

# Psychische und physische Gesundheit von jungen queeren Menschen

Sandra Schäfer (sie)





# du-bist-du

## **Peer-Beratung**

E-Mail und persönlich

## **Information**

Wissensbeiträge, Lexikon, Mediathek, Notfall-Button

## **aufsuchende Jugendarbeit**

Sensibilisierung und Abbau von Vorurteilen

## **Coaching für Fachpersonen**

Workshops und Einzelfallberatung

# Speedddating





# Geschlechtsidentität, romantische/sexuelle Orientierung

**L** esbisch

**G** ay / schwul

**B** isexuell

**T** ransgender / trans

**Q** ueer / questioning

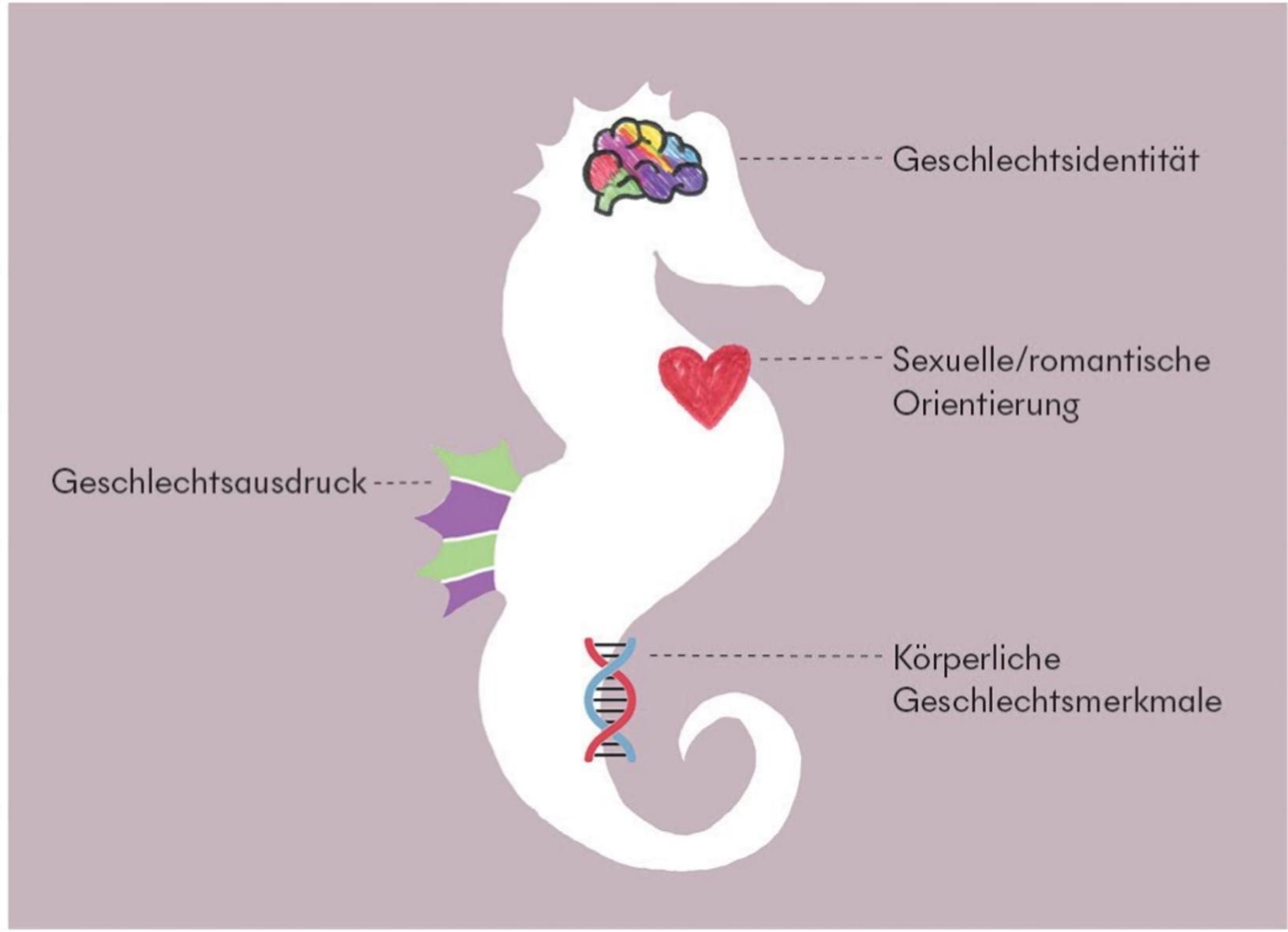
**I** ntergeschlechtlich / inter\*

**A** sexuell / aromantisch



# Seepferdli (du-bist-du, 2020)

## Individuelle Ebene



## Gesellschaftliche Ebene

Soziales Geschlecht

Zugewiesenes Geschlecht



# Wie viele LGBTQIA gibt es?

homo- und bisexuell  
5-10%

trans  
0.5-3%

inter\*  
0.05-1.7%

asexuell/ aromantisch  
1-3.5%

- ... 1 bis 2 homosexuelle oder bisexuelle Schüler\*innen pro Klasse.
- ... 1 trans Schüler\*in in einer von 4 Klassen.

(bei 20 Schüler\*innen pro Klasse in einem Schulhaus)

- ... 4 asexuelle oder aromantische Jugendliche im Schulhaus.
- ... 1 inter\* Jugendliche\*r im Schulhaus.

(bei ca. 200 Schüler\*innen in einem Schulhaus)

- Diese Kinder und Jugendlichen sind oft unsichtbar.



# Herausforderungen für junge LGBTQ-Menschen

# Entwicklungsprozess von jungen Menschen

## Soziale, emotionale und physische Herausforderungen:

- Beziehungsaufbau zu Gleichaltrigen
- Emotionale Unabhängigkeit von Eltern
- Entwicklung eigener Ich-Identität
- Entwicklung eigener Werte und Handlungsmuster
- Wertesystem der Gesellschaft übernehmen
- Körperliche und hormonelle Veränderungen

**Kleinste Reize können heftige emotionale Reaktionen auslösen.**

# Zusätzliche Herausforderungen für junge LGBTQ-Menschen

## **Identitätsentwicklungsaufgaben (Anthony D'Augelli, 1994)**

- Feststellen des Andersseins
- Inkongruenz des Selbst- und Fremdbildes
- Akzeptanz der eigenen sexuellen Orientierung / Geschlechtsidentität
- Umgang mit heteronormativer und cisnormativer Gesellschaft
- LGBTQ als ein Teil der Identität anerkennen

## **Minoritätenstress (Meyer, 2003)**

- Erleben und Befürchtung von Ablehnung, Diskriminierung, Gewalt
- Internalisierte LGBTQ-Feindlichkeit
- Verheimlichung

# Coming-out

## homo- und bisexuelle Jugendliche

Inneres Coming-out  
zw. 13 und 16 Jahren  
(Krell & Oldemeier, 2015)

Äusseres Coming-out  
17 Jahre  
(Krell & Oldemeier, 2015)

Zwischen  
13 und 16 Jahren  
vermehrt Diskriminierung  
und Mobbing  
(Poteat & Russell, 2013)

Fehlen von  
wichtigen Ressourcen und  
Bewältigungsstrategien  
(Poteat & Russell, 2013)

## trans Kinder und Jugendliche

Inneres Coming-out  
meistens anfangs Pubertät  
(Medico & Zufferey, 2018)

Äusseres Coming-out  
17 Jahre  
(Medico & Zufferey, 2018)

45%

zeigen

Bewusstsein in der  
Kindheit (ab 5 Jahren)

(Medico & Zufferey, 2018)

verheimlichen

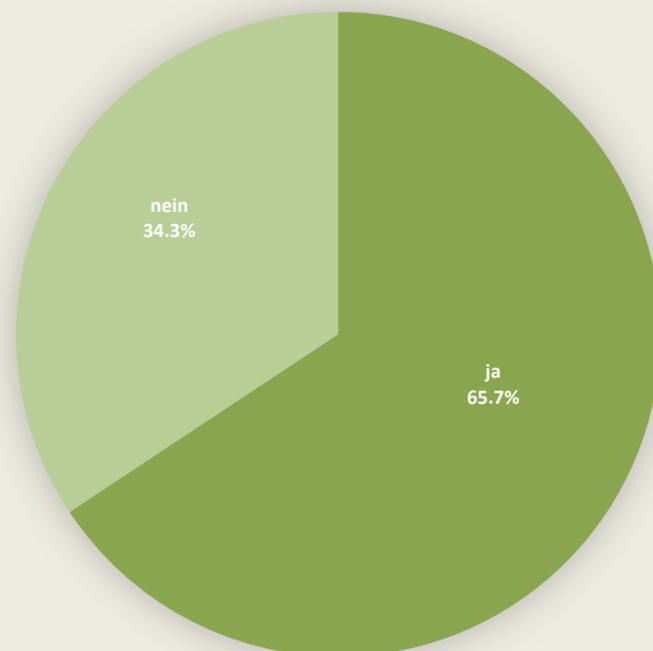
55%



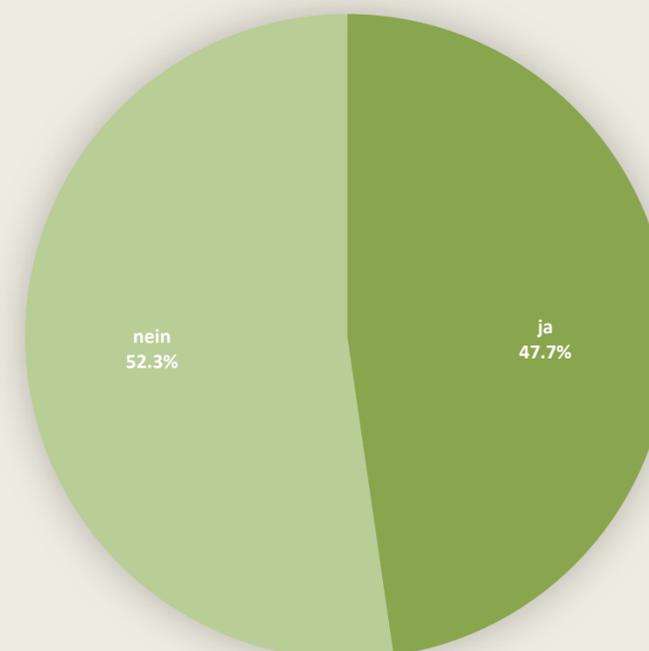
# Diskriminierung unter Jugendlichen

(Weber, 2018)

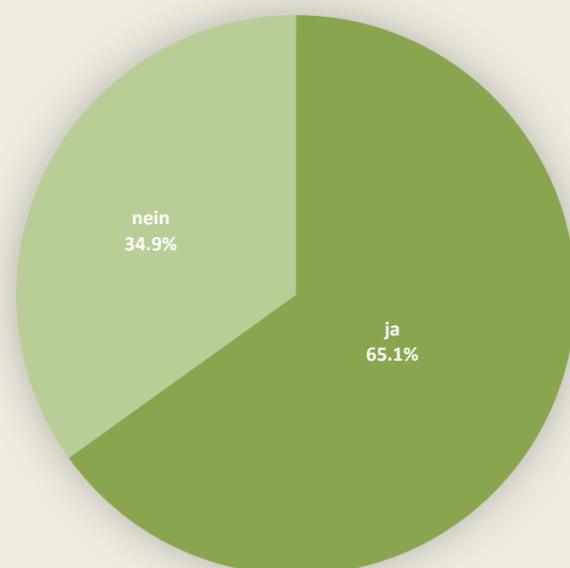
erlebt, wie sich jemand aus ihrer Klasse über Schwule lustig gemacht hat



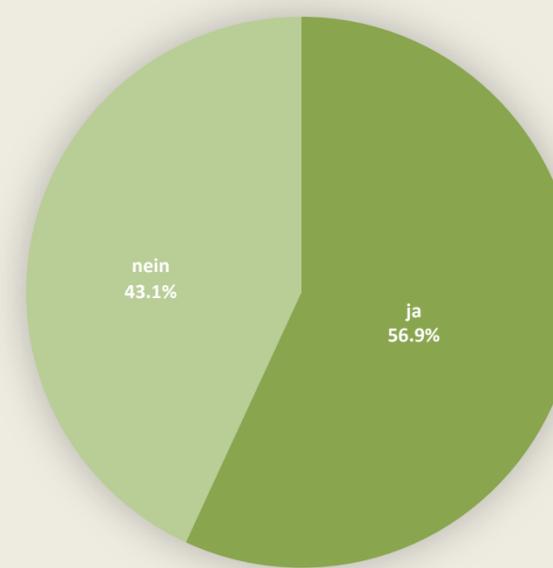
Wörter wie Schwuchtel oder schwule Sau zu einer Person gesagt, die sie nicht mögen



Ausdrücke wie "das ist so schwul" oder "no homo" benutzt



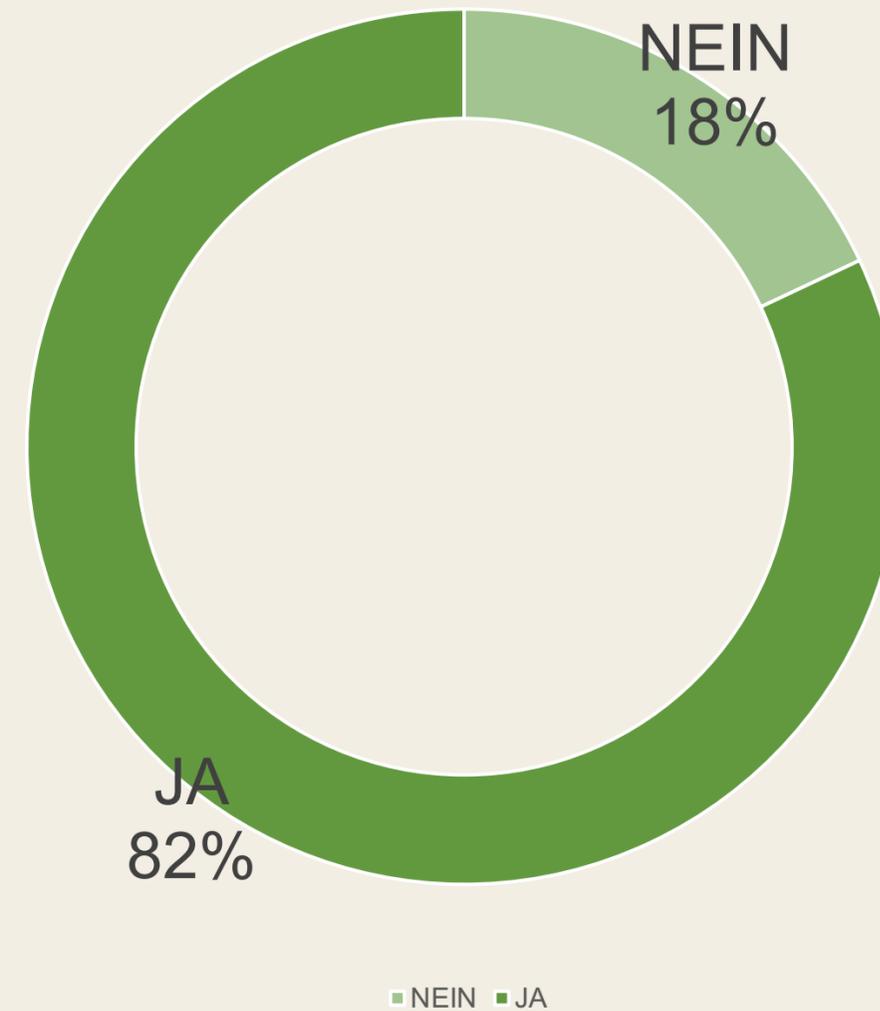
sich über einen Jungen lustig gemacht, der sich in ihrer Wahrnehmung nicht genderkonform verhalten hat



# Diskriminierung unter jungen Menschen

(Krell & Oldemeier, 2015)

mindestens einmal Diskriminierung aufgrund der sexuellen  
Orientierung oder Geschlechtsidentität erfahren



# Mögliche negative Auswirkungen

## Höhere Depressionsrate und Suizidalität

(Hammarberg, 2009; Plöderl et al., 2006; Reisner et al., 2015; Wang et al., 2013; Wang et al., 2014)



## Erhöhte Suizid tendenz besteht weiter auch im Erwachsenenalter.

(Wang et al., 2012)

## Einfluss auf schulische Leistung

(Sung Hong et al., 2011)

## Erhöhter Substanzkonsum

(Sung Hong et al., 2011)

## Sexuelles Risikoverhalten

(Langer, 2009)

**Psychische Probleme im Erwachsenenalter können mit negativen Erfahrungen in der Jugend zusammenhängen.**

(Ryan et al., 2009, Sung Hong et al., 2011)



# queergerechte Soziale Arbeit



# Auftrag der Sozialen Arbeit

## **Berufskodex der Sozialen Arbeit Menschenrechtsprofession**

- Verpflichtung zur Anerkennung von Verschiedenheiten.
- Unterstützung und Verschaffung eines Zugangs zu Selbstbestimmung und Partizipation für benachteiligte, ausgegrenzte und diskriminierte Menschen.
- Diskriminierung, sei es aufgrund von sozialem oder biologischem Geschlecht, sexueller Orientierung, kann und darf nicht geduldet werden.

## **Menschenrechtsprofession**

- Prinzipien der Menschenrechte und sozialer Gerechtigkeit

## **sexuelle Rechte (Menschenrecht auf Sexualität & sexuelle Gesundheit bezogen)**

- z.B. Art.1 Recht auf Gleichstellung: Alle Menschen sind frei und gleich an Würde und Rechten geboren und müssen den gleichen gesetzlichen Schutz vor Diskriminierung aufgrund von Sexualität, Geschlecht oder Gender in Anspruch nehmen können.



# Queeres Bewusstsein in der Sozialen Arbeit

- ⦿ Hetero- und Cisnormativität hinterfragen
- ⦿ unreflektierte d.h. unwillentliche Diskriminierung vermeiden
- ⦿ queer-freundliche Einstellung bewusst und aktiv zum Ausdruck bringen
- ⦿ queere Liebes- und Lebensweisen als Alternative begreifen und mitdenken
- ⦿ In einer sozialen Situation geschlechtliche, romantische und sexuelle Vielfalt und allfällige Homo-, Bi- und Transfeindlichkeit als Thema erfassen bzw. als Problem erkennen
- ⦿ das Thema präventiv, in unmittelbaren Situationen und danach bearbeiten



# Gruppenarbeit

Frage 1: Wie kann ich queere Lebensrealitäten in «meiner» Institution thematisieren?

Frage 2: Wie sieht eine perfekte queersensible Institution aus?

Frage 3: Wie reagiere ich auf ein Coming out?

Frage 4: Wie kann ich queere Klient\*innen unterstützen?



# Begrifflichkeiten

Geschlechtsidentität stimmt nicht oder nur teilweise mit dem bei der Geburt zugewiesenen Geschlecht überein.

- **trans** oder **transgender**, nicht ~~transsexuell~~
- Gegenbegriff: **cis** oder **cisgender**
- **trans Mann**: bei Geburt zugewiesenes Geschlecht weiblich, Geschlechtsidentität männlich
- **trans Frau**: bei Geburt zugewiesenes Geschlecht männlich, Geschlechtsidentität weiblich
- **trans Person, trans Mensch**
- trans ist nicht gleich trans  
**genderqueer, nonbinary, bigender, genderfluid, agender ...**

# Verhalten gegenüber trans Menschen

- Geschlechtsidentität unabhängig vom Erscheinungsbild akzeptieren
- Kinder und Jugendliche dürfen entsprechend ihrer Geschlechtsidentität leben (inkl. WC-Benutzung)
- Gewählter Vorname darf in allen Lebensbereichen benutzt werden, auch ohne offizielle Änderung: Zeugnisse, Verträge, Bewerbungen, ...
- Privatsphäre, Grenzen respektieren und angemessene Wortwahl
- Gendergerechte Sprache: Gender-Star (Schüler\*innen, Mädchen\*treff) / Gender-Gap (Schüler\_innen) / Gender-Doppelpunkt (Schüler:innen)



# Gesundheit von LGBT Personen in der Schweiz

(HSLU, März 2022)

- mindestens 1 Suizidversuch unternommen (Adoleszenz) –
  - **18%**
- Diskriminierungs- und/oder Gewalterfahrung in der Gesundheitsversorgung –
  - **26.6%**
- verzichten aufgrund mangelndem Vertrauens auf Gesundheitsleistungen –
  - **16.2%**
- LGBT Personen rauchen Tabak –
  - **ein Drittel bis fast die Hälfte**
- Konsum von Alkohol bei LGBT Menschen –
  - **riskanter und häufiger**
- leiden häufiger an chronischen/langandauernder Krankheiten –
  - **trans/nonbinäre Personen**

# Methodenkit (CHF 50.00)

Gesichter-Kartenspiel

20 Methodenbeschrieben

Regenbogen-Kleber

Broschüre

Etui

