

# Anders und gut



in Leichter Sprache



# Anders und gut

Dieser Text ist eine Übertragung in Leichte Sprache.

Es gibt dieses Heft auch in schwerer Sprache.

In schwerer Sprache heißt das Heft:

**Coming-out.**

**Alles, was du wissen solltest.**

In diesem Text sind manche Wörter **blau** geschrieben.

Am Ende vom Heft gibt es eine Liste:

**Liste mit schwierigen Wörtern.**

Alle blauen Wörter sind dort erklärt.

Und viele andere Wörter,

die mit dem Thema zu tun haben.

# Bin ich anders?

Das ist Lea.

Lea ist im Kino.

Ihre Freundinnen sind auch dabei.

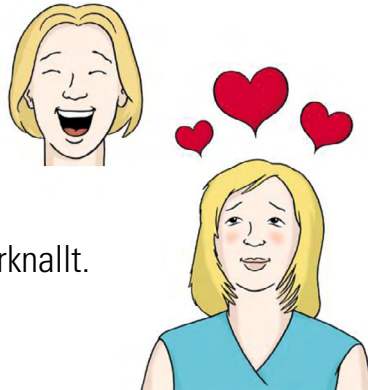
Ihre Freundinnen haben sich  
in den Mann im Film verknallt.

Lea hat sich **nicht** in den Mann im Film verknallt.

Lea hat sich in die Frau im Film verknallt.

Lea stellt sich die Frage:

- Bin ich **lesbisch**?
- Bin ich deshalb anders?



Das ist Tom.

Er ist in der Schule.

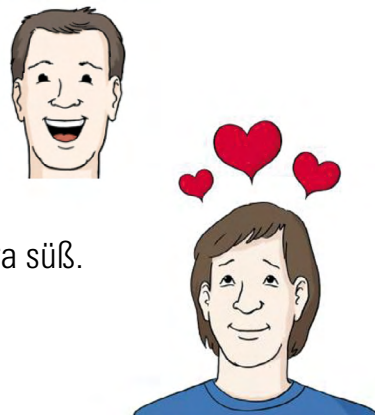
Seine Freunde finden die Mitschülerin Klara süß.

Tom findet Klara **nicht** süß.

Tom findet seinen Freund Simon süß.

Tom stellt sich die Frage:

- Bin ich **schwul**?
- Bin ich deshalb anders?



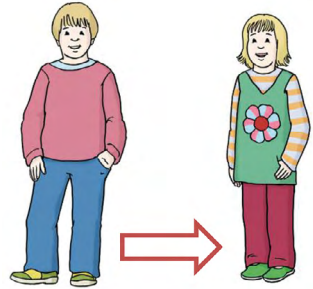
Das ist Alina.

Ihre Eltern denken: Alina ist ein Junge.

Aber Alina weiß: Ich bin ein Mädchen.

Alina stellt sich die Frage:

- Bin ich **transsexuell**?
- Bin ich deshalb anders?



Das ist Maxi.

Die Eltern sagen: Maxi ist ein Mädchen.

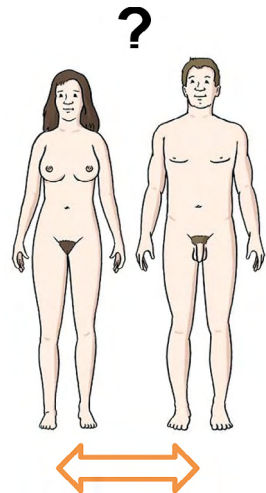
Später hat Maxi einen Partner.

Der Partner sagt:

Maxis Geschlechts-teile sehen anders aus als bei den anderen Frauen.

Maxi stellt sich die Frage:

- Bin ich **intergeschlechtlich**?
- Bin ich deshalb anders?



# Hallo!

Viele denken:

Nur Frauen und Männer können zusammen sein.

Das wird **heterosexuell** genannt.



Es gibt aber auch andere Möglichkeiten.

Zum Beispiel kann ein Mann einen Mann lieben.

Oder ein Mann ist in Wahrheit eine Frau.

Deshalb zieht der Mensch sich auch wie eine Frau an.

Oder eine Frau möchte lieber eine andere Frau küssen.

Und **nicht** einen Mann.

Das ist alles gut.

Vielleicht fragst du dich auch:

- Bin ich ein Mann?
- Bin ich eine Frau?
- Liebe ich Frauen?
- Liebe ich Männer?
- Oder liebe ich Frauen und Männer?
- Bin ich eine Frau und ein Mann gleichzeitig?



Sei mutig und trau dich davon zu erzählen.

Zum Beispiel:

- Deinen Freundinnen und Freunden.
- Deiner Familie.
- Deinen Kolleginnen und Kollegen.

Wenn du das erzählst,  
wird das **Coming-out** genannt.

Coming-out ist Englisch.

Das wird so ausgesprochen: Kamming aut.

Über das Coming-out kannst du  
auf Seite 14 mehr lesen.

Wir haben dir Tipps aufgeschrieben.

In diesem Heft kannst du das nachlesen.

Das kann dir helfen,

mit anderen Personen über deine Gefühle zu sprechen.

Die Menschen vom **Netzwerk  
LSBTTIQ** Baden-Württemberg  
wünschen dir alles Gute!



# Du bist okay!

Wir leben in einer Gesellschaft.

Gesellschaft meint:

Viele Menschen leben miteinander an einem Ort.

Damit das klappt, gibt es Regeln.

Viele Menschen fühlen sich mit Regeln sicher.

Manche Menschen in der Gesellschaft denken,  
anders sein ist schlecht.

Viele Menschen denken,  
dann ist alles durcheinander.

Und es gibt **keine** Regeln mehr.



Viele Menschen in der Gesellschaft denken:

Frauen können nur Männer lieben.

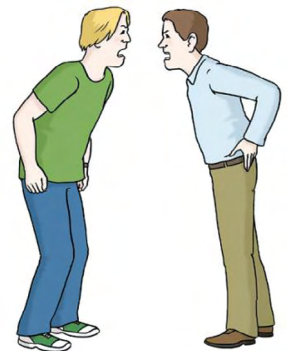
Männer können nur Frauen lieben.

Viele Menschen denken,  
es gibt nur zwei Geschlechter: Frau oder Mann.

Etwas anderes finden manche **nicht** gut.

Vielen Menschen machen Unterschiede Angst.

Deshalb gibt es manchmal Streit.



Aber in unserer Gesellschaft  
leben verschiedene Menschen.

Zum Beispiel:

- Ein Junge mit langen Haaren.
- Ein Mann mit einer Behinderung.
- Ein Mädchen, das aus dem Ausland kommt.
- Eine Frau, die sich wie ein Mann anzieht.



Das ist alles **okay**.

Es ist auch **okay**, wenn zum Beispiel:

- Ein Mann einen Mann küsst.
- Eine Frau sich wie ein Mann anzieht.



Jeder Mensch ist anders.

Und jeder Mensch hat verschiedene Interessen.

Das ist gut so.

Es müssen **nicht** alle Menschen das Gleiche wollen.

In dem Heft wirst du das lesen.



# Lea

Ich bin Lea.  
Ich habe Asthma.  
Trotzdem treibe ich gerne Sport.  
Ich bin Fan von Eis-hockey.  
Ich bin lesbisch.  
Bisher habe ich das niemandem erzählt.



# Du bist nicht allein!

Du merkst, du bist anders.

Vielleicht macht es dir Angst.

Das ist normal.

Es gibt viele Menschen, die so fühlen wie du.

Das ist heute so.

Vor langer Zeit war das auch schon so.

Das ist **nicht** abhängig davon, woher du kommst.

Oder an was du glaubst.

Du bist in Ordnung.

Egal wer du bist. Oder wie du dich fühlst.



Werde dir klar, wer du bist.

Bist du zum Beispiel:

- Eine Frau?
- Ein Mann?
- Etwas zwischen Frau und Mann?



Werde dir klar, was du möchtest.

Zum Beispiel:

- Du bist ein Mann.

Möchtest du mit einem Mann zusammen sein?

- Oder die anderen denken:  
Du bist eine Frau.  
Du bist aber in Wahrheit ein Mann.  
Sollen dich andere als Mann erkennen?

Tipp:

Informiere dich darüber, was du empfindest.

Zum Beispiel in diesem Heft.

Probiere aus, was du fühlst.

Und entscheide, ob es sich gut anfühlt.

Dazu gehört viel Mut.

Du schaffst das.



Du bist toll:

- Egal was du willst.
- Egal wer du bist.

Es hilft mit anderen Menschen darüber zu reden.

Das klappt besonders gut,

wenn die Menschen ähnlich fühlen wie du.



Zum Beispiel kannst du gut darüber sprechen:

- In einer Gruppe.
- In einer Beratungs-stelle.

# Marie

Ich bin Marie.  
Für mein Inneres **Coming-out**  
habe ich 5 Jahre gebraucht.  
Ich wusste **nicht**, was ich bin.  
Jetzt weiß ich es: Ich bin **lesbisch**.  
Ich habe das sogar in der Schule erzählt.  
Ich bin katholisch.  
Meine Familie ist auch katholisch.  
Ich dachte, das wird ein Problem.  
Aber mein **Coming-out** war gut.



# Tom

Ich bin Tom.

Ich bin **schwul**.

Das habe ich lange niemandem erzählt.

Ich war unglücklich.

Meine Mama hat das gespürt.

Sie wusste aber **nicht** warum.

Nach meinem **Coming-out** geht es mir gut.

Meine Mama freut sich darüber.

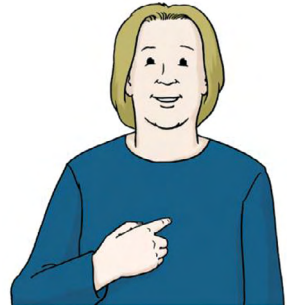


# Was ist eigentlich genau ein **Coming-out**?

Es gibt ein **Inneres Coming-out**.  
Und es gibt ein **Äußeres Coming-out**.

**Inneres Coming-out** bedeutet:

- Wenn dir klar wird, was du bist.
- Wenn dir klar wird, was du willst.
- Zum Beispiel:  
Du bist als Junge groß geworden,  
möchtest aber dein Leben als Frau weiterleben.



**Äußeres Coming-out** bedeutet:

- Wenn du mit anderen Menschen offen über deine Gefühle sprichst.
- Wenn du offen zeigst, was du bist.
- Zum Beispiel:  
Du erzählst deinem Papa,  
du möchtest als Frau mit  
einer Frau zusammen sein.



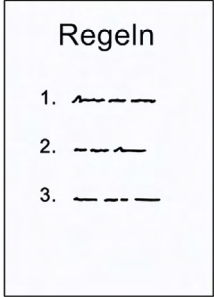
Du kannst selbst entscheiden,  
wem du von deinen Gefühlen erzählen möchtest.  
Du darfst selbst entscheiden,  
wem du es zeigen möchtest.

Coming-out ist manchmal gar **nicht** einfach.  
Es kann eine lange Zeit dauern.  
Vielleicht hast du Angst.  
Oder du bist dir unsicher.  
Das ist normal.  
Mache dir deshalb keine Sorgen.



Es lohnt sich, denn in dieser Zeit lernst du:  
Du bist super.  
Egal wie oder was du bist.

Für das **Coming-out** gibt es **keine** Regeln.  
Du entscheidest,  
wann du es machen willst.  
Du entscheidest auch,  
wie du es machen willst.



# Elif

Ich bin Elif.

Ich bin **bisexuell**.

Ich wohne in einem Wohnheim für Menschen mit Behinderung.

Ich war sehr mutig.

Auf einer Freizeit habe ich es einer Mitarbeiterin gesagt.

Die hat toll reagiert.





# Luca

Ich bin Luca.  
Ich bin **bisexuell**.  
Manchmal habe ich Probleme.  
Und es ärgert mich jemand.  
Dann hole ich mir Hilfe.  
Das ist keine Schwäche.  
Sondern eine Stärke.



# Merit

Ich bin Merit.

Ich bin **transsexuell**.

Als ich geboren wurde,  
dachten alle: Ich bin ein Junge.

Dann bin ich als Junge groß geworden.

Ich war damit **nicht** glücklich.

Ich fühlte mich immer wie ein Mädchen.

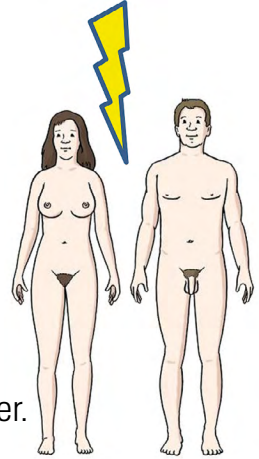
Und später dann als eine Frau.

Seit ich wie eine Frau lebe, bin ich glücklich.

Das haben meine Freunde gemerkt.



# Geschlecht ist ganz schön viel



Das Geschlecht zeigt an,  
ob du körperlich eine Frau oder ein Mann bist.  
Aber das Wort Geschlecht meint **nicht** nur den Körper.  
Geschlecht meint auch, wie du dich fühlst.  
Manchmal sehen andere **nicht** dein wahres Geschlecht.

Zum Beispiel:

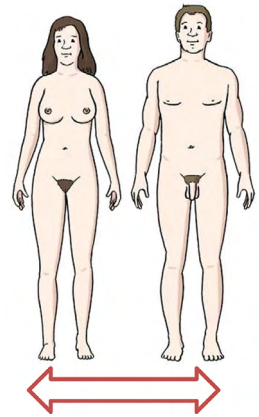
Es gibt Menschen, die mit  
einem Penis geboren sind.  
Sie sind aber kein Mann.  
Sie sind eine Frau.

Oder es gibt Menschen, die mit  
einer Vagina geboren sind.  
Sie sind aber keine Frau.  
Sie sind ein Mann.

Das sind **transsexuelle** Menschen.  
Das wird auch **transgeschlechtlich** genannt.

# Es gibt noch viele andere Arten von Geschlecht

Es gibt Menschen die männliche Geschlechts-teile und weibliche Geschlechts-teile haben. Sie werden so geboren. Daher ist **nicht** klar, ob sie ein Mädchen oder ein Junge sind. Sie sind dazwischen. Das sind **intergeschlechtliche** Menschen. Das wird auch **intersexuell** genannt.



Manche Jungen bekommen als Erwachsener nie eine tiefe Stimme. Oder bekommen nie einen Bart. Manche Mädchen bekommen als Erwachsene nie ihre Monats-blutung. Auch sie sind dazwischen.

Im Erwachsenen-alter können sie entscheiden:  
- Welches Geschlecht sie haben möchten.  
- Ob sie so bleiben wollen.

# Paul

Ich bin Paul.

Ich bin Frau und Mann gleichzeitig.

Ich habe beide Geschlechts-teile.

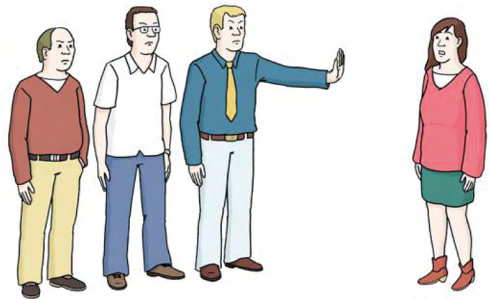
Das wird **intergeschlechtlich** genannt.

Ich bin stolz darauf.



# Was tun, wenn es Stress gibt?

Manche Menschen kommen mit deinem Äußeren **Coming-out nicht** zurecht. Deshalb bekommst du vielleicht Streit. Zum Beispiel mit deiner Familie und bei der Arbeit. Oder andere grenzen dich aus. Vielleicht denken sie, deine Gefühle sind falsch. Oder **nicht** normal. Vielleicht verstehen sie **nicht**, warum du anders fühlst.



Es kann lange Zeit dauern, bis die anderen Menschen dich so nehmen wie du bist. Das braucht Zeit. Und du brauchst viel Geduld. Gib **nicht** auf.



Es ist gut,  
Freundinnen und Freunde zu suchen,  
die dich so nehmen, wie du bist.  
Überlege, wem du vertrauen kannst.  
Und wer dich in deiner Situation stärken kann.



Das können verschiedene Menschen sein.

Zum Beispiel:

- Menschen aus den Beratungsstellen vom Netzwerk [LSBTTIQ](#).
- Menschen aus der [LSBTTIQ](#)-Gruppe.
- Menschen, die sich mit Behinderung auskennen.
- Menschen aus dem Jugendhaus.
- Menschen aus deiner Musik-Band.
- Menschen aus deiner Familie.
- Menschen aus deinem Fußballverein.
- Menschen aus deiner Wohngruppe.



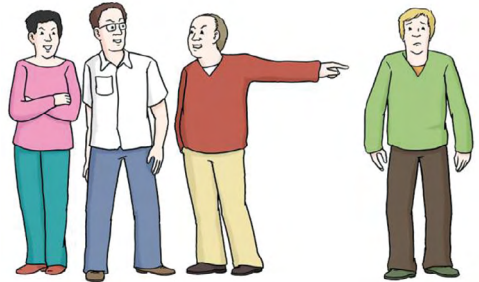
# Ausgrenzung und Diskriminierung

Wenn du geärgert wirst, tut das weh.

Wenn du **nicht** dabei sein darfst,  
verletzt dich das.

Zum Beispiel:

- In der Schule.
- Im Sport-verein.
- Im Freundes-kreis.



Vielleicht hast du das auch erlebt.

Es kann sein, du wirst gemobbt.

Mobbing bedeutet, wenn du oft geärgert wirst.

Oder ausgegrenzt wirst.

Und das immer wieder.



Wenn du gemobbt wirst, ist das **nicht okay**.

Du denkst vielleicht, du bist alleine.

Aber:

Es gibt Menschen, die das auch erlebt haben.

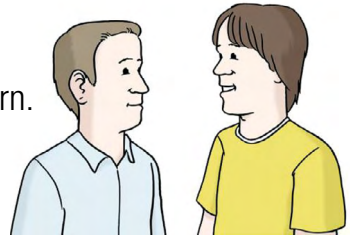
Diese Menschen wissen,  
wie du damit umgehen kannst.

Behalte es **nicht** für dich.

Erzähle von den Menschen, die dich ärgern.

Und die dich ausschließen.

Das darf kein Geheimnis sein.



Hole dir Hilfe.

Zum Beispiel:

- Bei deinen Freundinnen und Freunden.
- Bei deinen Lehrerinnen und Lehrern.
- Bei deiner Familie.



# Professionelle Hilfe

Von deinen Erfahrungen zu erzählen,  
kann dir gut tun.

Zum Beispiel bei:

- Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeitern
- Psychologinnen und Psychologen.

Sie haben gelernt, anderen zu helfen.

Das wird professionelle Hilfe genannt.



Du kannst zu einem Beratungs-gespräch gehen.

Das kostet oft **nichts**.

Manchmal aber schon.

Die Beraterinnen und Berater sagen dir das aber vorher.

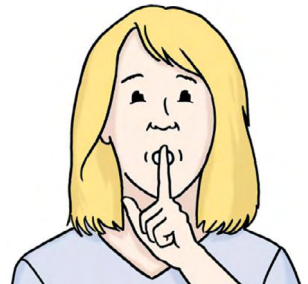
Wenn du willst,

kannst du deinen Namen verschweigen.

Du kannst dir sicher sein,

deine Geschichte wird hier **nicht** weiter erzählt.

Trau dich!



# Julia

Ich bin Julia. Ich bin transgender.  
Ich habe mein Äußeres Coming-out  
noch **nicht** hinter mir.  
Ich warte noch.  
Ich habe es nur meiner Tante erzählt.  
Bis jetzt reicht mir das.



# Wir sind alle ganz verschieden

Wir sind ganz verschieden.

Wir sind jung oder alt.

Wir sind dünn oder dick.

Wir haben unterschiedliche Haut-farben.

Manche von uns sprechen verschiedene Sprachen.

Wir glauben an verschiedene Dinge.

Manche von uns gehen lange in die Schule.

Und studieren.

Andere **nicht**.

Manche von uns haben viel Geld.

Andere von uns haben wenig Geld.

Manche von uns haben eine Behinderung.

Oder sind krank.

Andere von uns sind gesund.

Wir sind **nicht** alle gleich.

Wir sind verschieden.

Deshalb kann es sein:

Andere wollen dich **nicht** dabei haben.

Oder sind **nicht** nett zu dir.

Das ist **nicht** in Ordnung.



Das kann leider auch in Gruppen für **LSBTTIQ** passieren.  
Und das aus unterschiedlichen Gründen.

Zum Beispiel:

- Du bist **schwul**.

Du bewegst dich mit deinem Rollstuhl fort.

Der Jugend-treff ist **nicht** barrierefrei.

Deshalb kannst du beim Jugend-treff

**nicht** teilnehmen.



Das ist **nicht** fair.

Das ist **Diskriminierung**.

Es gibt leider noch sehr wenige Angebote,  
die auch barrierefrei sind.

Wir wünschen uns,  
dass es bald besser wird.

Wir arbeiten daran.

# Rana

Ich bin Rana.

Ich interessiere mich für Technik.

Und für Handys.

Ich bin **Muslima**.

Ich will mich **nicht** Frau nennen.

Ich will mich **nicht** Mann nennen.

Sondern ich bezeichne mich als **queer**.

Das können viele Menschen **nicht** verstehen.

Meine Familie weiß Bescheid.

Am Anfang war es komisch.

Aber jetzt ist es **okay**.





# Gruppen und Angebote für LSBTTIQ in Baden-Württemberg

Das [Netzwerk LSBTTIQ](#) hat viele Gruppen und Angebote. Viele möchten auch für Menschen mit Behinderungen da sein. Das klappt leider noch **nicht** immer. Aber das [Netzwerk LSBTTIQ](#) arbeitet an Verbesserungen. Vielleicht ist eine Gruppe in der Nähe, die zu dir passt. Oder ein Angebot. Du kannst im [Internet](#) nachschauen.

- **Internet-adresse vom Netzwerk LSBTTIQ:**  
[www.netzwerk-lsbttiq.net](http://www.netzwerk-lsbttiq.net)
- **Informationen in Leichter Sprache:**  
<https://netzwerk-lsbttiq.net/product/cob-aug/>
- **LSBTTIQ Jugend-gruppen in Baden-Württemberg:**  
<https://queer-future-bw.de/jugendgruppen-in-baden-wuerttemberg/>
- **Gruppen auch für Erwachsene:**  
<http://netzwerk-lsbttiq.net/mitglieder>



# **Beratungs-stellen und professionelle Hilfe in deiner Nähe:**

- **FETZ e. V.** in Stuttgart:

<http://www.frauenberatung-fetz.de/leichteSprache>

Das FETZ ist eine Beratungs-stelle für Frauen.

Das ist auch eine Beratungs-stelle für

[lesbische](#), [bisexuelle](#) und [transsexuelle](#) Frauen.

Die Beraterinnen beraten auch in Leichter Sprache.

Die Beraterinnen können auch in Gebärden-sprache beraten.

Telefon-nummer: 0711 28 59 00 2

Fax-nummer: 0711 28 59 00 3

[E-Mail: info@frauenberatung-fetz.de](mailto:info@frauenberatung-fetz.de)


- **gÖrls e. V.** in Reutlingen:

<http://www.maedchencafe-reutlingen.de>

- **Mädchen\*treff Tübingen e. V.** in Tübingen:

<http://www.maedchentreff-tuebingen.de>



- 
- **PLUS e. V.** in Mannheim und Heidelberg:  
<http://www.plus-mannheim.de>
  - **Rosa Hilfe e. V.** in Freiburg:  
<http://www.rosahilfefreiburg.de>
  - **Verein zur Förderung von Jugendlichen e. V.** in Stuttgart:  
<http://www.verein-jugendliche.de/home>
  - **Türkische Gemeinde in Baden-Württemberg e. V.**  
in Stuttgart:  
<http://www.tgbw.de>



- **VLSP e. V.:**

<http://www.vlsp.de>

Hier findest du Therapeutinnen und Therapeuten in Stuttgart, Tübingen und anderen Orten.

Manche machen die Therapie auch per Telefon.

- **Online-Beratung vom Netzwerk LSBTTIQ:**

<https://netzwerk-lsbttiq.assistio.online/>



# Liste der schwierigen Wörter

## Bisexuell

Wenn sich eine Person manchmal in einen Mann verliebt.

Und manchmal in eine Frau verliebt.

Wenn eine Person einen Mann oder eine Frau küssen möchte.

Wenn eine Person mit einem Mann oder einer Frau Sex haben will.

## Cisgender

Wird so gesprochen: Zisdschender.

Das sind Menschen, die als Mann gesehen werden.

Und die sich als Mann fühlen.

Das sind Menschen, die als Frau gesehen werden.

Und die sich als Frau fühlen.

## Coming-out

Wenn dir klar wird, was du bist.

Wenn dir klar wird, was du willst.

Wenn du mit anderen Menschen offen über deine Gefühle sprichst.

Wenn du offen zeigst, was du bist.

Zum Beispiel: Du bist **schwul** und erzählst es anderen Menschen.



## Diskriminierung

Das ist eine Benachteiligung.

Ein Mensch wird schlechter behandelt als ein anderer Mensch.

## E-Mail

Das Wort ist Englisch. Es wird so ausgesprochen: I-meil.

Eine E-Mail ist ein Brief,

der mit dem Computer versendet wird.

Der Brief wird **nicht** mit der Post versendet.

Der Empfänger erhält die E-Mail in wenigen Sekunden.

Der Absender und der Empfänger brauchen hierzu Internet.

## Gender

Das Wort ist Englisch. Es wird so ausgesprochen: Dschender.

Gender ist das soziale Geschlecht.

Die Gesellschaft macht Regeln.

Zum Beispiel:

- Männer sollen nie weinen.
- Männer sollen nur kurze Haare haben.
- Frauen sollen nur bestimmte Berufe wählen.  
Wie zum Beispiel Friseurin.
- Frauen sollen immer enge Kleidung tragen.

Das muss aber **nicht** so sein.

## Heterosexuell

Heterosexuell sind Menschen,  
die sich nur in das andere Geschlecht verlieben:

- Eine Frau verliebt sich nur in Männer.
- Ein Mann verliebt sich nur in Frauen.

## Internet

Wer im Internet ist, kann sich mit anderen Computern verbinden.  
Mit dem Internet können Menschen viele Sachen machen.

Zum Beispiel:

- E-Mails schreiben.
- E-Mails erhalten.
- Im Internet surfen.

Das bedeutet:

Viele Menschen können verschiedene Informationen aus der ganzen  
Welt abrufen.

## Intergeschlechtlich / Intersexuell / Intersexualität

Personen die weibliche Geschlechts-teile haben.

Und gleichzeitig männliche Geschlechts-teile haben.

Diese Personen sind körperlich Männer.

Und körperlich Frauen.

Die Personen sind **intergeschlechtlich**.

Das wird auch **intersexuell** genannt.



## Lesbisch

Wenn sich eine Frau in eine Frau verliebt.

Wenn eine Frau eine Frau küssen möchte.

Wenn eine Frau mit einer Frau Sex haben will.

## LSBTTIQ

LSBTTIQ sind die ersten Buchstaben der Wörter:

- **L**esbisch
- **S**chwul
- **B**isexuell
- **T**ransgender
- **T**ranssexuell
- **I**ntergeschlechtlich
- **Q**ueer

## Muslima / Muslim

Menschen, die zum Islam gehören, heißen Muslime.

Der Islam ist eine Religion.

Ein Muslim ist ein Mann.

Eine Muslima ist eine Frau.

## Netzwerk

Viele Menschen arbeiten zusammen. In einem Netzwerk kennen sich alle. Viele unterstützen und beraten sich gegenseitig.

## Okay

Das Wort ist Englisch. Es wird so ausgesprochen: Oke.  
Okay bedeutet gut.

## Psychologin / Psychologe

Eine Psychologin und ein Psychologe beschäftigen sich mit Menschen.

Vor allem mit dem Erleben und Verhalten von Menschen.

Sie können Menschen helfen.

Zum Beispiel, um Erlebnisse besser zu verarbeiten.

## Queer

Das Wort ist Englisch. Es wird so ausgesprochen: Kwir.

Viele Personen denken: Es gibt nur das Geschlecht Frau und Mann.

Und nur Frau und Mann können sich ineinander verlieben.

Es gibt viele Personen, die **nicht** so fühlen

wie die meisten Personen.

Und dann kann es sein: Die Person ist etwas dazwischen.

Oder etwas anderes.

Eine Zuordnung ist **nicht** immer möglich.

Das Wort queer bedeutet, dass alle Menschen nach ihren Vorstellungen leben dürfen.

Es ist okay, wenn du anders fühlst als andere.



## Schwul

Wenn sich ein Mann in einen Mann verliebt.

Wenn ein Mann einen Mann küssen möchte.

Wenn ein Mann mit einem Mann Sex haben will.

## Sexuelle Orientierung

Die sexuelle Orientierung zeigt an, in wen du dich verliebst.

Zum Beispiel, ob du dich in Männer verliebst.

Oder in Frauen.

Oder in Männer und Frauen.

Beispiele für sexuelle Orientierungen sind:

- lesbisch
- schwul
- bisexuell
- heterosexuell.

## Transgender

Das ist Englisch. Es wird so ausgesprochen: Transdschender.

Personen, die sich **nicht** als Frau fühlen.

Personen, die sich **nicht** als Mann fühlen.

Personen, die **nicht** als Frau oder Mann

bezeichnet werden wollen.

Die Bezeichnung als Mann oder Frau passt **nicht**.





## Transsexuell / Transgeschlechtlich / Transsexualität

Bei der Geburt wird das Geschlecht eines Kindes festgelegt.

Erwachsene entscheiden nach dem, was sie sehen.

Meistens passt das auch später für das Kind.

Für transsexuelle Menschen passt es **nicht**.

Ärztinnen und Ärzte wissen heute:

Das wahre Geschlecht ist **nicht** das, was außen sichtbar ist.

Sondern das wahre Geschlecht ist das,  
was der Mensch innerlich fühlt.

Zum Beispiel: Eine Person soll ein Mann sein.

Die Person ist aber in Wirklichkeit eine Frau.

Jeder Mensch weiß selbst am besten,  
welches Geschlecht er oder sie hat.

Transsexuelle Menschen möchten mit ihrem  
wahren Geschlecht angesprochen werden.

Zum Beispiel: Mit Sie und **nicht** mit Er.

Viele möchten auch ihren Körper anpassen.

# Impressum oder wer den Text gemacht hat

## Redaktion

Der Original-text heißt:

**Coming-out. Alles, was du wissen solltest.**

Der Original-text kommt von dem  
Netz-werk LSBTTIQ Baden-Württemberg.

## Herausgeber / copyright

Netz-werk LSBTTIQ Baden-Württemberg.

## Projektkoordination

PLUS e. V.: Andrea Lang

## Gefördert durch das:

Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration  
Baden-Württemberg



**Baden-Württemberg**

MINISTERIUM FÜR SOZIALES, GESUNDHEIT UND INTEGRATION

Finanziert aus Landesmitteln, die der Landtag von Baden-Württemberg beschlossen hat.



## **Übersetzung in Leichte Sprache**

Landesverband Baden-Württemberg der Lebenshilfe

für Menschen mit Behinderung e. V.: Döndü Oktay

Prüfung auf Leichte Sprache in Zusammenarbeit mit: Silke Frisch

## **Prüfung in Leichter Sprache**

Lebenshilfe Stuttgart e. V.:

Doris Clauss, Frano Mikic, Waldemar Böttcher

## **Bilder**

© Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e. V.,

Illustrator Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013.

Herz: Henna Räsänen

## **Gestaltung und Druck**

Andreas Kröneck, Büro für Creation & Kommunikation

**2. Auflage:** 2024

