

Minderheitenstress **UND** Ressourcen. Perspektivwechsel für die Betrachtung sexueller und geschlechtlicher Vielfalt

Vortrag auf dem LSVD-Regenbogenparlament am 08.09.2020

Überblick

1. Perspektivwechsel in der Betrachtung sexueller und geschlechtlicher Vielfalt
2. Minderheitenstress und Vulnerabilität
3. Ressourcen
4. Resilienz
5. Sexuelle und geschlechtliche Vielfalt in der Praxis „mainstreamen“
6. Perspektivwechsel und Zukunftsvision
7. Weiterentwicklung gemeinsamer Werte
8. Umgang mit Angriffen gegen sexuelle und geschlechtliche Vielfalt
9. Literatur

1. Perspektivwechsel in der Betrachtung sexueller und geschlechtlicher Vielfalt

- Dominanz der Defizitperspektive in Forschung und gesellschaftlichem Diskurs (?) über sexuelle und geschlechtliche Vielfalt
- Minderheitenstress und Vulnerabilität sind wichtige Argumente im Kampf gegen Queerfeindlichkeit, viele LSBTIQ* leiden darunter
- Gefahr: einseitige Sicht auf sexuelle und geschlechtliche Vielfalt und negative Konnotation (z.B. für Eltern von LSBTIQ*)
- gelingender Umgang mit Herausforderungen im Coming-out und gestärktes Hervorgehen aus einer evtl. kurzen Phase der Identitätsverwirrung werden nicht wahrgenommen bzw. gewürdigt
- Ressourcen/ Resilienz stärker in den Blick nehmen: „zwei Seiten einer Medaille“ (Oldemeier/Timmermanns 2020)
- Dies soll eine ausgeglichene Beschäftigung mit Minderheitenstress und Ressourcen ermöglichen.

2. Minderheitenstress und Vulnerabilität

- 44% der dt. TN fühlten sich in den letzten 12 Monaten persönlich diskriminiert, weil sie LSBTI sind.
- 13% der dt. TN erlebten in den letzten 5 Jahren körperliche oder sexuelle Übergriffe, weil sie LGBTI sind
- 45% der dt. TN vermeiden es immer oder oft in der Öffentlichkeit mit einem*r gleichgeschlechtlichen Partner*in Händchen zu halten
- 75% der dt. TN erhielten als LSBTI während ihrer Schulzeit selten bzw. nie Schutz oder Unterstützung

(Quelle: EU Fundamental Rights Agency 2020)

Negative Auswirkungen des Minderheitenstresses:

- Suizidrate von LSB 5-6 Mal höher als bei Heterosexuellen, bei TI* noch höher (vgl. Plöderl 2020)
- psychische Erkrankungen (z.B. Depression) 3 mal häufiger als bei heterosexuellen Personen (vgl. Plöderl/Tremblay 2015)
- Substanzgebrauch erhöht (vgl. Graf 2020)

3. Ressourcen

soziale Ressourcen

- unterstützende Freunde, Familienmitglieder
- Community und ihre Infrastruktur (Selbsthilfe, professionelle Beratung und Hilfe)
- verlässliche Informationen über sexuelle und geschlechtliche Vielfalt
- Repräsentation von LSBTIQ* in den Medien (Rollen- bzw. Identifikationsvorbilder)
- Darstellung queerer Lebensweisen in den Medien, Social Media, Internet
- Fachkräfte mit Regenbogenkompetenz, die LSBTIQ* in ihren Einrichtungen unterstützen und sich gegen Diskriminierung einsetzen (z.B. Lehrkräfte, Sozialarbeitende)

(vgl. Timmermanns 2021)

3. Ressourcen

individuelle Ressourcen

- Auswertung von Informationen über queere Lebensweisen und die Community (Internet, Medien, Social Media => Medienkompetenz)
- Wissen über kompetente Hilfs- und Unterstützungsmöglichkeiten (Fach-, Beratungsstellen) sowie deren Erreichbarkeit (vgl. Timmermanns 2021)
- Erklärungsmodelle für Queerfeindlichkeit bestimmter Personengruppen, z.B. Großeltern (vgl. Krell/Oldemeier 2017)
- weitere individuelle Schutz- / bzw. Resilienzfaktoren (vgl. Timmermanns 2021)

4. Resilienz

- Resilienz: psychische Widerstandsfähigkeit gegenüber biologischen und psychosozialen Entwicklungsrisiken sowie die Fähigkeit von Menschen, Krisen im Lebenszyklus unter Rückgriff auf persönliche und sozial vermittelte Ressourcen zu meistern und als Anlass für eine Entwicklung zu nutzen (vgl. Rönau-Böse/Fröhlich-Gildhoff 2015, S. 17).
- Schutz- /Resilienzfaktoren: „Zusammenfassend lässt sich sagen: Mit allen bewältigten Herausforderungen im Zusammenhang mit dem Coming-out steigen nicht nur die sozialen Kompetenzen und Problemlösefähigkeiten, sondern verbessert sich auch die Selbstwahrnehmung und wird der Umgang mit Stress trainiert. Damit steigen die Selbststeuerungskompetenzen und schließlich auch die Selbstwirksamkeitsüberzeugungen. Diese Faktoren tragen dazu bei, dass Nicht-Heterosexuelle genügend Kompetenzen entwickeln, um selbstbestimmt und selbstbewusst zu leben“ (Göth/Kohn 2014, S. 34, Hervorhebungen S.T.).

5. Sexuelle und geschlechtliche Vielfalt in der Praxis „mainstreamen“ (Bildung, Beratung, Gesundheit, Soziale Arbeit)

Regenbogenkompetenz:

Fähigkeit einer professionellen Fachkraft, mit dem Thema sexuelle Orientierung und geschlechtliche Identität professionell und diskriminierungsfrei umzugehen (vgl. Schmauch 2020)

=> Vermittlung in Aus- und Fortbildungen der o.g. Berufsgruppen ähnlich wie Interkulturelle- oder Genderkompetenz

5. Sexuelle und geschlechtliche Vielfalt in der Praxis „mainstreamen“ (Bildung, Beratung, Gesundheit, Soziale Arbeit)

- **Sachkompetenz:** Wissen über Lebenslagen (Coming-out, Depression, Suizid), Diskriminierung und Ressourcen, Rechtslage, Verweisungskompetenz zu Unterstützungsangeboten für LSBTIQ*
- **Methodenkompetenz:** Handlungs- und Verfahrenswissen im Bereich sexueller Orientierung, z. B. Coaching oder Beratungsmethoden
- **Sozialkompetenz:** Kommunikations- und Kooperationsfähigkeit im Bereich sexueller und geschlechtlicher Vielfalt, z.B. Gefühle und Selbstbezeichnungen nicht in Frage stellen, nicht banalisieren oder dramatisieren
- **Selbstkompetenz:** Reflexion eigener Gefühle, Vorurteile und Werte in Bezug auf sexuelle und geschlechtliche Vielfalt
(vgl. Schmauch 2020)

5. Sexuelle und geschlechtliche Vielfalt in der Praxis „mainstreamen“ (Bildung, Beratung, Gesundheit, Soziale Arbeit)

***queer theory* und Soziale Arbeit** (vgl. Burzlauff/Eifler 2016):

- Anerkennung von Individualität und Pluralität und daraus entspringender Lebensentwürfe ohne Hierarchisierung
- erst Denken jenseits gängiger Normen ermöglicht Kreation von Neuem
- starre (heteronormative, cisgeschlechtliche) Identitätspolitik hinterfragen, um Entwicklung zu ermöglichen
- Menschen bei der Realisierung eigener Lebensvorstellungen unterstützen

5. Sexuelle und geschlechtliche Vielfalt in der Praxis „mainstreamen“ (Bildung, Beratung, Gesundheit, Soziale Arbeit)

Heteronormativitätskritische Jugendbildung (vgl. Hartmann 2020)

- Logiken von Norm und Abweichung durchbrechen
- Normalitätsannahmen hinterfragen
- Identitäten als brüchig, widersprüchlich, wandelbar erfahrbar werden lassen
- Geschlecht und Sexualität entessentialisieren

6. Perspektivwechsel und Zukunftsvision

- In Politik und Gesellschaft nicht ausschließlich mit Minderheitenstress argumentieren sondern auch mit der Notwendigkeit (soziale) Ressourcen von LSBTIQ* zu fördern
- Heterosexualität und Cisgeschlechtlichkeit als Teil von sexueller und geschlechtlicher Vielfalt mitdenken und auch bei der Kommunikation unserer Zukunftsvision einer inklusiven Gesellschaft benennen:

„Wie stellen wir uns unser gemeinsames Leben als queere Community in einer heterosexuellen Mehrheitsgesellschaft vor?“

„Weshalb profitiert die Gesellschaft durch LSBTIQ*?“

7. Weiterentwicklung gemeinsamer Werte

Werte der queeren Community weiterentwickeln und in die Gesellschaft kommunizieren:

- bestehende Werte: Selbstbestimmung, Freiheit, Vielfalt
- stärker zu akzentuieren: Solidarität, Zusammenhalt, Verantwortung füreinander (auch für kommende Generationen, v. a. zukünftige LSBTIQ*)

8. Wie umgehen mit Angriffen gegen sexuelle und geschlechtliche Vielfalt?

Werte der Gegner*innen von LSBTIQ* entlarven:

- „Förderung von Ehe & Familie“ meint ausdrücklich heterosexuelle Ehen und diskriminiert queere Lebens- bzw. Familienformen
- Einengung in „traditionelle Geschlechterrollen“ zwingen dazu, Persönlichkeitsanteile abzuspalten und schaden der Gesundheit und Gesellschaft (z.B. „Geburtenquote“ für Frauen, hegemoniale/ „toxische“ Männlichkeit)
- mangelnde bzw. keine Abgrenzung von völkisch-nationalistischen Werten (vgl. Kemper 2014)

8. Wie umgehen mit Angriffen gegen sexuelle und geschlechtliche Vielfalt?

- gegenseitige Unterstützung und sich als Community nicht auseinander dividieren lassen
- Videoclips über sexuelle und geschlechtliche Vielfalt/ queere Lebensweisen und Familienformen erstellen und verbreiten
- Aufklärung über die Hintergründe und Strategien der vermeintlichen Aufklärer*innen, die sexuelle und geschlechtliche Vielfalt bekämpfen (Evangelisches Zentrum o.J.; GEW 2016)
- sachliches und beharrliches Einmischen in Debatten: Leserbriefe, Online-Kommentare, Social Media, Wikipedia, Beschwerde beim Presserat einlegen, etc., aber Vorsicht: „Don’t feed the troll!“

**Vielen Dank
für Ihre Aufmerksamkeit!**

Literatur

- Burzlauff, Miriam/Eifler, Naemi** (2016): Queer (Theory) und Soziale Arbeit. In: Soziale Arbeit, 2/2016, 49-55.
- Fundamental Rights Agency (2020): EU LGBTI Survey II. Online: <https://fra.europa.eu/en/project/2018/eu-lgbti-survey-ii>
- Evangelisches Zentrum** (o.J.): Gender.ismus? Online: http://www.gender-ismus.evangelisches-zentrum.de/#xl_xr_page_index
- GEW** (Hrsg.) (2016): Für eine Pädagogik der Vielfalt. Argumente gegen ultrakonservative, neu-rechte und christlich-fundamentalistische Behauptungen, Frankfurt: GEW. Online: https://www.gew.de/fileadmin/media/publikationen/hv/Gleichstellung/Lesben_Schwule_Bisexuelle_Trans_und_Inter/201602_Fuer_eine_Paedagogik_der_Vielfalt.pdf
- Kemper, Andreas** (2014): Keimzelle der Nation? Familien- und geschlechterpolitische Positionen der AfD - eine Expertise, Berlin: Friedrich-Ebert-Stiftung.
- Fröhlich-Gildhoff, Klaus/Rönnau-Böse, Maïke** (2015): Resilienz. München: Ernst-Reinhardt Verlag.
- Göth, Margret/Kohn, Ralph** (2014): Sexuelle Orientierung in Psychotherapie und Beratung. Berlin: Springer.
- Graf, Niels** (2020): Substanzkonsum unter LSBT*: Zwischen erhöhter Prävalenz und Defizitorientierung. In: Timmermanns, Stefan/Böhm, Maïka (Hrsg.), Sexuelle und geschlechtliche Vielfalt. Interdisziplinäre Perspektiven aus Wissenschaft und Praxis. Weinheim: Beltz Juventa, S. 274-290.
- Hartmann, Jutta** (2020): Heteronormativitätskritische Jugendbildung - Pädagogische Professionalisierung zum Themenfeld sexuelle und geschlechtliche Vielfalt. In: Timmermanns, Stefan/Böhm, Maïka (Hrsg.), Sexuelle und geschlechtliche Vielfalt. Interdisziplinäre Perspektiven aus Wissenschaft und Praxis. Weinheim: Beltz Juventa, S. 136-153.
- Krell, Claudia/Oldemeier, Kerstin** (2017): Coming-out und dann...!? Coming-out-Verläufe und Diskriminierungserfahrungen von lesbischen, schwulen, bisexuellen und trans* Jugendlichen und jungen Erwachsenen in Deutschland. Opladen: Barbara Budrich.
- Oldemeier, Kerstin/Timmermanns, Stefan** (2020): Defizite und Ressourcen in den Lebenswelten von LSBTQ* Jugendlichen und jungen Erwachsenen: zwei Seiten einer Medaille. In: Timmermanns, Stefan/Böhm, Maïka (Hrsg.): Sexuelle und geschlechtliche Vielfalt. Interdisziplinäre Perspektiven aus Wissenschaft und Praxis. Weinheim: Beltz Juventa, S. 343-356.
- Plöderl, Martin/Tremblay, Pierre** (2015): Mental health of sexual minorities. A systematic review. In: International Review of Psychiatry, Volume 27, Issue 5, S. 367-385. <http://www.tandfonline.com/doi/full/10.3109/09540261.2015.108394>. Zugegriffen: 24. Februar 2016.
- Plöderl, Martin** (2020): Suizidrisiko bei LSBTI*. In: Timmermanns, Stefan/Böhm, Maïka (Hrsg.), Sexuelle und geschlechtliche Vielfalt. Interdisziplinäre Perspektiven aus Wissenschaft und Praxis. Weinheim: Beltz Juventa, S. 291-306.
- Schmauch, Ulrike** (2020): Regenbogenkompetenz in der Sozialen Arbeit. In: Timmermanns, Stefan/Böhm, Maïka (Hrsg.), Sexuelle und geschlechtliche Vielfalt. Interdisziplinäre Perspektiven aus Wissenschaft und Praxis. Weinheim: Beltz Juventa, S. 308-325.
- Timmermanns, Stefan** (2021): Ressourcen und Resilienz in der Identitätsentwicklung und Bewältigung von Minderheitenstress bei LSBTIQ*. In: Henningsen, Anja (Hrsg.): Gewaltprävention und Sexualpädagogik im Dialog (im Erscheinen).