



Selbstverständlich  
Vielfalt



# Regenbogenkompetenz in der Jugendarbeit

*Zum professionellen Umgang mit Themen  
der sexuellen und geschlechtlichen Vielfalt*

**Queer-Papier #1**

Gerade weil lesbische, schwule und bisexuelle sowie trans\*, intergeschlechtliche und queere (LSBTIQ\*) Jugendliche Diskriminierungserfahrungen machen und vielfach nicht mitgedacht werden, müssen sie sich selbstbewusst zu Wort melden und sich ihren Platz in der Gesellschaft erkämpfen. Aber für viele von ihnen ist das Coming-out immer noch ein schwieriger Prozess. Das gilt besonders für trans\*, nicht-binäre und intergeschlechtliche Jugendliche, deren Existenz vielfach noch gänzlich ignoriert wird. Zusätzlich befinden sich junge LSBTIQ\* in einer starken Abhängigkeit von Eltern und staatlichen Institutionen. Ob es nun darum geht, mit welcher Kleidung sie sich nach außen hin ausdrücken, mit welchem Namen und Pronomen sie angesprochen werden möchten oder welche Umkleieräume sie nutzen wollen: Kinder und Jugendliche sind auf die Unterstützung von Erwachsenen angewiesen.

Junge LSBTIQ\*, die den heterosexuellen oder binär-geschlechtlichen Normvorstellungen nicht entsprechen, sind zunehmend mit Anfeindungen konfrontiert. LSBTIQ\* sind dabei keine homogene Gruppe. Ihre Erfahrungen, Chancen und Identitäten sind nicht nur von ihrer sexuellen Orientierung geprägt, sondern auch von vielen anderen Merkmalen und Faktoren wie Geschlecht, Hautfarbe, Gesundheit, Staatsbürgerschaft, Religion oder Wohnort. Es macht einen Unterschied, ob sie sich mit dem bei der Geburt zugewiesenen Geschlecht identifizieren oder nicht, ob sie aus ihrem Herkunftsland geflüchtet sind oder nicht. Daher erleben junge LSBTIQ\* Diskriminierung nicht nur aus queerfeindlichen, sondern auch aus anderen Motiven: Rassismus, Sexismus, Ableismus, Antisemitismus, Antiziganismus oder weiteren Formen gruppenbezogener Menschenfeindlichkeit.

## Diskriminierungserfahrungen von queeren Jugendlichen

Nicht selten finden Diskriminierung und Anfeindungen in der Öffentlichkeit statt – und zwar an scheinbar ganz neutralen Orten wie im Nahverkehr, in der Fußgängerzone oder in Clubs, Bars und Schwimmbädern. Die Jugendlichen benennen Schulen, Behörden, den medizinischen Bereich und auch die eigene Familie, wenn sie über verletzende Erfahrungen in ihrem Alltag berichten. Dies zeigen die Ergebnisse der zweiten großen LSBTI-Umfrage der EU-Grundrechteagentur<sup>1</sup> im Themenbereich „Offenheit an der Schule“:

- 62 Prozent der Befragten verstecken ihr Queersein beziehungsweise sind bei niemanden in der Schule geoutet.
- 46 Prozent haben während ihrer Schulzeit nie erlebt, dass jemand sie und ihre Rechte unterstützt und verteidigt hätte.

In der Studie „Coming-out und dann?“<sup>2</sup> berichteten fast 90 Prozent der trans\* und drei Viertel der lesbischen, schwulen und bisexuellen Befragten, dass sie die eigene Bewusstwerdung der geschlechtlichen bzw. sexuellen Identität als „mittel- bis sehr schwierige Zeit“ empfanden. Bei ihrem ersten Coming-out waren die Befragten durchschnittlich 17 Jahre alt und erlebten oftmals negative Reaktionen in der Familie (45 %), im Freundeskreis (41 %), in der Schule oder am Ausbildungsplatz (40 %). Jede zehnte Person gab an, körperlich angegriffen worden zu sein, jede vierte, zwangsgeoutet zu werden, jede zweite wurde bereits beschimpft und beleidigt. All diese Diskriminierungserfahrungen erhöhen die Gefahr, psychisch und/oder körperlich krank zu werden oder Suizid zu begehen.

Diskriminierung, Mobbing und Gewalt erfahren Kinder und Jugendliche aber auch im außerschulischen Bereich, etwa in der Kinder- und Jugendarbeit. Nicht selten fehlt es an Sichtbarkeit und einem diskriminierungsfreien Umgang mit Themen der sexuellen und geschlechtlichen Vielfalt. Eine der Aufgaben der Jugendarbeit ist es, junge Menschen dabei zu unterstützen, eine kritische Sicht auf gesellschaftliche Anforderungen zu entwickeln. Das Hinterfragen von gesellschaftlicher Heteronormativität und die Entwicklung einer kritischen Distanz zu gesellschaftlichen Normalitätsanforderungen sind hier zentrale Bestandteile. Aktuellen Schätzungen zufolge finden sich in jeder Schulklasse ein bis zwei Kinder, die jetzt oder später nicht cis-geschlechtlich beziehungsweise nicht heterosexuell sind.<sup>3</sup> Daher ist es wichtig, dass Kinder und Jugendliche vielfältige Identitäten und Lebensweisen kennen und verstehen lernen, um sie mit der Zeit anerkennen und respektieren zu können.

Die Kinder- und Jugendarbeit sollte einen Rahmen dafür schaffen, dass Kinder und Jugendliche sich frei, selbstbestimmt und ohne Angst vor Anfeindungen entfalten können. Soziale Fachkräfte haben die Aufgabe,

diesen Rahmen zu gestalten und Kinder professionell zu begleiten. Das 8. Sozialgesetzbuch (SGB VIII) adressiert für die Kinder- und Jugendhilfe im Paragrafen 9 „Grundrichtung der Erziehung, Gleichberechtigung von jungen Menschen“ seit 2021 ausdrücklich auch transidente, nichtbinäre und intergeschlechtliche jungen Menschen und unterstreicht den Abbau von Benachteiligungen und die Förderung der Gleichberechtigung als ein Ziel der Kinder- und Jugendhilfe.

Ein diskriminierungsfreies und gleichwertiges Verständnis für die Vielfalt der partnerschaftlichen Beziehungen, sexuellen Orientierungen und geschlechtlichen Identitäten stärkt darüber hinaus nicht nur junge Lesben, Schwule, Bisexuelle, trans\*, nicht-binäre, intergeschlechtliche und queere Kinder und Jugendliche, sondern alle jungen Menschen, die gesellschaftlichen Normen nicht entsprechen können und wollen.

## Regenbogenkompetenz in der Jugendarbeit

Das Konzept der Regenbogenkompetenz nach Prof. Dr. Ulrike Schmauch (Frankfurt University of Applied Sciences) ist ein Konzept aus der Sozialen Arbeit. Es zielt auf die berufliche Handlungsfähigkeit im Hinblick auf sexuelle und geschlechtliche Vielfalt ab. Die Autorin schreibt: „Regenbogenkompetenz bezeichnet die Fähigkeit einer sozialen Fachkraft, mit dem Thema der sexuellen Orientierung und geschlechtlichen Identität professionell, vorurteilsbewusst und möglichst diskriminierungsfrei umzugehen“<sup>4</sup>. Dabei sind zwei Ziele gleich wichtig: Diskriminierung im beruflichen Kontext zu verringern sowie Kinder und Jugendliche in ihrer Persönlichkeitsentwicklung zu stärken.

Regenbogenkompetenz setzt sich aus vier Teilkompetenzen zusammen:

- **Sachkompetenz**  
Wissen über Lebenslagen, Diskriminierungen und Ressourcen,
- **Methodenkompetenz**  
Handlungsfähigkeit und Verfahrenswissen,
- **Sozialkompetenz**  
Kommunikations- und Kooperationsfähigkeit,
- **Selbstkompetenz**  
Reflexion eigener Gefühle, Vorurteile und Werte.

Unter **Sachkompetenz** fällt das Wissen über Entwicklungen und Ressourcen, Lebensrealitäten und Diskriminierungserfahrungen von LSBTIQ\*. Dazu gehören rechtliche Kenntnisse und Informationen darüber, welche Herausforderungen mit einem Coming-out oder einer Transition verbunden sind. Auch Verweisungswissen – zum Beispiel Anlaufstellen für Kinder und Jugendliche, die nach Beratung zu LSBTIQ\*-Themen suchen – zu kennen, zeichnet Sachkompetenz im Sinne der Regenbogenkompetenz aus.

**Methodenkompetenz** zielt auf Handlungsfähigkeit und Verfahrenswissen. Konkret geht es um Methoden, wie das Thema sexuelle und geschlechtliche Vielfalt in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen behandelt werden kann. Hierbei ist zwischen der direkten und der indirekten Thematisierung zu unterscheiden:

- Direkte Thematisierung geschieht zum Beispiel durch die Auswahl eines Kinderbuchs oder eines Entwicklungsromans mit einer schwulen Hauptfigur, durch Thematisieren von Inter\* und Trans\* oder bei Übungen zu Diversität im Sinn des sozialen Lernens.
- Indirekte Thematisierung geschieht, wenn Unterschiede selbstverständlich und alltäglich nebeneinander Platz haben, ohne dass gesondert darauf hingewiesen wird. Dies kann in einer Textaufgabe im Mathematik-Unterricht mit einem lesbischen Frauenpaar und seinem Kind ebenso der Fall sein wie bei einem Auftrag für einen Stammbaum, der vielfältige Partner\*innenschaften, Familienmodelle und familiäre Beziehungen nachzeichnet. Auch eine Lese-Ecke mit Kinder- und Jugendbüchern, in denen nicht-binäre Charaktere abgebildet oder Geschlechterstereotype durchbrochen werden, zielen auf eine indirekte Thematisierung ab.

**Sozialkompetenz** meint Kommunikations- und Kooperationsfähigkeit – im Team und mit dem Träger, mit Eltern und den Jugendlichen selbst. Dazu gehört, je nach Zielgruppe gute Zugänge zu finden, um den Blickwinkel um LSBTIQ\*-Aspekte zu erweitern. Ein Beispiel hierfür ist das Ansprechen von homophoben und sexistischen Witzen oder von transfeindlichen Beleidigungen. Aktives Mitberücksichtigen von Kindern aus Regenbogenfamilien in der alltäglichen Kommunikation und bei den Formularen der eigenen Einrichtung zählt ebenso zum Bereich der Sozialkompetenz.

**Selbstkompetenz** bedeutet, eigene Gefühle, Vorurteile und Werte in Bezug auf sexuelle und geschlechtliche Vielfalt reflektieren zu können. Dazu gehört zum Beispiel eine Auseinandersetzung mit der eigenen Biografie und mit persönlichen Moralvorstellungen. Weiterhin die Überprüfung etwaiger Spannungen zwischen eigenen Werten und der professionellen pädagogischen Haltung. Wichtig ist, zu reflektieren, welche Gefühle das Thema Regenbogenfamilien und allgemeiner das Thema sexuelle und geschlechtliche Vielfalt in der eigenen Person auslöst.

Die Selbstkompetenz hat einen besonderen Stellenwert. „Es ist leicht“, so Ulrike Schmauch, „sich modern und politisch korrekt zu geben und angeblich überhaupt kein Problem mit Homosexualität zu haben. Schwerer ist es, eigene, auch gemischte Gefühle zuzulassen, Ängste, Wünsche und Ablehnung bei sich wahrzunehmen, vielleicht auch Neid oder Ärger darüber, dass sich manche Menschen bestimmte Freiheiten ‚herausnehmen‘. Es ist ein Zeichen von Stärke, wenn soziale

Fachkräfte solche Gefühle und inneren Verbote bei sich wahrnehmen. Es zeugt von mehr beruflicher Eignung, diese Verunsicherung auszuhalten als sie unter progressiven Floskeln zu verdecken<sup>45</sup>. Soziale Fachkräfte, die sich auf einen solchen Prozess der Selbstreflexion einlassen, können herausfinden, ob und wie sich neue und offenere Sichtweisen auf ihre beruflichen Beziehungen zu ihren Klient\*innen auswirken.

Insgesamt ist es nützlich, Befürchtungen und Misstrauen von Klient\*innen anzusprechen. Denn es ist sehr wahrscheinlich, dass sie schlechte Erfahrungen in ihrem persönlichen und sozialen Umfeld gemacht haben. In diesem Zusammenhang ist es gut, wenn Fachkräfte Coaching-Angebote anbieten, etwa im Umgang mit Selbstwertproblemen, mit verinnerlichter LSBTIQ\*-Feindlichkeit und Coming-out-Aufgaben. Dazu gehören auch (im Sinne der Sachkompetenz) Kenntnisse über die aktuelle Rechtslage, über Anlauf- und Beratungsstellen in der LSBTIQ\*-Community sowie über Vernetzungs- und Informationsportale.

Wenn Sie als Fachkraft und Ihr Team Regenbogenkompetenz entwickeln wollen, möchten wir Ihnen zwei Hinweise mit auf den Weg geben:

- Sie müssen nicht schon alles wissen und sich in allen Bereichen auskennen. Wichtiger ist, zu wissen, wo Sie sich informieren können. Der Aufbau von Regenbogenkompetenz ist ein Prozess.
- Sie müssen nicht alles sofort richtig machen, sondern lediglich Schritt für Schritt Ihre eigene Regenbogenkompetenz ausbauen.

Die angesprochenen Teilkompetenzen beziehen sich zwar auf die soziale Fachkraft als Individuum, müssen jedoch immer zusammen mit einem entsprechenden institutionellen Rahmen gedacht werden. Individuelle Regenbogenkompetenz einzelner sozialer Fachkräfte kann ohne eine LSBTIQ\*-akzeptierende Institution nicht wirksam werden, wie sich auch umgekehrt eine solche Institution ohne regenbogenkompetente Fachkräfte nicht erfolgreich für die Klient\*innen einsetzen kann. Daher ist das Zusammenspiel von Fachkräften und Institutionen wichtig.

## Regenbogenkompetenz wirkt!

Ein unaufgeregter und diskriminierungsfreier Umgang mit Themen der sexuellen und geschlechtlichen Vielfalt in der Jugendarbeit kann entscheidend dazu beitragen, das Risiko von psychischen und körperlichen Erkrankungen zu verringern und das Suizidrisiko bei jungen queeren Menschen zu senken. **Jede\*r kann etwas dazu beitragen.**

Wir hoffen, dass unser Faktenpapier Sie neugierig gemacht hat. Wenn Sie Fragen zum Thema Regenbogenkompetenz haben oder sich für unser „**Queer-Paket**“ für die Jugendarbeit interessieren, melden Sie sich gerne unter [kordinierungsstelle@lsvd.de](mailto:kordinierungsstelle@lsvd.de).



### Weitere Informationen

- Was bedeutet LSBTIQ? Glossar der sexuellen und geschlechtlichen Vielfalt – Glossar der Vielfalt: Kurze Definitionen der wichtigsten Begriffe. Online unter [www.lsvd.de/de/ct/3385](http://www.lsvd.de/de/ct/3385)
- Regenbogenparlamente: Gegen LSBTIQ\*-Feindlichkeit – Förderung von Regenbogenkompetenz durch Fachkräftefortbildung und Vernetzung. Unter [www.lsvd.de/de/ct/7097](http://www.lsvd.de/de/ct/7097)

1 Vgl. EU-Grundrechteagentur (2020): Umfrage unter LGBTI-Personen in Europa: Dominiert die Hoffnung oder die Angst? Online verfügbar unter: <https://fra.europa.eu/de/news/2020/umfrage-unter-lgbti-personen-europa-dominiert-die-hoffnung-oder-die-angst> sowie Fundamental Rights Agency (FRA): A long way to go for LGBTI equality. 2020. Online verfügbar unter: <https://fra.europa.eu/en/publication/2020/eu-lgbti-survey-results>

2 Vgl. Krell, Claudia; Oldemier, Kerstin (2015): Coming-out – und dann...?! Ein DJI-Forschungsprojekt zur Lebens-situation von lesbischen, schwulen, bisexuellen und trans\* Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Online verfügbar unter: [https://www.dji.de/fileadmin/user\\_upload/bibs2015/DJI\\_Broschuere\\_ComingOut.pdf](https://www.dji.de/fileadmin/user_upload/bibs2015/DJI_Broschuere_ComingOut.pdf)

3 Eine repräsentative Befragung von YouGov (2021) kam zu dem Ergebnis, dass sich 7% der in Deutschland lebenden Menschen als lesbisch, schwul, bisexuell oder trans\* identifizieren. Online verfügbar unter: <https://yougov.de/news/2021/09/08/homo-bisexuell-transgender-oder-non-binar-die-span/> Laut dem LGBT+ Pride 2021 Global Survey identifizieren sich hingegen 3 % als trans\* und 11 % als nicht-heterosexuell. Online verfügbar unter: [https://www.lsvd.de/media/doc/1177/lgbt\\_pride\\_2021\\_global\\_survey\\_report\\_3.pdf](https://www.lsvd.de/media/doc/1177/lgbt_pride_2021_global_survey_report_3.pdf)

4 Schmauch, Ulrike (2020): Regenbogenkompetenz in der Sozialen Arbeit. In: Timmermanns, Stefan/Böhm, Maika (Hrsg.): Sexuelle und geschlechtliche Vielfalt. Interdisziplinäre Perspektiven aus Wissenschaft und Praxis. Weinheim: Beltz Juventa, S. 308.

5 Schmauch, Ulrike (2020): Regenbogenkompetenz in der Sozialen Arbeit. In: Timmermanns, Stefan/Böhm, Maika (Hrsg.): Sexuelle und geschlechtliche Vielfalt. Interdisziplinäre Perspektiven aus Wissenschaft und Praxis. Weinheim: Beltz Juventa, S. 318.

# 15 Tipps für Ihre ersten Schritte zur Regenbogenkompetenz

1. bei LSBTIQ\*-feindlichen Vorfällen, Schimpfwörtern oder Mobbing einschreiten



8. Aus-, Fort- und Weiterbildungsangebote nutzen



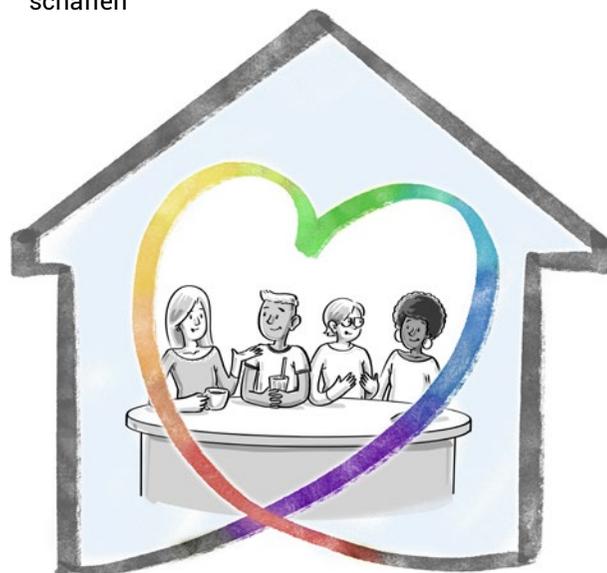
2. Offenheit und Willkommenskultur in Ihrer Einrichtung sichtbar machen



9. für Vorbehalte und Unsicherheiten mit Themen der sexuellen und geschlechtlichen Vielfalt ansprechbar sein

10. Teilnahme an Veranstaltungen der LSBTIQ\*-Community, etwa CSD, organisieren

11. sichere Räume für Austausch und Empowerment schaffen



3. LSBTIQ\*-Jugendliche durch geschlechtergerechte Sprache, thematische Veranstaltungen und spezifische Angebote gezielt ansprechen

4. Akzeptanz von geschlechtlicher und sexueller Vielfalt in Leitlinien, Konzeption und Hausordnung aufnehmen

5. Informations- und Aufklärungsmaterial auslegen

6. Geschlechterstereotype und Vorurteile hinterfragen

7. zu LSBTIQ\*-Jugendlichen eine empathische und solidarische Haltung entwickeln und leben

12. Sanitärräume geschlechtersensibel ausschildern

13. gemeinsam Regeln für ein gutes und angstfreies Zusammensein entwickeln

14. Verbündete bei Leitungen und in Teams suchen

15. Sensibilität für Mehrfachdiskriminierung fördern



Wir gestalten die offene Gesellschaft und stärken ein respektvolles Miteinander. Dafür fördert der Lesben- und Schwulenverband (LSVD) die Regenbogenkompetenz von Fachkräften und Verbänden. Als Teil des Kompetenznetzwerkes „Selbst.verständlich Vielfalt“ entwickeln wir kreative Bildungsformate, um Rechtsruck und Homosexuellen-, Trans\*- und Inter\*-Feindlichkeit selbstbewusst und wirksam zu begegnen.

Wenn Sie mehr über das LSVD-Projekt und unsere Angebote erfahren wollen, wenden Sie sich an:

**Familien- und Sozialverein des Lesben- und Schwulenverbands in Deutschland (LSVD) e.V.**

Rheingasse 6  
50676 Köln

Jürgen Rausch  
juergen.rausch@lsvd.de  
Tel.: 0221 - 92 59 61 13  
Mobil: 0176 - 30 10 37 91

René Mertens  
rene.mertens@lsvd.de  
Tel.: 030 - 78 95 47 63

Clara Clasen  
clara.clasen@lsvd.de  
Tel. : 0221 - 925 961 12

[www.selbstverstaendlich-vielfalt.de/lsvd/](http://www.selbstverstaendlich-vielfalt.de/lsvd/)

Redaktion: Jürgen Rausch, René Mertens, Clara Clasen

Layout & Satz: Christian Bart, [www.fugeefilms.de](http://www.fugeefilms.de)

Illustrationen: Tobias Wieland, bikablo® – mit Bildern verändern, [www.bikablo.com](http://www.bikablo.com)

Erscheinungsdatum: Oktober 2022

**Impressum**

V.i.S.d.P. Familien- und Sozialverein des LSVD e.V.

Rheingasse 6  
50676 Köln

vertreten durch: Klaus Jetz



Gefördert vom



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie *leben!*