

Awareness-Konzept für das digitale Regenbogenparlament „Das ist doch utopisch?!“ - Inspiration und Strategien für hoffnungsvolles Arbeiten

des LSVD⁺ – Verband Queere Vielfalt im Kooperations-verbund
„Selbstverständlich Vielfalt“

am 17.09.2025

Inhalt

1. Einführung.....	2
2. Selbstverständnis	3
3. Awareness-Prinzipien	5
4. Awareness beim Online-Fachtag	6
4.1. Vor der Veranstaltung	6
4.2. Während der Veranstaltung	6
4.3. Nach der Veranstaltung.....	7
5. Begriffs-Erklärungen/Glossar	8
6. Ressourcen-Sammlung.....	15

1. Einführung

Mit dem Awareness-Konzept will der LSVD⁺ - Verband Queere Vielfalt e.V. erreichen, dass die Menschen beim digitalen Regenbogenparlament am 17.09.2025 respektvoll miteinander umgehen.

Der LSVD⁺ - Verband Queere Vielfalt e.V. gehört zu einem Kooperations-verbund. Ein Kooperations-verbund ist eine Gruppe von Vereinen, die sich mit einem Thema besonders gut auskennen. Der Kooperations-verbund, zu dem der LSVD⁺ gehört, kennt sich mit dem Thema „Vielfalt“ gut aus. Er heißt "Selbstverständlich Vielfalt".

Dazu gehören

- die Akademie Waldschlösschen
- der Bundesverband Trans* e.V.
- der Verein Queere Bildung e.V.
- und der Verein Intergeschlechtliche Menschen e.V.

Der LSVD⁺ arbeitet mit ihnen zusammen. Ihr Ziel ist: Es soll weniger feindliche Einstellungen und feindliches Verhalten gegen queere und trans* Menschen geben. Die Gesellschaft soll umdenken.

Der Verbund wird finanziell vom Bundesprogramm "Demokratie leben!" unterstützt.

Der Kooperations-verbund will, dass sich alle Teilnehmenden auf ihren Treffen und bei Workshops wohl und sicher fühlen. Dafür hat es das Awareness-Konzept verfasst. Es soll dafür sorgen, dass alle Menschen zu den Veranstaltungen kommen können, die sich dafür interessieren. Dass niemand zu Hause bleibt, weil er sich nicht traut, hinzugehen oder online dabei zu sein. Es soll eine respektvolle Atmosphäre bei ihren Veranstaltungen herrschen.

Das Awareness- Konzept und alle Informationen dazu stehen auf der Website <https://tinyurl.run/RBP> , auch auf Englisch.

Das Wort „Awareness“ kommt aus dem Englischen. Es bedeutet „Bewusstsein“ und „Achtsamkeit“. Menschen sollen erkennen, wie wichtig Vielfalt ist. Es soll ihnen bewusst werden. Insbesondere sexuelle und romantische Orientierung und Geschlechts-Identität sind vielfältig. Sexuelle oder romantische Orientierung bedeutet, zu welchem Geschlecht oder welchen Geschlechtern sich jemand hingezogen fühlt. Geschlechts-Identität gehört zur persönlichen Identität. Es geht um die Frage, ob ein Mensch sich selbst mit dem Geschlecht identifiziert, das ihm zugewiesen wurde.

Das Awareness-Konzept beschäftigt sich mit respektvollem Verhalten untereinander. Es geht darum, sich gegenseitig zu unterstützen und füreinander da zu sein. Bei den Veranstaltungen soll eine Atmosphäre sein, in der sich alle wohl und sicher fühlen. Übergriffe oder diskriminierendes Verhalten soll es nicht geben.

Das ist noch nicht überall so. Es braucht Zeit, Dinge zu verändern. Deshalb verändern wir auch unser Konzept, wenn es nötig ist. Alle, die Fragen haben, oder etwas am Awareness-Konzept besonders gut oder nicht so gut finden, können uns eine Mail schicken. Unsere Mail-Adresse ist: koordinierungsstelle@lsvd.de

2. Selbstverständnis

Der LSVD⁺ - Verband Queere Vielfalt e.V. setzt sich für Lesben, Schwule, Bisexuelle, trans*, intergeschlechtliche, asexuelle, aromantische, agender und queere Menschen (LSBTIAQ*) ein. Sein Ziel ist: LSBTIAQ*-Menschen in Deutschland sollen ohne Angst leben können. Denn sie haben das Recht, sich von anderen Menschen zu unterscheiden. Also anders zu sein.

Der LSVD⁺ fordert:

- Alle Menschen dürfen anders sein: Jederzeit und egal, wo sie sind.
- Sie sollen an allem gleichberechtigt teilhaben.
- Sie sollen vor Diskriminierung geschützt sein.

Der LSVD⁺ wehrt sich gegen Ansichten und Verhaltens-Weisen, die sich gegen LSBTIAQ*-Menschen oder gegen die Demokratie richten. Der LSVD⁺ wehrt sich gegen demokratie-feindliche Haltungen und menschen-feindliche Weltbilder.

Der LSVD⁺ will die Menschen stärken. Er will ihre Regenbogen-Kompetenz fördern. Regenbogen-Kompetenz heißt: Gutes Zusammen-Leben mit anderen, ganz verschiedenen Menschen. Es geht um gegenseitigen Respekt. Alle Menschen dürfen so sein, wie sie sein wollen. Sie gehen gut miteinander um.

Diskriminierung kann sehr unterschiedlich sein. Wenn mehrere Arten von Diskriminierung zusammenkommen, können sie sich verstärken oder verändern. Der LSVD⁺ hat das im Blick. Das nennt sich: intersektionale Perspektive (siehe Seite 12, MEHRFACH-MARGINALISIERUNG). Gerade in diesem Bereich ist es dem LSVD⁺ wichtig, sich weiterzubilden. Die Menschen im LSVD⁺ wollen lernen, immer genauer hinzusehen.

Der LSVD⁺ hat in seiner Arbeit eine diskriminierungs-kritische Haltung (siehe Seite 11: Fehler-Freundlichkeit). Das heißt: Der LSVD⁺ hat erkannt: Wir alle sind mit diskriminierenden Bildern und Vorstellungen aufgewachsen. Das bedeutet: Wir diskriminieren, ohne das bewusst zu wollen. Es geht darum, sich das klar zu machen. Es geht darum, diese Bilder und Vorstellungen zu erkennen und aufzugeben.

Bei unseren Veranstaltungen wollen wir für alle Teilnehmenden einen respektvollen und wertschätzenden Raum für

- Weiterbildung
- Austausch
- Vernetzung und
- Empowerment (siehe Seite 11, EMPOWERMENT) schaffen: egal, ob in Präsenz oder online.

Alle Menschen sollen sich bei unseren Veranstaltungen sicher und wohl fühlen. Wir lassen kein diskriminierendes, abwertendes oder übergriffiges Verhalten zu. Das akzeptieren wir nicht:

- Anti-Semitismus (siehe Seite 9),
- Rassismus (siehe Seite 10),
- Ableismus (siehe Seite 8),
- Sexismus (siehe Seite 13),
- Anti-Ziganismus (siehe Seite 9),
- Alters-Diskriminierung (siehe Seite 9),
- Muslim*innen-Feindlichkeit (siehe Seite 12),
- Klassismus (siehe Seite 11),
- LSBTIAQ*-Feindlichkeit (siehe Seite 11) noch
- Hass und Hetze.

Uns ist bewusst: Wir müssen in einem fort lernen, wie Barriere-Abbau und Awareness erreicht werden. Wir müssen auch lernen, wie Projekt-Gestaltung funktioniert, die Menschen in ihrer Unterschiedlichkeit erkennt.

Wir möchten Safer Spaces (siehe Seite 13, SAFER SPACES) schaffen. Wir wissen aber: Einen hundertprozentigen Schutz gibt es nicht. Manchmal werden vielleicht auch bei uns Menschen unbewusst verletzt. Oder sie müssen eine übergriffige Situation erleben. Dann versprechen wir: Wir helfen den Betroffenen. Ohne Wenn und Aber. Wir tun alles, um sie zu unterstützen - so gut es geht.

3. Awareness-Prinzipien

Definitions-Macht: Definitions-Macht bedeutet: Betroffene sagen selbst, was für sie einen Übergriff oder Gewalt ist. Wir richten uns danach.

Parteilichkeit: Parteilichkeit bedeutet: Das Awareness-Team tritt immer für den Schutz und die Bedürfnisse der Betroffenen ein.

Das Wort „awareness“ kommt aus dem Englischen. Es bedeutet so etwas wie „Bewusstsein“ oder „Aufmerksamkeit“, „Sensibilität“ (siehe Seite 2, Einführung).

Wir glauben: Mit einem Awareness-Konzept können wir auf unseren Veranstaltungen dafür sorgen, dass es immer weniger übergriffiges Verhalten oder schwierige Situationen gibt. Und wir können Menschen bei übergriffigem Verhalten oder in schwierigen Situationen unterstützen. Ganz besonders unterstützen wir die Menschen, die verschiedene Formen von Diskriminierung erfahren haben. Ihre Diskriminierung hängt oft mit der gesellschaftlichen Struktur zusammen: Zum Beispiel, wenn es in sozial schwächeren Stadtteilen keine gut eingerichteten Schulen oder Berufsschulen gibt.

Wenn eine Person sagt, sie hat bei unserer Veranstaltung übergriffiges Verhalten oder eine bedrohliche Situation erlebt, dann glauben wir ihr das. Die Bedürfnisse und Wünsche dieser Person sind bei der Awareness-Arbeit ganz wichtig. Das bedeutet: Unsere Awareness-Arbeit ist „Betroffenen-zentriert.“ Sie ist parteiisch und solidarisch. Das bedeutet: Wir stehen auf der Seite der Betroffenen und unterstützen sie.

Unsere Awareness-Personen dürfen über einen Vorfall nicht ohne Erlaubnis mit einer anderen Person reden. Das bedeutet: Sie haben eine Schweigepflicht. Alle Vorfälle, Gespräche und persönlichen Daten sind vertraulich.

4. Awareness beim digitalen Regenbogenparlament

4.1. Vor der Veranstaltung

Wir kümmern uns darum, dass es kaum oder immer weniger Barrieren gibt.

Wir beauftragen zwei Gebärdensprach-Dolmetschende für unseren Fachtag. Die Dolmetschenden sind bei allen Vorträgen und Diskussionen im Hauptraum dabei. Sie begleiten auch eins der Wahlangebote. Welches Wahlangebot das ist, wird vorher mit den Menschen besprochen, die eine Übersetzung brauchen. Bei der Anmeldung fragen wir, welche Wünsche und Bedürfnisse die Teilnehmenden haben. Bei der Anmeldung werden all diese Informationen mitgeteilt. Wir fragen genau nach, was die Teilnehmenden benötigen.

Das Awareness-Konzept gibt es auf Deutsch, Englisch und auf Deutsch in einfacher Sprache. Das schreiben wir in unsere E-Mails, die wir vor der Veranstaltung verschicken.

Es gibt ein Awareness-Team von zwei Personen. Sie wissen genau, was sie zu tun haben. Das Awareness-Team ist online im Haupt-Raum und kann über den Chat kontaktiert werden. Sie können eigene Gesprächsräume öffnen, um mit Menschen zu sprechen, die Hilfe brauchen. Das Awareness-Team kann auch Personen von der Veranstaltung ausschließen.

Die Tages-Moderation, die Referent*innen und die Mitarbeitenden erfahren, dass es ein Awareness-Konzept gibt. Das wird auch während der Veranstaltung öfter gesagt.

4.2. Während der Veranstaltung

Die Tages-Moderation weist auf das Awareness-Team hin. Alle Anwesenden wissen dann darüber Bescheid, dass es ein Awareness-Team gibt. Die Awareness-Personen haben in ihrem Namen „AWARENESS“ stehen (zum Beispiel: „AWARENESS_Vorname_Nachname_(Pronomen[optional])“). Sie können im Haupt-Raum über den Chat angesprochen werden. Das Awareness-Team ist auch während der Workshops im Haupt-Raum ansprechbar.

Wenn sie Übergriffe oder eine bedrohliche Situation mitbekommen, sprechen sie die betroffene Person an. Sie fragen, wie es ihr geht und ob sie etwas für sie tun können. Wenn die Person sagt, sie hat einen Übergriff erfahren, dann glauben ihr die Awareness-Personen. Das bedeutet, dass sie nichts erklären muss. Sie wird ernstgenommen und so unterstützt, wie sie sich das wünscht. Das kann beispielsweise so aussehen:

- Die Person kann ein offenes Gespräch mit den Awareness-Personen führen.
- Sie kann eine Pause machen, um sich zu erholen. Vielleicht kommt sie dann wieder zur Veranstaltung zurück. Oder sie kann sie sicher verlassen.
- Die Awareness-Team sagt ihr, an welche Anlauf-Stelle sie sich wenden kann
- Vielleicht möchte die Person, dass das Awareness-Team mit der übergriffigen Person spricht.
- Oder sie sollen ein Gespräch zwischen der übergriffigen Person und der Betroffenen begleiten.
- Vielleicht wünscht sich die betroffene Person, dass die übergriffige Person nicht mehr an der Veranstaltung teilnehmen soll. Dann hat die übergriffige Person das Recht, etwas dazu zu sagen.

Bei allem wird darauf geachtet, dass es der betroffenen Person gutgeht. Das Awareness-Team macht nichts, was die Person sich nicht wünscht. Die Awareness-Personen gehen vorsichtig mit der betroffenen Person um. Sie bedrängen sie nicht. Sie beschützen die betroffene Person ohne Wenn und Aber und

stehen an ihrer Seite. Das nennt sich: Prinzip der Parteilichkeit.

4.3. Nach der Veranstaltung

Wenn es einen Übergriff gegeben hat, telefoniert das Awareness-Team in der folgenden Woche mit der betroffenen Person. Das soll ihr helfen, mit der Situation klarzukommen. Danach werden alle persönlichen Daten der betroffenen Person (zum Beispiel die Telefonnummer) sofort gelöscht.

Das Awareness-Team bekommt nach der Veranstaltung genügend Zeit und die Möglichkeit, für sich selbst zu sorgen. Das nennt sich: Self-Care.

Nach einer Veranstaltung mit einem Übergriff besprechen sich die Awareness-Personen mit den verantwortlichen LSVD⁺-Mitarbeitenden. In dem Gespräch können sie sich über den Vorfall und das weitere Vorgehen unterhalten, ohne die Namen der Beteiligten zu nennen. Sie können überlegen, wie sie die Menschen auf Veranstaltungen von vornherein noch besser geschützt können.

5. Begriffs-Erklärungen/Glossar

Wir wollen eine diskriminierungs-sensible Sprache verwenden. Das ist uns wichtig. Deshalb erklären wir einige Begriffe der diskriminierungs-sensiblen Sprache. Zuerst erklären wir, was diskriminierungs-sensible Sprache ist:

Diskriminierungs-sensible Sprache bezieht alle Menschen ein. Sie ist nicht diskriminierend. Sie ist nicht sexistisch oder rassistisch. Sie entwickelt sich immer weiter. Sie verändert sich. Alle, die eine andere Definition von den Wörtern kennen, die wir hier erklären, können uns mailen:

koordinierungsstelle@lsvd.de

ABLEISMUS

Ableismus bedeutet:

- Menschen mit körperlicher oder psychischer Beeinträchtigung
- oder Menschen mit Lernschwierigkeiten

werden ausgeschlossen oder ausgegrenzt.

Ableismus ist: Wenn Menschen glauben, diese Menschen sind weniger wert. Weil sie etwas nicht können. Zum Beispiel gehen. Aber alle Menschen sind gleich viel wert.

Ableismus kommt aus dem Englischen. Es wird gesprochen: Ab-le-is-mus. Es klingt so wie „Rassismus“ oder „Sexismus“. Das ist Absicht, weil Ableismus auch eine Diskriminierung ist. So wie Rassismus oder Sexismus.

Auch eine positive Äußerung kann eine Diskriminierung sein. Zum Beispiel: Wenn Menschen im Rollstuhl dafür gelobt werden, dass sie sich die Haare kämmen können¹. Denn sie können ganz alltägliche Dinge genauso gut erledigen wie Menschen ohne Beeinträchtigung.

Menschen mit BeHinderung sind ganz unterschiedlich. Es hängt von vielen Dingen ab,

- was sie erlebt haben,
- wer sie sind und
- was sie aus ihrem Leben machen.

Zum Beispiel von ihrer sexuellen Orientierung, ihrer geschlechtlichen Identität, ihrer Hautfarbe, ihrer Herkunft oder ihrer Religion.

Wir schreiben hier: BeHinderung, also mit einem großen „H“. Wir wollen damit zeigen, dass behinderte Menschen nicht „be-hindert **sind**“, sondern „be-hindert **werden**“. Zum Beispiel, wenn sie mit dem Rollstuhl Bahn fahren wollen, aber es im Bahnhof nur Treppen zum Bahnsteig gibt. Es ist eine äußere Schwierigkeit. Es ist kein innerer Zustand des Menschen. Wir haben diese Schreibweise vom „Inklusiven Queeren Zentrum Berlin“ übernommen.

¹ Siehe Fachstelle Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung, <https://www.teilhabeberatung.de/woerterbuch/ableismus>

ALTERS-DISKRIMINIERUNG

Alters-Diskriminierung bedeutet: Menschen werden wegen ihrem Alter benachteiligt.

- Sie werden sozial benachteiligt. Das bedeutet: Sie dürfen nicht überall dabei sein.
- Sie werden ökonomisch benachteiligt: Das bedeutet. Sie bekommen weniger Geld als andere Menschen.

Oft werden jüngere und ältere Menschen besonders diskriminiert. Und Menschen, die keine Männer sind, behinderte und kranke Menschen.² Zum Beispiel auf dem Arbeitsmarkt. Sie bekommen dann keine guten Arbeitsstellen mehr. Oder sie werden schlecht bezahlt.

ANTI-FEMINISMUS

Anti-Feminismus bedeutet: Es gibt Gruppen, die sich organisiert haben. Sie sind gegen Feminismus sind. Diese Gruppen sind zum Beispiel politisch oder religiös. Es sind Menschen, die studiert haben oder viele unterschiedliche Menschen aus der Gesellschaft.

Feminismus will, dass Menschen gleich-berechtigt sind. Frauen sollen selbst bestimmen, wie sie leben wollen. Feminismus ist gegen Sexismus.

Anti-Feminismus ist dafür. Er ist gegen Selbst-Bestimmung von Frauen. Er ist gegen Gleich-Berechtigung.³

Anti-feministische Gruppen sind oft extrem religiös oder rechts. Sie wollen zum Beispiel nicht, dass in Schulen und Kitas über LSBTIAQ*-Menschen und ihre Lebensweisen gesprochen wird. Das nennen sie dann ganz falsch: Früh-Sexualisierung. Das soll bedeuten: Die Kinder sollen sich angeblich viel zu früh mit Sexualität von LSBTIAQ*-Menschen beschäftigen. LSBTIAQ*-Menschen sind Menschen, die lesbisch, schwul, bisexuell, trans*, inter, asexuell, aromantisch, agender oder queer sind. Das Sternchen* soll alle Geschlechter und Identitäten sichtbar machen. Das können mehr sein als nur „Mann“ und „Frau“.

ANTI-SEMITISMUS

Anti-Semitismus bedeutet: Diskriminierung von jüdischen Menschen. Menschen, die jüdische Personen hassen, glauben: Jüdinnen* und Juden haben dieselbe Religion. Sie haben den gleichen Charakter oder gleiche biologische Merkmale wie Aussehen oder Körpergröße. Deshalb sind für sie alle Jüdinnen* und Juden gleich. Das stimmt aber nicht.

Anti-Semitismus kann sich gegen einzelne Menschen oder auf jüdische Gruppen oder jüdische Organisationen, zum Beispiel Vereine, richten.⁴

ANTI-ZIGANISMUS

Anti-Ziganismus bedeutet: Rassismus gegen Rom*nja und Sinti*zze. Sie werden ausgegrenzt, weil sie Rom*nja und Sinti*zze sind. Das sind Gruppen von Menschen, die schon lange in Europa bzw. Deutschland leben. Aber es sind keine großen Gruppen, sondern wenige Menschen, also eine Minderheit.

² Quelle: Antidiskriminierungsstelle des Bundes, <https://www.antidiskriminierungsstelle.de/DE/ueber-diskriminierung/diskriminierungsmerkmale/alter/alter-node.html>

³ Vgl. Amadeu-Antonio-Stiftung, <https://www.amadeu-antonio-stiftung.de/antifeminismus/was-ist-antifeminismus/>

⁴ Quelle: Vielfalt.Mediathek, <https://www.vielfalt-mediathek.de/kurz-erklaert-antisemitismus>

In Deutschland sind es noch nicht mal 1 Prozent der Bevölkerung. Rom*nja und Sinti*zze sind keine einheitlichen Gruppen, sie sind ganz unterschiedlich.

Manche Rom*nja und Sinti*zze finden den Begriff Anti-Ziganismus nicht gut. Denn er klingt fast wie ein sehr abwertender Begriff für sie. Andere Rom*nja und Sinti*zze finden es richtig, auf diese Abwertung aufmerksam zu machen.⁵ Deshalb finden sie den Begriff Anti-Ziganismus gut.

BARRIERE-ABBAU

Barrieren sind Hindernisse. Sie halten Menschen von etwas ab. Sie schränken Menschen ein. Zum Beispiel, wenn Menschen mit körperlichen und/oder geistigen Behinderungen (siehe Seite 8, ABLEISMUS) keinen Zugang zu Veranstaltungen haben. Es gibt viele Barrieren, die ein gleichberechtigtes Miteinander aller Menschen verhindern. Barriere-Abbau ist, wenn diese Hindernisse gezielt beseitigt werden. Die Menschen werden dann ent-hindert.⁶

BIPOC/B(I)POC

"BIPOC" ist eine Abkürzung. Damit sind Schwarze, Indigene und People of Colour gemeint. Sie haben den Begriff selbst gewählt. Es sind Menschen, die Rassismus erlebt haben. Sie haben Rassismus erlebt, weil andere Menschen sie als nicht weiß ansehen.

Der Begriff BIPOC steht aber nicht für die Hautfarbe oder die Herkunft. Er steht dafür, dass diese Menschen Rassismus erlebt haben. Er soll die besondere Gewalt und Diskriminierung deutlich machen. Er steht auch dafür, dass die weißen Menschen in unserer Gesellschaft mehr Macht haben als die Menschen, die sich „BIPOC“ nennen. Deshalb ist der Begriff „BIPOC“ politisch. Denn er betrifft das Zusammenleben von Menschen in unserem Staat. Auch Aktivist*innen und Wissenschaftler*innen benutzen diesen Begriff. Aktivist*innen sind Menschen, die sich für gesellschaftliche Veränderung einsetzen.⁷

BLACK/SCHWARZ

Die Bezeichnung „Schwarz“ steht nicht für eine Hautfarbe. Sie steht dafür, dass Menschen als Schwarze wahrgenommen werden und deshalb Rassismus erleben. Deshalb wird „Schwarz“ großgeschrieben. „Schwarzer Mensch“ ist eine Selbstbezeichnung. Das bedeutet: Menschen, die Rassismus erleben und ausgegrenzt werden, nennen sich selbst so. Dadurch bekommen sie ein größeres Zusammengehörigkeits-Gefühl.⁸

CIS-GENDER/CIS-GESCHLECHTLICH

Cis-geschlechtlich oder „cis“ sind Menschen, die sich mit dem Geschlecht identifizieren, das bei ihrer Geburt eingetragen wurde. Es ist richtig und passend für sie.

⁵ Quelle: Bundeszentrale für politische Bildung, <https://www.bpb.de/themen/rassismus-diskriminierung/anti-ziganismus/>

⁶ Quelle: Lebenshilfe, <https://www.lebenshilfe.de/informieren/wohnen/barrierefreiheit-fuer-menschen-mit-behinderung>

⁷ Zitat: Universität zu Köln, <https://vielfalt.uni-koeln.de/antidiskriminierung/glossar-diskriminierung-rassismus-kritik/bipoc>

⁸ Vgl. Amnesty International/Jamie Schearer, Hadija Haruna, Initiative Schwarze Menschen in Deutschland (ISD), <https://www.amnesty.de/glossar-fuer-diskriminierungssensible-sprache>

EMPOWERMENT

Empowerment ist ein englisches Wort. Es spricht sich: Em-pau-er-ment. Es bedeutet: Selbst-Ermächtigung.⁹ Das meint: die eigene Stärke zu erkennen und zu benutzen, um Ziele zu erreichen. Zum Beispiel: die Handlungsfreiheit von Menschen verbessern. Oder ihre Freiheit fördern, Entscheidungen zu treffen. Es geht darum, Selbst-Ermächtigung zu stärken.

FEHLER-FREUNDLICHKEIT

Alle, die versuchen, diskriminierungskritisch zu leben, begehen Fehler: Diskriminierungskritisch bedeutet: Wir leben in einer Gesellschaft, in der es Diskriminierung gibt. Diskriminierung ist uns gut vertraut. Wir diskriminieren, ohne das bewusst zu wollen. Deshalb ist es klar, dass wir Fehler begehen, wenn wir anfangen, ohne Diskriminierung leben zu wollen. Oder mit weniger Diskriminierung.

Es ist wichtig, sich die Fehler nicht übel zu nehmen, Es ist auch wichtig, sich gegenseitig zu unterstützen. Das gibt Kraft und motiviert, sich weiter für wichtige Themen einzusetzen.¹⁰

KLASSISMUS

Klassismus ist die Herabwertung, Ausgrenzung und Diskriminierung aufgrund der Klassenherkunft und/oder aktuellen Klassenposition einer Person oder ihrer Herkunftsfamilie). Als Unterdrückungsmechanismus kann Klassismus Betroffene in allen Lebensbereichen beeinträchtigen, sei es in der Bildung, im Berufsalltag, im Gesundheitssystem, in verschiedenen Sozialräumen, politisch, usw.¹¹

LSBTIAQ*

LSBTIAQ* ist eine Abkürzung. Sie entsteht durch die Anfangs-Buchstaben folgender Wörter:

- Lesben/lesbisch
- Schwule/schwul
- Bisexuelle/bisexuell
- trans* (Menschen)
- intergeschlechtliche Menschen/intergeschlechtlich
- asexuelle Menschen/asexuall, aromantische Menschen/aromantisch, agender (Menschen)
- queere Menschen/queer.

Lesbische Menschen fühlen sich körperlich überwiegend von Frauen angezogen.

Schwule Menschen lieben und begehren überwiegend Männer.

Bisexuelle Menschen begehren und lieben Menschen unabhängig von deren Geschlecht.

⁹ Bundeszentrale für politische Bildung, <https://www.bpb.de/kurz-knapp/lexika/politiklexikon/296315/empowerment/>; Quelle: Schubert, Klaus/Martina Klein: Das Politiklexikon. 7., aktual. u. erw. Aufl. Bonn: Dietz 2020. Lizenzausgabe Bonn: Bundeszentrale für politische Bildung

¹⁰ Vgl. Stapeltor, https://www.stapeltor.de/wp-content/uploads/2022/10/ST_Awareness_Booklet_Screen_01.pdf

¹¹ Vgl. Seeck, Francis (2022): Zugang verwehrt. Keine Chance in der Klassengesellschaft: Wie Klassismus soziale Ungleichheit fördert. Zürich: Atrium Verlag; vgl. Gleichstellungsportal, <https://www.gleichstellungsportal.de/abc-der-gleichstellung/klassismus>

trans* ist der Oberbegriff für alle Personen, die sich einem anderen Geschlecht zugehörig fühlen als mit dem bei der Geburt eingetragenen Geschlecht.

Intergeschlechtliche Menschen oder Inter* haben Körper, die sich nicht eindeutig als „männlich“ und „weiblich“ einordnen lassen.

Asexuelle Menschen fühlen keine oder wenig sexuelle Anziehung zu Anderen.

Aromantische Menschen fühlen keine oder wenig romantische Anziehung zu Anderen.

Agender Menschen identifizieren sich mit keinem Geschlecht.

Das Sternchen * steht für alle nicht-heterosexuellen und/oder nicht cis-geschlechtlichen Identitäten, die es noch gibt und die hier nicht beschrieben sind.

Queer ist manchmal ein Sammel-Begriff für LSBTIA-Personen. Queer nennen sich aber auch Menschen, die anders sind als die meisten Menschen in der Gesellschaft. Queere Menschen denken nicht: Männer lieben nur Frauen. Frauen lieben nur Männer.

MEHRFACH-MARGINALISIERUNG

Marginalisierung bedeutet: ins Abseits schieben. Menschen und Gruppen von Menschen werden an den Rand der Gesellschaft gedrängt. Manche Menschen oder Gruppen sind von mehreren Diskriminierungen betroffen. Sie sind: mehrfach-marginalisiert. Zum Beispiel: Ein Schwarzer, behinderter trans* Mann erlebt Rassismus gegen Schwarze, Behindertenfeindlichkeit, Barrieren und Trans*feindlichkeit. Das nennt sich auch: Intersektionalität. Diesen Begriff gibt es seit 1989. Er stammt von Kimberlé Crenshaw (Ihr Nachname spricht sich: Kren-scho). Sie ist Juristin und Aktivistin, das heißt: Sie nimmt an Aktionen gegen Diskriminierung teil.) Wenn eine Person verschiedene Formen von Diskriminierung erlebt, lassen sich nicht richtig voneinander trennen. Sie belasten den Menschen aber enorm.

MUSLIM*INNEN-FEINDLICHKEIT:

Muslim*innen-Feindlichkeit bedeutet: Muslim*innen werden aufgrund ihrer Religion benachteiligt, ausgegrenzt, angefeindet oder sogar angegriffen. Muslim*innen-feindliche Menschen sagen schlechte Sachen über Muslim*innen: Sie sind rückständig und gefährlich. Ihre Religion unterdrückt sie. Sie können sich nicht in die Gesellschaft in Deutschland einleben. Damit drücken muslim*innen-feindliche Menschen aus: Sie gehören nicht „zu uns“, sie haben eine andere Religion, eine andere Kultur und sollen nicht in „unserem“ Land leben.¹² Weil Muslim*innen auch oft rassistisch diskriminiert werden, spricht man auch von anti-muslimischem Rassismus.

QUEER-FEINDLICHKEIT

Queer-Feindlichkeit bedeutet: Diskriminierung, Gewalt und Hass gegenüber LSBTIAQ*Personen (siehe Seite 11, LSBTIAQ*).

¹² Vgl. Bundesministerium des Inneren und für Heimat, https://www.bmi.bund.de/SharedDocs/downloads/DE/publikationen/themen/heimat-integration/BMI23006-muslimfeindlichkeit.pdf;jsessionid=56444ABFE53C73637E40F2FD08471431.1_cid295?__blob=publicationFile&v=17

SAFER SPACE

Safer Spaces sind spezielle geschützte Räume. Dort können sich Menschen, die diskriminiert werden, treffen und miteinander reden. Die Räume sind nicht absolut sicher, denn nichts ist vollkommen sicher. Sie sind aber sicherer als andere Räume, weil sie von Betroffenen für Betroffene angeboten werden. Es gibt zum Beispiel queere Safer Spaces, Safer Spaces für Schwarze Menschen, Safer Spaces für Menschen mit Behinderungen usw.¹³

SEXISMUS

Sexismus bedeutet:

- Benachteiligung,
- Abwertung,
- Verletzung und
- Unterdrückung

einer Person oder einer Gruppe aufgrund des Geschlechts. Sexismus ist auch die Vorstellung, dass Geschlechter eine Reihenfolge haben. Zum Beispiel: Männer sind mehr wert als Frauen.¹⁴ Sexismus kann sich gegen alle Geschlechter richten. Es sind aber hauptsächlich Mädchen und Frauen sowie nicht eindeutig männliche oder weibliche Personen betroffen.¹⁵

SEXUALISIERTE GEWALT

Sexualisierte Gewalt sind körperliche Übergriffe wie Vergewaltigung, sexuelle Nötigung oder sexueller Missbrauch. Auch sexuelle Belästigungen und aufgedrängte Gespräche über Sexualität zählen dazu: Zum Beispiel

- unanständige Worte und Gesten,
- aufdringliche Blicke,
- das Zeigen oder Zusenden von Pornografie.

Sexualisierte Gewalt wertet Menschen ab, demütigt und erniedrigt sie.

Sexualisierte Gewalt gibt es häufig in unserer Gesellschaft. Umfragen zeigen, dass zwei von drei Frauen in ihrem Leben sexuelle Belästigung erfahren. Frauen mit Behinderung sind häufiger von sexueller Gewalt betroffen als Frauen ohne Behinderung. Die Täter sind meist Männer. Manchmal sind aber auch Männer Opfer von sexueller Gewalt.¹⁶

SOLIDARITÄT

Solidarität bedeutet: Menschen stehen füreinander ein und sich unterstützen sich gegenseitig. Sie haben davon keine besonderen Vorteile. Anderen Menschen gegenüber solidarisch zu sein, kann bedeuten:

- mit ihnen gemeinsam für ihre Interessen zu demonstrieren,

¹³ Vgl. Migrationsrat Berlin e.V., <https://www.migrationsrat.de/glossar/safer-space/>

¹⁴ Vgl. Bundeszentrale für politische Bildung, <https://www.bpb.de/kurz-knapp/lexika/lexikon-in-einfacher-sprache/331402/sexismus/>

¹⁵ Vgl. Bündnis gegen Sexismus, <https://www.gemeinsam-gegen-sexismus.de/ueber-sexismus/wissen-ueber-sexismus/>

¹⁶ Vgl. Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, <https://www.bmfsfj.de/bmfsfj/themen/gleichstellung/frauen-vor-gewalt-schuetzen/haeusliche-gewalt/formen-der-gewalt-erkennen-80642>

- sie finanziell zu unterstützen oder
- ihnen zu helfen, wenn sie diskriminiert werden.

Solidarität mit Personen oder Gruppen, die mehrfach marginalisiert sind (siehe Seite 12, MEHRFACH-MARGINALISIERUNG) ist besonders wichtig.

TRANS*-FEINDLICHKEIT

Trans*-Feindlichkeit bedeutet: trans* Personen werden diskriminiert, gehasst und angegriffen werden. Das können körperliche Angriffe und sogar Mord sein. Manchmal brauchen gewalttätige Menschen nur eine trans* Person zu sehen. Dann schlagen sie brutal zu.

Es ist auch Gewalt, wenn trans* Personen falsch angesprochen werden. Zum Beispiel mit „Frau“ statt mit „Herr“. Oder: mit dem Namen, den sie früher hatten, zum Beispiel „Ulla“ statt „Jochen“.

Manchmal wird auch „Trans*-Phobie“ anstelle von Trans*-Feindlichkeit gesagt. Trans*Phobie bedeutet: Angst vor trans*Personen. Trans*-Feindlichkeit passt aber besser: Denn die Menschen, die trans*Personen angreifen, haben keine Angst vor ihnen. Sie hassen sie.

Das Sternchen * steht für alle Menschen, die trans*sind, sich aber zusätzlich noch anders bezeichnen. Und für die Menschen, die auch trans* sind.

6. Ressourcen-Sammlung

Die folgenden Anlauf-Stellen können Betroffenen weiterhelfen. Betroffene können dort ihre Ressourcen aktivieren: Sie erfahren, wie sie mit der erlebten Situation umgehen können. Dazu nutzen sie ihre eigenen Fähigkeiten und Einstellungen.

Aidshilfe

Die Deutsche Aidshilfe (DAH) ist der Dachverband von rund 115 Organisationen und Einrichtungen in Deutschland. Sie vertritt die Interessen von Menschen mit HIV/Aids in der Öffentlichkeit sowie gegenüber Politik, Wissenschaft und medizinischer Forschung. → <https://www.aidshilfe.de>

Anlauf-Stellen für queere Geflüchtete

Beratungsstellen, Interessensvertretungen, Treffpunkte:

→ <https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1D0NvpwBSaErllOEyo0oUTWvOG5CQNZI&usp=sharing>

Antidiskriminierungs-Beratung Alter, BeHinderung, Chronische Erkrankung

Ob bei der Arbeit, bei einer Behörde, bei der Wohnungssuche oder in der Freizeit – die Fachstelle unterstützt Betroffene, wenn sie diskriminiert werden. (Achtung: Standort Berlin! Telefonberatung möglich)

→ <https://www.diskriminierung-berlin.de>

Bundes-Verband Trans* e.V.

Der Bundesverband Trans* e.V. setzt sich für die Rechte von trans* Personen ein: also Menschen, die sich als

- trans-geschlechtlich,
- transident,
- trans-sexuell,
- trans-gender,
- gender-queer,
- trans*,
- trans,
- nicht-binär,
- Cross-Dresser,
- trans* Frau,
- trans* Mann

bezeichnen oder bezeichneten.

→ <https://www.bundesverband-trans.de/>

Checkit!

Checkit! beraten Dich zu Wirkungen und Risiken psychoaktiver Substanzen und helfen dir bei Fragen zu

Konsum-Verhalten, Abhängigkeit/Sucht und damit zusammenhängenden Themen weiter. Alle Angebote sind anonym, kostenfrei und vertraulich. Die Angebote können sowohl von Betroffenen als auch von Angehörigen genutzt werden!

→ <https://checkit.wien>

LSVD⁺ -Projekt „Fluchtgrund Queer“

Das LSVD⁺-Projekt Fluchtgrund Queer (ehemals „Queer Refugees Deutschland“) vernetzt, unterstützt und berät LSBTIAQ*-Geflüchtete und mit ihnen arbeitende Organisationen in Deutschland.

→ <https://www.queer-refugees.de/>

HateAid

HateAid stärkt als Beratungsstelle und rechtliche Unterstützung gegen Hass und Hetze im Netz die Demokratie im digitalen Raum. Das Projekt tritt an, um die digitale Welt für alle zu einem positiven Ort zu machen. Unabhängig von Geschlecht, Herkunft, Religion und vielem mehr. Das alles mit dem einen Ziel: ein Netz, in dem die Meinungsfreiheit gewahrt und Teilhabe ermöglicht wird. → <https://hateaid.org/das-ist-hateaid/>

Hilfe-Telefon Gewalt gegen Frauen

Anrufende aus dem deutschen Telefon- und Mobilnetz erreichen das Hilfe-Telefon „Gewalt gegen Frauen“ ab sofort unter der neuen Nummer 116 016. Das Beratungs-Angebot ist anonym, kosten-frei, barriere-frei und in 18 Fremd-Sprachen verfügbar.

→ <https://www.hilfetelefon.de/>

Hydra

Treffpunkt und Beratungs-Stelle zu Sexarbeit (Achtung, Standort Berlin! Online-Beratung möglich) → <https://www.hydra-berlin.de/>

Inter-geschlechtliche Menschen e.V.

Inter-geschlechtliche Menschen e.V. setzt sich für ein selbstbestimmtes, diskriminierungsfreies Leben aller Menschen ein. Inter-geschlechtliche Menschen e.V. steht für die Verwirklichung der Menschenrechte ein und wendet sich gegen jede Art der Diskriminierung und Benachteiligung wegen des Geschlechtes im In- und Ausland. (Peer-)Beratungen, Gruppen, Ressourcen verfügbar.

→ <https://im-ev.de>

Mobile Beratung gegen Rechtsextremismus

Der Bundesverband Mobile Beratung ist der Dachverband von rund 50 Mobilen Beratungsteams bundesweit, die seit über 20 Jahren zum Umgang mit Rechtsextremismus, Rassismus, Antisemitismus, Antifemi-nismus und Verschwörungserzählungen beraten. Die Mitarbeitenden vernetzen die Teams, bündeln ihre Expertise, vertreten ihre Interessen und stehen als Ansprechpartner*innen für Politik und Medien zur Verfügung. → <https://bundesverband-mobile-beratung.de>

MuTeS

Hilfe – auch in türkischer Sprache – bietet das muslimische Seelsorge-Telefon "MuTeS" unter 030/44 35 09 821. Die Mitarbeiter*innen dort sind 24 Stunden am Tag erreichbar.

Nummer gegen Kummer

Für Kinder und Jugendliche gibt es die "Nummer gegen Kummer" – erreichbar montags bis samstags von 14 bis 20 Uhr unter 11 6 111 oder 0800/111 0 333. Eine Mailberatung für junge Menschen gibt es auch über die Website „U25 Deutschland“ und über „Jugend-Notmail“

→ <https://www.u25-deutschland.de/>

→ <https://jugendnotmail.de/>

OFEK e.V.

OFEK e.V. ist die erste Fach-Beratungsstelle in Deutschland, die auf Antisemitismus und Community-basierte Beratung spezialisiert ist. OFEK berät, begleitet und unterstützt Betroffene, ihre Angehörigen sowie Zeug*innen antisemitischer Vorfälle und Gewalttaten.

→ <https://ofek-beratung.de/>

queerhandicap

queerhandicap empfehlen Dir Szene-Tipps, Gruppen und Angebote. Viel Spaß beim Stöbern und Ausprobieren! Verein und Ansprechpersonen vor Ort sind gerne für Dich da. Es gibt Gruppen, Beratung und Szene-Touren.

→ <https://www.queerhandicap.de/>

Rad und Tat e.V.

Veranstaltung, Beratung, Kultur für lesbische Frauen jeden Alters mit und ohne Behinderung

→ <https://rut-berlin.de/>

Suizid-Prävention

Das Nationale Suizidpräventionsprogramm für Deutschland (NaSPro) ist ein Fach-Netzwerk für Austausch und Wissensvermittlung zu

Suizid (Selbsttötung)

Suizidalität (die Neigung zur Selbsttötung) und

Suizid-Prävention (Verhütung/Vorbeugung von Selbsttötung).

Darin vernetzt sind Fachleute der Suizid-Prävention und Fachleute aus vielen gesellschaftlichen Bereichen, die von mehr als 90 Institutionen, Organisationen und Verbänden unterstützt werden.

→ <https://www.suizidpraevention.de/>

Telefon-Seelsorge

Über Suizid-Gedanken zu sprechen, ist schwierig. Es braucht Überwindung. Dabei ist gerade das Reden wichtig. Die Telefon-Seelsorge hat hierfür mehrere Angebote entwickelt, um Reden möglich zu machen. Darum ist das Angebot immer einfach zu erreichen, anonym und kostenfrei.

→ <https://www.telefonseelsorge.de>