

HEILIGERS | FROHN | TIMMERMANN | MERZ | MOSCHNER

# HAY

## HOW ARE YOU?

Die Lebenssituation von  
LSBTIQA\* Jugendlichen und  
jungen Erwachsenen in Bayern

ZUSAMMENFASSUNG

---

# INHALT

ZENTRALE ERKENNTNISSE .....	3
STICHPROBE & LSBTIQA* IDENTITÄT .....	4
WOHLBEFINDEN UND RESILIENZ .....	5
OFFENHEIT IM UMGANG MIT DER LSBTIQA* IDENTITÄT.....	6
DISKRIMINIERUNG .....	8
SOZIALE UNTERSTÜTZUNG .....	10
PARTIZIPATION UND FREIZEIT .....	11
BEDARFE .....	12
PRAKTISCHE IMPLIKATIONEN .....	13
LITERATUR .....	15

## ZENTRALE ERKENNTNISSE

Das Forschungsprojekt „How are you?“ wurde vom Bayerischen Jugendring (BJR) in Auftrag gegeben, um die Lebenssituation queerer Menschen zwischen 14 und 27 Jahren in Bayern zu untersuchen. Dazu wurde in enger Zusammenarbeit mit Beiräten aus Fach- und

Alltagsexpert:innen eine quantitative Online-Befragung erarbeitet, die zwischen April und Juni 2023 mehr als 2.000 Teilnehmende erreichte. Nachfolgend sind zentrale Erkenntnisse aus der Analyse der Daten dargestellt.

- 1. LSBTIQA\* Identität<sup>1</sup>:** Circa die Hälfte der Befragten ist cisgeschlechtlich (cis\*), etwas weniger gaben trans\*, nicht-binäre und/oder questioning (TNQ\*) Geschlechtsidentitäten an. Über die Hälfte benannte (eine) sexuelle Identität(en) auf dem bi+sexuellen, ein Drittel auf dem homosexuellen sowie ein Fünftel auf dem a\_sexuellen Spektrum. Der Anteil intergeschlechtlicher Befragter liegt bei unter einem Prozent.
- 2. Wohlbefinden und Resilienz:** Sowohl Wohlbefinden als auch Resilienz sind deutlich geringer als bei repräsentativen Befragungen der Allgemeinbevölkerung gleichen Alters. Innerhalb der Studie fallen die Werte für TNQ\* Personen niedriger aus als für cis\* Befragte.
- 3. Offenheit:** Gegenüber Freund:innen zeigt sich die größte Offenheit im Umgang mit der LSBTIQA\* Identität, am Arbeitsplatz ist sie am geringsten. Gegenüber der Familie sind die Befragten verschlossener als im Internet.
- 4. Diskriminierung:** 93,9% der Befragten gaben eine bis 19 Diskriminierungserfahrungen an, lediglich 5,3% haben keine Diskriminierung erlebt. Bei TNQ\* Befragten ist die Diskriminierung höher als bei cis\* Befragten. Höhere Diskriminierungserfahrungen gehen mit niedrigerem Wohlbefinden sowie geringerer Resilienz einher. Je mehr Intersektionalitätsdimensionen angegeben wurden, desto höher war das Ausmaß der Diskriminierung.
- 5. Soziale Unterstützung:** Knapp die Hälfte der Befragten gab an, zwischen 3 und 5 Personen zu kennen, die sie bei persönlichen Problemen um Unterstützung bitten können. 3,7% gaben an, sich an niemanden wenden zu können. Jüngere, auf dem Land lebende sowie TNQ\* Befragte nannten weniger Bezugspersonen als die jeweiligen Vergleichsgruppen.
- 6. Partizipation und Freizeit:** Drei Mal so viele Befragte besuchen ein queeres Jugendzentrum im Vergleich zum Besuch allgemeiner Jugendzentren ohne bzw. mit LSBTIQA\* Angebot. Jugendgruppen wurden von mehr als der Hälfte der Teilnehmenden besucht. In Metropolen war die Inanspruchnahme queerer Jugendangebote besonders hoch.
- 7. Bedarfe:** Die große Mehrheit der Befragten benannte Sensibilisierung zu LSBTIQA\* Themen als zentralen Bedarf, u. a. im Kontext von (Hoch-)Schule, Arbeit und Behörden sowie bei medizinischem und psychologischem Fachpersonal. Auch (LSBTIQA\*) Freizeitangebote in der Nähe wünschte sich die Mehrheit der Befragten – insbesondere die Jüngeren. Knapp zwei Drittel der queeren Jugendlichen nannte einen Bedarf an Beratungsangeboten.

<sup>1</sup> Mit dem Akronym LSBTIQA\* sind in diesem Text lesbische, schwule, bi+, trans\*, inter\*, queere, a\_sexuelle und a\_romantische Menschen gemeint. Der Asterisk steht zudem für eine Bandbreite von weiteren queeren Identitäten, wie z. B. pan, nicht-binär oder agender. Alternativ wird auch das Adjektiv queer als Sammelbegriff für alle nicht-heterosexuellen, nicht-cis- und/oder nicht-endogeschlechtlichen Personen verwendet.

## STICHPROBE & LSBTIQA\* IDENTITÄT

### Stichprobe

- 1. Die Stichprobe** umfasst die Antworten von 2.043 LSBTIQA\* Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Der Altersschnitt der Teilnehmenden beträgt 21 Jahre.
- 2. Stadt-Land-Vergleich:** 21,9% der Befragten leben in Landgemeinden, 20,7% in Kleinstädten. 30,4% gaben Mittel- bzw. Großstädte und 17,8% Metropolen als Wohnort an.
- 3. Schul- und Berufsabschluss:** Von den Befragten gingen zur Zeit der Befragung knapp unter ein Fünftel noch zur Schule. Mehr als die Hälfte gab eine allgemeine oder fachgebundene Hochschulreife als höchsten Abschluss an. Die Angaben zu Mittel- oder Realschulabschlüssen waren deutlich geringer. Jeweils etwa ein Drittel war in beruflicher Ausbildung bzw. im Studium, 15,1% bzw. 13,1% hatten eine Ausbildung bzw. ein Studium abgeschlossen.

### LSBTIQA\* Identität

- 1. Geschlechtlichkeit<sup>2</sup>:** Der Anteil an inter\* Personen unter den Befragten liegt bei lediglich 0,6%.

**Forschungsmethodik:** In vergleichbaren Studien zu LSBTIQA\* Lebensrealitäten ist der Anteil von inter\* Personen häufig ähnlich gering (z. B. Frohn et al., 2020; Timmermanns et al., 2022), was u. a. auf gesellschaftliche Tabuisierung zurückgeführt werden kann – eine Herausforderung für (künftige) sozialwissenschaftliche Forschung (Frohn et al., 2020).

- 2. Geschlechtliche und sexuelle Identität:** Knapp über die Hälfte der Befragten ist cis\*, 48,3% gaben TNQ\* Identitäten an. Über die Hälfte der Befragten identifiziert sich auf dem bi+sexuellen, über ein Drittel auf dem homosexuellen Spektrum. Mehr als ein Fünftel der Befragten gab Identitäten auf dem a-sexuellen Spektrum an. Mit 10,5% sind unter den Befragten auffällig wenig schwule endo\* cis\* Männer im Vergleich zu anderen Studien aus dem Feld (Frohn et al., 2017, 2020; Krell & Oldemeier, 2015, 2018; Oldemeier & Wagner, 2021; Timmermanns et al., 2022).

**Erhebung:** Die Erfassung der Geschlechtlichkeit, geschlechtlichen sowie sexuellen Identität erfolgte in der HAY-Studie deutlich differenzierter als in vielen anderen Studien. Durch die Mehrfachauswahl sowie die Möglichkeit offener Angaben konnten sich die Teilnehmenden auf einem breiteren Identitätsspektrum selbst beschreiben.

- 3. Queere Intersektion:** Über die Hälfte der Befragten wählte mehr als eine Dimension der queeren Identität, über ein Drittel zwischen drei und fünf dieser Dimensionen.

**Generationsabhängigkeit:** Möglich ist, dass jüngere queere Menschen ihre geschlechtliche und sexuelle Identität differenzierter beschreiben als ältere Generationen, die stärker und länger in einem endo-cis-heteronormativen und binären Geschlechtersystem sozialisiert wurden.

<sup>2</sup> Geschlechtlichkeit bezeichnet die Ebene von Geschlecht, die zwischen endo\* (der Körper einer Person kann medizinisch als männlich oder weiblich eingeordnet werden) und inter\* (der Körper einer Person weist sowohl männliche als auch weibliche Geschlechtermerkmale auf) unterscheidet. Die Besonderheiten der Geschlechtsdifferenzierung können sich dabei auf vielfältige Merkmale wie Körperform, Hormonproduktion, Keimdrüsen und Chromosomen beziehen.

---

## WOHLBEFINDEN UND RESILIENZ

1. **HAY-Studie (vs. Normstichproben):** Sowohl Wohlbefinden als auch Resilienz sind bei zwei Drittel der Befragten im – gemäß der Definition der jeweiligen Skala – niedrigen Bereich: Im Vergleich zu gleichaltrigen Personen in der Allgemeinbevölkerung sind diese Werte deutlich geringer (Brähler et al., 2007; Leppert et al., 2008)<sup>3</sup>.

**Folgen von Minderheitenstress:** Diskriminierungs- und Gewalterfahrungen sowie Ängste vor einem Coming-out, vor Ablehnung und Diskriminierung können sich negativ auf LSBTIQA\* Personen, insbesondere jüngeren Alters, auswirken und ihr Wohlbefinden bzw. ihre Resilienz beeinträchtigen.

2. **Geschlechtsidentität:** Die Werte für TNQ\* Personen sind sowohl bei Wohlbefinden als auch bei Resilienz deutlich niedriger als bei cis\* Personen.

**Auswirkungen spezifischer Diskriminierungserfahrungen:** TNQ\* Personen sind im Vergleich zu queeren cis\* Personen anderen, spezifischen Diskriminierungserfahrungen ausgesetzt (Frohn et al., 2020), die sich in ihrer Häufigkeit bzw. Intensität und somit auch der Belastung unterscheiden können.

3. **Sexuelle Identität:** Im Vergleich zwischen den verschiedenen sexuellen Identitäten sind die Werte beider Skalen für schwule Teilnehmende am höchsten.

**Überschneidung der Kategorien:** Der Unterschied kann auch darauf zurückzuführen sein, dass unter den schwulen Befragten der Anteil cisgeschlechtlicher Teilnehmender am größten ist.

4. **Alterseffekte:** Die Werte für Wohlbefinden und Resilienz nehmen mit dem Alter zu.

**Veränderungen im Lebensverlauf:** Schule und Familie gehören zu den Orten, die für die meisten Befragten (auch) mit Diskriminierung assoziiert sind. So steigt mit dem Lebensalter und einer eigenständige(re)n Lebensführung die Möglichkeit, Kontexte zu erschließen, die mit weniger negativen Erfahrungen und Minderheitenstress verbunden sind. Mit zunehmendem Alter nimmt zudem die Verfügbarkeit von Strategien und Coping-Mechanismen zu, welche bei der Alltagsbewältigung und beim Umgang mit Diskriminierung helfen.

5. **Queere Intersektion:** Die Werte beider Skalen sind umso niedriger, je mehr Intersektionen im queeren Spektrum angegeben wurden.

**Intersektionale Diskriminierung:** Der negative Einfluss, den Diskriminierung, Angst vor Ausgrenzung und internalisierte Negativität auf das Wohlbefinden sowie die Resilienz ausüben, steigt mit der Anzahl der Intersektionen im queeren Spektrum. Ein höheres Ausmaß an Diskriminierung sowie spezifische Erfahrungen durch die Verschränkung der Dimensionen können demnach höhere Belastungen sowie einen negativen Einfluss auf Wohlbefinden und Resilienz mit sich bringen.

---

<sup>3</sup> Zum Vergleich wurden zudem zwei bisher unveröffentlichte repräsentative Befragungen (REP32 sowie REP33, 2021, koordiniert von Brähler et al., durchgeführt vom USUMA-Institut, Berlin) hinzugezogen.

---

## OFFENHEIT IM UMGANG MIT DER LSBTIQA\* IDENTITÄT

- 1. Offenheit in unterschiedlichen Kontexten:** Freund:innen gegenüber herrscht die größte Offenheit. In sozialen Medien und im Internet gehen Personen offener mit ihrer Geschlechtlichkeit, geschlechtlichen und/oder sexuellen Identität um als gegenüber der Familie. In der Universität ist die Offenheit im Vergleich dazu geringer, aber größer als gegenüber der Familie. Am Arbeitsplatz ist die Verslossenheit am größten.

**Die Ambivalenz der Herkunftsfamilie:** Queere Menschen haben im Vergleich zu endo\* cis\* heterosexuellen Personen ein ambivalenteres Verhältnis zu ihrer Herkunftsfamilie (Kasprowski et al., 2021). Grund dafür dürften Erfahrungen von Diskriminierung und fehlender Akzeptanz sein (Timmermanns et al., 2017, 2022). Die Wahlfamilie, die Freund:innen in dem Fall darstellen können, hat für LSBTIQA\* Personen daher eine besondere Bedeutung, beispielsweise als Unterstützung für die Bewältigung von Minderheitenstress und als Ressource für eine positive Identitätsentwicklung.

**Vernetzung:** Das Internet bietet niedrighschwellige Optionen, um seine Geschlechtlichkeit, geschlechtliche und sexuelle Identität zu explorieren. Gerade trans\* Communities sind vermutlich in besonderem Maße über das Internet vernetzt (Krell & Oldemeier, 2018; Timmermanns et al., 2017).

**Vorsicht am Arbeitsplatz:** Das Lebensalter der Stichprobe könnte im Zusammenhang mit der höheren Verslossenheit am Arbeitsplatz stehen: So ist auch in anderen Studien beobachtbar, dass LSBTIQA\* Befragte im mittleren Alter am Arbeitsplatz offener sind als jüngere oder viel ältere Beschäftigte (Frohn et al., 2017, 2020). Die Angst vor Diskriminierung (z. B. wie im Kontext Schule) und vor einem möglichen Verlust des Arbeitsplatzes dürfte zu einem vorsichtige(re)n Handeln führen, um das System Arbeitsplatz zunächst einmal zu eruieren und sich ggf. eine sichere(re) Position zu erarbeiten, bevor sich geöffnet wird. Das Erreichen einer solchen Position wiederum ist für LSB\* Beschäftigte leichter möglich als für TNQ\* Arbeitnehmende (ebd.).

- 2. Geschlechtsidentität:** TNQ\* Befragte gehen etwas offener mit ihrer Identität gegenüber ihrer Familie, Freund:innen und im Internet um als queere cis\* Personen.

**Unterschiede im Coming-out:** Von der binären und endo-cisgeschlechtlichen Norm abweichende geschlechtliche Identitäten lassen sich nicht so einfach verbergen wie nicht-heteronormative sexuelle Identitäten. So müssen TNQ\* Personen sich für eine korrekte Ansprache oder juristische, medizinische oder weitere soziale Transitionsschritte ihrem Umfeld gegenüber outen. Gerade minderjährige TNQ\* Personen sind dabei auf die Unterstützung von Erziehungsberechtigten angewiesen. Es ist davon auszugehen, dass TNQ\* Personen aus diesen Gründen etwas offensiver mit ihrer Identität umgehen (müssen) und (daher) ihre Familie und Freund:innen häufiger über ihre Identität informieren.



## DISKRIMINIERUNG

- 1. Diskriminierungserfahrungen:** Mehr als 9 von 10 Befragten haben mindestens einmal Diskriminierung erlebt (93,9%). Lediglich 5,3% geben an, keine Diskriminierung erfahren zu haben. Die Diskriminierungserfahrungen sind in Relation zu vergleichbaren Studien deutlich höher (z. B. Krell & Oldemeier, 2017: 82%).

**Forschungsmethodik:** Die differenzierte Erhebung der Diskriminierungserfahrungen kann dazu beigetragen haben, dass mehr reale Erfahrungen der Befragten auch benannt werden konnten.

**Anstieg der Diskriminierungserfahrungen:** Plausibel ist zudem, dass die tatsächlichen Diskriminierungserfahrungen ebenso wie Hasskriminalität und Gewaltverbrechen gegen LSBTIQA\* Personen (Bundesministerium des Innern und für Heimat [BMI], 2023) oder die gemeldeten Fälle von Diskriminierung und Gewalt in Bayern (Strong! LGBTIQ\* Fachstelle gegen Diskriminierung und Gewalt, 2021, 2023) angestiegen sind.

**Regionale Unterschiede:** Auch könnten Unterschiede in verschiedenen Regionen Deutschlands bestehen und die bayerischen Werte höher liegen als im Mittel in Deutschland.

- 2. Geschlechtsidentität:** TNQ\* Teilnehmende berichteten über alle Kategorien hinweg von einem höheren Ausmaß an Diskriminierung als cis\* Befragte.

**Spezifische Diskriminierungserfahrungen:** TNQ\* Personen erleben weitere Formen der Diskriminierung im Vergleich zu queeren cis\* Personen und können zusätzlich Diskriminierung hinsichtlich der sexuellen Identität erleben. Auch bestehen für TNQ\* Personen – aufgrund einer anderen Sichtbarkeit – ggf. weniger Möglichkeiten, sich Diskriminierung zu entziehen. Zudem ist anzunehmen, dass die inzwischen längere Antidiskriminierungsgeschichte die LSB\* Feindlichkeit in Deutschland bereits stärker reduziert haben könnte als die bestehende Transfeindlichkeit.

- 3. Wohlbefinden und Resilienz:** Ein höheres Ausmaß an Diskriminierung geht mit niedrigeren Werten für Wohlbefinden und Resilienz einher. Während von den Befragten, die keine Diskriminierung berichteten, 50,4% bzw. 57,8% niedrige Werte für Wohlbefinden bzw. Resilienz haben, trifft dies auf 92,7% bzw. 80,5% % der Teilnehmenden zu, die äußerst hohe Diskriminierung erlebten.

**Belastung durch Minderheitenstress:** Die niedrigeren Werte für Wohlbefinden und Resilienz bei höherer Diskriminierung verdeutlichen, in welchem Ausmaß Diskriminierung zu Belastung führt.

- 4. Diskriminierung bei Anderen:** 71,1% der Befragten haben Diskriminierung bei Anderen miterlebt und 60,3% der Befragten haben durch andere Personen von deren Diskriminierungserlebnissen erfahren. Lediglich 3,9% gaben keine dieser Erfahrungen an.

**Auswirkung:** Wenn LSBTIQA\* Personen erfahren, dass Andere Queerfeindlichkeit oder Diskriminierung aufgrund ihrer LSBTIQA\* Identität erlebt haben, kann sich dies ebenso negativ auf das Wohlbefinden der Personen auswirken wie konkrete eigene Diskriminierungserfahrungen.



5. **Orte der Diskriminierung:** Am häufigsten wurde Diskriminierung in der Schule, der Öffentlichkeit, dem Internet sowie in der Herkunftsfamilie erlebt. TNQ\* Personen nannten (bis auf spirituelle/religiöse Gemeinden/Gruppen) alle Orte häufiger als cis\* Befragte. Besonders ausgeprägt war der Unterschied bei der Nennung des Gesundheitswesens sowie bei der Kategorie Polizei/Justiz/Behörden.

**Diskriminierungskontexte:** Die Orte, die am stärksten mit Diskriminierung assoziiert sind, stellen gleichzeitig Kontexte dar, an denen sich Kinder und Jugendliche in der Regel aufhalten (müssen) und/oder die mit einer höheren Anonymität auf Täter:innen-Seite einhergehen. Mit zunehmendem Lebensalter steigen die Möglichkeiten, selbstbestimmt(er) andere (diskriminierungsfreiere) Räume aufzusuchen bzw. solche zu verlassen, an denen Diskriminierung und Ablehnung erfahren wurde.

**Geschlechtsidentität:** Die Unterschiede zwischen TNQ\* und cis\* Befragten lassen sich durch das verschiedene hohe Ausmaß an Diskriminierung bzw. durch spezifische Diskriminierungserfahrungen erklären. Im Gesundheitswesen und bei Polizei/Justiz/Behörden sind TNQ\* Personen spezifischen Diskriminierungsformen ausgesetzt.

6. **Intersektionalitäten:** Sexismus wurde mit 70,7% neben Lookismus (63,1%) am häufigsten als weitere Diskriminierungserfahrung angegeben. Rassismuserfahrungen hingegen wurden mit 7,2% selten berichtet. Auch Diskriminierung aufgrund der Bildung, Herkunft, Religion bzw. Weltanschauung oder aufgrund von Behinderung(en) berichtete jeweils nur rund ein Zehntel der Stichprobe. Mit zunehmender Anzahl benannter Intersektionen lassen sich mehr Diskriminierung, geringeres Wohlbefinden sowie niedrigere Resilienz beobachten.

**Stichprobe:** Die häufige Nennung von Sexismus als Diskriminierungsdimension, mag (auch) in der großen Zahl von weiblichen, nicht-binären oder questioning Personen in der Stichprobe begründet sein, gleichzeitig ist sexistische Diskriminierung generell weit verbreitet. Die niedrigen Werte für Rassismus weisen auf eine limitierte Aussagekraft der Stichprobe für von Rassismus betroffene queere Personen hin.

**Intersektionale Diskriminierung:** Die Zusammenhänge verdeutlichen die hohen Belastungen für von intersektionaler Diskriminierung betroffenen LSBTIQA\* Jugendlichen: Die niedrigen Werte für Wohlbefinden und Resilienz untermauern die Erkenntnis, dass sich im Zusammenhang intersektionaler Diskriminierung verschiedene Diskriminierungserfahrungen (z. B. LSBTIQA\*-feindliche sowie sexistische Diskriminierung) nicht nur addieren, sondern sich gegenseitig verstärken.

---

## SOZIALE UNTERSTÜTZUNG

1. **Anzahl der Bezugspersonen:** Knapp die Hälfte der Befragten gab an, zwischen 3 und 5 Personen zu kennen, die sie um Unterstützung bitten können. 3,7% gaben an, sich an niemanden wenden zu können.

**Unterschiedliche Erfahrungen von Unterstützung:** Nicht alle Befragten kennen (viele) Personen, die sie in schwierigen Lebenslagen um Unterstützung bitten können; der Zugang zu hilfreichen Ressourcen, um z. B. mit Diskriminierungserfahrungen umzugehen, ist unterschiedlich stark ausgeprägt.

2. **Altersvergleich:** Ältere Befragte nannten eine größere Zahl potenzieller Bezugspersonen.

**Weniger Unterstützung für jüngere queere Personen:** LSBTIQA\* Jugendliche haben häufig weniger unterstützende Bezugspersonen und gleichzeitig weniger Möglichkeiten, an (queeren) Jugendangeboten teilzunehmen. Diese Kombination verringert ihre Möglichkeiten, die Situation eigenständig zu verändern, indem sie queerfreundliche Orte aufsuchen und neue Bezugspersonen kennenlernen können.

3. **Geschlechtsidentität:** Cis\* Befragte gaben mehr Bezugspersonen an als TNQ\* Befragte.

**Spezifische Erfahrungen:** TNQ\* Jugendliche erleben im Vergleich zu ihren queeren cis\* Peers weniger soziale Unterstützung. Gleichzeitig sind sie in stärkerem Maße von Diskriminierung betroffen.

4. **Stadt-Land-Vergleich:** Teilnehmende aus Landgemeinden nannten die wenigsten potenziellen Bezugspersonen. Bei Befragten aus Kleinstädten war die Angabe höher, Teilnehmende aus Mittel-/Großstädten und Metropolen gaben die meisten unterstützenden Bezugspersonen an.

**Fehlende Zugänge:** Auf dem Land scheint der Zugang der Befragten zu (queeren) Jugendangeboten und zu der Möglichkeit, sich neue unterstützende Bezugspersonen zu erschließen, erschwert zu sein.

5. **Wohlbefinden und Resilienz:** Mit der Anzahl unterstützender Personen steigen auch die Werte für Wohlbefinden und Resilienz.

**Unterstützung als Ressource:** Unterstützende Bezugspersonen erleichtern es queeren Jugendlichen offenbar, mit schwierigen Lebenssituationen umzugehen und sich insgesamt wohler zu fühlen.

6. **Ansprechpersonen:** Freund:innen haben sowohl für queere cis\* als auch TNQ\* Befragte eine herausragende Bedeutung als Unterstützer:innen. Cis\* Jugendliche nannten häufiger die Herkunftsfamilie, während TNQ\* Befragte etwas häufiger das Internet/soziale Medien und häufiger (Psycho-)Therapeut:innen bzw. Psycholog:innen und Beratungsstellen nannten.

**Unterstützung aus unterschiedlichen Kontexten:** Freund:innen bzw. die Wahlfamilie sind die zentrale Ressource für queere Menschen, während andere Kontexte durchaus ambivalent sein können. Die häufige Nennung des Kontextes Psychotherapie lässt sich auch durch das geringe Wohlbefinden, jedoch insbesondere durch die (obligatorische) therapeutische Begleitung einer Transition erklären.

---

## PARTIZIPATION UND FREIZEIT

- 1. Angebote queerer Jugendzentren und -gruppen:** Circa 5% der Befragten besuchen ein Jugendzentrum ohne bzw. mit LSBTIQA\* Angebot. Angebote queerer Jugendzentren werden hingegen von ca. 15% der Teilnehmenden in Anspruch genommen. 62,0% der Befragten besuchen mindestens eine Jugendgruppe, am häufigsten Theater-/Musik-/Tanzgruppen bzw. Chor, Online Communities/Gruppen sowie LSBTIQA\* Gruppen.

**LSBTIQA\* Jugendangebote als Schutzräume:** Queere Jugendangebote bieten vermutlich einen höheren Schutz vor Diskriminierung und mehr Sicherheit für LSBTIQA\* Jugendliche: Queere Peers zu treffen, denen gegenüber sie sich nicht oder weniger erklären müssen (vgl. Brodersen et al., 2022) und mit denen sie sich zu spezifischen Erfahrungen austauschen können, stärkt die eigene Identität.

- 2. Geschlechtsidentität:** Queere cis\* Jugendliche besuchen insgesamt mehr verschiedene Jugendgruppen als TNQ\* Befragte, welche vor allem queere Jugendzentren, LSBTIQA\* Jugendgruppen sowie Online-Communities/Gruppen aufsuchen.

**Spezifische Bedarfe:** Die Tatsache, dass spezifische LSBTIQA\* Angebote wie oben beschrieben als wichtiger Schutzraum erlebt werden, gilt für TNQ\* Personen offenbar in besonderem Maße.

- 3. Stadt-Land-Vergleich:** Befragte aus Metropolen besuchen queere Jugendzentren bzw. Jugendgruppen deutlich häufiger als Teilnehmende aus kleineren Städten oder ländlicheren Regionen. Dort werden umgekehrt Gruppen der Freiwilligen Feuerwehr/THW/DLRG, kirchliche/religiöse Gruppen, Theater-/Musik-/Tanzgruppen bzw. Chor sowie Jugendgruppen eines Schützen- oder Heimatvereins häufiger besucht. Online-Communities/Gruppen wurden in Metropolen weniger genannt als in kleineren Städten oder auf dem Land.

**Unterschied der Nutzung:** Die unterschiedliche Art der Nutzung wird (auch) auf die Unterschiede der vorhandenen Angebote zurückzuführen sein: LSBTIQA\* Jugendzentren und -gruppen sind in Metropolen häufiger zu finden und werden demnach eher besucht, umgekehrt kann dies erklären, dass in kleineren Städten oder auf dem Land eher auf Online-Communities/Gruppen zurückgegriffen wird.

- 4. Altersvergleich:** Der Besuch allgemeiner Jugendzentren nimmt mit steigendem Alter ab, der Besuch queerer Jugendzentren steigt hingegen an.

**Relevanz für die Identitätsentwicklung:** Queere Jugendzentren bleiben auch für junge Erwachsene wichtige Orte für die Identitätsentwicklung und soziale Kontakte zu Wahlfamilie und Partner:innen.

- 5. Gründe für ein Fernbleiben:** Über ein Viertel sagt, dass es in der Nähe kein LSBTIQA\* Jugendzentrum, etwas unter einem Fünftel, dass es keine queere Jugendgruppe gebe.

**Fehlende Angebote:** Viele Befragte benannten fehlende queere Angebote in ihrer Nähe, was den Bedarf nach flächendeckenden Strukturen und Angeboten jenseits von Metropolregionen verdeutlicht.

---

## BEDARFE

- 1. Sensibilisierung für LSBTIQA\* Themen:** Die große Mehrheit der Befragten hält eine Sensibilisierung z. B. durch Fortbildungen u. a. im Kontext von (Hoch-)Schule, Arbeit und Behörden sowie bei medizinischem und psychologischen Fachpersonal für sinnvoll. Etwas weniger Befragte halten eine Sensibilisierung für LSBTIQA\* Themen in Jugendgruppen, Sportvereinen, in Kirchen und Religionsgemeinschaften für angebracht. TNQ\* Befragte wünschen sich im Vergleich zu queeren cis\* Personen häufiger Fortbildungen von medizinischem bzw. psychologischem Personal sowie Sensibilisierung bei Behörden, cis\* Befragte wünschen sich öfter Sensibilisierung in Kirchen/Religionsgemeinschaften.

**Maßnahmen zum Diskriminierungsabbau:** LSBTIQA\* Personen wünschen sich in vielen zentralen Lebensbereichen eine Sensibilisierung zu queeren Themen, um mehr Akzeptanz, Offenheit und Unterstützung bzw. weniger Diskriminierung zu erfahren. Spezifische Erfahrungen sowie unterschiedliche Nutzung führen zu verschiedenen Schwerpunkten der Bedarfe der Vergleichsgruppen.

- 2. Beratungsangebote:** Knapp zwei Drittel wünschen sich Beratungsangebote zu den Themen Recht und Psychosoziales. Online-Beratung würden rund neun von zehn Befragten (vielleicht) in Anspruch nehmen – mit höherem Anteil der TNQ\* sowie der 18- bis 25-jährigen Befragten.

**Spezifische Unterstützung:** (Online-)Beratungsangebote bieten für LSBTIQA\* Personen sinnvolle Unterstützung, insbesondere für TNQ\* sowie jüngere queere Personen mit ihren spezifischen Anliegen.

- 3. Freizeitangebote:** Über die Hälfte der Befragten wünscht sich Freizeitangebote für LSBTIQA\* Personen in ihrer Nähe. Jüngere Teilnehmende wünschen sich häufiger allgemeine sowie LSBTIQA\* Freizeitangebote als ältere Befragte. Online-Freizeitangebote haben im Vergleich zur Online-Beratung eine geringere Akzeptanz.

**Spezifische Freizeitangebote:** Vor allem äußerten die Befragten einen Bedarf an Freizeitangeboten in der Nähe, die sich an queere Menschen für Austausch und soziale Kontakte – gerade in physischer Präsenz – richten. Jüngere Menschen würden diese Angebote dabei häufiger nutzen.

- 4. Transitionshürden:** Knapp die Hälfte der Teilnehmenden, bei TNQ\* Befragten fast drei Viertel, wünschen sich einen Abbau bürokratischer Hürden beim Zugang zu Transitionsmaßnahmen.

**Spezifische Bedarfe, gleichzeitig breit benannt:** Der Zugang zu Transitionsmaßnahmen ist ein Themenbereich, der TNQ\* Personen häufig direkter betrifft als queere cis\* Personen – gleichzeitig ist dieser Bedarf vielen Befragten bekannt und wird entsprechend benannt.

---

## PRAKTISCHE IMPLIKATIONEN

---

### Maßnahmen zur Förderung von Wohlbefinden und Resilienz:

Wohlbefinden und Resilienz sind wichtige Faktoren, um die psychische und physische Gesundheit von Menschen zu erhalten: Um Minderheitenstress bewältigen zu können, sind queere Menschen auf Resilienz angewiesen. Staatliche Verantwortung ist, dazu beizutragen, dass alle Menschen, insbesondere vulnerable Gruppen wie LSBTIQA\* Jugendliche, Resilienz entwickeln können. Dies benötigt ein gesellschaftliches Klima, in dem queere Menschen so akzeptiert werden, wie sie sind, sodass sie frei und ohne Angst leben können.

---

### Einsatz gegen Queerfeindlichkeit:

Die besonders starke Belastung von queeren Personen mit Minderheitenstress erfordert besondere Anstrengungen im Kampf gegen Queerfeindlichkeit sowie Engagement für einen offenen Umgang mit LSBTIQA\* Personen, insbesondere auch mit Menschen, die sich außerhalb der binären und/oder cisgeschlechtlichen Normvorstellung definieren.

---

### Förderung des sozialen Engagements, der politischen Bildung sowie der Partizipation:

Kontexte, die kritisches Bewusstsein und soziales Engagement fördern, können sich positiv auf die Lebenszufriedenheit von durch Diskriminierung betroffene Jugendliche auswirken (Schwarzenthal et al., 2023). Angebote, die einerseits hilfreich für die Zielgruppe selbst sind und andererseits Möglichkeiten der Mitgestaltung bieten, können somit positive Effekte auf das Wohlbefinden, Selbstbewusstsein und die Resilienz queerer Jugendlicher haben.

---

### Ausbau von Angeboten und Förderung queerer Selbstorganisation:

Die Kinder- und Jugendhilfe sowie Soziale Arbeit und Schule haben die Aufgabe, Kindern und Jugendlichen diskriminierungsarme und diversitätssensible Räume (safer spaces) bereitzustellen, in denen der Austausch mit Peers auch zu queeren Themen möglich ist, um LSBTIQA\* Freund:innen kennen zu lernen und sich ein soziales Netzwerk auf- bzw. auszubauen.

Dafür ist ein Ausbau von Beratungsstellen und Jugendeinrichtungen mit qualifiziertem Personal mit „Regenbogenkompetenz“ (Schmauch, 2020) zu empfehlen: Eine Sensibilisierung zu Themen queerer Vielfalt, um zukünftige Diskriminierung möglichst zu verhindern und kompetent im Falle von Diskriminierung zu intervenieren. Die Stärkung dieser Kompetenzen benötigt eine Verankerung in der Ausbildung wie auch in Fortbildungen von Fachpersonal unterschiedlichster Berufe sowie ehrenamtlich tätiger Personen. Wichtig ist, dass bei der Befassung mit LSBTIQA\* Themen inter\*, trans\* und nicht-binäre Identitäten sowie von intersektionaler Diskriminierung betroffene queere Personen ausreichend Berücksichtigung finden, weil hier die Entwicklungspotenziale besonders stark sind.

Neben dem Ausbau von Beratungsstellen und Jugendeinrichtungen benötigen Einrichtungen queerer Selbstorganisation nachhaltige finanzielle Unterstützung; insbesondere Organisationen der Jugendarbeit haben wegen schneller Generationenwechsel einen Bedarf an professioneller Unterstützung, der für Kontinuität sorgt.

Bei Entwicklung und Ausbau von Angeboten der Jugendarbeit sind Zielgruppen einzubeziehen, die (aktuell) weniger Zugänge zu queeren Angeboten erhalten. Neben jüngeren LSBTIQA\* Personen und TNQ\* Personen sollten auch spezifische Bedarfe für von intersektionaler Diskriminierung betroffene queere Jugendliche bedacht werden.

Beim Ausbau der Angebote sind insbesondere auch Angebote im ländlichen Raum sicherzustellen. Um Jugendliche in ländlichen Regionen zu erreichen, sollten geeignete Online-Angebote zum Austausch, zur Vernetzung und auch Beratung bereitgestellt werden.

---

## Zugang zu Informationen:

Um eine Sichtbarkeit queerer und queerfreundlicher Jugendangebote in Bayern zu erreichen, empfiehlt sich eine Webpage mit übersichtlicher Suchfunktion (Regionen/PLZ/Zielgruppen).

Zusätzlich ist ratsam, dass offene Angebote auf ihrer Webpage ihre akzeptierende Haltung und Regenbogenkompetenz benennen, um für queere Jugendliche Schwellen zu reduzieren.

Es braucht verlässliche, leicht auffindbare und sichere Informationen im Internet zu den Themen sexuelle und geschlechtliche Vielfalt für Kinder und Jugendliche.

Ebenso empfehlen sich Informationsmaterialien (und Beratungsangebote) für Eltern bzw. Familienangehörige, Lehrpersonal, Berater:innen, Ehrenamtliche in der Jugendarbeit etc.

---

## Abbau bürokratischer Hürden:

Damit ist die Situation für trans\* Jugendliche in Bayern verbessert, könnte das Land sich im Bund für den Abbau bürokratischer Hürden beim Zugang zu Transitionsmaßnahmen einsetzen.

---

## Zukünftige Forschung:

Es braucht vertiefende Forschung mit allen LSBTIQA\* Gruppen, um spezifische Erfahrungen sowie Bedarfe intergeschlechtlicher sowie von intersektionaler Diskriminierung betroffene queere Jugendliche zu erfassen. Hierzu sind geeignete Forschungsmethoden zu entwickeln, um alle Zielgruppen besser zu erreichen und die Teilnahme zu ermöglichen.

Um die Lebensrealitäten queerer Menschen adäquat abzubilden und aussagekräftige Ergebnisse zu erzielen, ist es lohnenswert, in LSBTIQA\*-spezifischen Befragungen die verschiedenen Dimensionen differenziert und sensibel zu erheben (u. a. Mehrfachauswahl, Freitextfelder, optionale Angaben). Für die Auswahl der Erhebungs- und Frageformate empfiehlt sich community-basiertes Arbeiten, über Expert:innen-Interviews oder Forschungsbeiräte.

---

## LITERATUR

**Brähler, E., Mühlen, H., Albani, C. & Schmidt, S. (2007).** Teststatistische Prüfung und Normierung der deutschen Versionen des EUROHIS-QOL Lebensqualität-Index und des WHO-5 Wohlbefindens-Index. *Diagnostica*, 53(2), 83–96. <https://doi.org/10.1026/0012-1924.53.2.83>

**Brodersen, F., Gaupp, N., Krell, C. & Stachowiak, P. (2022).** Wen und was erreicht queere Jugendarbeit? unsere jugend, 74(8), 378–389. <https://doi.org/10.2378/uj2022.art55d>

**Bundesministerium des Innern und für Heimat [BMI]. (2023).** Übersicht „Hasskriminalität“: Entwicklung der Fallzahlen 2001–2022. Bundesministerium des Innern und für Heimat (BMI). [https://www.bmi.bund.de/SharedDocs/downloads/DE/veroeffentlichungen/nachrichten/2023/05/pmk2022-ueber-hasskriminalitaet.pdf?\\_\\_blob=publicationFile&v=3](https://www.bmi.bund.de/SharedDocs/downloads/DE/veroeffentlichungen/nachrichten/2023/05/pmk2022-ueber-hasskriminalitaet.pdf?__blob=publicationFile&v=3)

**Frohn, D., Meinhold, F. & Schmidt, C. (2017).** „Out im Office?!“ Sexuelle Identität und Geschlechtsidentität, (Anti-)Diskriminierung und Diversity am Arbeitsplatz. IDA | Institut für Diversity- & Antidiskriminierungsforschung. [https://www.diversity-institut.info/downloads/IDA\\_Out-im-Office\\_Web\\_180811.pdf](https://www.diversity-institut.info/downloads/IDA_Out-im-Office_Web_180811.pdf)

**Frohn, D., Wiens, M., Buhl, S., Peitzmann, M. & Heiligers, N. (2020).** „Inter\* im Office?!“ Die Arbeitssituation von inter\* Personen in Deutschland unter differenzieller Perspektive zu (endo\*) LSBT\*Q+ Personen. IDA | Institut für Diversity- & Antidiskriminierungsforschung. [https://www.diversity-institut.info/wp-content/uploads/2022/11/IDA\\_Studie\\_Inter\\_2021\\_03\\_02.pdf](https://www.diversity-institut.info/wp-content/uploads/2022/11/IDA_Studie_Inter_2021_03_02.pdf)

**Kasprowski, D., Fischer, M., Chen, X., de Vries, L., Kroh, M., Kühne, S., Richter, D. & Zindel, Z. (2021).** Geringere Chancen auf ein gesundes Leben für LGBTQI\*-Menschen. *DIW Wochenbericht*, 6. [https://doi.org/10.18723/diw\\_wb:2021-6-1](https://doi.org/10.18723/diw_wb:2021-6-1)

**Krell, C. & Oldemeier, K. (2015).** Coming-out—Und dann ...?! Ein DJI-Forschungsprojekt zur Lebenssituation von lesbischen, schwulen, bisexuellen und trans\* Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Deutsches Jugendinstitut e. V. (DJI). [https://www.dji.de/fileadmin/user\\_upload/bibs2015/DJI\\_Broschuere\\_ComingOut.pdf](https://www.dji.de/fileadmin/user_upload/bibs2015/DJI_Broschuere_ComingOut.pdf)

**Krell, C. & Oldemeier, K. (2017).** Coming-out—Und dann ...?! Coming-out-Verläufe und Diskriminierungserfahrungen von lesbischen, schwulen, bisexuellen, trans\* und queeren Jugendlichen und jungen Erwachsenen in Deutschland. Barbara Budrich. <https://doi.org/10.2307/j.ctvddzs8p>

**Krell, C. & Oldemeier, K. (2018).** Queere Freizeit. Erfahrungen von lesbischen, schwulen, bisexuellen, trans\* und diversen Jugendlichen in Freizeit und Sport. Deutsches Jugendinstitut e. V. (DJI). [https://www.dji.de/fileadmin/user\\_upload/bibs2018/26869\\_DJI\\_QueereFreizeit.pdf](https://www.dji.de/fileadmin/user_upload/bibs2018/26869_DJI_QueereFreizeit.pdf)

**Leppert, K., Koch, B., Brähler, E. & Strauß, B. (2008).** Die Resilienzskala (RS) – Überprüfung der Langform RS-25 und einer Kurzform RS-13. *Klinische Diagnostik und Evaluation*, 1, 226–243. [https://www.uniklinikum-jena.de/mpsy\\_media/Downloads/Forschung/resilienzskala\\_leppert2008-font-14.pdf](https://www.uniklinikum-jena.de/mpsy_media/Downloads/Forschung/resilienzskala_leppert2008-font-14.pdf)

**Oldemeier, K. & Wagner, A. (2021).** Queeres Leben in Bayern. *Soziale Passagen*, 13(1), 31–54. <https://doi.org/10.1007/s12592-021-00382-5>

**Schmauch, U. (2020).** Regenbogenkompetenz in der Sozialen Arbeit. In S. Timmermanns & M. Böhm (Hrsg.), *Sexuelle und geschlechtliche Vielfalt. Interdisziplinäre Perspektiven aus Wissenschaft und Praxis* (S. 308–325). Beltz Juventa.

**Schwarzenthal, M., Baysu, G., Diemer, M., Juang, L. P. & Schachner, M. K. (2023).** Critical, active, and well adapted: Antecedents and consequences of adolescents' critical consciousness profiles. *Child Development*, 1–19. <https://doi.org/10.1111/cdev.13979>

**Strong! LGBTQI\* Fachstelle gegen Diskriminierung und Gewalt. (2021).** Jahresbericht 2021. Strong! LGBTQI\* Fachstelle gegen Diskriminierung und Gewalt.

**Strong! LGBTQI\* Fachstelle gegen Diskriminierung und Gewalt. (2023).** Strong! Workshop zur 163. Vollversammlung des Bayerischen Jugendrings. Strong! LGBTQI\* Fachstelle gegen Diskriminierung und Gewalt.

**Timmermanns, S., Graf, N., Merz, S. & Stöver, H. (2022).** „Wie geht’s euch?“ Psychosoziale Gesundheit und Wohlbefinden von LSBTQI\*. Beltz Juventa.

**Timmermanns, S., Thomas, P. M. & Uhlmann, C. (2017).** „Dass sich etwas ändert und sich was ändern kann“: Ergebnisse der LSBT\*Q Jugendstudie „Wie leben lesbische, schwule, bisexuelle und trans\* Jugendliche in Hessen?“ Hessischer Jugendring e. V. [https://antidiskriminierung.hessen.de/fileadmin/images/publikationen/LSBTQ\\_Jugendstudie\\_Publikation\\_20171127\\_gesamt\\_web.pdf](https://antidiskriminierung.hessen.de/fileadmin/images/publikationen/LSBTQ_Jugendstudie_Publikation_20171127_gesamt_web.pdf)





How are you? Die Lebenssituation von  
LSBTIQA\* Jugendlichen und jungen  
Erwachsenen in Bayern – Zusammenfassung

**Herausgeber**

Bayerischer Jugendring K.d.ö.R.  
vertreten durch den Präsidenten  
Philipp Seitz

**Anschrift**

Herzog-Heinrich-Straße 7  
80336 München  
tel 089/514 58-0  
publikationen@bjr.de  
www.bjr.de

**Zitation**

Heiligers, N., Frohn, D., Timmermanns, S., Merz, S., Moschner, T. (2023).  
Zusammenfassung: „How are you?“ Die Lebenssituation von  
LSBTIQA\* Jugendlichen und jungen Erwachsenen in Bayern.  
Bayerischer Jugendring (Hrsg.)

**Autor:innen**

Nain Heiligers, Prof. Dr. Dominic Frohn, Prof. Dr. Stefan Timmermanns,  
Simon Merz, Tabea Moschner

**Layout/Gestaltung**

Mellon Design GmbH, Augsburg

**Bildnachweise**

Sofern kein Bildnachweis angegeben ist, stammen die Motive vom BJR.

**Stand**

Dezember 2023

Artikel-Nr. 2023-0776-000



**IDA**<sup>®</sup>  
Institut für Diversity- &  
Antidiskriminierungsforschung

