

**»Das Leben
ist ein
Käfig für
Menschen
ohne
Freizeit.«**

**Hamster-
rad**



Inhalt Unterrichtsmaterial Hamsterrad

	Seite
VORWORT	2
INFORMATIONEN ZUM STÜCK	3
Figurensteckbriefe	4
Szenenspiegel	4
HINWEISE ZUR DURCHFÜHRUNG	9
THEATERPÄDAGOGISCHE ÜBUNGEN	10
MODUL 1: DAS NACHGESPRÄCH	10
MODUL 2: THEMATISCHER EINSTIEG	13
MODUL 3: METHODEN ZUR WISSENSVERMITTLUNG	15
VORLAGEN.....	17
MODUL 4: SPIELERISCHE SELBSTREFLEXION /PRÄSENTATION ..	19
VORLAGEN.....	23
INFORMATIVER TEIL	25
Glossar	25
Artikel.....	30
Literatur.....	39
Wo finde ich Beratung und Unterstützung?	41
Impressum	43

Vorwort

Liebe Leser*innen,

mit diesem Materialheft möchten wir Sie einladen, sich zusammen mit Ihren Schüler*innen mit den Themen und Fragestellungen der Inszenierung HAMSTERRAD auseinander zu setzen:

Wie finde ich heraus, welche Wörter sich für meine Selbstbeschreibung stimmig anfühlen? Wie definiere ich zum Beispiel Frau-Sein und wie gehe ich mit Kategorien um, die mir zugeschrieben werden? Wie können wir uns trauen, diese zugeschriebenen Kategorien zu hinterfragen und gegebenenfalls zu verwerfen, um eigene, passendere zu finden? Und warum sollen wir uns eigentlich ständig entscheiden müssen, zwischen Hunde- und Katzenmenschen, zwischen Mann und Frau, zwischen homo- und heterosexuell? Wie geht unser Umfeld mit Outings um? Wie können wir Menschen bestärken, für sich einzustehen?

In HAMSTERRAD können wir die Hauptfigur bei der Suche nach den Antworten dieser vielfältigen und komplexen Fragen begleiten. Das Stück gibt vielschichtige Einblicke in die Identitätssuche von ICH, stellt Fragen nach den Schubladen, in die wir geschoben werden und den Nischen, die wir uns suchen, wie unterirdische Hamstertunnel in einer vernetzten Welt.

Im ersten Teil finden Sie Informationen zum Stück. Im Hauptteil findet sich eine Sammlung theaterpädagogischer Übungen, die das Stück nachbereiten und an die Themen anknüpfen. Es gibt Übungen für das Nachgespräch (Modul 1), Übungen für einen thematischen Einstieg (Modul 2), Übungen zur spielerischen Wissensvermittlung (Modul 3) und Übungen für eine spielerische Selbstreflexion/-Erfahrung (Modul 4). Im informativen Teil finden Sie Hintergrundinformationen zu den Themen des Stücks sowie die wichtigsten Begriffsdefinitionen zum Nachlesen im Glossar. Wir möchten Sie anregen, sich weiter zu informieren, weiterzubilden und bei Fragen Beratungen wahrzunehmen. Hierzu finden Sie im Anhang Informationen.

Dieses Heft kann erste Impulse für die Auseinandersetzung mit Geschlechtsidentität und sexueller Orientierung geben. Wenn Sie sich für eine diskriminierungssensible Gesellschaft einsetzen möchten, bleiben Sie am besten mit Ihrem gesamten beruflichen Umfeld dazu im Diskurs. Geschlechtliche und sexuelle Vielfalt betrifft uns alle – Deswegen kann nur gemeinsam eine nachhaltige Auseinandersetzung stattfinden.

Wir danken Alice Muitoevoli Rugai Joanna Mandalian, Rosanna Hoffman und Lena Lenz für die Unterstützung bei der Erstellung des Heftes.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen und Umsetzen! Wir freuen uns immer über Fragen und Anregungen – nehmen Sie gerne Kontakt mit uns auf!

Ihre theaterpädagogische Abteilung von Theater Strahl

Informationen zum Stück

ICH ist vierzehn. Oder so ähnlich. ICH ist verliebt in Lucie - hat aber Andrej geküsst, muss sich um die kleine Schwester kümmern, bekommt die Periode, hat eine Mutter ohne Freizeit, soll unbedingt Abitur machen und wünscht sich nichts sehnlicher als einen großen Hamster, der auf TikTok für Kontaktaufnahme zur Welt sorgt.

Unser*e Protagonist*in hat vielleicht anfangs keinen Namen, aber wir ahnen, dass es ein fremder Name ist, ein schwer auszusprechender, wie das Wort Frau oder das Wort Abitur oder das Wort Leben.

HAMSTERRAD gibt vielschichtige Einblicke in die Identitätssuche von ICH, stellt Fragen nach den Schubladen, in die wir geschoben werden und den Nischen, die wir uns suchen, wie unterirdische Hamstertunnel in einer vernetzten Welt.

Das Stück entstand in Kooperation mit dem Studiengang Szenisches Schreiben der UDK.

Gefördert von FONDS DARSTELLENDEN KÜNSTE PRODUKTIONSFÖRDERUNG.

Text	Alice Muitoevoli Rugai
Regie	Max Radestock
Ausstattung	Julia Zangger
Musik	Justus Verdenhalven
Objekt-Coaching	Leah Wewoda
Theaterpädagogik	Julie Tiepermann, Joanna Mandalian
Regieassistenz	Carlotta Pehlke
Produktionsbetreuung	Karen Giese
Spieler*innen	Amos Detscher Anja Kunzmann Natascha Manthe Mariana Senne

Uraufführung am 15. Februar 2024, 18 Uhr | Spielort: Theater Strahl, Ostkreuz

Figurensteckbriefe

ICH bekommt die Periode und mag es nicht, neuerdings "Frau" genannt zu werden. ICH hat Andrej geküsst, aber verliebt sich in Lucie. ICH mag das Dazwischen, das Sachen vermischen. ICH wünscht sich einen Hamster, den ICH bekommt, aber der dann wegrennt. ICH ist auf der Suche nach dem Hamster und nach sich selbst.

LUCIE ist die beste Freundin von ICH. Lucie geht auf Demos und spricht über Statistiken. Sie findet, dass "Frau" und "Lesbe" passende Wörter für sie sind und verliebt sich in ICH.

MUTTER von ICH und Schwester - sie heißt Margherita- ist alleinerziehend und hat keine Freizeit. Sie wünscht sich, dass ICH Abitur macht und schenkt ICH einen Hamster und einen Wohnungsschlüssel.

ANDREJ ist der Junge, den ICH geküsst hat. Andrej ghostet ICH, was sehr unsympathisch ist, aber er ist sehr attraktiv.

SCHWESTER SIE HEIßT MARGHERITA ist die kleine Schwester von ICH, auf die ICH aufpassen muss.

HAMSTER Ceto ist der Hamster von ICH. Ceto lebt in einem großen Käfig mit viel Essen, aber rennt weg.

Szenenspiegel

1 Vorstellung

ICH stellt sich und die anderen Figuren in einem Monolog vor.

2 Hamsterwunsch

Es ist früher Abend, die Mutter muss bald zur Arbeit gehen. ICH versucht die Mutter zu überreden, einen Hamster als Haustier zu bekommen. Die Mutter betont, dass sie wirklich keine Zeit hat, sich um ein Haustier zu kümmern.

3 Familie

Kurz nachdem die Mutter zur Arbeit gegangen ist, hält ICH einen Monolog über ICH'S Leben. ICH fühlt sich alleine, weil alle Freund*innen so weit weg wohnen und die Mutter keine Zeit hat. ICH muss sich jeden Tag um die kleine Schwester kümmern und wünscht sich nichts sehnlicher als einen riesigen Hamster, der ICH überall hin bringen kann.

4 @leuteohnezeit/ 1 Abitur

ICH macht ein Reel über die Erwartungen der Mutter: ICH soll Abitur machen.

5 Du bist jetzt eine Frau

Lucie kommt zu Besuch und ICH erzählt Lucie, dass they them's Tage bekommen hat. Lucie gibt ICH Perioden-Tipps.

6 Blutrad

Als ICH alleine ist, denkt they laut nach über die Periode, das Blut und alles, was das mit sich bringt.

7 @leuteohnezeit/ 2 Freizeit

ICH nimmt mit dem Handy ein Reel auf: über die alleinerziehende Mutter zwischen Care-Work und Arbeit und über deren Niedergeschlagenheit, weil sie keine Freizeit hat.

8 Blutgespräch

Die Mutter erzählt von ihrem neuen Job und, dass ICH deswegen die kleine Schwester jeden Tag in die Kita bringen und abholen muss. ICH bekommt einen Wohnungsschlüssel und Verantwortung. Außerdem bekommt ICH einen riesigen Hamsterkäfig geschenkt.

9 Im Hamsterrad

ICH macht sich Gedanken über die Veränderungen im Alltag: Wohnungsschlüssel, Kita-Verantwortung, Käfig, Schule, Arbeit, Blüten. Alle rennen.

10 Ceto

Ein paar Tage später bekommt ICH den Hamster und gibt ihm den Namen Ceto.

11 @leuteohnezeit/ 3 Hamster

ICH macht ein Reel mit Ceto als Degenheld.

12 Annäherung

Als Lucie zu Besuch kommt, wehrt sich ICH in Kategorien wie "Frau" oder "Mann" gesteckt zu werden. Lucie und ICH kommen auf einen neuen Begriff und ICH ist begeistert. Lucie und ICH kommen sich näher. Sachte schleicht sich etwas Neues in ihre Freundschaft. Eine Frage nach einem Kuss bleibt unbeantwortet.

13 Erwachsen-Sein

ICH befragt in einem Monolog die Kategorien "Erwachsen-Sein" und "Kind-Sein" und hinterfragt die Notwendigkeit von Gender-Kategorien: "Was hat Geschlecht mit Sex zu tun?"

14 @leuteohnezeit/ 4 Reich werden

Reel, in dem ICH Berufe aufzählt, die mit "C" anfangen und deswegen reich machen.

15 Andrej, ein Geist

Andrej kommt vorbei, um Butter auszuleihen und will sich entschuldigen und mit ICH befreundet bleiben. ICH bleibt abweisend.

16 @leuteohnezeit/ 5 Ceto

Reel von Ceto.

17 Alles doof

Am Abend sind ICH, die Mutter und die Schwester zu Hause. ICH ist niedergeschlagen, hat auf nichts Bock und möchte nicht darüber reden, was passiert ist.

18 Annäherung 2

Eine Woche später versucht ICH eine Sprachnachricht an Lucie zu schicken, als diese auf einmal vor der Tür steht. ICH gesteht Lucie, dass ICH sie küssen will. Sie küssen sich und sagen, dass sie nun in einer Beziehung sind. Ceto beißt ICH in den Finger, weil er nicht in den Käfig eingesperrt werden will.

19 Hamsterrad-Salto

ICH erzählt in einem Monolog, wie verliebt ICH ist.

20 Keine Überraschung

Lucie outet ICH vor der Mutter. Für die Mutter ist das keine Überraschung, sie freut sich.

21 Hamstern

ICH reflektiert über eine Fantasie-Familie, die von allem genug hat: genug Zeit, genug Essen, Zeit für Persönlichkeitsentwicklung und neue Schuhe zum Rennen.

22 Hilferuf

Ceto ist weg. ICH fragt das Publikum nach Hilfe, um Ceto zu suchen.

23 Ceto ist weg

ICH und Lucie suchen Ceto in der Wohnung. Sie streiten sich über ihre Mütter.

24 Politik

ICH hat Ceto nicht gefunden und will raus. ICH fragt die Mutter nach der Politik.

25 @leuteohnefreizeit/5 Klasse

Reel „Der Volk hat kein Brot, macht ihnen Cannelloni“.

26 Ceto suchen

Am nächsten Tag suchen ICH, Lucie, Mutter und Margherita Ceto draußen.

27 Statistiken

Lucie und ICH sprechen sich nach dem Streit aus und diskutieren über soziale Herkunft und Bildungsungerechtigkeit.

28 Weiterrennen

ICH hat Ceto gesehen, schafft es aber nicht, ihn einzufangen.

29 Andrej, der Ghoster 2

Auf der Suche nach Ceto trifft ICH plötzlich auf Andrej. ICH outet sich vor Andrej und Lucie als bisexuell.

30 @leuteohnefreizeit/ 5 Pansexuell/Bisexuell

Reel zu Lieblingswörtern. Redewendungen werden mit den Wörtern "Bisexuell" und "Pansexuell" ausgetauscht.

31 Neue Wörter

ICH outet sich vor der Mutter und erklärt ihr, was bisexuell bedeutet.

32 Hausbildung

ICH reflektiert über Wörter, die einen definieren können, die einen verteidigen können und ist traurig, dass Lucie ICH nicht wirklich verteidigt hat.

33 Annäherung 3

Am Abend übernachtet Lucie bei ICH. Sie unterhalten sich über Bisexualität, das Sich-angezogen-fühlen, Lucies Ausbildung, über Familienplanung und Geburtstagsplanung.

Sie sprechen über ihr Verliebt-Sein und haben zum ersten Mal Sex.

34 Draußen

Am nächsten Morgen experimentiert ICH mit den Wörtern "bisexuell" und "weggender".

35

Am Morgen spricht ICH zum Publikum über Sex und Orgasmus.

Eigentlich hat ICH Geburtstag, aber es ist ganz schön viel los: Auf dem Weg zur Kita sehen sie Ceto wieder. Sie entscheiden sich, die Schule und Ausbildung zu schwänzen, um Ceto weiter zu suchen. Mitten im Rennen kommt Andrej dazu, sie sprechen sich aus und Andrej schenkt ICH eine Jacke, weil er in die USA zieht.

Die Mutter betritt die Bühne, ihr wurde gekündigt und zusammen mit Lucie und ICH protestieren sie auf einer Demo gegen die Kündigung.

36 Freiheit

ICH hat Ceto wiedergefunden und gibt Ceto und sich selbst die Freiheit. Die Freiheit, viel Freizeit im Leben zu haben, die eigenen Lieblingswörter zu lernen, die Freiheit wegzugehen und draußen Möglichkeiten zu erleben.

37 @leuteohnefreizeit/ 7

Reel, in dem sich ICH CRI nennt und offenbart: "Ich bin ein Hamster."

38 Hamstertanz

Hinweise zur Durchführung

In diesem Teil finden Sie Vorschläge für Methoden und Übungen, um die Themen des Stückes spielerisch zu bearbeiten und zum Austausch einzuladen.

Es empfiehlt sich, mit der Gruppe ein Nachgespräch (Modul 1) und/oder einen thematischen Einstieg (Modul 2) durchzuführen, bevor die Methoden aus Modul 3 und 4 angeleitet werden.

Sie als Lehrer*innen kennen Ihre Klasse am besten. Bedenken Sie, dass sich in Ihrer Klasse Personen befinden können, die nicht binär geschlechtlich und/oder nicht heterosexuell sind, noch nicht geoutet oder momentan auf Identitätssuche sind. Versuchen Sie verschiedene Lebensrealitäten bei der Planung und Durchführung mitzudenken. Daher sollten Übungen ggf. an die Klasse angepasst werden.

Grundsätzlich gilt für alle Übungen, dass eine diskriminierungssensible Haltung wichtiger ist als die Methode. Achten Sie darauf, heterogene Perspektiven einzubeziehen und Einzelne zu schützen, dass z.B. kein Zwangsouting stattfindet und respektieren Sie die Selbstidentifikationen und -bezeichnungen der Schüler*innen. Die Teilnahme und das Einbringen eigener Erfahrungen der Teilnehmenden innerhalb dieser Methoden sind freiwillig.

Theaterpädagogische Übungen

MODUL 1: Das Nachgespräch

Modul 1.1	Das klassische Nachgespräch
Dauer	Variabel
Ziel	Gemeinsam das Geschehene rekonstruieren, Unklarheiten besprechen und Zusammenhänge herausfinden. Es wird die Vielfalt möglicher Interpretationen erkannt. Offene Fragen führen zu lebendigen Diskussionen. Eher „geschlossene“ Fragen können hilfreich sein, um Erinnerungen wach zu rufen und das Gespräch in Gang zu bringen.
Material	/
Ablauf	<p>Wichtig beim Nachgespräch ist der wertfreie Raum. Alles, was von Einzelnen gesehen, empfunden und interpretiert wird, hat seine Berechtigung! Bevor mit dem Fragen gestartet wird, empfiehlt es sich, den Raum für dringende Fragen oder Impulse zu geben, damit die Gruppe sich auf die weiteren Fragen besser einlassen kann.</p> <p>Fragen zur Inszenierung:</p> <ul style="list-style-type: none">● erinnert euch und beschreibt: Was ist im Stück passiert?● Welche Stellen im Stück findet ihr besonders eindrucksvoll? Beschreibt genau!● Was findet ihr seltsam/ witzig/ unangenehm/ überraschend? Warum?● Was war unklar?● Warum hat ICH ein Problem damit, als Frau bezeichnet zu werden?● Welche Bedeutung hat der Hamster Ceto?● Was könnte das Verschwinden und die Suche des Hamsters für eine Bedeutung haben?● Welche Bedeutung hat es für euch, dass ICH immer wieder im Kreis rennt?● Warum will ICH nach dem Kuss doch nicht mehr mit Andrej zusammen sein?● Was bedeutet es für ICH drinnen bzw. draußen zu sein?● Lucie sagt, dass ICH Glück mit deren Mutter gehabt hat. Was meint Lucie damit?● Warum will ICH's Mutter unbedingt, dass ICH Abitur macht?● ICH sagt: Wörter sind Standbeine, können ein- aber auch aussperren. Was meint ICH damit?● Warum glaubt Lucie nicht, dass ICH später viel Geld verdienen wird? Was hat das mit Statistik oder Politik zu tun?

	<ul style="list-style-type: none"> ● Warum muss ICH so oft auf die Schwester aufpassen? Wie findet ihr das? ● Warum nennt ICH deren Namen erst ganz am Ende des Stücks? <p>Fragen zum Weiterdenken</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Lucie sagt, dass ICH's Bisexualität vielleicht nur eine Phase ist. Was hältst du von dieser Reaktion? ● Wie hat sich Lucie/Andrej/die Mutter nach ICH's Coming-Out verhalten? Hätten sie irgendwas anders machen sollen? ● Was hat Abitur und ICH's Berufswahl mit ICH'S Geschlechtsidentität und deren Herkunft zu tun? ● Lucie spricht dauernd von Politik und Statistiken. Was hat das für euch mit Gender zu tun?
--	---

Modul 1.2	Das kreative Nachgespräch: Speeddating
Dauer	15-20 Minuten
Ziel	Austausch über das Stück, bei dem wirklich alle zu Wort kommen
Material	Zwei Stuhlkreise (einer innen und einer außen)
Ablauf	<p>Alle Teilnehmenden sitzen in den beiden Stuhlkreisen. Jede Person sitzt einer anderen Person gegenüber. Die Spielleitung stellt eine Frage (siehe oben in "Das klassische Nachgespräch") und jedes Paar hat insgesamt 2 Minuten Zeit sich über diese Frage auszutauschen. Nach einer Minute gibt die Spielleitung ein Zeichen, dass die Hälfte der Zeit um ist.</p> <p>Nach zwei Minuten rücken alle im äußeren Kreis einen Platz auf. Die Spielleitung stellt eine neue Frage, über die sich die neuen Paare wieder 2 Minuten austauschen.</p> <p>Dieser Ablauf wird beliebig oft wiederholt.</p>

Modul 1.3	Das kreative Nachgespräch: Moleküle im Nachgespräch
Dauer	10 - 15 Minuten
Ziel	Austausch zum Stück in verschiedenen Konstellationen ohne Kontrolle, kurzweiliger und dynamischer Austausch
Material	Musik

Ablauf	<p>Alle Teilnehmenden bewegen sich allein durch den Raum (wie Atome). Beim Stoppen der Musik wird in der Bewegung verharrt und die Spielleitung nennt eine Zahl. Nun müssen sich „Moleküle“ mit genauso vielen Gruppenmitgliedern bilden. Wer übrig bleibt, ordnet sich danach einer Gruppe zu. Anschließend wird durch die Spielleitung eine Frage zum Stück (siehe oben in “Das klassische Nachgespräch”) gestellt. Die Gruppe diskutiert gemeinsam die Frage. Beim Einsetzen der Musik lösen sich die Gruppen auf und alle bewegen sich wieder allein durch den Raum.</p> <p>Dieser Ablauf wird beliebig oft wiederholt.</p>
--------	---

Modul 1.4	Das kreative Nachgespräch: Skala im Kreis
Dauer	10-15 Minuten
Ziel	Austausch über das Stück
Material	/
Ablauf	<p>Alle Teilnehmenden stehen im Kreis. Die Spielleitung geht in die Mitte und tätigt eine Aussage über das Stück. Alle anderen Personen positionieren sich zu der Person in der Mitte, je nachdem, wie sehr sie dieser Aussage zustimmen.</p> <p>Wenig Abstand zu der Person in der Mitte bedeutet große Zustimmung. Viel Abstand zu der Person in der Mitte (maximal im Kreis außen stehen bleiben) bedeutet gar keine Zustimmung.</p> <p>Nach ein paar Runden haben die Teilnehmenden die Möglichkeit, selbst Aussagen zu tätigen, um zu sehen, wie sich die andern dazu positionieren. Es kann sich um eine Meinung, Interpretation, etwas, was man nicht verstanden hat, etc. handeln.</p> <p>Beispiele:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ich finde auch, dass ICH Glück mit deren Mutter gehabt hat. ● Ich denke nicht, dass ICH’s Bisexualität “nur eine Phase” ist. ● Ich kenne das Gefühl, Druck zu bekommen, dass ich Abitur machen soll. ● Ich finde nicht, dass man Sex mit einer Frau/einem Mann gehabt haben muss, um zu wissen ob man hetero-, homo- oder bisxuell ist.

MODUL 2: thematischer Einstieg

Modul 2.1	Pronomenspiel
Dauer	5-10 Minuten
Ziel	Sich bewusst werden, welche Pronomen einen selbst beschreiben. Pronomen anderer Personen lernen, sich daran gewöhnen, die Pronomen einer Person nicht einfach anzunehmen.
Material	evtl. Musik
Ablauf	<p>Vor Beginn erinnert die Spielleitung kurz, dass Pronomen oft eine Geschlechtszuschreibung beinhalten und nicht alle Personen sich mit den Zuschreibungen von außen identifizieren. Um Personen nicht zu misgendern (eine falsche Zuschreibung zu machen), können wir im Vorfeld nach den Pronomen fragen. Aber: Achtung: Es ist möglich, dass Menschen in der Gruppe keine Pronomen nennen möchten (zum Beispiel, weil sie noch nicht geoutet sind, aber sich mit dem zugeschriebenen Pronomen unwohl fühlen). Deshalb ist es wichtig, auch zu akzeptieren, wenn Personen keine Pronomen nennen.</p> <p>Alle gehen durch den Raum. Im ersten Schritt begrüßen sich alle non-verbal. Sie können nicken, winken, sich umarmen, die Hände schütteln etc.</p> <p>Im zweiten Schritt bleibt jede Person vor einer anderen Person stehen und sie stellen sich gegenseitig mit ausgedachten Namen und beliebigen Pronomen vor: "Hallo, ich heiße ... und meine Pronomen sind ...".</p> <p>Möglicher dritter Schritt: nachdem sich zwei Personen einander mit Pronomen vorgestellt haben, erzählen sie noch eine Sache über sich. Dann Wechsel. Jede Person erzählt einer neuen Person, wen sie gerade getroffen hat und übt dabei, die von ihr genannten Pronomen zu verwenden.</p> <p>Beispiel: „Ich habe eben Otto getroffen. Otto nutzt sie/ihr-Pronomen. Sie spielt gern Basketball.“</p>

Modul 2.2	Ich/Ich nicht
Dauer	10 Minuten

Ziel	Einstieg ins Thema, Kenntnisstand der Gruppe zu dem Thema ermitteln
Material	Drei DIN-A4 Papiere beschriftet mit "Ich" / "Ich nicht" / "Ich enthalte mich/ich weiß nicht"
Ablauf	<p>Drei unterschiedliche Orte im Raum werden markiert mit "Ich", "Ich nicht" und "Ich enthalte mich". Die TN positionieren sich an dem Ort entsprechend ihren Antworten auf die Fragen.</p> <p>Die Fragen müssen an die Gruppe angepasst werden und sollten nicht zu viele sein, damit die Aufmerksamkeit gehalten werden kann.</p> <p>Mögliche Fragen:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ich habe schon mal gehört, dass es mehr als zwei Geschlechter gibt. ● Ich habe Personen in meinem Umfeld, die heterosexuell sind. ● Ich habe Personen in meinem Umfeld, die homo- oder bisexuell sind. ● Ich wurde schon mal von einer anderen Person gehostet. ● Ich habe schon mal eine andere Person gehostet ● Ich habe schonmal den Begriff Gender Dysphorie gehört ● Ich habe eine Idee, was der Begriff trans bedeutet. ● Ich habe eine Person in meinem Umfeld, die transgender ist. ● Ich habe schon mal mein eigenes Geschlecht oder meine eigene Sexualität hinterfragt. ● Ich kann mir etwas unter dem Begriff queer vorstellen. ● Ich weiß was cis-gender bedeutet. ● Ich möchte gerade etwas zu dem Thema fragen. ● Ich möchte gerade etwas zu dem Thema sagen.

MODUL 3: Methoden zur Wissensvermittlung

Modul 3.1	Definitionsspiel / Memory
Dauer	15- 25 Minuten (mit eigener Recherche 45 Minuten)
Ziel	Definitionen kennenlernen
Material	ggfls. Vorlage 1: Memorykarten, Schere
Ablauf	<p>Es kann entweder die Vorlage verwendet werden, oder die Teilnehmenden recherchieren die Begriffe (in Kleingruppen) und erstellen somit die Karten selbst.</p> <p>Die Vorlage lässt sich entweder dopellseitig ausdrucken, dann entstehen beim Ausschneiden Karten mit einem Begriff auf der Vorder- und der passenden Definition auf der Rückseite. Wenn die Vorlage einseitig ausgedruckt werden, entstehen Karten mit jeweils einzeln Definition und Begriff. Die Farben können als Orientierung genutzt werden:</p> <p>Lila: Überbegriffe Pink: Begriffe der geschlechtlichen Vielfalt Blau: Begriffe der sexuellen Vielfalt</p> <p>Variante Definitionsspiel:</p> <p>Alle Karten liegen offen und gemischt vor den TN. Reihum kann eine Person eine Definition vorlesen und gemeinsam (oder in zwei wettstreitenden Teams) wird nach dem passenden Begriff gesucht. Zur Überprüfung kann auf www. Queer-Lexikon.net oder im Glossar des Materialhefts geschaut werden.</p> <p>Variante Memory:</p> <p>Alle Karten liegen verdeckt und gemischt vor den Teilnehmenden. Es wird klassisch Memory gespielt, bei dem die Teilnehmenden versuchen einen Begriff und die dazugehörige Definition zu finden. Findet eine Person ein "Paar", liest sie den Begriff und die Definition laut für alle vor. Es wird so lange gespielt, bis alle Definitionen richtig zugeordnet worden sind.</p> <p>Es kann auch parallel in Kleingruppen gespielt werden, zum Beispiel jeweils mit einer Farbgruppe.</p> <p>Fragen zur Auswertung:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kanntest du die Begriffe schon? Gab es etwas, was neu für dich war? - Was ist der Unterschied zwischen Gender/Geschlecht und sexueller Orientierung? - Warum ist es wichtig, mit diesen Begriffen vertraut zu sein? Erinnert ihr euch, warum ICH nach Begriffen gegoogelt hat?

	<p>- Warum ist es wichtig als Cis- und Hetero-Person mit diesen Begriffen vertraut zu sein?</p> <p>Diese Methode ist inspiriert vom "Methodenkoffer zu queerpädagogischen Methoden in der Jugendarbeit" vom Landesjugendring Niedersachsen e.V.:</p> <p>https://www.ljr.de/uploads/tx_ttproducts/datasheet/Methodenkoffer_web.pdf</p>
--	---

Modul 3.3	Berufe raten
Dauer	60 Minuten
Ziel	genderspezifische Stereotype und wirtschaftliche Diskriminierung am Arbeitsplatz aufdecken.
Material	Vorlage 2: Karten mit Job-Bezeichnungen
Ablauf	<p>Die Teilnehmenden werden in zwei Gruppen aufgeteilt. Die Spielleitung erklärt, dass nun eine Version des Spiels „Tabu“ gespielt wird: Eine Person des ersten Teams bekommt eine Jobkarte. Sie soll nun ihrer Gruppe den Beruf auf der Karte erklären, ohne die explizite Bezeichnung des Berufes zu erwähnen. Das Team muss den Beruf erraten. Sie haben einen Versuch. Wenn sie falsch raten, hat das andere Team einen Versuch. Das Team, das richtig rät, bekommt einen Punkt und darf eine neue Karte ziehen.</p> <p>Die Moderation ordnet ungesehen nach jeder Runde die Job-Karte dem Stapel „Frau“, „Mann“ oder „geschlechtsneutral“ oder „unklar“ zu, je nachdem, ob die Teilnehmenden für die Beschreibung „sie“, „er“, geschlechtsneutrale Sprache oder z.B. abwechselnd „sie“ und „er“ genutzt haben.</p> <p>Nach dem Spiel werden folgende Fragen in der Gruppe besprochen:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Bei welchen Berufen wurde angenommen, dass sie von Frauen bzw. von Männern ausgeübt werden? (Die Moderation zeigt der Gruppe die „sie“- und „er“-Stapel) ● Gibt es einen Unterschied zwischen „weiblichen“ und „männlichen“ Berufen? Falls ja, welchen? ● Kennt ihr Menschen, die einen Beruf ausüben, der als „dem anderen Geschlecht zugeordnet“ angesehen wird? ● Gibt es Berufe, die nur Frauen oder nur Männer ausüben können? Warum (nicht)?

Nun erklärt die Moderation, dass eine Seite des Raumes „sehr gut bezahlt“ repräsentiert und die andere Seite „sehr schlecht bezahlt“. Die Teilnehmenden sollen die Job-Karten danach auf der Skala auf dem Boden verteilen, je nachdem, wie sie die Bezahlung einschätzen.

Fragen zur Auswertung

- Welche Berufe liegen an welchem Ende des Raumes?
- Gibt es einen Unterschied zwischen „typisch weiblichen“ und „typisch männlichen“ Berufen? Ist das gerecht?
- Wer hat in diesem Vergleich einen Vorteil? Warum könnte das so sein? Wie könnte es gerechter sein?

Diese Methode wurde übernommen und angepasst aus der BjV Toolbox: „Alles Gender, aber wie?“ von der Österreichischen Kinder- und Jugendvertretung:

https://bjv.at/wp-content/uploads/2020/03/toolbox-bjv_19-web-1.pdf

VORLAGEN

Vorlage 1: Memorykarten

Memorykarten zum Ausdrucken (doppelseitig) sind am Ende des Materialheftes zu finden.

Genutzte Quellen:

- „Methodenkoffer zu queerpädagogischen Methoden in der Jugendarbeit“ vom Landesjugendring Niedersachsen e.V.:
https://www.ljr.de/uploads/tx_ttproducts/datasheet/Methodenkoffer_web.pdf
- Queer-Lexikon.net
- Neuemedienmacher.de
- [Glossar • SexismusLexikon • Power to Transform! \(sexismus-lexikon.de\)](https://www.sexismuslexikon.de)
- [Inter* - was? \(regenbogenportal.de\)](https://www.regenbogenportal.de)
- <https://www.antidiskriminierungsstelle.de/DE/ueber-diskriminierung/diskriminierungsmerkmale/geschlecht-und-geschlechtsidentitaet/trans/trans-node.html>

VORLAGE 2: Karten mit Job-Bezeichnungen

können beliebig ergänzt werden

Krankenpfleger*in	Geschäftsführer*in
Kapitän*in	Professor*in
Lehrer*in	Journalist*in
Erzieher*in	Fußballprofi
Pilot*in	Programmierer*in
Sekretär *in

Modul 4: Spielerische Selbstreflexion **/Präsentation**

Modul 4.1	Übung zum Thema Ghosting
Dauer	10 - 15 Minuten
Ziel	Empathie für gehostete Personen entwickeln, Reflexion
Material	/
Ablauf	<p>Die Gruppe wird in 2 Hälften geteilt. Die Spielleitung erklärt Gruppe A und B ihre Aufgabe so, dass die andere Hälfte es nicht mitbekommt.</p> <p>Person A hat die Aufgabe, Person B etwas zu erzählen (z.B. über das Stück oder den gestrigen Tag) und ihr auch Fragen zu stellen.</p> <p>Person B hat die Aufgabe, währenddessen nur da zu stehen. Person B darf die Person angucken oder weggucken, aber ansonsten NICHT reagieren. Person B kann auch mit dem Rücken zur Person A stehen. Kein Nicken, kein Sprechen, kein Lachen. Person B tut so, als würde sie Person A nicht sehen und nicht hören (= Person B ghosted Person A)</p> <p>Dann kommen alle Teilnehmenden zu zweit zusammen.</p> <p>Nach einem Durchlauf werden die Rollen getauscht.</p> <p>Klärt folgende Fragen im Anschluss:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Wie hat es sich angefühlt, keine Antworten oder Reaktionen zu bekommen? - Wie hat es sich angefühlt, die andere Person zu ignorieren? - Fühlt sich das anders an, wenn es online passiert? - Was denkst du, warum hat im Stück Andrej ICH gehostet? - Wie hätte Andrej besser reagieren können?

Modul 4.2	Konsens-Malen
Dauer	15 - 20 Minuten
Ziel	Konsens üben
Material	Papier und Stift
Ablauf	<p><u>Runde 1:</u></p> <p>Zwei Personen wollen gemeinsam ein Bild malen. A und B wissen jeweils nicht, was die andere Person malen möchte. Jede Person darf abwechselnd einen Strich dem gemeinsamen Bild hinzufügen.</p> <p>Die Spielleitung gibt heimlich die Anweisung: Person A soll einen Baum malen und Person B soll ein Haus malen. Person A macht einen</p>

	<p>Vorschlag, was der erste Strich sein könnte. Der Vorschlag darf von Person A erst ausgeführt werden, wenn B zustimmt. Wenn B den Vorschlag nicht gut findet, weil es nicht zum eigenen Wunsch (ein Haus malen) passt, kann B nein sagen und verhandeln, wie der Strich stattdessen gemacht werden kann, damit es auch zum eigenen Ziel passt. Danach ist Person B dran, einen Vorschlag zu machen.</p> <p>Klärt im Anschluss folgende Fragen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Wie sieht das Endergebnis aus? Habt ihr ein Bild gemalt, mit dem ihr beide zufrieden seid? - Wenn nein, was hätte passieren müssen, damit beide mit dem Endergebnis zufrieden sind? - Habt ihr auch „Nein“ gesagt? Wie hat es sich angefühlt, das zu machen oder ein „Nein“ zu bekommen? - Welche Gefühle kamen auf? - Welchen Unterschied hätte es gemacht, wenn beide offen angesprochen hätten, was sie jeweils genau wollen? <p><u>Runde 2:</u></p> <p>Der Ablauf ist in dieser Runde der gleiche wie in Runde 1. Diesmal gibt die Spielleitung beiden die gleiche Anweisung, ohne dass diese es wissen (z.B. eine Blume). Jede Person hat eigene Vorstellungen davon, wie die Blume auszusehen hat. In dieser Runde geht es darum, mit unterschiedlichen Vorstellungen konfrontiert zu sein.</p> <p>Klärt im Anschluss folgende Fragen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Welchen Unterschied hat es gemacht, dass ihr ungefähr das gleiche Ziel hattet? - Wie sieht das Endergebnis aus? Habt ihr ein Bild gemalt, mit dem ihr beide zufrieden seid? - Kennt ihr solche Situationen im echten Leben?
--	---

Modul 4.3	Situationen geschlechtsneutral beschreiben
Dauer	10 - 15 Minuten
Ziel	geschlechtsneutrale Sprache üben
Material	Bilder aus Vorlage 3
Ablauf	<p>Die Bilder aus der Vorlage können ausgedruckt oder projiziert werden. Person A hat die Aufgabe, das Bild im Detail zu beschreiben und dabei nur eine geschlechtsneutrale Sprache zu verwenden. Worte wie Sie/Er, der Mann, die Frau etc. dürfen nicht verwendet werden. Person B hat die Aufgabe, genau zuzuhören und Person A darauf hinzuweisen, wenn eine geschlechtliche Zuschreibung gemacht wurde. Person A muss sich dann korrigieren.</p> <p>Danach werden die Rollen gewechselt.</p>

	<p>Klärt folgende Fragen im Anschluss:</p> <ul style="list-style-type: none"> - War es schwer, keine geschlechtlichen Zuschreibungen zu machen? - Warum ist diese Fähigkeit wichtig? - Welche Worte können sonst noch genutzt werden, um Situationen zu beschreiben, ohne die Genderidentität/Pronomen von einzelnen Personen anzunehmen?
--	--

Modul 4.4	Szenen entwickeln: Dos und Don'ts beim Coming-Out
Dauer	30 Minuten
Ziel	Szenen erarbeiten und präsentieren, für möglichst angenehme Coming Outs sensibilisieren
Material	-
Ablauf	<p>In Kleingruppen von maximal 5 TN wird besprochen:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Welche schlechten Erfahrungen für die betroffene Person könnt ihr euch für ein Coming Out vorstellen? Von subtil über fragwürdig bis No-Go? 2. Wie könnte so eine schlechte Erfahrung vermieden werden? 3. Wie sähe das ideale Coming out aus? <p>Aus dieser Diskussion entwickeln die Gruppen jeweils eine Szene, in der eine schlechte Coming-Out-Erfahrung abgewendet und in eine gute umgewandelt wird.</p> <p>Wichtig: Personen, die ihre eigene Erfahrung einbringen, sollten eine andere Figur spielen, so dass schlechte Erfahrungen nicht wieder durchlebt werden müssen.</p> <p>Die fertigen Szenen werden nacheinander präsentiert, wobei nach jeder Präsentation wertschätzendes Feedback vom Publikum gegeben wird (Was hat euch gefallen, warum? Welche Tipps habt ihr noch?).</p>

Modul 4.5	Hamsterrad-Maschine
Dauer	20-30 Minuten
Ziel	Körperlichen Ausdruck für Stress-Gefühle finden und Präsentation
Material	-
Ablauf	<p>In Kleingruppen von 5-7 TN wird besprochen:</p> <p>Kennt ihr das Gefühl, in einem Hamsterrad zu sein oder immer im Kreis zu rennen?</p>

Wann und warum geht es euch vielleicht so?

Aus diesem Gespräch entwickeln die Gruppen jeweils eine „Maschine“ Dabei hat jede Person eine sich wiederholende Bewegung, ein sich wiederholendes Geräusch und eine Verbindung zu mindestens einem weiteren „Maschinenteil“ Wenn alle sich auf ihre jeweiligen Bewegungen, Geräusche und Positionen geeinigt haben, entwickeln sie eine Sequenz mit Anfang und Ende für die Maschine. Sie kann zum Beispiel langsamer werden, explodieren oder plötzlich stoppen.

Die fertigen Maschinen werden nacheinander präsentiert, wobei nach jeder Präsentation wertschätzendes Feedback vom Publikum gegeben wird (Was hat euch gefallen, warum? Welche Tipps habt ihr noch?)

VORLAGEN

Vorlage 3: Bilder

Es handelt sich um Vorschläge. Für die Methode können auch andere Bilder, auf denen verschiedene Menschen mit unterschiedlichen Geschlechtern abgebildet sind, genutzt werden.



https://www.theater-strahl.de/media/download/20230613_Wetter_032.jpg



https://www.theater-strahl.de/media/download/20231010_Symphonie_047.jpg



https://www.theater-strahl.de/media/download/20221007_Grau_034.jpg



https://www.theater-strahl.de/media/download/20230117_Komet_170.jpg



https://www.theater-strahl.de/media/download/20210520-082_Asche_1.jpg

Informativer Teil

Glossar

A

Ally

(engl. Alliierte*r) ist im politischen und aktivistischen Sinn eine Person, die sich für die Interessen von diskriminierten Gruppen einsetzt, zu denen sie selbst nicht gehört. Gleichgesinnte *weiße* Verbündete können zum Beispiel für Schwarze Menschen Allys sein – allerdings nur, wenn diejenigen, die unterstützt werden, sie als solche betrachten.

Aus: Glossar – Glossar | Neue Deutsche Medienmacher
(neuemedienmacher.de)

Asexuell

Eine sexuelle Orientierung, bei der eine Person keine oder wenig Lust hat, mit einem anderen Menschen Sex zu haben; die Person kann aber trotzdem romantische Gefühle haben

B

Bisexuell

Eine sexuelle Orientierung, bei der eine Person romantische/erotische Gefühle für Personen des eigenen Geschlechts und Personen anderer Geschlechter hat.

Beispiel: eine Frau, die auf Männer, trans Menschen, nichtbinäre Menschen und Frauen steht.

C

Cisgender

„cis“ kommt aus dem lateinischen und bedeutet „diesseitig“. Es ist das Gegenteil von „trans“ (lateinisch für „jenseitig“) und bezeichnet Menschen, deren geschlechtliche Identität mit dem Geschlecht übereinstimmt, das ihnen bei Geburt zugewiesen wurde.

Beispiel: Jemand wurde bei der Geburt als weiblich eingestuft und identifiziert sich mit dieser Zuordnung im weiteren Leben.

D

Deadname

Ein Deadname (englisch: 'toter Name') ist ein abgelegter, alter Vorname, der meist bei der Geburt gegeben wurde. Gerade für trans Menschen, die sich einen neuen Namen gegeben haben, kann es verletzend sein, mit ihrem Deadname angesprochen zu werden. Das Ansprechen mit dem abgelegten Namen wird auch Deadnaming oder deadnamen genannt und passiert manchmal unabsichtlich. Meist passiert es aber mit der Absicht, das Geschlecht der trans Person nicht anzuerkennen, und sollte deshalb niemals getan werden.

Deadnaming kann aber potenziell alle Menschen, ob cis oder trans, betreffen, die einen alten Namen abgelegt haben.

Aus: [Deadname | Queer Lexikon \(queer-lexikon.net\)](https://queer-lexikon.net/deadname)

Diskriminierung

Benachteiligung oder Abwertung von Menschen oder Gruppen aufgrund von Wertvorstellungen oder Vorurteilen.

Beispiele: Frauen erhalten im Durchschnitt weniger Lohn als Männer. Es gibt oft keine Toiletten für Menschen, die sich weder als Männer noch als Frauen identifizieren.

Divers

Divers ist ein juristischer Personenstand, den es in Deutschland seit 2018 und in Österreich seit 2019 gibt. Er wurde geschaffen, um intergeschlechtlichen Personen einen Geschlechtseintrag, der nicht männlich oder weiblich ist, zu ermöglichen. Der Personenstand wird allerdings auch von endogeschlechtlichen trans und nichtbinären Personen genutzt. Divers ist in den allermeisten Fällen keine geschlechtliche Selbstbezeichnung für intergeschlechtliche und nichtbinäre Personen und sollte nicht als

Fremdbezeichnung verwendet werden. Eigentlich ist ‚divers‘ auch keine Anrede wie ‚Frau‘ oder ‚Herr‘.

Aus: [Divers | Queer Lexikon \(queer-lexikon.net\)](#)

F

FLINTA*

Auch: FINTA, FLINT

FLINTA* ist eine Abkürzung, die ausdrücken soll, wer in bestimmten Räumen oder zu bestimmten Veranstaltungen willkommen ist. Sie steht für Frauen, Lesben, inter Menschen, nichtbinäre Menschen, trans Menschen und agender Menschen. Die Abkürzung existiert in verschiedenen Varianten.

Problematisch sind diese Abkürzungen dann, wenn sie gleichbedeutend mit ‚Frauen‘ bzw. ‚alle Menschen, die ich als Frauen wahrnehme‘ verwendet werden und so Menschen fälschlicherweise ein- und ausgeschlossen werden.

Aus: [FLINTA | Queer Lexikon \(queer-lexikon.net\)](#)

G

Gender Dysphorie

Dysphorie empfinden vor allem nichtbinäre und trans Menschen. Dysphorie ist ein Gefühl von körperlichem oder sozialem Unwohlsein. Manche nichtbinären oder trans Personen empfinden Dysphorie, wenn ihre Umwelt sie in einem falschen Geschlecht wahrnimmt, oder wenn ihre eigenen Vorstellungen von ihrem Geschlecht nicht zu ihrem eigenen Aussehen, Verhalten und Sein passen. Diese eigene Unzufriedenheit hat auch mit dem Druck und den Erwartungen der Gesellschaft zu tun. Viele trans Personen und manche nichtbinären Personen ergreifen Maßnahmen wie Hormontherapien und/oder Operationen, um ihre Körper ihren eigenen und/oder gesellschaftlichen Vorstellungen anzupassen.

Aus: [Dysphorie | Queer Lexikon \(queer-lexikon.net\)](#)

Geschlechtsidentität

ist das individuelle Empfinden und Wissen eines Menschen darüber, welches Geschlecht man hat. Die Geschlechtsidentität kann mit dem biologischen Geschlecht, das bei der Geburt zugewiesen wird, übereinstimmen wie bei Cis-Frauen und Cis-Männern. Sie kann aber auch vom biologischen Geschlecht abweichen wie bei trans-Menschen und beispielsweise zwischen weiblich und männlich, außerhalb der binären Einteilung oder auch fließend sein wie z.B. nicht-binär, inter oder genderfluid. Mit Geschlechtsidentität ist nicht die sexuelle Orientierung gemeint.

Aus: [Glossar • SexismusLexikon • Power to Transform! \(sexismus-lexikon.de\)](#)

H

Heteronormativität

Heteronormativität ist eine Norm in unserer Gesellschaft. Es wird davon ausgegangen, dass alle Menschen endogeschlechtlich, cisgeschlechtlich, heterosexuell, allosexuell und alloromantisch sind. Es wird also davon ausgegangen, dass jede Person nur eins von zwei Geschlechtern hat, nämlich entweder männlich oder weiblich, und dass dieses Geschlecht schon bei der Geburt an den Genitalien abgelesen werden kann. Außerdem wird davon ausgegangen, dass diese Geschlechter sich grundlegend voneinander

unterscheiden und sich sexuell und romantisch aufeinander beziehen. Zusätzlich gibt es die Erwartung, dass alle Menschen in monogamen, romantischen und sexuellen Beziehungen sind oder sein wollen. Abweichungen davon, zum Beispiel queere und polyamouröse Beziehungen sowie trans Menschen, werden unsichtbar gemacht und/oder diskriminiert. Aus: [Heteronormativität | Queer Lexikon \(queer-lexikon.net\)](#)

Heterosexuell

Eine sexuelle Orientierung, bei der eine Person romantische/erotische Gefühle (ausschließlich) für Personen „des“ anderen Geschlechts hat. Beispiel: eine Frau, die auf Männer steht.

Homosexuell

Eine sexuelle Orientierung, bei der eine Person romantische/erotische Gefühle (ausschließlich) für Personen des gleichen Geschlechts hat. Beispiel: eine Frau, die auf Frauen steht

I

inter

Intergeschlechtliche oder inter Personen haben Merkmale von männlichen und weiblichen Körpern. Ihr geschlechtliches Erscheinungsbild wird daher häufig als eine Mischung der Geschlechter wahrgenommen. Dies kann sowohl durch sekundäre Geschlechtsmerkmale wie Muskelmasse, Haarverteilung oder Gestalt als auch durch primäre Geschlechtsmerkmale (innere und äußere Geschlechtsorgane, chromosomale und hormonelle Struktur) zum Ausdruck kommen und sich in verschiedenen Lebensphasen (bei der Geburt, im Kindes-, Jugend- oder Erwachsenenalter) zeigen. Der Begriff „intergeschlechtlich“ kann sich aber auch auf die Geschlechtsidentität einer Person beziehen. Die Bezeichnung inter wird als ein Oberbegriff genutzt, der alle vielfältigen intergeschlechtlichen Realitäten und Körperlichkeiten miteinschließen soll.

Aus: <https://www.antidiskriminierungsstelle.de/DE/ueber-diskriminierung/diskriminierungsmerkmale/geschlecht-und-geschlechtsidentitaet/inter/inter-node.html>

N

nicht-binär/non-binär

Als nichtbinär können sich Menschen bezeichnen, die nicht (oder nicht zu 100%) Mann oder Frau sind. Stattdessen ist ihr Geschlecht beispielsweise beides gleichzeitig, zwischen männlich und weiblich, oder weder männlich noch weiblich. Manche nichtbinäre Menschen verorten sich ganz außerhalb des binären Systems, manche haben gar kein Geschlecht (agender) oder haben eine Geschlechtsidentität, die sich immer wieder ändert (genderfluid).

Aus: <https://queer-lexikon.net/2017/06/08/nichtbinaer/>

O

Outing

auch: Fremddouting, jemanden outen, geoutet werden.

Geoutet zu werden steht im Gegensatz zum Coming Out. Jemanden zu outen bedeutet, die Geschlechtsidentität und/oder romantische bzw. sexuelle Orientierung eines Menschen einem anderen Menschen, einer Gruppe

und/oder der Öffentlichkeit zu verraten. Meistens findet das unfreiwillig, ohne die Zustimmung oder Einwilligung der betroffenen Person statt. Das Coming Out einer Person ist dagegen freiwillig und ihre eigene Entscheidung.

Aus: [Outing | Queer Lexikon \(queer-lexikon.net\)](#)

P

Pansexuell

Eine sexuelle Orientierung, bei der eine Person romantische/erotische Gefühle für Menschen, unabhängig von deren Geschlecht hat.

Q

Queer

bedeutet aus dem Englischen übersetzt "seltsam" oder "merkwürdig" und wurde (...) lange als Schimpfwort für Homosexuelle benutzt. Ab den 90er Jahren bezeichneten sich Homosexuelle selbst als queer und besetzten den Begriff damit positiv. Heute wird queer als Sammelbegriff für Menschen benutzt, die nicht der heterosexuellen Norm entsprechen und steht für die Vielfalt sexueller und geschlechtlicher Identitäten. (...) Queer wird sowohl für die ganze Bewegung als auch für einzelne Personen benutzt, deren Geschlechterrolle, Geschlechtsidentität und Lebensweise von der Heteronormativität abweicht. Dazu gehören beispielsweise Schwule, Lesben, Bisexuelle, trans Menschen oder asexuelle Menschen, aber auch BDSMler*innen und Heterosexuelle, die Polyamorie praktizieren.

Aus: [Glossar • SexismusLexikon • Power to Transform! \(sexismus-lexikon.de\)](#)

S

Sexismus

Sexismus bezeichnet alle Formen von Diskriminierung aufgrund des Geschlechts. Dabei richtet sich Sexismus gesellschaftlich bei uns immer gegen vermeintlich nicht-männliche (und ganz besonders weibliche) Personen oder Eigenschaften.

Betroffen von Sexismus sind insbesondere alle Menschen, die keine cis Männer sind. Aber auch cis Männer können von Sexismus betroffen sein, aber nicht aufgrund ihres tatsächlichen Geschlechts, sondern beispielsweise durch Verstöße gegen die Erwartungen aus der männlichen Geschlechterrolle.

Sexismus ist ein gesellschaftliches Phänomen. Das heißt auch, dass nicht jeder Angriff und jede Diskriminierung gegen nicht-männliche Personen automatisch sexistisch ist. Die Begriffe Sexismus und Misogynie sind nicht klar voneinander abzutrennen.

Aus: [Sexismus | Queer Lexikon \(queer-lexikon.net\)](#)

Sexuelle Orientierung

Die sexuelle Orientierung eines Menschen beschreibt, zu Menschen welches Geschlechts bzw. welcher Geschlechter sich ein Mensch emotional, körperlich und/oder sexuell hingezogen fühlt. Die romantische und sexuelle Orientierung von Personen können sich überlappen, dies muss aber nicht der Fall sein. Die sexuelle Orientierung ist außerdem unabhängig von der sexuellen Praxis (wie/ob/mit wem jemand Sex hat) und der sexuellen Präferenz (auf wen jemand steht).

Aus: [Sexuelle Orientierung | Queer Lexikon \(queer-lexikon.net\)](#)

Trans

trans ist ein Oberbegriff (Adjektiv), der verschiedene Menschen bezeichnet, die sich nicht mit dem ihnen bei der Geburt zugewiesenen Geschlecht identifizieren. Transgeschlechtliche Menschen sind beispielsweise trans Frauen (Frauen, deren Geschlechtseintrag bei der Geburt männlich war), trans Männer (Männer, deren Personenstandseintrag bei der Geburt weiblich war), aber auch Menschen, die sich geschlechtlich nicht verorten (lassen) möchten. Aus: <https://www.antidiskriminierungsstelle.de/DE/ueber-diskriminierung/diskriminierungsmerkmale/geschlecht-und-geschlechtsidentitaet/trans/trans-node.html>

Artikel

Artikel 1: Interview mit Alice Muitoevoli Rugai

„Hamsterrad“ wurde von Alice Muitoevoli Rugai (AR) geschrieben. Alice Rugai studiert Szenisches Schreiben an der Universität der Künste und hat den Text im Rahmen einer Kooperation mit dem Theater Strahl verfasst. Das Interview führte Lina Bähr (LB).

LB: Hallo Alice, wie lief die Kooperation zwischen der UdK und dem Theater Strahl ab?

AR: In dem Seminar „Schreiben für junges Publikum“ haben wir verschiedene Kinder- und Jugendtheaterstücke analysiert. Das Theater Strahl hat ein Treffen mit Jugendlichen und den Studierenden organisiert. Wir haben vorher Szenen geschrieben, die wir dort zusammen mit den Jugendlichen gelesen und darüber diskutiert haben. Dieser Austausch war sehr hilfreich um weiter zu schreiben. Alle Stücke wurden in Trailer-Fassungen von Max (Regie) inszeniert. Die Auswahl wurde ein paar Wochen danach getroffen und fiel auf „Hamsterrad“.

LB: Wie ist dir die Idee für das Stück gekommen?

AR: Ich war von dem Seminar anfangs nicht so begeistert, weil ich rückblickend in meiner Pubertät nicht so glücklich war. Für Jugendliche in Deutschland zu schreiben, auf deutscher Sprache, hat für mich als nicht-deutsch sozialisierte Person viele Fragen aufgeworfen: Nicht nur Generations-Fragen, sondern auch kulturelle Fragen. Ich musste daher einen Kompromiss finden zwischen dem, das für meine Pubertät gut funktionierte - denn wenn ich schreiben muss es etwas geben, das mich

bewegt – und einer Art Gesellschaftsanalyse um herauszufinden, was für Jugendliche in Deutschland funktioniert.

Zum Beispiel war neu für mich, dass man einen Empfehlungsbrief für Schulen braucht und, dass die Kinder schon sehr früh in Klassen getrennt werden.

LB: Was hat dich inspiriert und angetrieben?

AR: Für mich war es von Anfang an sehr spannend herauszufinden, mit welcher Schule ich zusammenarbeite und woher die Kinder kommen. Soziale Herkunft und Migrationshintergrund waren für mich wichtig. Die zweite Generation war für mich sehr faszinierend. Ich sehe zum Beispiel eher Parallelen zwischen der Figur der Mutter und mir, weil ich keinen Migrationshintergrund, sondern eine erste Migrationserfahrung habe. Es gibt auch das Phänomen, dass Jugendliche der zweiten Generation mit Migrationshintergrund die Eltern auslachen. Das ist nicht böse gemeint. Es ist typologisch betrachtet sehr interessant.

Außerdem finde ich Tiktok sehr interessant. Tiktok *ist* Theater. Tiktok hat meiner Meinung nach ein theatrales Potenzial. Ich wollte das unbedingt mit aufnehmen und habe angefangen, Reels zu schauen.

LB: Gab es im Schreibprozess eine Frage, die dich gefesselt hat?

AR: Es ist eine Sache für Erwachsene zu schreiben und eine andere Sache für Jugendliche zu schreiben. Ich versuche natürlich politisch korrekt zu sein und einen Diskurs auf die Bühne zu bringen. Aber wenn man für Jugendliche schreibt, muss man noch mehr aufpassen. Deshalb hatten wir Beratungen, z.B. mit QueerFormat, und ein paar Witze wurden deswegen gestrichen. Es war immer ein Kompromiss. Ich habe bei einigen Aspekten viel nachgedacht und hatte auch Sorgen, wie es ankommt und ob es Sachen gibt, die triggern könnten.

Zum Beispiel präsentiert die Mutter im Stück für mich eine sehr liebevolle, aber unwissende, Person. Und so eine Position ist im aktuellen Genderdiskurs nicht vorhanden. Ich wollte aber auch zeigen, dass wenn man falsche Worte benutzt das nicht immer respektlos ist, sondern dass man auch dazu lernen kann. Die Mutter hat leider keine Ahnung von den Themen, sie ist nicht im akademischen Milieu, aber sie ist offen und lernt.

LB: Kann man deiner Meinung nach auf der Bühne auch etwas zeigen, das politisch nicht korrekt ist?

AR: Ich denke, es gibt dahingehend zwei verschiedene Philosophien. Bei „Hamsterrad“ bin ich der Meinung, dass man die Fehler zeigen sollte. Besonders, wenn es ein Stück für alle sein sollte. Ich finde, dass *political correctness* manchmal bestimmte Diskurse unterschlägt und dann kann man nicht mehr daraus lernen. Manchmal fehlt dann der Aha-Moment der Bewusstwerdung. Werden Sachen nicht thematisiert, kann man auch nicht daraus lernen.

Beispielsweise gab es einen Kommentar der Mutter, der transfeindlich gelesen werden konnte. Die Idee war, dass CRI auf der Bühne diesen Kommentar hinterfragt. Es kann sein, dass das Publikum wegen des Kommentars lacht und dann daraufhin korrigiert wird. Das heißt, dass das Lachen zu einem politischen Mittel wird. Aber es ist natürlich eine Entscheidung, ob man so etwas auf der Bühne zeigen möchte. Es hängt auch vom Publikum ab, was gut funktioniert und was nicht.

Schlussendlich habe ich versucht, Vorurteile zu zeigen, ohne sie zu reproduzieren.

Neben dem Stereotyp von Lucies Satz: „Das ist doch vielleicht nur eine Phase“ gab es auch noch das Stereotyp: „Denkst du ich muss Sex mit allen haben, um herauszufinden wen ich attraktiv finde?“. Es war mir wichtig das zu thematisieren, weil ich die Hauptfigur davor bewahren wollte sexuelle Erfahrungen zu machen nur um sich und anderen etwas zu beweisen. Dieses Stereotyp könnte auch jemanden triggern. Aber am Ende ist es auch empowernd, wenn CRI sagt: „Ich ficke alle!“. Das ist konfrontativ, aber macht Lucie dabei nicht schlecht.

LB: Du hast dich also bewusst entschieden Klischees und Übertreibungen zu nutzen?

AR: Ja. Auch, weil ich ständig Darstellungen bisexueller Figuren sehe, die schlecht gemacht oder glamourisiert werden. Ich wollte eine bisexuelle Hauptfigur zeigen, die ganz normal ist und aus der Arbeiterklasse kommt.

LB: Gab es im Schreibprozess Herausforderungen?

AR: Ich hatte Sorge, Fremdscham auszulösen. Das Stück ist extrem utopisch. Homofeindlichkeit habe ich z.B. nur angedeutet in einer Figur, die nicht auf der Bühne ist (Lucies Mutter). Aber trotz dessen ist die Geschichte sehr utopisch. Auch das Selbstbewusstsein der Hauptfigur ist utopisch. Anfangs habe ich in den Monologen auch Selbstzweifel eingebaut, die ich später im Prozess raus genommen habe.

LB: Warum?

AR: Weil ich denke, dass gerade bei bisexuellen Menschen Selbstzweifel ein großes Thema sind. Ich wollte aber empowernd sein. Ich zeige die Realität. Menschen, die diese Erfahrung teilen, wissen, dass Selbstzweifel ein Thema sind. Menschen, die nicht bisexuell sind, wissen das vielleicht nicht, aber das ist auch nicht notwendig um das Stück zu verstehen. Deshalb habe ich die Passagen mit den Selbstzweifeln raus genommen.

Ich kann nicht nur ein Stück über Bisexualität schreiben. Es müssen sich auch viele andere Menschen damit identifizieren können, damit es beim Publikum ankommt. Ich denke, ohne Selbstzweifel und verinnerlichte Bifeindlichkeit funktioniert das Stück viel besser. So soll es einfach empowernd sein.

LB: Thema Intersektionalität: Wie hängen die Kategorien sexuelle Orientierung, Geschlechtsidentität und Klasse zusammen?

AR: Mir war es wichtig zu zeigen, dass politisch korrekt zu sein nicht immer bedeutet queerfreundlich zu sein. Im Genderdiskurs bewandert zu sein, heißt nicht, dass man immer sensibel mit den anderen umgeht. Und auch umgekehrt: Vielleicht bist du nicht im Diskurs, aber du kannst natürlich alles akzeptieren und dazu lernen. Ich finde, dass es auch ein Klassendiskurs ist. Deswegen habe ich auf Pronomen verzichtet. Pronomen sind sprachabhängig und auch deswegen ein Klassendiskurs. Wenn man *they* nutzt, sollte man ein wenig Englisch können, besonders wenn man es auf deutsch nutzt. Ich habe mich aus den Pronomen raus gehalten, indem ich eine Hauptfigur ohne Pronomen geschrieben habe.

In queeren Diskursen wird meiner Meinung nach manchmal einiges vereinfacht und verallgemeinert. Queerness hat verschiedenen Intersektionalitäten mit verschiedenen Unterdrückungssystemen, deshalb kann queerness ganz unterschiedlich erlebt werden.

LB: Was würdest du dir für Jugendliche wünschen, die sich in der Schule outen? Was wären hilfreiche Reaktionen von Lehrkräften?

AR: Wenn eine Klasse dieses Stück besucht, ist das ein gutes Zeichen, weil sich die Lehrkräfte anscheinend mit dem Thema beschäftigen. Die Schulen könnten Listen und Flyer von queerfreundlichen Vereinen aushängen. Die Jugendlichen sollten sich von Anfang an gut vernetzen und gegenseitig unterstützen. In Berlin gibt es viele Beratungsstellen, bei denen man sich

Rat und Unterstützung holen kann – als Jugendliche, als Lehrkraft und auch als Eltern oder Freund*innen.

Alle an der Schule sollten sehr aufmerksam mit dem Thema Mobbing umgehen. Vor kurzem gab es einen Fall in den USA, bei dem eine nicht-binäre Person in der Schultoilette von drei cisgender-hetero-Personen getötet wurde. Das zeigt, wie gewaltvoll es sein kann, für trans Personen einfach nur zur Toilette zu gehen. Die Schule hat auch versagt, weil sie keinen Krankenwagen gerufen hat (siehe: [Oklahoma banned trans students from bathrooms. Now Nex Benedict is dead after a fight | The Independent](#)).

Ich wünsche mir mehr Sensibilisierung in Schulklassen. Lehrkräfte sollten die Themen Geschlechtsidentität und sexuelle Orientierung offen ansprechen und sich selbst weiterbilden. Sie könnten auch Queer History unterrichten, um über die Grundlagen zu informieren. Das hätte ich mir als Kind gewünscht. Auf jeden Fall sollte die binäre Toilettenaufteilung verändert werden.

LB: Warum Hamster?

AR: (*lacht*) Das habe ich erwartet! Als Kind wollte ich immer einen Hamster haben und habe mich mit einem Hamster identifiziert. Das hat gut in die Metapher von Hundemenschen und Katzenmenschen gepasst. Denn: Wo sind die Hamstermenschen? Und natürlich passt das sehr gut zur Metapher „im Hamsterrad rennen“. Das ist eine sehr bekannte Metapher, anders als die Metapher vom Hamster als Nicht-Hund und Nicht-Katze. Das ist etwas Dazwischen.

LB: Was ist dir zum Schluss noch wichtig zu sagen?

AR:

Die Zusammenarbeit mit dem Theater Strahl war super und sehr respektvoll. Es ist eindeutig ein Jugendtheaterstück. Aber gestern waren zum Beispiel Menschen im Publikum, die um die 40 Jahre alt waren und die sich mega gefreut haben über das Stück. Und das finde ich etwas traurig, dass so ein Stück als progressiv und neu wahrgenommen wird, obwohl die Themen überhaupt nicht neu sind. Das ist gesellschaftlich betrachtet etwas traurig. Die Darstellung bisexueller Menschen in Filmen, Theaterstücken und Büchern hat allermeistens nichts mit der Realität zu tun und ist sehr sehr verzerrt aufgrund von Vorurteilen, und das wollte ich ändern.

Ich freue mich auch, dass das Theater Strahl eine Kooperation mit Queerformat hat. Das finde ich echt super.

LB: Vielen Dank Alice!

Artikel 2: Julia Shaw über Bisexualität: "Warum entscheiden und vielleicht Nuancen verlieren?"

Die Psychologin Julia Shaw über eine vernachlässigte sexuelle Identität und die fehlende Vorstellungskraft, wenn etwas nicht vorgelebt wird.

Theresa Lachner, 23. September 2022

Sind wir nicht alle ein bisschen bi? Und wenn ja, warum reden wir dann so wenig darüber? Trotz Regenbogenflaggen überall ist das B in LGBTIQ oft erstaunlich unsichtbar – dabei sind bisexuelle Menschen die größte sexuelle Minderheit überhaupt. Zeit, das zu ändern, dachte sich die Rechtspsychologin Julia Shaw und schrieb das Buch "Bi – vielfältige Liebe entdecken".

STANDARD: Das hier ist ein komplett bisexuelles Interview – wir beide haben uns somit schon gleich am Anfang geoutet. Warum ist es überhaupt so wichtig, dass wir das tun? Heterosexuelle tun das ja schließlich auch nicht ständig.

Shaw: Es ist dieses Narrativ des Schrankes, diese Idee, dass wir uns outen müssen. Und es ist richtig zu fragen: "Brauchen wir das überhaupt?" Aber die Antwort ist weiterhin Ja, weil wir sonst unsichtbar sind. Und solange wir unsichtbar sind, ist es sehr schwer, für unsere Menschenrechte zu kämpfen und uns gegenseitig zu sehen. Es gibt viele von uns, eine ganze Community, wir sind nicht allein.

STANDARD: Wie genau definiert man denn Bisexualität? Ich dachte immer, das "bi" steht für zwei Geschlechter, also für Mann und Frau. Seit ich Ihr Buch gelesen habe, weiß ich, das "bi" steht für sowohl homo als auch hetero.

Shaw: Genau. Es geht um die sexuelle und oder romantische Anziehung zu mehreren Geschlechtern. Dabei geht es um drei Dinge. Das Benehmen: Wen habe ich schon mal geküsst, mit wem habe ich geschlafen? Dann die Romantik: In wen möchte oder kann ich mich verlieben? Und die Beziehung: Mit wem möchte ich eine Beziehung führen? Oft kommt dann als Antwort von Frauen: Ja, ich finde Frauen schon gut, aber eine Beziehung würde ich nur mit einem Mann haben wollen. Daraus entsteht oft ein spannendes Gespräch. Natürlich

ist da die Frage, ob man Kinder möchte, aber es geht oft um etwas anderes: nämlich darum, dass nie wirklich gezeigt wird, wie eine langjährige homosexuelle Beziehung überhaupt aussehen kann. Deswegen fehlt uns da die Vorstellungskraft. Was uns nicht vorgelebt wird, das sehen wir auch nicht für uns selbst.

STANDARD: Warum ist Bisexualität überhaupt so unsichtbar – und war lange sogar ungoogelbar?

Shaw: Einige Tech-Firmen haben sogar den Begriff "Bisexualität" unter Pornografie eingestuft, und da kann man sagen, ja, wahrscheinlich weil in "bisexuell" das Wort "Sex" mit drinsteckt. Aber das stimmt nicht, denn "heterosexuell" ist nicht geändert worden und "homosexuell" auch nicht. Also ging es wirklich um "bisexuell", und zwar weil "bi" automatisch als pornografisch eingestuft wurde – was bei vielen auch im Kopf noch so ist. Viele denken da direkt an Pornos, also an Fantasien und nicht an Realitäten, nicht an Identitäten und auch nicht daran, warum das etwas Wichtiges und Eigenes ist.

STANDARD: Und so entstehen Klischees und Mythen.

Shaw: Frauen und andere weiblich gelesene Bisexuelle werden sehr oft hypersexualisiert. Es gibt die Annahme, dass wir gierig sind und nicht monogam sein können, ständig irgendwie Sex haben wollen, was dann natürlich gesellschaftlich wieder als problematisch gilt. Bei Männern und männlich gelesenen Menschen gibt es eher die Annahme, dass sie in Wirklichkeit doch schwul sind und dann lügen, wenn sie sagen, sie sind bi. Das hat dann auch unterschiedliche Effekte aufs Dating: Heterosexuelle Männer denken bei einer Bi-Frau oft, "wie cool, dann kann ich ja endlich einen Dreier haben", während heterosexuelle Frauen bei Bi-Männern oft erst mal abgeschreckt sind. Da muss man wirklich überlegen, was für unterschiedliche Stereotype es gibt und wie wir sie entsprechend herunterbrechen und bekämpfen können.

STANDARD: Was sind denn die Konsequenzen dieser Sterotypisierung?

Shaw: Wir wissen aus der Forschung zum Thema sexuelle Gewalt gegen bisexuelle Menschen, dass 61 Prozent aller bisexuellen Frauen schon einmal physische und psychische Gewalt erlebt haben – im Vergleich zu 44 Prozent aller lesbischen und 35 Prozent aller heterosexuellen.

Eine weitere Studie hat gezeigt, dass Menschen, die sich in einem Bewerbungsprozess als bisexuell outen, weniger Geld angeboten wird als

homo- oder heterosexuellen. Man kann dieses Gedankenexperiment sofort selbst machen: Wer von uns kennt eine bisexuelle Person am Arbeitsplatz? Und wie viele kennen wir, die offen schwul oder lesbisch sind? Ich habe total unterschätzt, wie sehr mein eigenes Coming-out am Arbeitsplatz mich professionell beeinflussen würde, ich fühle mich jetzt ganz anders, weil ich mit diesem Aspekt meines Lebens offen umgehen kann. Und genau das sehen wir auch an den Statistiken: dass Menschen, die sich outen können und sich wohlfühlen, besser performen und eher bei einem Arbeitgeber bleiben. Und sich ansonsten eher einen anderen Arbeitsplatz suchen, der sie willkommen heißt.

STANDARD: Und was sind die psychologischen und psychischen Konsequenzen von bisexueller Unsichtbarkeit?

Shaw: Die neueste Forschung, die so neu ist, dass sie noch nicht einmal in meinem Buch ist, besagt, dass zum Beispiel die Herzinfarktgefahr für bisexuelle Menschen höher ist als für homosexuelle. Auch Angststörungen und Depressionen sind unter bisexuellen Menschen häufiger, ebenso nichtsuizidales selbstverletzendes Verhalten. Das sind alles negative Konsequenzen der sozialen Ausgrenzung und Diskriminierung, die Bisexuelle sowohl von hetero- als auch homosexueller Seite erfahren. Man fragt sich beispielsweise: "Wo gehöre ich eigentlich hin, und mit wem kann ich darüber sprechen? Gibt es das überhaupt, was ich hier erlebe? Gibt es andere wie mich?" Manchmal kommt dann die Frage, ob bisexuelle Menschen einfach grundsätzlich irgendwie psychisch gestört sind, und da muss man ganz klar sagen: nein. Das soziale Umfeld, das bisexuelle Menschen ausgrenzt, sorgt für die psychischen Konsequenzen. Das ist ganz ganz wichtig, das dazuzusagen.

STANDARD: Was sagen Sie zu dem Argument, wir sollten doch froh sein, dass wir es "uns aussuchen" könnten? Ist es nicht auch "gut", dass uns niemand die Bisexualität anmerkt?

Shaw: Natürlich kann man je nach Kontext auch so tun, als wäre man straight, lesbisch oder schwul. Aber natürlich ist auch das ein Verstecken. Das tun homosexuelle Menschen auch manchmal, zum Beispiel in Ländern, wo es illegal ist, homosexuellen Sex zu haben. Aber das ist ein Problem und kein Luxus. Wir dürfen nicht akzeptieren, dass Menschen das machen müssen.

STANDARD: Und dann gibt es noch Homonationalismus.

Shaw: Genau. Dieser Begriff wurde 2007 von der Politikwissenschaftlerin Jasbir Puar geprägt. Diese Idee, dass Homosexualität Teil einer modernen Gesellschaft ist und wir mit unseren Regenbogenflaggen besser und

fortschrittlicher sind als Länder, die queere Menschen ausgrenzen – die dann von Rechten benutzt wird, um sich von Ausländern abzugrenzen. Mir fiel das früher oft auf – dass Menschen, die politisch überhaupt nicht mit mir auf einer Ebene waren, mit ihren Regenbogenflaggen ankamen und mir das irgendwie unangenehm war. Und jetzt weiß ich, warum: weil das verkleideter Rassismus ist – zu zeigen: "Wir sind besser als diese Menschen." Und auch das ist ein Riesenproblem. Das wird schnell benutzt als Waffe, zum Beispiel gegen Menschen, die vielleicht Asylwerber werden.

STANDARD: Als bisexueller Mensch hat man sich immer irgendwie zu beweisen. Es gibt wohl keine andere sexuelle Orientierung, die so sehr angezweifelt wird wie Bisexualität, oder?

Shaw: Ich glaube, asexuelle Menschen kennen dieses Problem auch. Aber im Vergleich zu lesbischen, schwulen oder heterosexuellen Menschen haben Bisexuelle dieses Problem auf jeden Fall oft, ich glaube, sie haben sogar sich selbst gegenüber Zweifel, ob sie bi genug sind, schon mit genug Menschen von beiden Geschlechtern Sex hatten, um sich zu "qualifizieren". Aber wenn man heterosexuell ist und noch nie mit jemandem Sex hatte, muss man es ja auch nicht beweisen. Man kann einfach sagen, wen man attraktiv findet.

STANDARD: Das Klischee ist doch oft: Frauen machen halt mit anderen Frauen rum, weil Männer das toll finden, sind aber eigentlich hetero. Und Männer, die mit Männern und Frauen etwas haben, sind eigentlich schwul. Wollen wir in Wirklichkeit also alle nur etwas mit Männern haben?

Shaw: Das ist so dieses altmodische Konzept der Sexualität als etwas pures Männliches. Was ich – persönlich, nicht wissenschaftlich – in den letzten Jahren beobachte, ist so eine Art Renaissance für Frauen, die ihre eigene Sexualität mehr erforschen und auch ihre eigenen Labels benutzen. Es gibt auch online ganz andere Möglichkeiten, diese Lust zu erforschen und sich zu vernetzen, sich auszuprobieren, ohne dass Männer Zutritt haben. Und das trägt dazu bei, dass sich mehr Frauen denken: "Okay, ich probiere dieses Etikett 'bi' jetzt mal an und schaue mal, wie es ist." Und das ist doch toll. Und auch dass manche von diesen Menschen dann auch wieder sagen werden: "Nee, okay, ich bin doch hetero."

STANDARD: Wenn man als bisexueller Mensch eine monogame Beziehung eingeht: Ist man dann überhaupt noch bi, oder entscheidet man sich in diesem Moment dann doch für eine Orientierung?

Shaw: (lacht) Ja, ist man. Auch dazu gibt es Forschung. Viele bisexuelle Menschen, und auch bisexuelle Mütter, die dann in heterosexuellen oder

heterosexuell aussehenden Beziehungen sind, fühlen sich plötzlich unsichtbar und als hetero gelesen. Und man will ja auch nicht die Person sein, die ihre Bisexualität ständig betonen muss. Aber man kann andere Möglichkeiten finden, sich damit sichtbar zu machen, beispielsweise entsprechende Kunst und Bücher zu Hause zu haben – und sich damit sagen: Dieser Teil von mir ist nicht gestorben, nur weil ich im Moment mit einem Menschen in einer Beziehung bin und nicht als bi gelesen werde.

STANDARD: Was ist – trotz all dieser Probleme – das Beste am Bisexualsein?

Shaw: Laut meiner Lieblingsstudie: die Freiheit. Das finde ich so schön. Warum entscheiden und vielleicht Nuancen verlieren?

Quelle: [Julia Shaw über Bisexualität: "Warum entscheiden und vielleicht Nuancen verlieren?" - dieStandard - derStandard.de > Wissen und Gesellschaft](#), abgerufen am 12.2.2024

Literatur

Infos:

[Queere Jugend Berlin – Das Portal für queere junge Menschen in Berlin \(queere-jugend-berlin.de\)](#): Materialsammlung und Terminübersicht für pädagogische Fachkräfte und queere Jugendliche

<https://www.dissens.de/>:

Institut für Bildung und Forschung e.V. ist ein Bildungs-, Beratungs-, und Forschungsinstitut zu Geschlechterverhältnissen, Forschungs- und Bildungsprojekte.

[Regenbogenportal: Startseite:](#)

Regenbogenportal des Bundesministeriums für Familie, Senioren; Frauen und Jugend:

[.Fachkräfteportal für Genderfragen \(geschlechtersensible-paedagogik.de\)](#):

Fachkräfteportal für Genderfragen.

Texte zu Positionen der geschlechtersensiblen pädagogischen Arbeit, Buchempfehlungen, Einblicke in jugendliche Perspektiven, Didaktische Übungen

[trans*fabel - Jenseits des 2-Geschlechtersystems \(transfabel.de\)](#):

Shop mit Büchern, Zines, Accessoires, Kunst u.v.m. zu den Themen Trans*, Inter*, Nicht-Binär, Genderqueer

Artikel:

<https://www.nifbe.de/component/themensammlung?view=item&id=958:geschlechtersensible-paedagogik>

Wilhelmine Berger: Geschlechtersensible Pädagogik (2020), Niedersächsisches Institut für frühkindliche Bildung und Entwicklung.

[Gender | Politische Bildung | bpb.de](#)

Dagmar Richter: Gender (2015) Bundeszentrale für politische Bildung.

[Geschlechterungleichheiten: Gender Pay Gap | Arbeitsmarktpolitik | bpb.de](#)

Guido Zinke: Geschlechterungleichheiten: Gender Pay Gap (2020) Bundeszentrale für politische Bildung.

[Sexuelle und geschlechtliche Selbstbestimmung als Menschenrecht | Themen | bpb.de](#)

Karsten Schubert: Sexuelle und geschlechtliche Selbstbestimmung als Menschenrecht (2016) Bundeszentrale für politische Bildung.

[Lydia Meyer: Warum die Zukunft nicht binär ist | ze.tt \(zeit.de\)](#)

Lydia Meyer: Warum die Zukunft nicht binär ist (2023) ze.tt.

[Nicht-binäre Person: Wie Lea als nicht-binäre Person in einer Gesellschaft lebt, die nur zwei Geschlechter kennt | ze.tt \(zeit.de\)](#)

Eser Aktay: Wie Lea als nicht-binäre Person in einer Gesellschaft lebt, die nur zwei Geschlechter kennt (2019) ze.tt.

[Blut und Scham: Wie die Menstruation zum Tabuthema wurde | National Geographic](#)

Insa Germerott: Blut und Scham: Wie die Menstruation zum Tabuthema wurde. (2023) National Geographic.

Chatportal, Videos, Comics, Workshops uvm....

[Home - \(queer-at-school.de\)](#): Workshops für Schulklassen, Infomaterial

[Regenbogenchat](#): Austausch und Infos für queere Jugendliche

[Jugendnetzwerk Lambda Berlin-Brandenburg e.V. – Queeres Jugendzentrum und Jugendverband \(lambda-bb.de\)](#): Beratung, Gruppentreffs, Projekte

Comicbuchreihe und Serie: Alice Oseman: Heartstopper (2022) Loewe Verlag

Film: Der Sommer mit Anaïs, 2022, Regie: Charline Bourgeois-Tacquet

Film: "Mädchenseele", inkl. Lehrmaterial: [Mädchenseele | Geschlechtliche Vielfalt - trans* | bpb.de](#)

Video "Coming-Out im Klassenzimmer. Entscheidung im Unterricht": [Coming-out im Klassenzimmer | bpb.de](#)

Mein Test Gelände. Das Gendermagazin.

Veröffentlichung von Texten, Songs, Videos junger Menschen für eine gerechtere Gesellschaft.

[meinTestgelaende.de](#)

Buch zu Transmännlichkeit: Linus Giese: Ich bin Linus - Wie ich der Mann wurde, der ich schon immer war (2020) Rowohlt Verlag.

Wortsalat im Kopf? Hier gibt's Glossare:

[Glossar • SexismusLexikon • Power to Transform! \(sexismus-lexikon.de\)](#)

[Glossar | Queer Lexikon \(queer-lexikon.net\)](#)

[sprachleitfaden_zweite_auflage.pdf \(feministisch-sprachhandeln.org\)](#)

[\(Microsoft Word - Hinweise und Empfehlungen für geschlechtergerechte Sprache an der ASH_2019_03_12.docx\) \(ash-berlin.eu\)](#)

[Glossar | Gender Glossar \(gender-glossar.de\)](#)

Wo finde ich Beratung und Unterstützung?

[Home - \(queer-at-school.de\)](#): Workshops für Schulklassen, Infomaterial

[Regenbogenchat](#): Austausch und Infos für queere Jugendliche

[Jugendnetzwerk Lambda Berlin-Brandenburg e.V. – Queeres Jugendzentrum und Jugendverband \(lambda-bb.de\)](#): Beratung, Gruppentreffs, Projekte

Inter*Trans*Beratung Queer Leben

Beratung für trans*, inter* und nicht-binäre Kinder, Jugendliche und Erwachsene, sowie Angehörige, Schulen etc.

Hermannstr. 256-258, 12049 Berlin

Webseite: Inter*Trans-*Beratung - Schwulenberatung Berlin

E-Mail: beratung@queer-leben.de

Telefon: (030) 44 66 88-111 oder -114

Queerformat- Fachstelle Queere Bildung

Lützowstraße 28 10785 Berlin

Webseite: queerformat.de

E-mail: Allgemeine Anfragen: info@queerformat.de

Anfragen für Kinder- und Jugendhilfe: kjh@queerformat.de

Anfragen für den Bereich Schule: schule@queerformat.de

ABqueer e.V.

Ehrenamtliche Aufklärung in Schulklassen durch die Jugendlichen selbst.

Gürtelstr. 35, 10247 Berlin

Webseite: <https://abqueer.de/>

E-Mail: info@abqueer.de

Telefon: 03092250844

TriQ

soziales Zentrum und Selbstvertretungsorganisation von und für trans*, inter* und nicht-binäre Personen. Psychosoziale und fachliche Beratung,

Gruppentreffen, Fort- und Weiterbildungen, Freizeit- und

Unterstützungsangebote, Kunst- und Kulturveranstaltungen, Bibliothek.

Webseite: <https://www.transinterqueer.org/>

Sonntagsclub e.V.

Greifenhagener Str. 28, 10437 Berlin

Webseite: <https://www.sonntags-club.de/>

Telefon: 0304497590

Queere Jugendzentrum Berlin Mitte - FIPP e.V.

Kreative und sportliche Angebote, Workshops, Ausflüge, Veranstaltungen, Kochen, Kennenlern-Brunch.

Lützowstr. 28, 10785 Berlin

E-mail: jfe-queer@fippev.de

Telefon: 01732969550

Jungschwuppen – Mann-O-Meter

2x die Woche Jugendgruppen, psychologische Beratung und Workshops für männlich* (u. a. Schwul, bi, trans, pan, MSM) Zielgruppe.

Bülowstr. 106, 10783 Berlin
Webseite: <https://jungschwuppen.de/>
E-Mail: jugend@mann-o-meter.de
Telefon: 0302168008

Lesbenberatung – Young and Queer

Einmal pro Woche, reden, chillen, spielen, wichtige Themen besprechen.
Kulmer Str. 20A, 10783 Berlin
Webseite: <https://youngandqueer.de/>
E-Mail: clarathoms@lesbenberatung-berlin.de
Telefon: 030/2152000

Sozialmanufaktur Berlin (Queer Atlas)

Queere WG für Jugendliche (SGB VIII)
Bundesallee 56, 10715 Berlin
Webseite: <https://www.sozialmanufaktur-berlin.de/queer>
E-Mail: verwaltung@sozialmanufaktur-berlin.de
Telefon: 03085402347

QueerLeben Trialog Jugendhilfe gGmbH

Betreutes Wohnen und ambulante Hilfe für queere Kinder, Jugendliche und Familien.
Gürtelstr. 35, 10247 Berlin
Webseite: <https://www.trialog-berlin.de/stationaere-hilfe.html>
E-Mail: schroeder@trialog-berlin.de
Telefon: 030315117730

Hier findest Du bundesweit Beratungsstellen:

tra-la-card (queer-lexikon.net)

Impressum

Redaktion: Jana-Marie Schwennesen, Lina Bähr, Joanna Mandalian

Layout: Lena Lenz

Deckblatt: Studio von Fuchs und Lommatzsch

Danke an: alle, die bei der Erstellung des Materialhefts unterstützt haben.

Kontakt

Theater Strahl, Marktstr. 11, 10317 Berlin
strahl@theater-strahl.de | T: (030)236 340 30

HAMSTERRAD

wird gefördert vom Fonds Darstellende Künste, Produktionsförderung

Theaterpädagogische Angebote bei Strahl

Unterrichtsmaterial

Zu jedem unserer Stücke bieten wir didaktisches Material zur Vor- und Nachbereitung des Theaterbesuchs an. Die Materialien können unter www.theater-strahl.de kostenlos heruntergeladen werden. Print-Exemplare sind an der Kasse oder per Post erhältlich (3 € zzgl. 3 € Versand).

Theaterpraktische Workshops

Sie verschaffen den Schüler*innen mit den Mitteln des Theaters einen direkten Zugang zur jeweiligen Inszenierung. Die Teilnahme ist kostenlos.

Nachgespräche mit Schauspieler*innen

Sie finden direkt im Anschluss an die Vorstellung statt. Die Schüler*innen kommen mit den Spieler*innen über das Stück ins Gespräch. Auf Anfrage. Dauer max. 30 Minuten.

Expert*innengespräche

Expert*innen unserer Kooperationsinstitutionen geben vertiefende Informationen zu den Themen der Stücke. Ob Kosten entstehen, unterscheidet sich je nach Kooperation. Fragen Sie gerne in der Theaterpädagogik nach.

Öffentliche Proben

Nach der Teilnahme an einer Theaterprobe tauschen sich die Jugendlichen mit den Theaterprofis aus.

Premierenklassen

Die Premierenklasse begleitet den Probenprozess eines Stückes, berät das Produktionsteam, entwickelt gemeinsam mit den Theaterpädagog*innen einen künstlerischen Beitrag und ist Ehrengast bei der Premiere.

STRAHL.Spezial

In regelmäßigen Abständen veranstaltet Strahl Express-Fortbildungen für Pädagog*innen. In Anbindung an ausgewählte Stücke geben Expert*innen unterschiedlicher Fachrichtungen praxisorientierte Impulse, in denen Methoden zu unterrichtsrelevanten Themengebieten vorgestellt und exemplarisch erprobt werden.

XKursion Theater

Ein Theaterbesuch mit Schüler*innen: Von der Orga bis zur Nachbereitung. Der Workshop ist in Verbindung mit einem Vorstellungsbesuch kostenlos. Ticketpreis für Gruppen 7,50 € pro Person (einschl. Handout).

Vorstellungen für Lehrer*innen

Bei allen Neuproduktionen laden wir zu einer kostenlosen Vorstellung mit anschließendem Gespräch mit unseren Theaterpädagog*innen ein.

Ganz nah dran als Kontaktlehrer*in

Infos: Lena Lenz, T. 030-236 340 300 | l.lenz@theater-strahl.de | www.theater-strahl.de

Tickets & Infos

Alle Infos rund um den Theaterbesuch, Tickets und theaterpädagogischen Angeboten gibt es unter T. 030-236 340 300, tickets@theater-strahl.de und auf www.theater-strahl.de

Ally

Diskriminierung

**Geschlechts-
identität**

**Hetero-
Normativität**

Outing

queer

Benachteiligung oder Abwertung von Menschen oder Gruppen aufgrund von Wertvorstellungen oder Vorurteilen.

Beispiele: Frauen erhalten im Durchschnitt weniger Lohn als Männer. Es gibt oft keine Toiletten für Menschen, die sich weder als Männer noch als Frauen identifizieren.

(engl. Ally*in) kann eine Person von Menschen einer diskriminierten Gruppe genannt werden, zu der sie selbst nicht gehört, wenn sie sich im politischen und aktivistischen Sinn für die Interessen dieser Gruppe einsetzt.

In dieser gesellschaftlichen Norm wird davon ausgegangen, dass alle nur entweder ein männliches oder weibliches Geschlecht haben und dass dieses schon von Geburt an feststeht. Es wird behauptet, dass diese Geschlechter sich grundlegend unterscheiden und sich sexuell und romantisch aufeinander beziehen.

Abweichungen davon, zum Beispiel queere Beziehungen oder trans Menschen, werden unsichtbar gemacht und/oder diskriminiert.

ist das individuelle Empfinden eines Menschen darüber, welches Geschlecht oder welche Geschlechter man hat. Die Geschlechtsidentität muss nicht mit dem Geschlecht, das bei der Geburt zugewiesen wird, übereinstimmen.

ein Überbegriff für sexuelle Orientierungen und geschlechtliche Identitäten, die nicht der aktuellen gesellschaftlichen Norm entsprechen.

Beispiele: lesbisch, trans, schwul, non-binär, ...

bedeutet, die Geschlechtsidentität und/oder romantische bzw. sexuelle Orientierung eines Menschen zu verraten, ohne dass die jeweilige Person das bewilligt hat. Das Coming Out einer Person ist dagegen freiwillig und wird von der Person selbst ausgeführt.

Sexismus

**sexuelle
Orientierung**

asexuell

bisexuell

heterosexuell

homosexuell

beschreibt, zu welchem Geschlecht bzw. welchen Geschlechtern sich ein Mensch emotional, körperlich und/oder sexuell hingezogen fühlt. Die romantische und sexuelle Orientierung von Personen können, müssen sich aber nicht überlappen. Sie ist außerdem unabhängig von der sexuellen Praxis (wie/ob/mit wem jemand Sex hat) und der sexuellen Präferenz (auf wen jemand steht).

alle Formen von Diskriminierung aufgrund des Geschlechts. Er richtet sich gesellschaftlich aktuell immer gegen vermeintlich nicht-männliche Personen oder Eigenschaften. Weil es ein gesellschaftliches Phänomen ist, bedeutet das auch, dass nicht jeder Angriff und jede Diskriminierung gegen nicht-männliche Personen automatisch sexistisch ist.

eine sexuelle Orientierung, bei der eine Person romantische/erotische Gefühle für Personen des eigenen Geschlechts und Personen anderer Geschlechter hat.
Beispiel: eine Frau, die auf Männer, trans Menschen, nicht-binäre Menschen und Frauen steht.

eine sexuelle Orientierung, bei der eine Person keine oder wenig Lust hat, mit einem anderen Menschen Sex zu haben; die Person kann aber trotzdem romantische Gefühle haben.

eine sexuelle Orientierung, bei der eine Person romantische/erotische Gefühle (ausschließlich) für Personen des gleichen Geschlechts hat.
Beispiel: eine Frau, die auf Frauen steht.

eine sexuelle Orientierung, bei der eine Person romantische/erotische Gefühle (ausschließlich) für Personen „des“ anderen Geschlechts hat.
Beispiel: eine Frau, die auf Männer steht.

pansexuell

cisgender

Deadname

divers

FLINTA*

eine sexuelle Orientierung, bei der eine Person romantische/erotische Gefühle für Menschen unabhängig von deren Geschlecht hat.

(engl. 'toter Name') ist ein abgelegter, alter Vorname. Gerade für trans Menschen, die sich einen neuen Namen gegeben haben, kann es verletzend sein, mit ihrem Deadname angesprochen zu werden.

Menschen, deren geschlechtliche Identität mit dem Geschlecht übereinstimmt, das ihnen bei Geburt zugewiesen wurde.
cis = Latein: diesseitig, Gegenteil von trans

ist eine Abkürzung für Frauen, Lesben, inter Menschen, nicht-binäre Menschen, trans Menschen und agender Menschen steht. Sie sollte nicht gleichbedeutend mit 'Frauen' verwendet werden und so Menschen ausschließen.

ist ein juristischer Personenstand, der in Deutschland 2018 geschaffen wurde, um intergeschlechtlichen Personen einen Geschlechtseintrag zu ermöglichen, sollte aber nicht als Fremdbezeichnung verwendet werden.

Gender Dysphorie

inter*

**nicht-binär /
non-binär**

trans

Intergeschlechtliche Menschen haben körperliche Geschlechtsmerkmale, die nicht nur männlich oder nur weiblich einzuordnen sind. Ihr Erscheinungsbild wird daher häufig als eine Mischung der Geschlechter wahrgenommen. Die Bezeichnung „inter*“ kann sich aber auch auf die Geschlechteridentität einer Person beziehen.

ist ein Gefühl von körperlichem oder sozialem Unwohlsein. Manche nicht-binären oder trans Personen empfinden sie, wenn sie in einem falschen Geschlecht wahrgenommen werden oder wenn ihre eigenen Vorstellungen von ihrem Geschlecht nicht zu ihrem Aussehen, Verhalten und Sein passen.

sind Menschen, die sich nicht mit dem ihnen bei der Geburt zugewiesenen Geschlecht identifizieren. Transgeschlechtliche Menschen sind beispielsweise trans Frauen (Frauen, deren Geschlechtseintrag bei der Geburt männlich war), aber auch Menschen, die sich geschlechtlich nicht verorten (lassen) möchten.

So können sich Menschen bezeichnen, die nicht (oder nicht zu 100%) Mann oder Frau sind. Stattdessen ist ihr Geschlecht beispielsweise beides gleichzeitig, dazwischen oder weder männlich noch weiblich. Diese Identität ist unabhängig von Geschlechtsmerkmalen. Eine nicht-binäre Person kann zum Beispiel weiblich wahrgenommen werden, einen weiblich assoziierten Namen haben und sich „typisch weiblich“ verhalten, ohne weiblich zu „sein“.