Queeres Netzwerk
Niedersachsen e.V.

QUEERES GLOSSAR

GESCHLECHTLICHE UND SEXUELLE
VIELFALT VON A BIS Z

GRUSSWORT

Sehr geehrte Lesende,

ein queeres Glossar für Niedersachsen – wie wunderbar! Ich freue mich sehr über die Initiative des Queeren Netzwerks Niedersachsens, ein queeres Glossar herauszubringen.

Die niedersächsische Landesregierung und insbesondere natürlich auch ich als Minister für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Gleichstellung wollen unser Bundesland voranbringen und ein buntes, tolerantes und offenes Niedersachsen mit allen hier lebenden Menschen gemeinsam verwirklichen.

Um die Akzeptanz der Gesellschaft für die Belange, Rechte und Bedürfnisse der queeren Community zu steigern und ein Niedersachsen voller Allys zu werden, brauchen wir noch mehr Verständnis füreinander. Dies kann am besten realisiert werden, wenn wir einander verstehen und eine gemeinsame Sprache haben.

Ich freue mich, dass mit diesem Glossar die Chance besteht, Unsicherheiten abzubauen und so ein besseres Miteinander und ein Austausch auf Augenhöhe gestärkt werden kann.

Ob queer oder nicht, ich bin mir sicher, hier können wir alle noch etwas Neues lernen.

Ein Dankeschön an das Queere Netzwerk!

Dr. Andreas Philippi
Niedersächsischer Minister für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Gleichstellung

EINLEITUNG

LSBTIQ*... Das Alphabet der queeren Begrifflichkeiten ist lang. Es erweitert sich zudem stetig und dies teilweise in einer Geschwindigkeit, die wir von anderen gesellschaftlichen Veränderungsprozessen nicht kennen.

Queere Begriffe entwickeln sich dabei in einem Feld zwischen akademischem Diskurs, individueller queerer Lebensrealität und einer breiten gesellschaftlichen Anwendung. Nicht immer sind die Übergänge spannungsfrei und für alle Menschen gleichermaßen nachvollziehbar.

Dieses Glossar soll daher helfen, Aspekte der sexuellen und geschlechtlichen Vielfalt verständlicher und Zusammenhänge deutlicher zu machen. Es richtet sich an alle Menschen, die mal mehr, mal weniger mit Themen rund um Queerness in Berührung kommen und solche, die ganz neu in das Thema einsteigen wollen. Aber auch queere Personen selbst können unter den 75 Begriffen bestimmt noch etwas Neues dazulernen.

Queere Communities sind lebendig und im ständigen Wandel. Deshalb gibt es immer neue Begriffe und bereits bestehende Definitionen ändern sich. Dieses Glossar erhebt daher explizit keinen Anspruch auf Vollständigkeit und Allgemeingültigkeit.

Wir wünschen viel Spaß beim Lesen und Entdecken!

STICHWORTVERZEICHNIS

A

Adoption 8
AGG 8
Aromantik 9
Asexualität 9
Ally 10

B

Biologisches Geschlecht 10
Bisexualität/-romantik 11
Binäre Geschlechter 11
Butch 12

C

Cis 12
Cisnormativität 13
Coming-out 13
Community 14
CSD – Christopher Street Day 14

D

Deadname 16
Detransition 16
Divers 17
Drag 17
Dritte Option 18
Dyke 18
Dysphorie 19

E

Ehe für alle 20
Endogeschlechtlich 21
Ergänzungsausweis 21

F

Femme 22
FLINTA* 22

G

Gaydar 23
Gender 23
Genderfluid 24
Geschlechtersensible Sprache/Gendern 24
Geschlechtsidentität 25
Geschlechtsausdruck 25

H

Heteronormativität 26
Heterosexualität/-romantik 26
Homosexualität/-romantik 27
Hormontherapie (HET) 27

I

IDAHOBITA* 32
Intergeschlechtlich 32
Intersektionalität 33

L

Lesbisch 33
LSBTIQ* 34

M

Mehrfachdiskriminierung 34
Misgendern 35
Misogynie 35

N

Norm 36
Nicht-binär 36

O

Outing 37

P

Pansexualität/-romantik 37
Paragraf 175 38
Passing 39
Pathologisierung 39
Personenstand 40
Polysexuell 40
Polyamorie 41
Pronomen 42

Q

Queer 43
Queerfeindlichkeit 43
Questioning 44

R

Regenbogenfamilie 44
Regenbogenflagge 45
Romantische Orientierung 45
Rosa Winkel 46

S

Schwul 46
Safer Space 47
Selbstbestimmungsgesetz 48
Selbstbezeichnung 48
Sexuelle Orientierung 49
Sternchen (*) 49

T

TERF 51
Trans* 51
Transition 52

V

Varianten der Geschlechtsentwicklung 52

W

Wahlfamilie 53

Z

Zugewiesenes Geschlecht 53

GRAFIKEN

Geschlecht 24
Genderbread 28
Begehren 50

Alle im Text blau hinterlegten Begriffe sind Querverweise und somit auch in dieser Broschüre definiert.

ADOPTION

Für queere Paare mit Kinderwunsch ist eine Adoption relevant, wenn keine gemeinsamen Kinder gezeugt und ausgetragen werden können. Bislang können in Deutschland nur Männer als Vater und somit als zweites Elternteil eines Kindes anerkannt werden. Wenn der nicht-gebärende Elternteil eine Frau ist oder den Geschlechtseintrag divers oder keine Angabe hat, muss diese Person das Kind des gebärenden Elternteils adoptieren. Die Adoption des Kindes durch Partner*innen wird Stiefkindadoption genannt.

→ **HINWEIS**: Zur Drucklegung liegt ein Eckpunktepapier des Bundesjustizministeriums zur Reform des Abstammungsrechts vor. Eine umfassende Reform ist bislang nicht gesetzlich verabschiedet.

AGG

Das Allgemeine Gleichbehandlungsgesetz (AGG) verbietet seit 2006 Diskriminierung aufgrund von Geschlecht, Religion, Behinderung, Alter, sexueller Identität sowie aus Gründen der ethnischen Herkunft oder rassistischen Gründen. Es regelt den Schutz vor Diskriminierung z. B. im Arbeitsleben, im Gesundheitssystem, im Bildungsbereich sowie bei Alltagsgeschäften. Es verpflichtet zur Einhaltung des Diskriminierungsverbots und schafft rechtliche Grundlagen für Betroffene, um gegen Diskriminierung vorzugehen. Das AGG soll die Chancengleichheit fördern und zur Schaffung einer inklusiven Gesellschaft beitragen.

AROMANTIK

Aromantik ist eine romantische Orientierung, bei der eine Person keine oder kaum romantische Anziehung bzw. kein Interesse an romantischen Beziehungen empfindet. Aromantische Menschen können andere Formen von Beziehungen eingehen sowie sexuelle Anziehung empfinden und Sexualität ausleben. Sie verspüren jedoch keine Notwendigkeit von oder kein Verlangen nach romantischen Beziehungen und entwickeln keine romantischen oder kaum romantische Gefühle. Diese romantische Orientierung bezieht sich nicht auf die Anziehung zu bestimmten Geschlechtern. Im Gegensatz zu aromantischen Personen werden Personen als alloromantisch bezeichnet, wenn sie romantische Anziehung empfinden und romantische Beziehungen eingehen.

ASEXUALITÄT

Asexualität ist eine sexuelle Orientierung, bei der eine Person kein oder nur ein geringes sexuelles Verlangen bzw. keine oder nur geringe sexuelle Anziehung empfindet. Asexuelle Menschen können romantische Beziehungen eingehen, ohne dabei sexuelle Anziehung zu verspüren. Es ist wichtig zu betonen, dass Asexualität nicht mit Abstinenz oder Unfähigkeit zur Intimität gleichgesetzt werden kann. Der Begriff Asexualität bezeichnet eine spezifische sexuelle Orientierung und ist zugleich ein Sammelbegriff für das asexuelle Spektrum. Menschen, die sexuelle Anziehung zu anderen Menschen empfinden, werden als allosexuell bezeichnet. Allosexualität gilt somit als Gegenteil von Asexualität.

ALLY

Ein Ally (dt. ‚Verbündeter*r') ist eine Person, die sich aktiv für den Schutz und die Rechte benachteiligter Gruppen einsetzt, auch wenn sie selbst nicht Teil der Gruppe ist. Dies beinhaltet das Anerkennen der eigenen Privilegien und das Bemühen, diese zu nutzen, um Ungerechtigkeiten zu bekämpfen. Allys hören den Mitgliedern marginalisierter Gruppen zu und handeln im Einklang mit deren Bedürfnissen und Anliegen. Sie engagieren sich aktiv gegen Diskriminierung und Ungleichheit und für soziale Gerechtigkeit. Dazu kann es bereits gehören, diskriminierendes Verhalten oder diskriminierende Aussagen anzusprechen und deutlich zu machen, dass diese nicht toleriert werden.

BIOLOGISCHES GESCHLECHT

Unter biologischem Geschlecht wird eine medizinische Körpernorm verstanden, die bestimmte Kombinationen körperlicher Merkmale als männlich oder weiblich einordnet. Diese Geschlechtszuschreibung findet meist anhand der äußeren Genitalien bei der Geburt statt. Durch das biologische Geschlecht schließen Menschen auf das spätere Sozial- und Rollenverhalten eines Kindes (Gender). Zu den Geschlechtsmerkmalen gehören unter anderem Hormone, Chromosomen, Genitalien und Körperbehaarung. Die Vorstellung, dass es nur zwei feste Kombinationsmöglichkeiten körperlicher Merkmale gibt, ignoriert jedoch körperliche Vielfalt und schließt dadurch bspw. inter* Menschen aus.

BISEXUALITÄT/ -ROMANTIK

Bisexualität und -romantik bezeichnen die sexuelle und/oder romantische Anziehung sowohl zu Menschen des gleichen Geschlechts als auch anderer Geschlechter. Das bedeutet nicht, dass sich bisexuelle und -romantische Personen nur zu Menschen innerhalb des binären Geschlechtersystems hingezogen fühlen. Bisexualität/-romantik schließt die sexuelle und/oder romantische Anziehung z. B. zu nicht-binären Menschen nicht aus. Bisexualität/-romantik ist eine gewählte Selbstbezeichnung: Nicht alle Personen, die sich in Menschen verschiedener Geschlechter verlieben oder mit ihnen Sex haben, bezeichnen sich also zwangsläufig als bisexuell und/oder -romantisch. Zwischen den Begriffen Bisexualität/-romantik und Pansexualität gibt es Überschneidungen.

BINÄRE GESCHLECHTER

Binär bedeutet so viel wie ‚paarweise vorkommend'. Das binäre Geschlechtermodell ist die Vorstellung, dass es nur zwei Geschlechter gibt, die ein Gegensatzpaar bilden – nämlich männlich und weiblich. Dieses binäre Modell wird auch als Zweigeschlechtlichkeit bezeichnet. Die beiden Geschlechter lassen sich in einem engeren Verständnis des binären Konzepts zweifelsfrei anhand körperlicher Merkmale festlegen. Somit schließt es trans*, inter* und nicht-binäre Menschen aus. In einem weiteren Verständnis umfasst das binäre Modell sowohl cis als auch trans* und inter* Personen, die sich eindeutig als entweder männlich oder weiblich identifizieren.

BUTCH

Die Selbstbezeichnung Butch wird insbesondere von lesbischen und queeren Frauen verwendet. Sie kann sich aber z. B. auch auf nicht-binäre Personen beziehen. Eine Person, die sich als Butch identifiziert, präsentiert sich oft mit maskulinen Merkmalen und Ausdrucksformen. Dies kann sich in der Kleidung, dem Haarschnitt, der Körpersprache oder im Verhalten zeigen. Damit weichen Butches in ihrem Auftreten häufig von den heteronormativen Geschlechterrollen für Frauen ab. In den Anfängen der Lesbenbewegung trugen gerade Butches dazu bei Geschlechterstereotype und -erwartungen zu hinterfragen. Der Begriff Butch wird häufig dem Begriff Femme gegenübergestellt.

CIS

Das Adjektiv cis beschreibt Personen, die sich mit dem Geschlecht identifizieren, das ihnen bei der Geburt aufgrund der äußeren Genitalien zugeschrieben wurde. Das Wort kommt aus dem Lateinischen und bedeutet ‚diesseits'. Der Begriff wird oft als Gegenteil zu trans* (lat. ‚jenseits') verwendet. Dadurch soll vermieden werden, dass es nur für ‚die Anderen' ein bezeichnendes Wort gibt und eine Gegenüberstellung von trans* und ‚normalen Menschen' entsteht. Anstelle von cis können auch die Wörter cisgeschlechtlich oder cisgender gebraucht werden.

CISNORMATIVITÄT

Cisnormativität setzt Cisgeschlechtlichkeit als gesellschaftliche Norm voraus. Es wird also davon ausgegangen, dass sich alle Menschen ihr ganzes Leben lang mit dem bei der Geburt zugeschriebenen Geschlecht identifizieren. Zudem liegt der Cisnormativität die Annahme eines binären Geschlechtersystems zugrunde, in dem es nur männlich und weiblich gibt. Damit werden trans*, inter* und nicht-binäre Personen unsichtbar gemacht, pathologisiert und diskriminiert. In vielen alltäglichen Situationen wird Cisnormativität deutlich, z. B. wenn die Eltern von Säuglingen gefragt werden „Was ist es denn?". Dabei wird schon bei Kindern, die sich noch nicht selbst äußern können, eine klare Geschlechtszugehörigkeit als Junge oder Mädchen erwartet.

COMING-OUT

Das Coming-out beschreibt den Prozess der Bewusstwerdung und Offenbarung der eigenen sexuellen Orientierung und/oder geschlechtlichen Identität. Dabei wird zwischen innerem und äußerem Coming-out unterschieden. Beim inneren Coming-out wird sich eine Person darüber bewusst, dass ihre sexuelle und/oder geschlechtliche Identität von der Norm abweicht. Im inneren Coming-out wird die eigene Identität so weit erarbeitet, bis sich die Person sicher fühlt, sie anderen mitzuteilen. Dieser Prozess kann in jedem Alter einsetzen und unterschiedlich viel Zeit in Anspruch nehmen. Dem inneren Coming-out folgt häufig das äußere Coming-out. Dabei teilt die Person ihre sexuelle und/oder geschlechtliche Identität ihrem Umfeld mit. Dieser Schritt wird von vielen queeren Menschen als schwierig empfunden, da die Reaktion des Umfeldes schwer einzuschätzen ist.

COMMUNITY

Unter Community (dt. ‚Gemeinschaft') wird eine Gruppe von Menschen verstanden, die gleiche oder ähnliche Erfahrungen und gesellschaftliche Positionierungen teilen. Daraus erwächst ein Gefühl der Verbundenheit. Die Zugehörigkeit zu einer Community ist nicht an formelle Teilnahme oder aktive Beteiligung gebunden, sondern entsteht über das Gefühl dazuzugehören. Gleichzeitig bietet die Community vielen Personen eine Möglichkeit, sich einzubringen und für sie sichere Orte zu schaffen. Der Begriff in der Einzahl kann den Eindruck erwecken, dass alle Menschen innerhalb einer Community gleich sind. Deswegen wird in queeren Kontexten manchmal von Communities in der Mehrzahl gesprochen, um verschiedene Gruppen innerhalb der queeren Community sichtbar zu machen.

CSD - CHRISTOPHER STREET DAY

Der Christopher Street Day ist eine Demonstration für queere Menschenrechte. Er geht historisch auf die Auseinandersetzungen zwischen der Polizei und dem queeren Publikum der Bar Stonewall Inn in der New Yorker Christopher Street am 28. Juni 1969 zurück. Nach langer Zeit der Unterdrückung und Drangsalierung durch die Polizei wehrten sich hier mitunter zum ersten Mal queere Menschen gegen diese Repression, wodurch der queere Kampf um Gleichberechtigung sichtbar wurde.

Daraufhin etablierten sich zuerst in den USA und später weltweit jährliche Demonstrationsveranstaltungen, die im Geiste dieser Unruhen auf das weiter bestehende Unrecht aufmerksam machen und es bekämpfen wollen. Die Abkürzung CSD ist nur in deutschsprachigen Ländern üblich. In englischsprachigen Ländern wird der Christopher Street Day häufig als ‚Pride Parade' oder ‚Gay Pride' bezeichnet.

DEADNAME

Der Deadname (dt. ‚toter Name') ist ein im Laufe des Lebens abgelegter Name. Manchmal wird er auch als ‚Geburtsname' bezeichnet, da es sich hierbei meistens um den Namen handelt, der einer Person nach der Geburt gegeben wurde. Vor allem trans* Personen wählen im Rahmen ihrer Transition meist einen neuen Namen, der zu ihrer Geschlechtsidentität passt. Der Deadname hat dann nicht für alle, aber für viele negative Assoziationen und kann zum Trigger bspw. für Dysphorie werden. Er sollte daher vermieden werden, um negativen Folgen für die psychische Gesundheit vorzubeugen. Entgegen dem besseren Wissen den Deadname einer Person zu verwenden, wird Deadnaming genannt.

DETRANSITION

Als Detransition wird das (teilweise) Abbrechen oder Rückgängigmachen einer Transition bezeichnet. Dieser Prozess kann viele unterschiedliche Gründe haben. Häufig spielen fehlende Unterstützung im sozialen Umfeld, Nebenwirkungen der Hormonersatztherapie oder Veränderungen der Geschlechtsidentität eine Rolle. Das muss jedoch nicht heißen, dass eine Person zum Zeitpunkt ihrer (ersten) Transition nicht trans* war oder das Erlebte bereut. Das Thema Detransition wird häufig trans*feindlich besetzt, um vor angeblich überstürzten Entscheidungen zu warnen. Diese sind jedoch selten Grund für eine Detransition. Da Detransition nicht einheitlich definiert ist, lässt sich schwer sagen, wie viele Menschen detransitionieren. Schätzungen gehen jedoch von ca. 1 % aller trans* Personen aus.

DIVERS

Neben ‚männlich' und ‚weiblich' ist ‚divers' der dritte sogenannte positive Geschlechtseintrag. Er ist seit 2018 aufgrund der erfolgreichen Klage einer intergeschlechtlichen Person vor dem Bundesverfassungsreicht verfügbar. Nachdem zuerst ein Attest über eine Variante der Geschlechts-entwicklung zur Änderung nötig war, ist ‚divers' nun seit Inkrafttreten des Selbstbestimmungsgesetzes im November 2024 selbstbestimmt wählbar. Zusätzlich zu den drei positiven Geschlechtseinträgen (m/w/d) gibt es die vierte Möglichkeit, den Geschlechtseintrag offen zu lassen.

DRAG

Drag bezeichnet eine künstlerische Performance, bei der Geschlechterstereotype stark überzeichnet dargestellt werden. So soll darauf aufmerksam gemacht werden, dass Geschlechterrollen gesellschaftlich erzeugte und erlernte Ausdrucksformen sind. Drag ermöglicht Menschen aber auch Anteile der eigenen Identität bewusst auszuleben. Der genaue Ursprung des Begriffs ist unklar. Drag Kings sind Menschen, die im Rahmen einer Performance – oft stark übertrieben – Maskulinität darstellen. Drag Queens wiederum sind Menschen, die im Rahmen einer Performance – oft ebenfalls stark übertrieben – Weiblichkeit darstellen. Drag sollte nicht mit Trans* gleichgesetzt werden. Natürlich können aber auch trans* Menschen Drag performen.

DRITTE OPTION

Der Begriff ‚Dritte Option' meint den dritten positiven Geschlechtseintrag ‚divers', welchen es seit 2018 neben ‚männlich' und ‚weiblich' gibt. Er wurde von einer intergeschlechtlichen Person im Rahmen der ‚Kampagne Dritte Option' vor dem Bundesverfassungsgericht erstritten. Die Person konnte sich weder mit den damals verfügbaren positiven Einträgen ‚männlich' und ‚weiblich' noch mit einem offenen Geschlechtseintrag identifizieren. Aufgrund der erfolgreichen Verfassungsbeschwerde musste der Bundesgesetzgeber einen dritten positiven Geschlechtseintrag ermöglichen. Nachdem zuerst ein Attest über eine Variante der Geschlechtsentwicklung zur Änderung nötig war, ist ‚divers' durch das Selbstbestimmungsgesetz nun selbstbestimmt wählbar.

DYKE

Der Begriff Dyke wird vorrangig von Lesben als Selbstbezeichnung verwendet. Aber auch andere queere Frauen, die Frauen lieben, nutzen ihn für sich. Dyke galt lange Zeit als homofeindliche und misogyne Beleidigung vor allem für Lesben mit maskulinem Geschlechtsausdruck. Gemeinsam mit dem Wort ‚queer' wurde aber auch dieser Begriff angeeignet und ist nun innerhalb lesbischer Communities vor allem positiv aktivistisch besetzt. Der Begriff Dyke beschreibt nicht nur die eigene Sexualität, sondern spannt auch einen Bogen zum oft maskulinen Geschlechtsausdruck und einer politischen Haltung gegen Heteronormativität, die mit dieser Identifikation einhergehen. Mit Dyke Marches setzen sich Lesben und Allys in Form lauter Demonstrationen für lesbische Sichtbarkeit und die Rechte von Dykes ein.

DYSPHORIE

Dysphorie bezeichnet ein starkes Gefühl körperlichen und/oder sozialen Unwohlseins. Im Kontext von Queerness kann Geschlechtsdysphorie entstehen, wenn das zugeschriebene Geschlecht nicht mit der eigenen Geschlechtsidentität übereinstimmt. Das daraus resultierende Unwohlsein kann selbstschädigendes Verhalten, Depressionen oder ähnliche psychische Reaktionen zur Konsequenz haben. Neben der Arbeit an der Selbstwahrnehmung kann vor allem eine Transition dabei unterstützen, Geschlechtsdysphorie abzubauen. Deshalb wird diese auch als Diagnosekriterium zur Ermöglichung einer medizinischen Transition geführt. So entsteht der Eindruck, dass Geschlechtsdysphorie eine Voraussetzung ist, um als trans* zu gelten. Es muss jedoch festgehalten werden, dass trans* eine Selbstbezeichnung ist, die nicht zwangsläufig mit einem pathologischen Wert einhergehen muss.

EHE FÜR ALLE

Seit 2017 können auch gleichgeschlechtliche Paare in Deutschland die standesamtliche Ehe schließen. Vorher war die Ehe nur für heterosexuelle Paare möglich. Die Öffnung der Ehe wird umgangssprachlich als ‚Ehe für alle' bezeichnet. Zuvor hatten gleichgeschlechtliche Paare seit 2001 die Möglichkeit einer eingetragenen Lebenspartnerschaft, welche jedoch nicht die gleiche rechtliche Stellung wie eine Ehe hatte. Seit der Öffnung der Ehe können eingetragene Lebenspartnerschaften nicht mehr eingegangen werden. Bereits geschlossene Lebenspartnerschaften bleiben jedoch bestehen und können in eine Ehe umgewandelt werden.

ENDOGESCHLECHTLICH

Endogeschlechtlich, oder abgekürzt ‚endo', bezeichnet Menschen, die nicht intergeschlechtlich sind, deren Körper also eindeutig in die gesellschaftliche und medizinische Norm von männlichen und weiblichen Körpern passen. Endogeschlechtliche Menschen haben Vorteile, da sie ihren Geschlechtskörper nicht erklären müssen und aufgrund dieses Geschlechtskörpers nicht pathologisiert werden. Der Begriff endogeschlechtlich wird verwendet, damit nicht nur das vermeintlich ‚Andere' benannt wird, sondern auch über nicht-intergeschlechtliche Menschen gesprochen werden kann, ohne auf den Begriff ‚normal' zurückzugreifen. Ein anderes Wort für endogeschlechtlich ist ‚dyadisch'.

ERGÄNZUNGSAUSWEIS

Die Deutsche Gesellschaft für Trans*- und Inter*geschlechtlichkeits e. V. (dgti) stellt seit 1999 den Ergänzungsausweis aus. Auf dem Ergänzungsausweis können Namen, Personenstand und Pronomen, die vom amtlichen Personalausweis oder Aufenthaltstitel abweichen, auch ohne eine rechtliche Änderung aufgeführt werden. Der Ausweis ist in Abstimmung mit dem Bundesinnenministerium durch Aufnahme der amtlichen Ausweisnummer als Dokument anerkannt und kann zur Identifikation vorgelegt werden. Hierdurch soll die Konfrontation mit Deadnames oder das Misgendern vermieden und entsprechend Diskriminierung abgebaut werden. Trotz gegebener Rechtssicherheit wird der Ergänzungsausweis an manchen Stellen nicht anerkannt.

FEMME

Der Begriff Femme wird in der Regel für und von Frauen als (Selbst-) Bezeichnung verwendet, um eine bestimmte Art von lesbischer Identität zu beschreiben. Femme kann sich aber z. B. auch auf nicht-binäre Personen beziehen. Eine Femme verkörpert traditionell feminine Merkmale und Ausdrucksformen, die oft mit Weiblichkeit assoziiert werden. Dies kann sich durch Kleidung, Make-up, Frisur und Verhalten zeigen. Dabei ist wichtig anzumerken, dass die Femme-Identität äußerst vielfältig und nicht auf stereotype Vorstellungen von Weiblichkeit beschränkt ist. Der Begriff Femme wird häufig dem Begriff Butch gegenübergestellt. Diese Gegenüberstellung wird oft als Imitation heterosexueller Beziehungen fehlinterpretiert.

FLINTA*

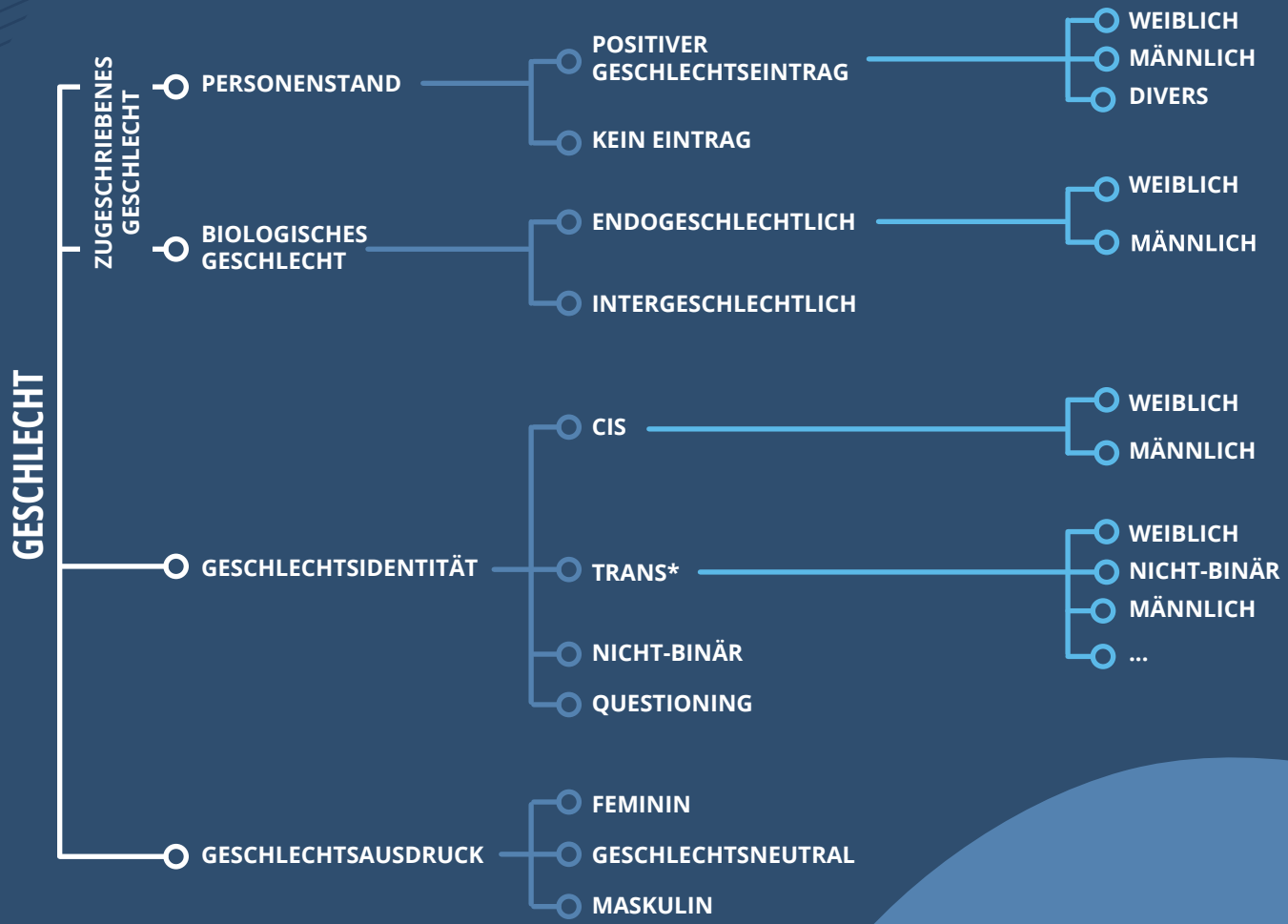
FLINTA* ist das Akronym für Frauen, Lesben, Inter*, Nicht-binär, Trans*, Agender (geschlechtslos) und Weitere (*). Der Begriff vermittelt eine Einladungspolitik, die an dem Wohlbefinden von Menschen orientiert ist, die aufgrund ihres Geschlechts diskriminiert werden. Gesellschaftlich privilegierte cis Männer werden mit dem Begriff daher gerade nicht angesprochen. Die explizite Benennung von Lesben, ‚obwohl' sie Frauen sind, geht auf die Bekämpfung lesbischer Unsichtbarkeit und die Anerkennung von Errungenschaften lesbischer Feminist*innen zurück. Bei Anwendung des Begriffs sollte darauf geachtet werden, dass nicht nur vom äußeren Erscheinungsbild einer Person auszugehen ist. Das heißt, dass auch Personen FLINTA* sein können, die auf den ersten Blick für cis Männer gehalten werden.

GAYDAR

Der Begriff setzt sich aus ‚gay' und ‚Radar' zusammen und bedeutet demnach eine Art ‚Radar für queere Menschen': Queere Menschen senden oftmals bewusst oder unbewusst Signale nach außen (z. B. über Körpersprache, Begriffe, Kleidung etc.). Dadurch wird die Zugehörigkeit zur Community absichtlich oder unabsichtlich ausgedrückt. Diese Signale können oftmals von anderen queeren Menschen als solche wahrgenommen werden. Sie erkennen sich im Verhalten der anderen Person wieder. Allerdings kann die Vorstellung von einem Gaydar auch Stereotype reproduzieren, wenn die sexuelle Orientierung und/oder geschlechtliche Identität an Äußerlichkeiten und Klischees festgemacht werden.

GENDER

Während es im Deutschen für ‚Geschlecht' nur ein Wort gibt, differenziert das Englische den Begriff in ‚sex' und gender'. Sex beschreibt dabei das biologische Geschlecht. Unter Gender wird das soziale Geschlecht verstanden. Dieses bezieht sich vor allem auf die Geschlechterrolle und den Geschlechtsausdruck einer Person. Mit dem Gender gehen bewusste oder unbewusste Erwartungen bezüglich verschiedener Aspekte einher – etwa dazu, wie sich ein Mensch verhält, bewegt und kleidet oder welche Interessen und Eigenschaften er hat. Sex und Gender müssen jedoch nicht zwangsläufig übereinstimmen.


GESCHLECHT
ZUGESCHRIEBENES GESCHLECHT
PERSONENSTAND
POSITIVER GESCHLECHTSEINTRAG
WEIBLICH
MÄNNLICH
DIVERS
KEIN EINTRAG
BIOLOGISCHES GESCHLECHT
ENDOGESCHLECHTLICH
WEIBLICH
MÄNNLICH
INTERGESCHLECHTLICH
GESCHLECHTSIDENTITÄT
CIS
WEIBLICH
MÄNNLICH
TRANS*
WEIBLICH
NICHT-BINÄR
MÄNNLICH
...
NICHT-BINÄR
QUESTIONING
GESCHLECHTSAUSDRUCK
FEMININ
GESCHLECHTSNEUTRAL
MASKULIN

GENDERFLUID

Genderfluid meint eine ‚fließende' Geschlechtsidentität, die in Bewegung und veränderbar ist. Als genderfluid bezeichnen sich also Menschen, die sich nicht permanent mit nur einem Geschlecht identifizieren. Je nach Person kann sich die Geschlechtsidentität über einen längeren Zeitraum oder eher punktuell in bestimmten Situationen und Zusammenhängen, manchmal oder auch sehr oft, spontan oder langsam ändern. Dabei ist grundsätzlich ein Wechsel zwischen allen denkbaren Geschlechtsidentitäten und Selbstbezeichnungen möglich, z. B. männlich, weiblich, nicht-binär, trans*, etc. Oftmals bewegen sich einzelne genderfluide Menschen jedoch innerhalb eines bestimmten Sets von Geschlechtsidentitäten.

GESCHLECHTERSENSIBLE SPRACHE/GENDERN

Geschlechtersensible Sprache bzw. Gendern hat zum Ziel, alle Geschlechter explizit mitzunennen. So soll Sprache in Bezug auf Geschlecht diskriminierungsfrei gestaltet werden. Dies lässt sich auf unterschiedliche Arten umsetzen. Bekannt ist mittlerweile das sogenannte Gendersternchen(*). Dieses steht bei Personenbezeichnungen auch für Geschlechter, die nicht (nur) männlich oder weiblich sind. ‚Lehrer*innen' meint also nicht nur männliche Lehrer und weibliche Lehrerinnen, sondern auch Lehrende, die nicht unter eine dieser beiden Kategorien fallen. Auch die Nutzung neutraler Formulierungen wie ‚Lehrkräfte' ist eine Möglichkeit der geschlechtssensiblen Sprache.

GESCHLECHTSIDENTITÄT

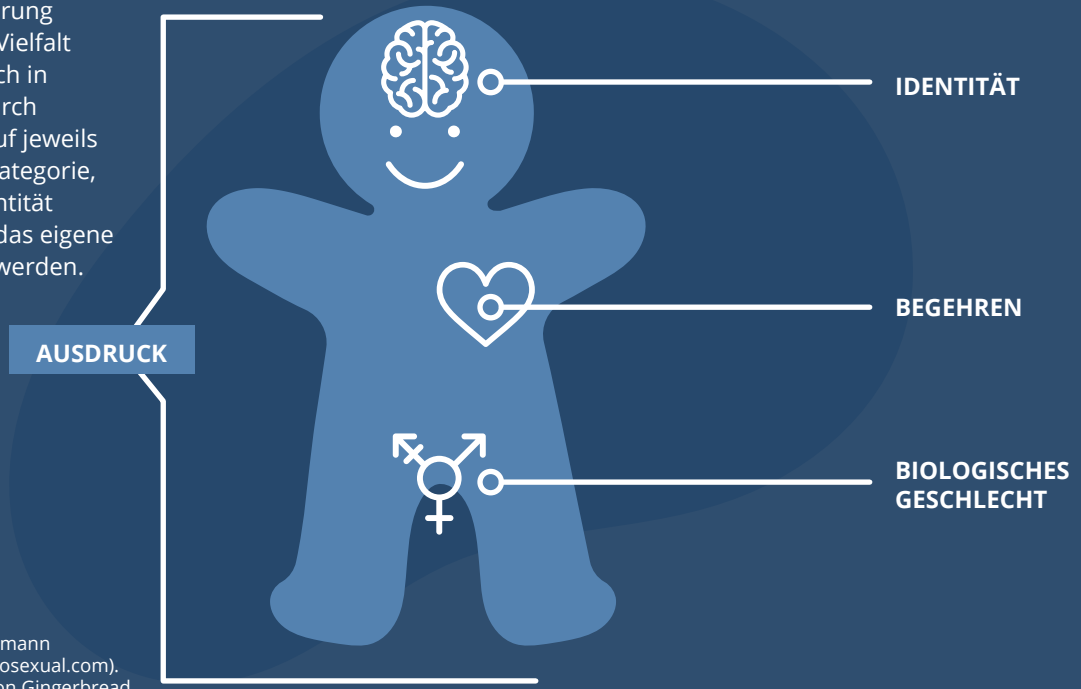
Die Geschlechtsidentität ist das innere Wissen über das eigene Geschlecht. Hierbei handelt es sich um ein individuelles, tief verankertes Erleben, das nicht bewusst verändert werden kann. Wie genau Geschlechtsidentität entsteht, ist bislang unklar. Es spielen jedoch vermutlich sowohl biologische als auch soziale Prozesse eine Rolle. Die Geschlechtsidentität fällt unter das im AGG geschützte Merkmal Geschlecht. Geschlechtsidentitäten sind vielfältig und lassen sich nicht zwangsläufig aus bestimmten körperlichen Merkmalen ableiten. Auch muss Geschlecht nicht statisch oder unbedingt erklärbar sein. Jeder Mensch hat eine ganz eigene Geschlechtsidentität und Interpretation seines Geschlechts, die sich von derjenigen anderer Menschen mit dem gleichen zugeschriebenen Geschlecht unterscheiden kann.

GESCHLECHTSAUSDRUCK

Geschlechtsausdruck beschreibt, wie Menschen ihr Geschlecht nach außen hin zeigen. Dazu gehören bspw. Kleidung, Frisur, Schmuck und vieles mehr, das genutzt werden kann, um das eigene Geschlecht durch Symbole zu kommunizieren. Aber auch Körperhaltung und Gestik können Teil des Geschlechtsausdrucks sein. Viele Menschen orientieren ihren Geschlechtsausdruck an der gesellschaftlichen Norm für ihr Geschlecht, während andere diese Norm bewusst überschreiten, weil es ihrer Geschlechtsidentität entspricht oder sie an der gesellschaftlichen Norm rütteln wollen. Für die meisten Personen ist der Geschlechtsausdruck bewusst oder unbewusst wichtiger Teil ihrer Geschlechtsidentität und ihrer Individualität.

GENDERBREAD PERSON

Die Genderbread Person[1] stellt die verschiedenen Kategorien der sexuellen Orientierung und geschlechtlichen Vielfalt eines Menschen bildlich in einem Modell dar. Durch Setzen von Kreuzen auf jeweils beiden Pfeilen einer Kategorie, welche die eigene Identität repräsentieren, kann das eigene Genderbread erstellt werden.



[1] im Original von Sam Killermann (www.itspronouncedmetrosexual.com). Genderbread leitet sich von Gingerbread ab (engl. für Lebkuchenmännchen).

PERSONENSTAND

○ Weiblich ○ Männlich ○ Divers ○ keine Angabe

GESCHLECHTSIDENTITÄT

○ → Weiblich
○ → Männlich

BEGEHREN

○ → zu Frauen
○ → zu Männern

BIOLOGISCHES GESCHLECHT

○ → Weiblich
○ → Männlich

GESCHLECHTSAUSDRUCK

○ → feminin
○ → maskulin

HETERONORMATIVITÄT

Heteronormativität ist eine gesellschaftliche Norm, die von der Endo- sowie Cisgeschlechtlichkeit und Heterosexualität aller Menschen ausgeht: Nach dieser Norm sind also zunächst alle Menschen eindeutig entweder Männer oder Frauen. Diese beiden Geschlechter unterscheiden sich des Weiteren grundsätzlich und beziehen sich in exklusiven Zweierbeziehungen sexuell und romantisch aufeinander. Da unsere Gesellschaft stark heteronormativ geprägt ist, sind Menschen, die diese Kriterien erfüllen, privilegiert. Menschen, die davon abweichen, z. B. trans* und inter* Personen und/oder schwule oder lesbische Menschen, werden hingegen häufig unsichtbar gemacht, pathologisiert und diskriminiert.

HETEROSEXUALITÄT/ -ROMANTIK

Heterosexualität/-romantik bezeichnet die sexuelle und/oder romantische Anziehung zu Personen des anderen binären Geschlechts. Sie wird häufig als Norm gesetzt. In der heteronormativen Vorstellung wird davon ausgegangen, dass es nur zwei Geschlechter gibt, die sich gegenseitig sexuell und romantisch begehren. Im Allgemeinen wird Heterosexualität deshalb als Begriff für Frauen, die sich sexuell zu Männern hingezogen fühlen, und umgekehrt verwendet. Umgangssprachlich wird heterosexuell mit ‚hetero' abgekürzt.

HOMOSEXUALITÄT/ -ROMANTIK

Homosexualität/-romantik bezeichnet die sexuelle und/oder romantische Anziehung zu Menschen des gleichen Geschlechts. Dem gegenüber steht der Begriff Heterosexualität/-romantik. Im Europa des 19./20. Jahrhunderts wurde Homosexualität zunächst als psychiatrische Diagnose eingeführt. Erst 1990 wurde der Begriff von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) aus ihrem Krankheits- und Diagnosekatalog gestrichen. Umgangssprachlich werden in queeren Communities häufiger Selbstbezeichnungen wie ‚schwul', ‚lesbisch', ‚bisexuell' oder ‚pansexuell' genutzt. Der Begriff Homofeindlichkeit – also Diskriminierung von schwulen, lesbischen, bi- und pansexuellen Menschen – bezieht sich auf den Begriff Homosexualität.

HORMONTHERAPIE (HET)

Hormontherapien oder Hormonersatztherapien (HET) sind eine medizinische Behandlungsmethode, bei der Hormone aus unterschiedlichen Gründen von außen zugeführt werden. Für trans* Personen ist dies oft ein zentraler Schritt in der Transition, damit ihr Körper sich in einer Art zweiten Pubertät in die für sie richtige Richtung entwickelt. Die Hormongabe beeinflusst dabei vor allem Körperfettverteilung, Haarwuchs, Libido und unterschiedliche weitere Aspekte, die mit Geschlecht assoziiert werden. Während viele trans* Personen Hormontherapien aktiv aufsuchen, erfahren junge inter* Personen HET oftmals als fremdbestimmte Anpassung ihrer Körper an eine medizinische Norm. Vor Eintritt der Pubertät können auch sog. Hormonblocker Teil der HET sein, um einer ‚falschen', das heißt unerwünschten Pubertät vorzubeugen.

IDAHOBITA*

Der Internationale Tag gegen Homo-, Bi-, Inter*-, Trans*- und Asexuellenfeindlichkeit findet seit 2005 jährlich am 17. Mai statt. Das Datum wurde in Erinnerung an den 17. Mai 1990 gewählt. An diesem Tag beschloss die Weltgesundheitsorganisation (WHO) Homosexualität aus ihrem Diagnoseschlüssel für Krankheiten zu streichen. Anlässlich dessen finden an vielen Orten weltweit Aktionen, Kundgebungen und Demonstrationen statt, um auf die Diskriminierung queeren Menschen aufmerksam zu machen, insbesondere auf deren Verfolgung: So werden queere Menschen noch immer in 67 Staaten strafrechtlich verfolgt, in elf Ländern droht ihnen sogar die Todesstrafe.

INTERGESCHLECHTLICH

Intergeschlechtlichkeit bezeichnet biologische Besonderheiten bei der Geschlechtsdifferenzierung: Intergeschlechtliche Körper passen von Geburt an hinsichtlich der Chromosomen, Genitalien und/oder hormonproduzierenden Organe nicht in die klassischen medizinischen Definitionen von weiblichen und männlichen Körpern. Sie sind natürliche Varianten menschlichen Lebens, werden von der Medizin jedoch oft zu ‚Syndromen' erklärt. Inter* ist ein inklusiver Überbegriff, um die vielfältigen Identitäten, Körperlichkeiten, Selbstbezeichnungen und Lebensrealitäten intergeschlechtlicher Menschen zu beschreiben.

INTERSEKTIONALITÄT

Der Begriff Intersektionalität (vom englischen Wort ‚intersection' = Kreuzung) wurde von Schwarzen Feministinnen in den USA geprägt. Er bezeichnet die Überschneidung und Wechselwirkung verschiedener Diskriminierungsformen (Mehrfachdiskriminierung). So unterscheiden sich z. B. die Diskriminierungserfahrungen queerer Schwarzer Personen von den Erfahrungen, die entweder queere oder Schwarze Personen machen. Es können weitere Diskriminierungsformen hinzukommen, z. B. Diskriminierung aufgrund des Alters, aufgrund von Behinderungen etc. Aus dem Zusammenwirken der unterschiedlichen Diskriminierungsformen entstehen bei den betroffenen Menschen spezifische Diskriminierungserfahrungen und Bedarfe. Diese können mit dem Konzept der Intersektionalität beschrieben und erklärt sowie entsprechende Maßnahmen ergriffen werden.

LESBISCH

Lesbisch ist eine Selbstbezeichnung für Menschen, die sexuelle und/oder romantische Anziehung zu Frauen und anderen weiblichen Personen empfinden. Sie wird vor allem von Frauen, aber auch von manchen nicht-binären Menschen verwendet. Der Begriff wird dem der Homosexualität vorgezogen, da dieser lesbische Liebe sprachlich auf Sexualität reduziert. Lesben erhalten gesellschaftlich kaum Sichtbarkeit und das Wort wird nach wie vor als Beleidigung verwendet. Dabei waren und sind Lesben wichtiger Teil feministischer Bewegungen und Emanzipationskämpfe. Viele Lesben identifizieren sich zusätzlich bspw. auch als Butches, Dykes oder Femmes.

LSBTIQ*

Das Akronym LSBTIQ* steht für Lesbisch, Schwul, Bi, Trans*, Inter*, Queer und damit für verschiedene sexuelle Orientierungen und Geschlechtsidentitäten. Das Sternchen* soll andeuten, dass es noch weitere Identitäten gibt, die in der Abkürzung nicht explizit genannt werden. Manchmal werden statt LSBTIQ* auch die Abkürzungen LSBT, LGBT (für engl. Lesbian, Gay, Bisexual, Transgender), LSBTQIA* oder ähnliche gebraucht. Die Verwendung des Begriffs LSBTIQ* dient dazu, die Vielfalt der sexuellen Orientierungen und geschlechtlichen Identitäten sichtbar zu machen. Dabei gilt es zu beachten, dass die LSBTIQ* Community nicht homogen ist, sondern sich aus unterschiedlichen Gruppen und Individuen zusammensetzt, die ihre je eigenen Bedarfe haben.

MEHRFACHDISKRIMINIERUNG

Mehrfachdiskriminierung bezieht sich auf die Erfahrung von Diskriminierung aufgrund mehrerer Identitätsaspekte, wie beispielsweise Geschlecht, sexuelle Orientierung, Ethnizität, sozioökonomischer Status oder Behinderung. Im Kontext von Queerfeindlichkeit bedeutet Mehrfachdiskriminierung, dass queere Personen nicht nur aufgrund ihrer sexuellen Orientierung oder geschlechtlichen Identität diskriminiert werden, sondern auch aufgrund anderer Merkmale. Zum Beispiel können queere Personen mit Migrationshintergrund sowohl rassistischer Diskriminierung als auch queerfeindlicher Gewalt ausgesetzt sein. Dies kann zu einer komplexen und verstärkten Form der Unterdrückung führen, die ihre Lebensqualität und Chancen in verschiedenen Bereichen beeinträchtigt (siehe auch Intersektionalität).

MISGENDERN

Unter Misgendern wird das Verwenden falscher geschlechtsspezifischer Pronomen, Begriffe oder Ansprachen verstanden. Eine Person, die sich als weiblich identifiziert, wird beispielsweise misgendert, wenn sie mit ‚er' angesprochen wird oder über sie als ‚Herr …' gesprochen wird. Misgendern betrifft vor allem trans*, inter* und nicht-binäre Menschen. Doch auch andere queere Menschen wie Butches werden häufig misgendert. Dies kann versehentlich passieren, aber auch genutzt werden, um einer Person ihr Geschlecht abzusprechen. Häufiges und wiederholtes Misgendern wirkt sich negativ auf die psychische Gesundheit der misgenderten Person aus.

MISOGYNIE

Misogynie ist ein anderes Wort für Frauenfeindlichkeit. Damit wird nicht die individuelle Abwertung bestimmter Frauen beschrieben, sondern vielmehr Bezug auf ein gesellschaftliches System genommen, das Frauen als Gruppe, und Weiblichkeit generell, abwertet und diskriminiert. Dies kann alle Menschen betreffen, deren Geschlechtsausdruck als weiblich interpretiert wird. Dabei gibt es verschiedene Intersektionen von Misogynie mit anderen Diskriminierungsformen, wie bspw. der Trans*misogynie, die vor allem trans* Frauen betrifft. Gleichzeitig ist Misogynie auch Grundlage für die Diskriminierung bspw. schwuler Männer, da ihre Liebe zu anderen Männern als ‚zu weiblich' wahrgenommen wird.

NORM

Eine Norm bezeichnet gesellschaftliche Erwartungen und Ansprüche an Menschen. Diese werden sozial, manchmal auch medizinisch oder rechtlich kontrolliert, indem Abweichungen markiert und ggf. bestraft werden, bspw. durch Diskriminierung, Pathologisierung oder Kriminalisierung. In Bezug auf queere Menschen sind vor allem Heteronormativität und Cisnormativität relevant, aber auch normative Vorstellungen von Familien. Es wird also vorausgesetzt, dass alle Menschen hetero- und allosexuell sowie cis- und endogeschlechtlich sind und zudem eine Familienstruktur anstreben, die aus einer Mutter, einem Vater und deren biologischen Kindern besteht. Wird eine dieser Vorannahmen nicht bestätigt, löst dies oftmals Irritationen aus, die zu Diskriminierung führen können.

NICHT-BINÄR

Nicht-binär ist ein Überbegriff für Menschen, die sich nicht (nur und/oder dauerhaft) mit einem der binären Geschlechter männlich und weiblich identifizieren. Manche nicht-binäre Menschen erleben sich selbst dabei gleichzeitig auch als trans*oder inter*, andere nicht. Deshalb werden die Begriffe trans*, inter* und nicht-binär oft einzeln nebeneinander genannt, obwohl es Überschneidungen gibt. Nicht-binäre Menschen haben sehr verschiedene Selbstverständnisse und Weisen des Geschlechtsausdrucks, die auch Transitionen beinhalten können. Begriffe, die oft synonym oder in Verbindung mit nicht-binär verwendet werden, sind bspw. abinär, enby, genderqueer oder nonbinary.

OUTING

Ein Outing bezeichnet im Gegensatz zum Coming-out das unfreiwillige Offenbaren der eigenen sexuellen Orientierung oder geschlechtlichen Identität durch eine andere Person. Oftmals ist dies mit der Absicht verbunden, der geouteten Person zu schaden. Ein Outing verletzt die Privatsphäre eines Menschen und kann schwerwiegende Schäden zur Folge haben. Besonders im deutschen Sprachgebrauch werden die Begriffe Coming-out und Outing allerdings häufig synonym verwendet. Deswegen wird zwischen ‚sich outen' und ‚jemanden outen' unterschieden, um den Aspekt der Selbst- respektive Fremdbestimmung sichtbar zu machen. Manchmal wird in Bezug auf das fremdbestimmte Outing auch von einem Zwangsouting gesprochen.

PANSEXUALITÄT/-ROMANTIK

Pansexualität/-romantik enthält das altgriechische Wort ‚pan' für ‚alles'. Der Begriff beschreibt demnach die sexuelle und/oder romantische Anziehung zu Menschen aller Geschlechter oder unabhängig vom Geschlecht. Von der Bisexualität lässt sich die Pansexualität dadurch abgrenzen, dass bisexuelle Menschen sich zum eigenen und zu anderen, aber nicht unbedingt zu allen Geschlechtern hingezogen fühlen. Für diese Personen kann Geschlecht dabei ein wichtiger Faktor der Anziehung sein. Dies ist für pansexuelle Personen meist nicht der Fall. Zwischen den Begriffen bi- und pansexuell gibt es allerdings auch Überschneidungen. Entscheidend ist im Zweifelsfall immer, welche Selbstbezeichnung die jeweilige Person für sich wählt.

PARAGRAF 175

Der 1871 durch den Norddeutschen Bund eingeführte Paragraf 175 stellte sexuelle Handlungen zwischen Männern unter Strafe. 1935 wurde er durch die Nationalsozialisten erheblich verschärft. Die Bundesrepublik Deutschland (BRD) übernahm das Gesetz zunächst in unveränderter Fassung und entschärfte es 1969. Endgültig abgeschafft wurde der Paragraf 175 erst 1994. Bis dahin wurden in der BRD rund 50.000 Männer wegen gleichgeschlechtlicher ‚Unzucht' verurteilt. Neben den individuellen rechtlichen Folgen verursachte der Paragraf ein tiefgreifendes gesellschaftliches Stigma. So wurden schwule Männer umgangssprachlich auch ‚175er' genannt.

2017 erkannte die BRD das geschehene Unrecht an, hob die meisten Urteile nach Paragraf 175 auf und ermöglichte finanzielle Entschädigungsleistungen für ehemals Verurteilte.

§ 175

PASSING

Passing leitet sich von dem englischen Wort ‚to pass' (dt. ‚als etwas durchgehen') ab. In Bezug auf Geschlecht bedeutet Passing, dass einer trans* oder inter* Person ihre Abweichung von der cisgeschlechtlichen Norm nicht anzusehen ist – z. B. wenn ein trans* Mann von seiner Umgebung als cis Mann wahrgenommen wird. Ein ‚gutes Passing' ist für viele Menschen ein Ziel der Transition: Sie wollen nicht mehr als trans* oder inter* erkennbar sein. Das hat unter anderem den Grund, dass Menschen, die als trans* oder inter* erkannt werden – also ‚schlechtes Passing' haben –, in höherem Maße Diskriminierung und Gewalt erfahren. Passing wird teilweise aber auch als Anpassung an die Norm kritisiert und daher von vielen explizit nicht angestrebt. Durch Passing gewonnene Sicherheit ist zudem immer daran geknüpft, dass die Normabweichung nicht entdeckt wird.

PATHOLOGISIERUNG

Pathologisierung beschreibt die Bewertung von grundsätzlich gesunden Lebensweisen und körperlichen Besonderheiten (z. B. Varianten der Geschlechtsentwicklung, Homosexualität, Trans*) als krankhaft. So werden diese Lebensweisen und körperlichen Besonderheiten in den Zuständigkeitsbereich der Medizin verschoben, was oft grundlose Begutachtungen und medizinische Maßnahmen zur Konsequenz hat. Heteronormativität und Cisnormativität geben dabei vor, welche Erscheinungen als krankhaft gedeutet werden. Intergeschlechtlichkeit etwa darf nach dieser Norm nicht existieren. Intergeschlechtliche Körper werden deshalb pathologisiert, obwohl sie meist völlig gesund sind. Infolgedessen werden nicht notwendige medizinische Maßnahmen mit teilweise weitreichenden Auswirkungen vorgenommen. Auch Homosexualität wurde erst 1990 aus dem Diagnosekatalog der Weltgesundheitsorganisation (WHO) gestrichen.

PERSONENSTAND

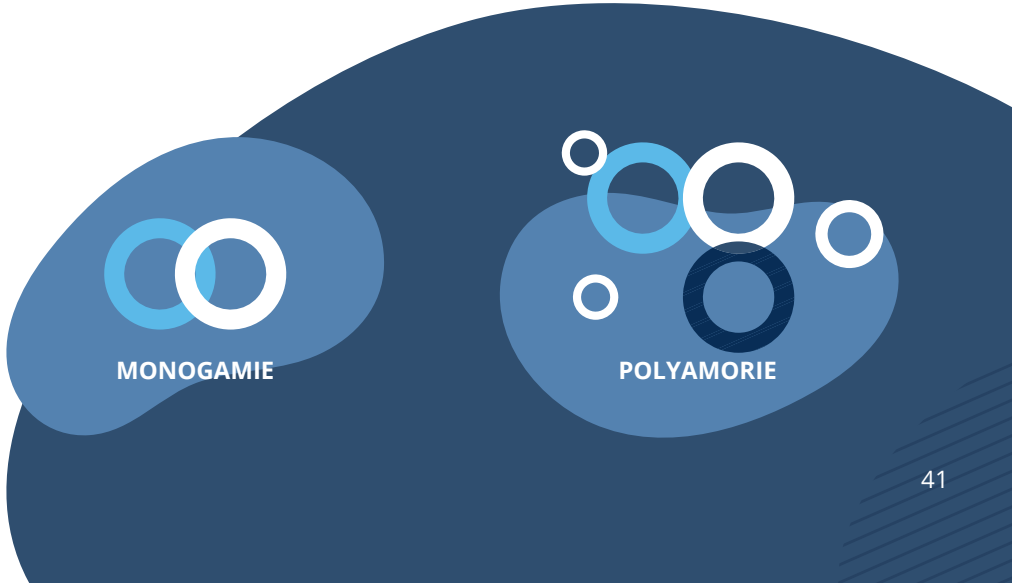
In Deutschland gehören zum Personenstand z. B. Geschlechtseintrag, Name, Geburtsdatum und Geburtsort. Darüber kann die juristische Identifikation eines Menschen erfolgen. In queeren Kontexten ist der Personenstand vor allem für die Änderung des Vornamens und des Geschlechtseintrages relevant, z. B. wenn diese im Rahmen einer Transition geändert werden sollen. Inter*, trans* und nicht-binäre Menschen können diese Personenstandsangaben in Deutschland seit November 2024 ohne die Einschätzung Dritter über das Selbstbestimmungsgesetz ändern. Zuvor waren Atteste und psychologische Gutachten für diese Änderungen nötig.

POLYSEXUELL

Polysexualität bezeichnet die sexuelle Orientierung von Menschen, die sich zu mehreren Geschlechtern – aber nicht unbedingt zu allen – sexuell hingezogen fühlen. So fühlen sich manche polysexuelle Menschen z. B. zu männlichen und nicht-binären, aber nicht zu weiblichen Personen hingezogen. Polysexualität ist auch der Überbegriff für sexuelle Orientierungen, die eine Anziehung zu mehreren Geschlechtern beinhalten, wie z. B. Bi- oder Pansexualität. Im Gegensatz zur Polysexualität steht die Monosexualität, die die Anziehung zu nur einem Geschlecht beschreibt, z. B. Hetero- oder Homosexualität. Der Begriff polysexuell wird vor allem verwendet, um die Diskriminierung von bi-, pan- und asexuellen Menschen zu diskutieren.

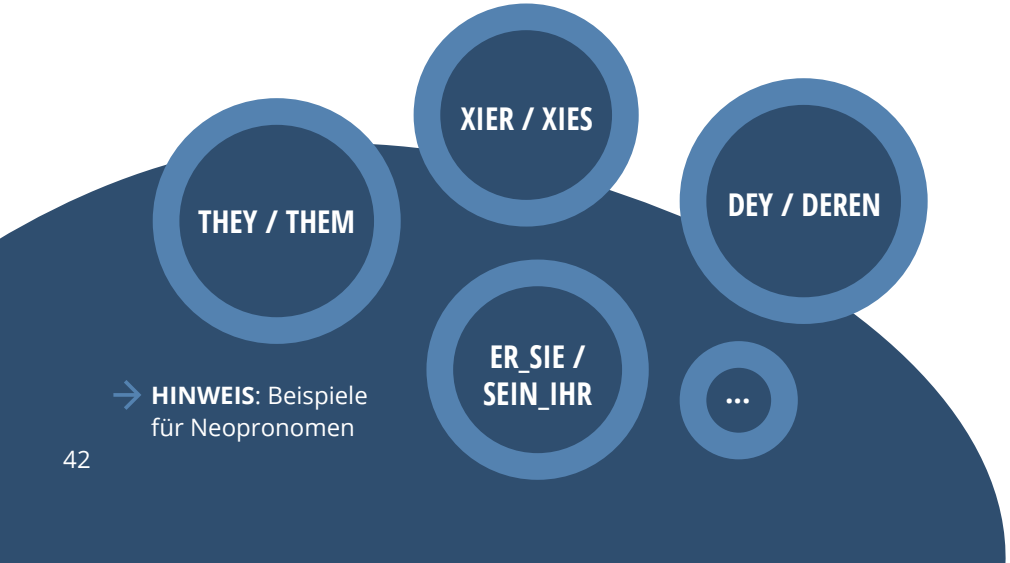
POLYAMORIE

Polyamorie beschreibt Beziehungskonstellationen, die aus mehr als zwei Personen bestehen. Hierbei gibt es eine Vielfalt verschiedener möglicher Beziehungsformen, die sich an den Wünschen und Bedürfnissen der Beziehungspersonen orientieren. Polyamore Beziehungen sind für alle involvierten Menschen einvernehmlich. Sie können dementsprechend nicht mit Fremdgehen gleichgesetzt werden. Sie sind außerdem, ähnlich wie monoamore ‚Eins-zu-eins-Beziehungen', auf die langfristige Fürsorge füreinander und sexuelles und/oder romantisches Miteinander gerichtet. Polygamie hingegen beschreibt Ehen mit mehr als zwei Ehepartner*innen. Sie wird oftmals mit patriarchalen Verhältnissen assoziiert, bei der ein Mann mit mehreren Frauen verheiratet ist.



PRONOMEN

Pronomen sind Wörter, die anstelle eines Nomens stehen. In queeren Kontexten werden mit Pronomen hauptsächlich Personalpronomen gemeint – also solche, die sich auf eine Person beziehen. Im Deutschen gibt es allerdings nur männliche (‚er') und weibliche (‚sie') Pronomen. Welches Pronomen für eine Person gewählt wird, hängt in der Regel davon ab, welches Geschlecht dieser Person aufgrund ihres Aussehens zugeschrieben wird. Vor allem für nicht-binäre Menschen fehlen jedoch in der deutschen Sprache Pronomen, weswegen manche von ihnen Neopronomen, also neu geschaffene Pronomen, verwenden. Andere verzichten für sich auf Pronomen und verwenden stattdessen den Namen. Werden Pronomen nicht respektiert, handelt es sich um Misgendering. Die Pronomen sollten am besten erfragt und nicht einfach vermutet werden.



→ **HINWEIS**: Beispiele für Neopronomen

QUEER

Queer (dt. ‚seltsam', ‚pervers') ist ein Überbegriff für Menschen, deren Geschlechtsidentität und/oder sexuelle Orientierung von der Norm abweichen. Das Wort wurde im Englischen seit den 1930ern als Beleidigung verwendet. Im AIDS-Aktivismus der 1980er und -90er eigneten sich LSBTIQ* Personen queer als positive Selbstbezeichnung an. Der Begriff ist bewusst weit und lässt Raum für verschiedenste Sexualitäten und Geschlechter, ohne sie definieren zu müssen. Gerade deswegen hat sich queer als Synonym und Sammelbegriff für LSBTIQ* etabliert. Queer kann jedoch auch einen politischen Anspruch der eigenen Identität formulieren. Aufgrund dessen und seines Ursprungs als Beleidigung bezeichnen sich nicht unbedingt alle LSBTIQ* Personen als queer.

QUEERFEINDLICHKEIT

Queerfeindlichkeit bezeichnet die Diskriminierung und Ausgrenzung von Menschen, die nicht der Cis-Heteronorm entsprechen. Sie kann zu sozialer Ausgrenzung, Mobbing, Gewalttaten und anderen Formen der Unterdrückung führen. Queerfeindlichkeit findet dabei nicht allein auf individueller Ebene statt – vielmehr ist sie institutionell verankert. Das bedeutet, dass sie sich in Gesetzen, Richtlinien oder gesellschaftlichen Normen ausdrückt, die queere Menschen grundsätzlich benachteiligen oder ihre Rechte einschränken. Queerfeindlichkeit ist als Überbegriff für die vielfältigen Diskriminierungserfahrungen zu verstehen, die sich je nach Gruppe sowie auch von Person zu Person innerhalb der LSBTIQ* Community unterscheiden.

QUESTIONING

Der Begriff questioning wird oftmals von Menschen verwendet, die sich in Bezug auf ihre Identität in einem Suchprozess befinden und noch kein ‚queeres Label' für sich gefunden haben. Er kann sich sowohl auf die sexuelle Orientierung als auch auf die geschlechtliche Identität beziehen. Wenn Menschen merken, dass sie nicht der heteronormativen Norm entsprechen, wissen sie nicht immer sofort mit Sicherheit, wie sie sich definieren wollen. Für viele ist es dann eine Entlastung, sich zunächst als questioning zu beschreiben, um diesen Suchprozess auch nach außen zu verdeutlichen. Der Begriff kann aber auch dauerhaft als Selbstbezeichnung gebraucht werden.

REGENBOGENFAMILIE

Eine Regenbogenfamilie ist eine Familie, in der sich mindestens ein Elternteil der LSBTIQ* Community zugehörig fühlt. ‚Regenbogen' bezieht sich auf die Vielfalt der sexuellen Orientierungen und geschlechtlichen Identitäten, die in der Familie vertreten sein können. Daher sehen Regenbogenfamilien auch nicht alle gleich aus, sondern können aus ganz verschiedenen Konstellationen bestehen. So können Regenbogenfamilien etwa sowohl durch Adoption oder Pflegschaft als auch durch assistierte Reproduktionstechniken wie eine Samenspende entstehen. Es gibt auch Familien mit queeren Elternteilen, die bereits vor ihrem Coming-out Kinder hatten und deren Familienstruktur sich im Laufe der Zeit verändert hat. Trans*, inter* und nicht-binäre Personen können ebenfalls Eltern werden und Regenbogenfamilien gründen.

REGENBOGENFLAGGE

Die Regenbogenflagge ist das wohl bekannteste Symbol der queeren Community und steht für Vielfalt, Toleranz und Akzeptanz verschiedener sexueller Orientierungen und geschlechtlicher Identitäten. Die Flagge besteht ursprünglich aus sechs horizontalen Streifen in den Farben Rot, Orange, Gelb, Grün, Blau und Violett. Seit den späten 1970er Jahren dient sie weltweit als Symbol für queere Rechte und Sichtbarkeit. Das Flaggendesign hat sich über die Jahre ausdifferenziert, um weitere queere Identitäten sichtbar zu machen. Die Regenbogenflagge gilt jedoch weiterhin als gemeinsames Symbol der LSBTIQ* Community.

ROMANTISCHE ORIENTIERUNG

Die romantische Orientierung bezieht sich auf die Art und Weise, wie eine Person emotionale Anziehung und Bindungen zu anderen empfindet. Die romantische Orientierung kann sich im Laufe des Lebens entwickeln oder verändern und unabhängig von der sexuellen Orientierung sein. Oftmals enthält die sexuelle Anziehung aber auch Komponenten romantischer Anziehung. Deshalb wird die romantische Orientierung meist von der sexuellen abgeleitet. Die Differenzierung der beiden Anziehungsarten ist jedoch vor allem für asexuelle und aromantische Menschen wichtig. Gleichzeitig eröffnet sie für alle Menschen die Möglichkeit, das eigene Erleben von intimen Beziehungen komplexer zu denken.

ROSA WINKEL

Homosexualität galt im Nationalsozialismus als ‚entartetes Verhalten'. Schwule Männer wurden auf Grundlage des Paragrafen 175 in Konzentrationslager verschleppt. Als Erkennungszeichen mussten sie einen Stoffaufnäher in Form eines rosa Dreiecks auf der linken Brust ihrer Häftlingskleidung tragen, den sogenannten ‚Rosa Winkel'. In den 1970er Jahren wurde der Rosa Winkel zum internationalen Symbol der Schwulenbewegung.

Lesbische Frauen wurden mit dem Paragrafen 175 nicht erfasst, jedoch auch verfolgt und teilweise in Konzentrationslager verbracht. Auch wenn es manchmal den besonderen Vermerk ‚lesbisch' für sie gab, war der offizielle Haftgrund in der Regel ‚asozial' (Erkennungsmerkmal war der sogenannte ‚Schwarze Winkel').

SCHWUL

Viele Männer, die sich sexuell und/oder romantisch zu anderen Männern hingezogen fühlen, bezeichnen sich als schwul. Der Begriff ist ursprünglich ein Schimpfwort. Da sich die schwule Emanzipationsbewegung diesen Begriff positiv angeeignet hat, wird er nun oft stolz als Selbstbezeichnung verwendet. Er beschreibt sowohl die eigene sexuelle Orientierung und einen Teil der eigenen Identität als auch die Zugehörigkeit zu einer Subkultur. Nicht alle Männer, die Sex mit anderen Männern haben, bezeichnen sich jedoch als schwul, teils weil sie andere Begriffe passender finden, teils weil sie selbst mit homophoben Ansichten aufgewachsen sind. Nach wie vor wird schwul oft als Schimpfwort genutzt.

SAFER SPACE

Safer Spaces bieten Menschen einen möglichst sicheren und geschützten Raum, in dem sie weniger Diskriminierung als in ihrer alltäglichen Umgebung erfahren. Daher sind sie wichtig für Personen, die solche Erfahrungen machen und deren Lebensrealität von vielen anderen Menschen nicht verstanden wird, weil sie diese nicht teilen. Safer Spaces ermöglichen einen offenen Austausch und somit Selbstermächtigung. Sie sind Orte, an denen sich Menschen von erlebten Diskriminierungen erholen und neue Kraft schöpfen können. Queere Räume sollen ein Safer Space für queere Menschen sein. Allerdings können insbesondere Menschen, die von Mehrfachdiskriminierungen betroffen sind, auch dort Diskriminierung erfahren.

SELBSTBESTIMMUNGSGESETZ

Unter einem Selbstbestimmungsgesetz wird ein Gesetz verstanden, das es ermöglicht, Vornamen und Geschlechtseintrag selbstbestimmt zu ändern. Deutschland ist mit Inkrafttreten des Selbstbestimmungsgesetzes im November 2024 der zwölfte europäische Staat, der ein solches Gesetz verabschiedet hat. Zuvor war die Änderung in Deutschland nur über das Transsexuellengesetz (TSG) und § 45b des Personenstandsgesetzes möglich. Diese Regulierungen verlangten jedoch medizinische Gutachten bzw. Atteste für eine rechtliche Transition, wodurch Geschlecht außerhalb der Cis-Norm pathologisiert wurde. Durch das Selbstbestimmungsgesetz können Personenstand und Vornamen beim Standesamt nun durch eine Erklärung geändert werden, ohne dass Gutachten oder weitere Unterlagen benötigt werden.

SELBSTBEZEICHNUNG

Die Selbstbezeichnung ist ein von der betreffenden Person für sich gewählter Begriff, der ihrer Selbstwahrnehmung entspricht. In queeren Kontexten geht dieser Selbstbezeichnung oft eine lange Geschichte von Reflexion und Erkunden verschiedener Labels, also Identitätsbegriffe, voraus. Der Selbstbezeichnung steht die Fremdbezeichnung gegenüber, die andere Menschen einer Person aufgrund bestimmter Merkmale zuweisen. Da jede Person Expert*in über ihre eigene Lebenswelt ist, sollte ihre Selbstbezeichnung ernst genommen werden und nicht zur Debatte stehen.

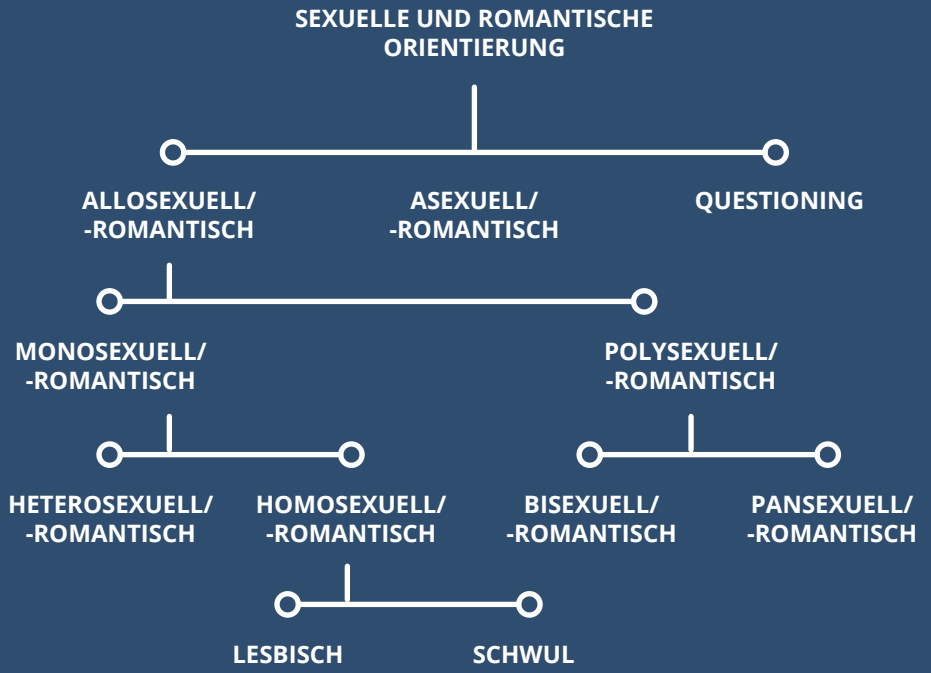
SEXUELLE ORIENTIERUNG

Die sexuelle Orientierung bezieht sich auf das sexuelle Begehren einer Person. Dieses kann ein zentraler Bestandteil der Identität sein und verschiedene Formen annehmen, beispielsweise Asexualität, Bisexualität, Heterosexualität, Homosexualität und Pansexualität. Die sexuelle Orientierung kann in Zusammenhang mit Geschlechtsidentität und Geschlechtsausdruck stehen. Jedoch lässt sich keines dieser Merkmale zwingend aus den anderen ableiten. Die sexuelle Orientierung ist ein facettenreicher Aspekt der menschlichen Sexualität und kann sich im Laufe des Lebens entwickeln oder verändern.

STERNCHEN (*)

Das Sternchen, auch Asterisk genannt, ist ein Platzhalter. Es kommt aus der Computersprache und zeigt an, dass an der betreffenden Stelle weitere Inhalte ergänzt werden können.
Bei den Begriffen trans*, inter*, FLINTA* oder LSBTIQ* steht der Asterisk für die Offenheit zur Erweiterung der Begriffe. Als Gendersternchen wird er bei Personenbezeichnungen zwischen die männliche und weibliche Endung gesetzt (z. B. Mitarbeiter*in). Dort fungiert er als Platzhalter für alle Geschlechtsidentitäten (z. B. auch nicht-binäre Menschen), die in der deutschen Grammatik nicht abgebildet werden können. Das Gendersternchen ist somit eine mögliche Art, geschlechtersensible Sprache anzuwenden.

BEGEHREN



TERF

TERF ist das Akronym für ‚Trans Exkludierende Radikale Feministinnen'. Hierbei handelt es sich um Vertreterinnen einer Minderheitenströmung im Radikalfeminismus, die trans* Personen und vor allem trans* Frauen aus ihrem Verständnis von Feminismus ausschließen. Der Begriff wird zudem verwendet, um allgemein trans*feindliche Positionen zu benennen, auch wenn diese nicht im Zusammenhang mit Feminismus stehen. TERFs argumentieren vor allem mit biologischer Zweigeschlechtlichkeit und einem einseitigen Verständnis von Sozialisation. Trans* Frauen werden dabei häufig als Männer beschrieben, die in die soziale Gruppe der Frauen eindringen wollen, während trans* Männer ihrer internalisierten Misogynie unterliegen. TERF ist keine Selbstbezeichnung. Vielmehr verstehen sich entsprechende Radikalfeminist*innen als ‚Gender Critical'.

TRANS*

Das Adjektiv trans* ist eine Selbstbezeichnung von Menschen, deren Geschlechtsidentität nicht (immer und/oder vollständig) mit dem Geschlecht übereinstimmt, das ihnen bei der Geburt aufgrund der äußeren Genitalien zugeschrieben wurde. ‚Trans' kommt aus dem Lateinischen und bedeutet ‚jenseits' oder ‚darüber hinaus'. Damit wird darauf verwiesen, dass das eigene Geschlecht über die Zuschreibung und die Norm hinausgeht bzw. im binären Verständnis ‚die Seiten wechselt'. Trans* ist ein Überbegriff, der eine Vielzahl verschiedener Selbstverständnisse miteinschließen kann. Hierzu gehören unter anderem nicht-binäre Personen und Menschen, die transsexuell, transident oder transgender sind. Das Gegenteil von trans* ist cis.

TRANSITION

Eine Transition, oft auch Geschlechtsangleichung genannt, ist der Prozess, in dem eine Person ihr Geschlecht auf verschiedenen Ebenen ihrer Geschlechtsidentität anpasst. Dieser Prozess wird meist in die drei Aspekte sozial, rechtlich und medizinisch unterteilt. Zum sozialen Prozess gehören das Coming-out sowie ggf. die inoffiziellen Änderungen von Vornamen, Pronomen und Auftreten. Vornamen und Personenstand können im Rahmen der rechtlichen Transition offiziell geändert werden, um auch amtliche Dokumente umschreiben zu können. Auf medizinischer Ebene kann eine Transition Hormonersatztherapie, operative Maßnahmen wie Brustoperationen oder genitalangleichende OPs, aber auch Logopädie oder Epilation beinhalten. Dabei ist jede Transition individuell und jede Person entscheidet selbst, welche Schritte sie zu welchem Zeitpunkt für sinnvoll erachtet.

VARIANTEN DER GESCHLECHTSENTWICKLUNG

‚Varianten der Geschlechtsentwicklung' ist ein Oberbegriff für vielfältige und fast immer gesunde Besonderheiten der körperlichen Geschlechtsdifferenzierung. Diese können bei den Chromosomen, Hormonen, hormonproduzierenden Organen oder den Genitalien vorkommen. Der Begriff wird oft synonym für Intergeschlechtlichkeit genutzt. Jedoch ist intergeschlechtlich, genau wie inter*, eine Selbstbezeichnung, während Varianten der Geschlechtsentwicklung eher in medizinischen und juristischen Kontexten verwendet wird. Deshalb wird diese Formulierung von vielen intergeschlechtlichen Menschen als pathologisierend abgelehnt.

WAHLFAMILIE

Der Begriff Wahlfamilie beschreibt enge Beziehungen und Unterstützungsnetzwerke außerhalb der Herkunftsfamilie. Als Herkunftsfamilie wird das Umfeld verstanden, in welches eine Person hineingeboren wurde. Für queere Menschen können Wahlfamilien eine wichtige Rolle spielen, um Unterstützung, Akzeptanz und Zugehörigkeit zu erfahren, indem sie enge Freund*innen, Partner*innen oder andere Mitglieder der queeren Community als ihre gewählte Familie betrachten. Diese Beziehungen können tiefe emotionale Bindungen und ein Gefühl der Verbundenheit schaffen, das ihnen ermöglicht, sich selbst zu entfalten und authentisch zu leben. Wahlfamilien imitieren meist nicht die traditionellen Familienstrukturen.

ZUGEWIESENES GESCHLECHT

Das zugewiesene Geschlecht ist das Geschlecht, das bei der Geburt eines Kindes anhand der Genitalien festgelegt wird. Deshalb wird es manchmal auch ‚Hebammengeschlecht' genannt. Als zugewiesen wird es bezeichnet, weil Neugeborene nicht selbst über ihr Geschlecht bestimmen. Es wird auch von zugeschriebenem Geschlecht gesprochen, da von den Genitalien auf ein Geschlecht geschlossen wird. Der Begriff ‚Geschlechtszuweisung' wird auch für die gewaltvolle operative Anpassung von intergeschlechtlichen Kindern an eines der beiden Normgeschlechter verwendet. Die Zuschreibung und Zuweisung von Geschlecht sind wesentlich für Cis- und Heteronormativität, da so bestimmte körperliche Merkmale immer wieder mit einem bestimmten Geschlecht in Verbindung gebracht werden.

DAS QNN

Das Queere Netzwerk Niedersachsen e. V. (QNN) ist der Landes- und Fachverband der queeren Vereine, Gruppen und Initiativen. Es wurde 1991 als Schwules Forum Niedersachsen gegründet und hat sich seither zur Interessensvertretung aller queeren Gruppen in Niedersachsen weiterentwickelt. Seit 2015 drückt sich diese Weiterentwicklung auch im Namen des QNN aus.

Den Kern des Verbandes bilden die Mitgliedsorganisationen. Derzeit vertritt das QNN über fünfzig Vereine und Gruppen, die der Verband vernetzt, berät und unterstützt. Es fördert die Zusammenarbeit und den Austausch queerer Menschen und Strukturen in Niedersachsen.

Das QNN bündelt Positionen und entwickelt Forderungen. Es vertritt die Interessen seiner Mitgliedsorganisationen auf Landesebene gegenüber Politik, Verwaltung und der Öffentlichkeit. Über seine Landesfachstellen leistet das QNN eigene fachliche Arbeit und berät Institutionen und Organisationen in Fragen der geschlechtlichen und sexuellen Vielfalt.

Das QNN ist zudem Koordinierungsstelle für die Fördermittel des Niedersächsischen Sozialministeriums zum Abbau der Diskriminierung von LSBTI* Menschen.

IMPRESSUM

Herausgeber*in	**Queeres Netzwerk Niedersachsen e. V.** Volgersweg 58 30175 Hannover
Telefon	0511 336 58 120
Mail	info@qnn.de
Website	qnn.de
V.i.S.d.P.	Melissa Depping
Autor*innen	Melissa Depping, Robin Ivy Osterkamp, Michael Rogenz
Lektorat	Jaron Christian Pelters, sprachschmied.de
Gestaltung	GELBE GARAGE Werbeagentur, gelbegarage.de
Bildnachweis	istock.com: Vladimir Vladimirov, AndreyPopov // freepik.com
Druckerei	Wir machen Druck
Erscheinungsjahr	2., überarbeitete Auflage, Dezember 2025
Bestellung	qnn.de/publikationen

queeres.netzwerk.niedersachsen

QueeresNetzwerk

Gefördert durch:

Niedersächsisches Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Gleichstellung

QN

Queeres Netzwerk
Niedersachsen e.V.