, ohne dabei Hoffnungen zu zerstören oder den Versuch zu unternehmen, Normen abzuändern.

## **Rollenspiele in der Gruppenberatung**

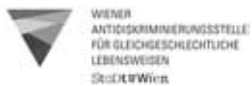
**Ziel:** Mögliche Wege erkunden, um das Problem des persönlichen Dilemmas zu lösen, das sich aus dem Zusammenhang von Religion und Homosexualität ergeben kann.

**Ablauf:** Eine Klientin spielt ein lesbisches Mädchen und eine andere/ein anderer die Rolle einer geistlichen Autorität. Das Mädchen möchte über ihre Konflikte sprechen und sucht geistlichen Beistand. Selbstverständlich kann es auch um einen schwulen Jungen gehen. Sie können die Übung auch dadurch abändern, dass Sie eine bisexuelle Rolle vorgeben. Wechseln Sie nach einigen Minuten die Rollen. Der Rest der Gruppe beobachtet. Alle Klientinnen und Klienten, die eine Rolle spielen möchten, sollen dies auch tun. Wenn die Diskussion zwischen dem Mädchen und der geistlichen Autorität keine neuen Gesichtspunkte hervorbringt, bitten Sie die Gruppe darum, anzugeben, was sie als Spielende und als Zuschauer bemerkt und gefühlt haben.

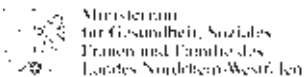
**Zu beachten:** Falls die Klientinnen oder Klienten zögern, eine lesbische Frau oder einen schwulen Mann zu spielen, übernehmen Sie selbst zuerst die Rolle der Lesbe/des Schwulen. Es könnte helfen, wenn Sie die Rolle nicht ganz stimmig spielen; dies regt die Teilnehmenden dazu an, die Darstellung dieser Rolle zu übernehmen und weiter zu entwickeln.



SchLAu NRW



WIENER  
ANTIDISKRIMINIERUNGSTELLE  
FÜR GLEICHGESCHLECHTLICHE  
LEBENSWEISEN  
DIVERSITYWIEN



Ministerium  
für Gesundheit, Soziales,  
Frauen und Familie des  
Landes Nordrhein-Westfalen

**NRW.**

### **Impressum**

Mit Vielfalt umgehen.  
Sexuelle Orientierung und  
Diversity in Erziehung und  
Beratung

### **Herausgeber**

Ministerium für Gesundheit,  
Soziales, Frauen und Familie des  
Landes Nordrhein-Westfalen,  
D-40190 Düsseldorf  
[www.mgsff.nrw.de](http://www.mgsff.nrw.de)

### **Online-Version**

[www.diversity-in-europe.org](http://www.diversity-in-europe.org)

### **Autorinnen und Autoren**

Pascal Belling, Flora Bolter,  
Peter Dankmeijer, Martin Enders,  
Margherita Graglia, Karen Kraan,  
Stefan Timmermanns,  
Wolfgang Wilhelm

### **Geschichten**

Adriana Stern

### **Evaluation**

Rutgers Nisso Groep, Floor Bakker,  
Ine Vanwesenbeeck

Die Urheberrechte liegen beim  
Herausgeber. Vervielfältigung oder  
Nachdruck, auch auszugsweise,  
ist nur unter Angabe der Quelle  
gestattet.

Erstellt mit freundlicher Unter-  
stützung des Aktionsprogramms  
der Europäischen Gemeinschaft  
zur Bekämpfung von Diskrimi-  
nierungen.

Düsseldorf, August 2004

