



## Sexuelle und geschlechtliche Vielfalt

Stand September 2019

**LSBTIQ\*** steht für lesbisch, schwul, bisexuell, trans\*, inter\* und queer. **LSB** beschreibt also Menschen die (auch) gleichgeschlechtlich lieben. **Trans\*** beschreibt Menschen, die sich nicht oder nur teilweise mit dem ihnen bei der Geburt zugeschriebenen Geschlecht identifizieren. **Inter\*** beschreibt Menschen, die sich genetisch, anatomisch oder hormonell nicht in die Normvorstellung von „Frau“ oder „Mann“ einordnen lassen. **Queer** ist ein Sammelbegriff für sexuelle Orientierungen und geschlechtliche Identitäten, die nicht den gängigen Normvorstellungen entsprechen. Die Begriffe aus **LSBTIQ\*** werden jeweils auch als Selbstbezeichnung verwendet.

Sexuelle Orientierungen und geschlechtliche Identitäten können sehr vielfältig sein und entsprechen oft nicht gängigen Normvorstellungen. Wir finden es ist wichtig, dass du dich wohl fühlst. Dass du dir bewusst bist was du magst oder eben nicht magst bzw. welche Identitäten du hast. Egal ob du dafür ein Wort hast, oder nicht.

Es gibt unheimlich viele Begriffe, die all das beschreiben. Weil es manchmal hilfreich sein kann, einen Begriff für sich zu haben /oder einen Begriff zu haben, der etwas beschreibt, sind hier ein paar aufgeführt. Natürlich gibt es noch viel mehr Begriffe, die sexuelle und geschlechtliche Vielfalt beschreiben. Hier eine kleine Auswahl:

**Agender** - Selbstbezeichnung von Personen, die keine Geschlechtsidentität haben oder haben wollen.

**A\_romantisch** - a\_romantische Menschen empfinden keine romantische Anziehung gegenüber anderen, verlieben sich nicht und streben keine „klassische“ Liebesbeziehung an.

**Asexuell** - beschreibt kein Verlangen nach sexueller Interaktion zu haben.

**Bdsm** - Ist ein Sammelbegriff und beschreibt eine Gruppe von Neigungen die z.B. mit Fesseln, Schmerzen, Unterwerfung oder Dominanz zu tun haben.

**Bisexuell** - Beschreibt die Fähigkeit, sich in Männer\* und Frauen\* verlieben zu können.

**Fetisch** - Beschreibt eine sexuelle Erregung z.B. durch das Anschauen oder Berühren eines bestimmten Gegenstandes oder eines bestimmten Körperteils.

**Genderfluid** - Selbstbezeichnung von Personen mit wechselnden Geschlechtsidentitäten.

**Homosexuell** - Beschreibt die Neigung Menschen vom gleichen Geschlecht zu lieben. Zum Beispiel eine Frau\*, die in eine Frau\* liebt.

**Heterosexuell** - Beschreibt die Neigung, Menschen vom Gegengeschlecht zu lieben. Zum Beispiel ein Mann\*, der eine Frau\* liebt.

**Nicht – binär** - Beschreibt eine Geschlechtsidentität außerhalb der Kategorie von weiblich und männlich.

**Pansexuell** - Beschreibt die Neigung, Menschen unabhängig von ihrem Geschlecht zu lieben. Das heißt einer pansexuellen Person ist es egal, ob ihr\*e Partner\*in männlich, weiblich oder eine andere Geschlechtsidentität hat.

**Polyamorie** - Beschreibt die Fähigkeit, sich in mehr als eine Person gleichzeitig verlieben zu können.

**Transfrau** - Eine Frau\*, die mit einem männlichen Körper auf die Welt gekommen ist und die sich nicht als Mann\* fühlt. Durch Hormone und Operationen kann der Körper an das weibliche Geschlecht angepasst werden.

**Transgender** - Wird oft mit der gleichen Bedeutung wie Trans\* verwendet.

**Transmann** - Ein Mann\*, der mit einem weiblichen Körper auf die Welt gekommen ist und der sich nicht als Frau\* fühlt. Durch Hormone und Operationen kann der Körper an das männliche Geschlecht angepasst werden.



### ► Angebote für junge Leute in München

#### Beratung Geschlecht & Liebe

Beratung für lesbische, bisexuelle, schwule, trans\*, inter\* und queere Jugendliche bis 27 Jahre, sowie alle die mit lsbtiq\*-Jugendlichen zu tun haben.

Jeden 1. + 3. Freitag im Monat (nicht in den Schulferien) im JIZ, ohne Anmeldung und anonym.

Das JIZ ist in der Sendlinger Str. 7, 80331 München, Eingang im Innenhof.

Mehr unter [www.jiz-muenchen.de](http://www.jiz-muenchen.de) und auf [www.facebook.com/BeratungGeschlechtUndLiebe](https://www.facebook.com/BeratungGeschlechtUndLiebe)

#### Diversity Jugendzentrum

Das Diversity ist ein Jugendzentrum für lesbische, bisexuelle, schwule, trans\* und andere Jugendliche. Dort gibt es Beratung für die Jugendlichen, aber auch für Angehörige, soziale Einrichtungen und Lehrkräfte. Beratungstermine können telefonisch oder per E-Mail vereinbart werden.

Die Freizeitgruppen treffen sich regelmäßig in der Blumenstr. 11, 80331 München, im ersten Stock, Eingang über den Hinterhof. Du kannst in der Regel ohne Anmeldung vorbeikommen.

Mehr Infos: [www.diversity-muenchen.de](http://www.diversity-muenchen.de)

Es gibt folgende Freizeitgruppen:

- **Bi-Gruppe** – für Bisexuelle bis 27 Jahren
- **frienTS** – für Trans\* bis 27 Jahren
- **Jules** – für Mädels\* bis 19 Jahren
- **Wilma** – für Frauen\* ab 18 Jahren
- **Youngsters** – für Jungs\* bis 19 Jahren
- **Jungs** – für Jungs\* ab 18 Jahren
- **refugees@diversity** – für Geflüchtete bis 27 Jahren
- **PLUSpol** – für HIV-Positive
- **NoDifference!** – Veranstaltungsprojekt von und für Jugendliche
- **diversity@school** – Schulprojekt des Jugendzentrums

#### JuLeZ bei Imma

Freizeitgruppe für lesbische und bisexuelle Mädchen\* mit sozialpädagogischer Betreuung von 11-27 Jahren. Jahnstr. 38, 80469 München.

Mehr Infos: [www.julez-muenchen.de](http://www.julez-muenchen.de)

#### SMJG-Treff München

Gruppe zum Austausch von Informationen und Erfahrungen für Jugendliche bis 27 Jahren unabhängig von sexueller Orientierung, die sich für bdsm oder Fetisch interessieren. Mehr unter [www.smjg.org](http://www.smjg.org)

**Zusätzlich zu diesen Angeboten für junge Leute gibt es in München noch viele weitere Angebote ohne Altersgrenzen für lsbtiq.**

### ► Angebote für Schulen und Jugendeinrichtungen

Neben Einzelberatungen für pädagogische Fachkräfte gibt es in München zwei Projekte, welche Bildungseinheiten mit Schwerpunkt LSBTIQ\* anbieten. Diese Projekte haben das Ziel, die Akzeptanz gegenüber vielfältigen Lebensweisen zu fördern.

#### Aufklärungsprojekt München e.V.

Bieten auch Fachkräfteschulungen an. Bayerstr. 77A, RGB III, 80335 München. Mehr unter [www.aufklaerungsprojekt-muenchen.de](http://www.aufklaerungsprojekt-muenchen.de)

#### diversity@school

Schulprojekt von und für Jugendliche bis 27 Jahren vom Diversity Jugendzentrum. Mehr unter [www.diversity-muenchen.de](http://www.diversity-muenchen.de)

### ► Angebote für Angehörige

Neben Einzelberatung für Angehörige (z. B. im JIZ, im diversity Jugendzentrum oder s. „Beratungseinrichtung und Selbsthilfe“) gibt es Gruppen, in denen sich Angehörige austauschen können.

#### Gruppe für Eltern homosexueller Kinder

Mehr Infos: [www.subonline.org](http://www.subonline.org) oder [www.letra.de](http://www.letra.de)

#### Gruppe für Angehörige von Trans\*

Jeweils am zweiten Mittwoch eines Monats von VivaTS im SHZ Selbsthilfezentrum, Westendstr. 68, 80339 im Raum G3. Mehr Infos per E-Mail unter [trans-angehoerige@gmx.de](mailto:trans-angehoerige@gmx.de)



### ► Beratungsangebote und Selbsthilfegruppen

Neben der Beratung Geschlecht & Liebe im JIZ und der Beratungsmöglichkeit im Diversity gibt es in München noch weitere Anlaufstellen unabhängig vom Alter:

**Fach- und Beratungsstelle Regenbogenfamilien**, Saarstr. 5/II, 80797 München, Tel. 089 / 46224606, [www.regenbogenfamilien-muenchen.de](http://www.regenbogenfamilien-muenchen.de)

**Koordinierungsstelle für gleichgeschlechtliche Lebensweisen** (Beratung für städtische Beschäftigte, für Münchner Bürger\*innen bei Schwierigkeiten mit der Stadtverwaltung und für Interessierte rund um die eingetragene Lebenspartnerschaft), Angertorstr. 7, 80469 München, Tel. 089 / 23325535

**LeTra** (für lesbische Frauen\*), Angertorstr. 3 oder Blumenstr. 29, 80331 München, Tel. 089 / 7254272, [www.lettra.de](http://www.lettra.de)

**QTies**, Gruppe für Menschen die nicht in die Kategorie Frau\* oder Mann\* passen, mehr Infos unter [www.facebook.com/QTiesMunich](http://www.facebook.com/QTiesMunich)

**Stammtisch Asexualität München**, Termine und Infos: [www.suedbayern.asex-web.de/termine.php](http://www.suedbayern.asex-web.de/termine.php) und [www.aven-forum.de](http://www.aven-forum.de)

**Sub** (für schwule Männer\*), Müllerstr. 14, 80469 München, Tel. 089 / 8563464-00, [www.subonline.org](http://www.subonline.org)

**Trans\*Inter\*Beratungsstelle**, Lindwurmstr. 71 (im 1. Innenhof), 80337 München, Tel. 089 / 54333-130, [www.trans-inter-beratungsstelle.de](http://www.trans-inter-beratungsstelle.de)

**Trans-Ident e.V. in München**, Selbsthilfegruppe für Trans\* mit regelmäßigen Treffen und Austausch, mehr Infos: [www.trans-ident.de](http://www.trans-ident.de)

**TransMann e.V.**, Selbsthilfegruppe für Trans\* mit regelmäßigen Treffen und Austausch, mehr infos unter [www.transmann.de](http://www.transmann.de)

**Viva TS e.V.**, Selbsthilfegruppe für Trans\* mit regelmäßigen Treffen und Austausch, mehr Infos unter [www.vivats.de](http://www.vivats.de)

### ► Rechtliches

Gerade Trans\* und Inter\* Menschen haben oft mit komplizierten rechtlichen Verfahren und Papierkram zu kämpfen. Manchmal kommt es auch zu Diskriminierung von gleichgeschlechtlich Liebenden, von Trans\* und Inter\* Menschen.

Für gleichgeschlechtlich Liebende gibt es seit dem 1. Oktober 2017 die Möglichkeit eine Ehe einzugehen. Aber Gleichberechtigung herrscht nicht in allen Bereichen. So sind Regenbogenfamilien (zum Beispiel zwei verheiratete Frauen mit gemeinsamem Kind) nicht in allen Bereichen einer „traditionellen“ Familie (zum Beispiel eine mit einem Mann verheiratete Frau und einem gemeinsamen Kind) gleichgestellt.

Bei Fragen, Unterstützung oder Diskriminierungserfahrungen stehen dir die Einrichtungen unter „Beratungsangebote und Selbsthilfegruppen“ zur Verfügung.

#### **Gleichgeschlechtliche Liebe und Recht**

Gleichgeschlechtliche Liebe ist in Deutschland genauso erlaubt, wie gegengeschlechtliche Liebe.

In Deutschland ist es verboten aufgrund der sexuellen Orientierung diskriminiert zu werden. Die Ehe ist auch für gleichgeschlechtlich Liebende möglich. Im Bereich der Regenbogenfamilien gibt es noch keine Gleichstellung.

#### **Inter\* und Recht**

In Deutschland ist die Diskriminierung aufgrund von Geschlecht verboten.

Inter\* Menschen haben sehr oft Schwierigkeiten in der aktuellen rechtlichen Situation ihre Selbstbestimmungsrechte wahrzunehmen.

Menschenrechtsorganisationen mahnen Deutschland an, weil in Deutschland kosmetische Operationen an inter\*Kindern erlaubt sind.

Auch eine Änderung des Vornamen oder Personenstandes (ob der Geschlechtseintrag Frau oder Mann ist oder freibleiben soll) ist sehr schwierig, teilweise nicht möglich.

Viele weitere rechtliche Bestimmungen denken Inter\* nicht mit oder haben eine diskriminierende Wirkung für inter\*Menschen. Für mehr Informationen oder Fragen gibt es teils ehrenamtliche Beratungsangebote (s. Beratungsangebote und Selbsthilfegruppen) oder zum Beispiel beim Verein intersexuelle Menschen e.V. ([www.im-ev.de](http://www.im-ev.de)).



## Trans\* und Recht

In Deutschland ist die Diskriminierung aufgrund von Geschlecht verboten. Durch ein gerichtliches Verfahren ist die Änderung des Personenstandes (ob Frau oder Mann vor dem Namen steht) und auch des Vornamens möglich. Bei Minderjährigen wird das Verfahren durch ihre rechtlichen Vertreter\*innen (in der Regel sind das die Eltern) beantragt. Über ein anderes gerichtliches Verfahren besteht für nicht-binäre Menschen teilweise die Möglichkeiten den Vornamen zu ändern und/oder den Personenstand zu löschen = Personenstand bleibt frei.

Das heißt minderjährige Trans\* brauchen die Erlaubnis ihrer gesetzlichen Vertreter\*innen für die Änderung des Vornamens oder des Personenstandes. Minderjährige Trans\* brauchen auch die Erlaubnis ihrer Erziehungsberechtigten für Operationen und die Einnahme von Hormonen.

Für mehr Informationen oder Fragen gibt es teils ehrenamtliche Beratungsangebote (s. Beratungsangebote und Selbsthilfegruppen) oder zum Beispiel bei der Bundesvereinigung Trans\* e.V. ([www.bv-trans.de](http://www.bv-trans.de)).

### ► Trans\*, Therapeut\*innen und Ärzt\*innen

Der Qualitätszirkel Transmedizin München empfiehlt die medizinische Versorgung bei spezialisierten Fachkräften.

## Geschlechtsangleichende Maßnahmen und Psychotherapie

Für viele Trans\*menschen ist es wichtig, den eigenen Körper an das gefühlte Geschlecht anzugleichen. Der Weg zu einer Praxis für Psychotherapie ist eine Möglichkeit, über die eigene Geschlechtsidentität zu reflektieren. Sie ist derzeit auch Voraussetzung für die spätere Einnahme von Hormonen oder für die Durchführung von geschlechtsangleichenden Operationen. Die Therapie bei trans\*erfahrenen Therapeut\*innen ist sehr empfehlenswert.

Wenn du 14 Jahre oder älter bist, darfst du in der Regel ohne Wissen oder auch gegen den Willen deiner Eltern eine Psychotherapie beginnen. Oft kann es aber sinnvoll sein, die Eltern über diesen Schritt zu informieren oder sie in die Therapie mit einzubeziehen.

Manche Ärzt\*innen machen auch Gutachten. Diese Gutachten sind aber erst nötig, wenn du eine rechtliche Angleichung von Vornamen und/oder Personenstand anstrebst.

## Geschlechtsangleichende Operationen:

Die Möglichkeiten von geschlechtsangleichenden Operationen sind vielfältig und verschiedene Operateur\*innen haben unterschiedliche Operationsmethoden entwickelt. Wie dein Körper mal aussehen soll, ist eine sehr persönliche Entscheidung. Nach einer Bestätigung durch eine\*n Psychotherapeut\*in, dass du Trans\* bist, ist es bei Volljährigen allein deine Entscheidung, ob und welche möglichen Operationen du machen möchtest. Natürlich spielen bei der praktischen Umsetzung auch organisatorische (z.B. Wartezeiten bei verschiedenen Operateur\*innen) und deine körperlichen Voraussetzungen eine Rolle (z.B. dein Gesundheitszustand, Größe der Brüste ...). Weitere Infos findest du im Internet z.B. unter [www.qz-ts-muc.de](http://www.qz-ts-muc.de) oder persönlich in Selbsthilfegruppen oder in einer spezialisierten Beratung für Trans\* (s. „Beratungsangebote und Selbsthilfegruppen“).