



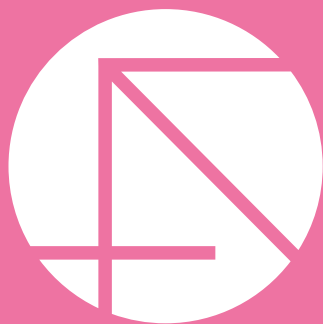
SCHWULEN
BERATUNG
BERLIN

VIelfalt LeBen



LSBTI UND AUTISMUS*

**VIelfalt IM SPEKTRUM: EINBLICKE IN DIE
LEBENSWELTEN VON NEURODIVERSEN
BZW. AUTISTISCHEN LSBTIQ***



Liebe*r Leser*in,

mit dieser Broschüre zur Unterstützung von LSBTIQ*, die auch autistisch sind, geben wir euch ein nächstes Exemplar unserer Reihe „Respekte gegen Diskriminierung von LSBTIQ*“ in die Hand. Wir hoffen, du findest darin für dich interessanten Lesestoff, egal ob du dich als autistisch bzw. neurodivers verstehst, oder als Unterstützer*in, oder als jemand, die*der erste Informationen sucht, um Unterstützer*in zu werden. Wir wissen um die Vielfalt der Communities und dass wir mit dieser Broschüre nicht alle Perspektiven abbilden können.

Wir wünschen eine gute Lektüre!

Das Team von StandUp, der Antidiskriminierungsstelle der
Schwulenberatung Berlin

WAS IST NEURODIVERS?

Der Begriff „Neurodiversität“ hat seinen Ursprung in den Behindertenrechtsbewegungen der 1990er Jahre und entstand als Kritik an der vorherrschenden Meinung, dass sogenannte „neurologische Entwicklungsstörungen“ wie z. B. Dyslexie (vormals: Lese-Rechtschreibschwäche), ADHS („Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitäts-Syndrom“) und Autismus als pathologisch angesehen wurden. Also als etwas, das von Geburt an oder von Natur aus „ungewöhnlich“ oder „krankhaft“ sei.

Mit dem Begriff der „Neurodiversität“ entstand ein bedeutender Perspektivwechsel und ein neues Konzept bzw. Denkmuster, das Menschen mit Abweichungen von neurologischen Normvorstellungen in ihrer Existenz vollumfänglich anerkennt. Dieser Perspektivwechsel bekräftigt die Idee, dass diese Unterschiede lediglich eine Variation in der menschlichen Vielfalt darstellen, ohne sie als „neurologisch beeinträchtigt“ oder als „abweichend“ bzw. „defizitär“ zu kennzeichnen. Es soll zum Ausdruck gebracht werden, dass neurotypisch entwickelte Gehirne nicht „richtiger“ oder „gesünder“ sind: meint, neurologische Vielfalt ist „Normalität“.

Das Konzept der Neurodiversität bringt gleichzeitig zum Ausdruck, dass z. B. Autismus auf Barrieren und Hindernissen in einer Welt trifft, die für eine neurotypisch organisierte Gesellschaft geschaffen ist. Es schließt auch nicht die Möglichkeit einer Behinderung aus.

Neurodiversität kann sich in verschiedenen Aspekten der Persönlichkeit zeigen, z. B. Lernen, Denkweise, Motorik, Struktur, Interaktion, Sprache und Wahrnehmung. Zum Beispiel haben viele neurodivergente Menschen eine hohe Sensibilität gegenüber äußeren, aber auch inneren Reizen, was zu einem höheren Stresserleben und einem verstärkten Bedürfnis nach Rückzug führen kann. Hier können schon einfach umzusetzende Maßnahmen für Entlastung sorgen: wie z. B. flexible Pausenregelungen oder die Nutzung von Noise Cancelling Kopfhörern.

Einen bedeutenden Schritt hin zur „Normalität“ stellt auch der Blick auf Stärken, Ressourcen und Fähigkeiten dar, die sonst häufig verborgen bleiben. So können

z. B. die sich unterscheidenden Wahrnehmungen von Menschen zu gänzlich neuen Perspektiven auf Dinge oder menschliches Verhalten führen, die wiederum auch neue kreative und ungewohnte Problemlösungsstrategien offenbaren.

Viele der Herausforderungen, die neurodivergente Menschen erfahren, sind auch neurotypischen Menschen bekannt. Der entscheidende Unterschied besteht jedoch im Grad und in der Intensität dieser Erfahrungen.

In kurzen Worten:

- Neurodiversität bedeutet, dass Menschen unterschiedliche Emotionsverarbeitungen, Denkweisen und Gehirnfunktionen haben. Menschen, die sich im Spektrum der Neurodiversität verorten oder verortet werden, sind neurodivergent.
- Menschen, deren Entwicklung den psychologischen und/oder medizinischen Normierungen entspricht, werden dagegen als neurotypisch bezeichnet.
- Neurodiversität verstehen wir als unabhängig von Identitätsmerkmalen wie z. B. Geschlecht, Hautfarbe, Bildungsstand und/oder Herkunft.

AUTISMUS UND INTERSEKTIONALITÄT

Vereinfacht gesagt bedeutet „Intersektionalität“, dass die Lebensrealität einer Person aus unterschiedlichen Merkmalen wie z. B. Geschlecht, Herkunft, Hautfarbe oder sozialer Status besteht, die nicht getrennt voneinander betrachtet werden können, weil sie zusammenwirken und sich gegenseitig beeinflussen.

Eine autistische Person kann sich, genauso wie eine neurotypische Person, in sozialen Schnittmengen verorten, z. B. als trans* Frau, weiß, aus dem Mittelstand, Elternteil, Handwerkerin.

Wie wir jedoch bereits im ersten Abschnitt „Was ist neurodivers?“ erfahren konnten, gibt es bei autistischen Menschen Unterschiede in der Denkweise oder der Wahrnehmung. Die Frage nach der Identität, „Wer bin ich?“, kann sich für Autist*innen grundlegend anders stellen. So könnte z. B. eine autistische Person erst spät in ihrem Leben verstehen, dass es überhaupt so etwas wie „Geschlechter“ gibt und sie mehrheitsgesellschaftlich binär in „männlich“ und „weiblich“ eingeteilt werden. Äußere ästhetische Vorlieben könnten vom Umfeld als „weiblicher Geschlechtsausdruck“ verstanden werden, während es für die Person selbst ein reiner Ausdruck der Ästhetik ohne geschlechtliche Komponente sein könnte. In den von der Norm abweichenden Denk- und Sichtweisen liegen Diskriminierungspotenziale, die häufig auch innerhalb queerer Communities stattfinden: wenn z. B. eine autistische Person mit Umarmungen oder Berührungen sensorisch überlastet wird und ihr daraus resultierendes distanziertes Verhalten als Ablehnung gewertet wird.

Eine autistische Person kann also die gleichen sozialen oder kollektiven Schnittmengen oder Gemeinsamkeiten haben, wie eine neurotypische Person, aber auch wenn sie sich „auf dem Papier“ sehr ähnlich sehen, werden sie wahrscheinlich ein ganz anderes Leben führen. Ihr Fokus auf ihre persönlichen Werte und Lebenserfahrungen prägen ihre individuelle Identität oft viel stärker, als es ihre Zugehörigkeit zu einer oder mehreren kollektiven sozialen Gruppen tut.

So könnte z. B. eine autistische trans* Person, die sich in einem queeren Verein engagiert und dort Gedanken zu queeren Themen äußert, von (neurotypischen) Mitgliedern gemieden bzw. sozial ausgeschlossen werden, wenn die sich durch manche ihrer Aussagen persönlich angegriffen fühlen; dabei greift die autistische Person nicht notwendigerweise die als „gemeinsam“ verstandene Gruppenzugehörigkeit an, sondern stellt einfach ihre persönlichen Werte und Vorstellungen in den Vordergrund. Hingegen könnten neurotypische Personen diese Aussagen fälschlich als Angriff auf sich werten.

WAS SAGT DIE WISSENSCHAFT?

In den 1990er Jahren fiel auf, dass viele Kinder, die wegen ihrer geschlechtlichen Identität behandelt wurden, autistische Züge zeigten oder autistisch waren. Das veranlasste einige Forscher*innen dazu, sich diesem Thema näher zu widmen, mögliche Überschneidungen der beiden Spektren zu ergründen und zu erklären. Seither haben zahlreiche Studien Zusammenhänge bzw. Überschneidungen dieser beiden Spektren untersucht, wodurch wir heute wissen: Die geschlechtliche Identität sowie auch die Sexualität scheinen bei Autist*innen vielfältiger als in der Allgemeinbevölkerung zu sein.

Eine der am häufigsten zitierten Studien ergab, dass sich in den Niederlanden etwa 15% der autistischen Erwachsenen als trans* und/oder nicht-binär identifizieren. Dabei ist der Prozentsatz bei Menschen, denen bei der Geburt eine „weibliche“ Identität zugewiesen wurde, höher als bei Menschen, denen eine „männliche“ zugewiesen wurde.¹ Im Gegensatz dazu bezeichnen sich weniger als 5% der Erwachsenen in der niederländischen Allgemeinbevölkerung als trans*, inter* oder nicht-binär.²

Auch Autismus scheint bei trans* und/oder nicht-binären Menschen häufiger aufzutreten als in der Allgemeinbevölkerung. Eine australische Umfrage aus dem Jahr 2018 unter trans* Jugendlichen und jungen Erwachsenen ergab, dass bei 22,5% der Befragten Autismus diagnostiziert worden war, verglichen mit 2,5% aller Australier*innen. Insgesamt ist die Studienlage heute noch nicht sehr ausgeprägt, aber einige Expert*innen schätzen, dass 6 bis 25,5% der Menschen, die sich als trans* und/oder nicht-binär verorten, autistisch sind.³

In Bezug auf ihre Sexualität scheinen autistische Menschen ebenfalls ein breiteres und vielfältigeres Verständnis aufzuweisen als neurotypische Menschen. In einer Studie aus dem Jahr 2018 bezeichneten sich nur 30% der autistischen Menschen

als heterosexuell, verglichen mit 70% der neurotypischen Teilnehmer*innen.⁴ Und obwohl sich die Hälfte von 247 autistischen Frauen in einer Studie aus dem Jahr 2020 als cis bezeichnete, gaben nur 8% an, ausschließlich heterosexuell zu sein.⁵

Aber wieso ist das so? Auch hier können die Unterschiede in der Wahrnehmung und in der Denkweise von autistischen Menschen eine Erklärung sein. So ist es wahrscheinlich, dass autistische Menschen einerseits zu anderen Schlussfolgerungen über ihre sexuelle bzw. geschlechtliche Identität kommen als neurotypische Menschen. Andererseits können sie auch weniger stark von gesellschaftlichen Erwartungen und Normen beeinflusst worden sein. Dadurch ist es ihnen möglich, ihre innere Selbstwahrnehmung unbeeinflusst und damit authentischer zum Ausdruck zu bringen.

Ein weiterer denkbarer Erklärungsansatz: Es gibt eine lange Tradition, insbesondere trans* Personen auf sämtliche „Differentialdiagnosen“ zu „prüfen“. Zudem lösen gesellschaftliche Strukturen aufgrund von Diskriminierung Stress aus, wodurch queere Menschen häufiger Therapie in Anspruch nehmen (müssen) und dadurch kann es wahrscheinlicher sein, dass häufiger Autismus „diagnostiziert“ wird.

Noch ein Erklärungsansatz ist, dass Personen, die in Therapie sind, sich bzw. Verhaltensweisen in Frage stellen und reflektieren, wodurch es eher zu Diagnosen wie Autismus kommen kann, wenn sich Menschen intensiver mit sich, der eigenen Vergangenheit und der Interaktion mit dem Umfeld auseinandersetzen. Wichtig ist dabei, dass es keine bisher definitive Antwort auf diese Fragen gibt und sich sowohl Autismus, Queerness als auch trans* sein nicht gegenseitig ausschließen, aber auch nicht notwendigerweise bedingen.

Diese Studien können essentiell für die Entwicklung und die Teilhabe von Menschen sein, die sich auf beiden Spektren verortet sehen oder verortet werden. Besonders in Bezug auf medizinische und/oder psychologische Begleitung ist entpathologisierendes und diskriminierungssensibles Wissen von Bedeutung.

¹ Online verfügbar unter: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30062396/>

² Online verfügbar unter: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23857516/>

³ Online verfügbar unter: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30392631/>

⁴ Online verfügbar unter: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29159906/>

⁵ Online verfügbar unter: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32535668/>

FALLBEISPIELE

Wichtig! Die Vielfalt vom Verständnis, wie eine Person ihre geschlechtliche Identität oder Sexualität (er)lebt, kann hier nicht umfänglich abgebildet werden. Wir hoffen, mit diesen beiden Fallbeispielen einen Einstieg in die Erlebenswelt(en) von Autist*innen geben zu können.

➡ 1. Du hast bei deiner*deinem Psychotherapeut*in angegeben, dass du Autist*in bist, woraufhin dir verweigert wird, das Indikationsschreiben für die Hormontherapie auszustellen.

Was kann ich (in der Situation) tun?

- Lasse dich nicht aus der Fassung bringen. Wenn es dir möglich ist, frage deine*n Psychotherapeut*in nach den Gründen für ihre*seine Entscheidung. Versuche zu verstehen, welche Bedenken es gibt und versuche, ein offenes Gespräch zu führen, um Missverständnisse auszuräumen.
- Teile relevante Informationen über Autismus und über Geschlechterdiversität mit deiner*deinem Psychotherapeut*in. Erkläre ihr*ihm, dass Autismus und Trans* und/oder Nicht-Binarität getrennte Aspekte deines Lebens sind und dass Autist*in zu sein nicht bedeutet, unfähig zu sein, selbstbestimmte Entscheidungen über deine Gesundheit zu treffen.
- Um deine Argumente zu unterstützen, verweise auch auf die S3-Leitlinie der AWMF (Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften e. V.). Diese stellt klar, dass eine Geschlechtsinkongruenz zusätzlich bestehen kann. In jedem Fall können transitionsunterstützende Behandlungen hilfreich sein bzw. ergeben sich aus Autismus allein keine Gründe, sie aufzuschieben.

Was kann ich danach tun? Wohin kann ich mich wenden?

- Anlässlich dieser Situation ist es wichtig, auf deine mentale und emotionale Gesundheit zu achten. Suche Unterstützung bei Freund*innen, Familie oder anderen vertrauenswürdigen Personen, um emotionalen Beistand zu erhalten.

- Wechsle ggf. die*den Psychotherapeut*in.
- Suche Unterstützung bei Beratungsstellen oder Selbsthilfegruppen für Menschen, die autistisch und/oder trans* sind. Informiere dich ggf. über deine Patient*innenrechte in Bezug auf Diskriminierung im Gesundheitswesen.

➡ 2. Du empfindest oft übermäßige sensorische Reize, was es für dich schwierig macht, Nähe zuzulassen, wünschst dir aber, mit deiner*deinem Partner*in Sexualität zu erleben.

Was kann ich (in der Situation) tun?

- Akzeptiere und verstehe deine eigenen Grenzen und Empfindlichkeiten. Es ist wichtig, dass du dir selbst gegenüber einfühlsam bist und dir erlaubst, so zu sein, wie du bist.
- Sprich offen und ehrlich mit deiner*deinem Partner*in über deine sensorischen Empfindlichkeiten. Erkläre, was für dich angenehm und unangenehm ist, und wie ihr gemeinsam eine Umgebung schaffen könnt, die für euch beide angenehm ist.

Was kann ich danach tun? Wohin kann ich mich wenden?

- Brainstormt gemeinsam über Möglichkeiten, wie ihr Intimität auf eine Weise teilen könnt, die für euch beide angenehm ist. Dies könnte beinhalten, bestimmte Texturen, Lichtquellen oder Berührungen zu vermeiden oder bestimmte Entspannungstechniken anzuwenden, die dir helfen, dich zu entspannen.
- Sei geduldig mit dir selbst und deiner*deinem Partner*in. Es braucht Zeit, Offenheit und gegenseitiges Verständnis, um eine für beide Seiten angenehme Intimität aufzubauen. Gebe dir selbst Raum, um zu wachsen und zu lernen.
- Vielleicht sind auch eine spezialisierte Beratungsstelle und/oder Therapeut*in eine hilfreiche Unterstützung, die Erfahrung mit Autismus und damit verbundenen Herausforderungen, einschließlich sensorischer Empfindlichkeiten, haben.

AUSWIRKUNGEN VON DISKRIMINIERUNG



Wir wissen, dass sich Diskriminierungserfahrungen individuell stark unterscheiden und wirken können. Und es ist wichtig zu betonen, dass autistische Menschen auch andere soziale Lebensrealitäten wie z. B. geschlechtliche und/oder sexuelle Identität, Hautfarbe oder Herkunft haben können, aufgrund derer sie Diskriminierungen erfahren können und vermutlich auch mit anderen „Betroffenen“ teilen.

Diskriminierungserfahrungen von autistischen Menschen unterscheiden sich jedoch besonders wegen ihrer individuellen und von der Norm abweichenden Wahrnehmungsverarbeitung. Das individuelle autistische Verhalten trifft auf soziale Normierungen einer neurotypisch organisierten Welt, die wiederum Reaktionen hervorrufen, die ableistisch erlernt und/oder geprägt sein können.

Von ableistischem Verhalten sprechen wir, wenn autistische Menschen z. B. ...

- ... aufgrund ihrer individuellen Verhaltens- oder Kommunikationsweise abgelehnt oder diskriminiert werden
- ... aufgrund von Vorurteilen und/oder Stereotypen sozial ausgeschlossen werden
- ... in Bildungs- und Arbeitsbereichen benachteiligt und dadurch ihre Lebenswege eingeschränkt bzw. blockiert werden
- ... sich unsicher und missverstanden fühlen, was ihre Fähigkeit beeinträchtigt, stabile Beziehungen und Freundschaften aufzubauen
- ... als unfähig angesehen werden, selbstbestimmte Entscheidungen zu treffen, was ihre Unabhängigkeit und Eigenständigkeit einschränkt
- ... dafür gefeiert werden, wie sie in der Welt zurechtkommen, ohne etwas an den Verhältnissen, die ihr Leben erschweren, mitzuverändern.

Es liegt nahe, dass ableistisches Verhalten schwerwiegende Auswirkungen auf die psychische Gesundheit von autistischen Menschen haben kann, indem es z. B. zu Ängsten, Depressionen und einem geringen Selbstwertgefühl führt.

Besonders beachtenswert ist dabei der sogenannte „autistische Burnout“. Anders als bei einem „klassischen“ Burnout am Arbeitsplatz entsteht autistisches Burnout als eine Folge permanenter sozialer An- bzw. Überforderungen, dem Verstecken und Übergehen des „wahren Selbst“ und der Ermüdung, die mit den Anpassungsleistungen in einer neurotypisch organisierten Gesellschaft verbunden ist.

FÜR AUTISTISCHE LSBTIQ*

Autist*innen verdienen es genauso wie jeder andere Mensch, in einer Welt zu leben, die sie wertschätzt und ihnen ein Leben in Würde, Eigenständigkeit und mit Respekt und Anerkennung ermöglicht. Das Gefühl, wertvoll zu sein, beginnt jedoch damit, dass wir uns selbst wertschätzen (lernen). Es mag banal klingen, aber um dies zu erreichen, müssen wir uns selbst das gleiche Mitgefühl entgegenbringen, das wir auch von

anderen erwarten. Sich selbst wertzuschätzen bedeutet, sich selbst mit Freundlichkeit zu begegnen, die eigenen Bedürfnisse wahrzunehmen und Wege zu finden, dafür einzutreten. Dabei kann Selbstfürsorge bei autistischen Menschen etwas anders aussehen als bei neurotypischen Menschen. Es kann z. B. einen größeren Fokus auf sensorische oder soziale Aus- bzw. Erholungszeiten bedeuten, die vielleicht häufiger und/oder länger in Zeitpunkt und Dauer eingeplant werden müssen.

Für ein positives Wohlbefinden ein paar Vorschläge:

- eigene gesunde Grenzen und/oder eigenes Tempo kennenlernen und respektieren
- für dich geeignete Wege finden, um mit Freund*innen und/oder Familienangehörigen zu kommunizieren: Bei Sprachnachrichten kann es zum Beispiel hilfreich sein, eine „content note“ zu vereinbaren, in der geschrieben wird, was grobe Inhalte sind, um sich darauf einstellen zu können.
- dir Zeit und Raum schenken, um dich in persönliche Leidenschaften und/oder sogenannte „Spezialinteressen“ zu vertiefen
- beruhigende Routinen oder Strukturen entwickeln, an die du dich halten kannst, um das Risiko eines „Overloads“ deiner sensorischen Systeme zu minimieren bzw. zu vermeiden
- Möglichkeiten erkunden, um dich mit anderen autistischen bzw. neurodiversen Communities auszutauschen, z. B. <https://minzgespinst.net/> mit queerem Neuro-Stammtisch

Denke daran, dass jede*r von uns eine Vielfalt von Erfahrungen und Herausforderungen mit sich bringt. Jeder autistische Mensch ist einzigartig. Das, was für eine Person hilfreich ist, muss nicht unbedingt für eine andere Person gelten. Das Wichtigste ist, auf dich selbst zu hören, deine Bedürfnisse zu respektieren und nach Lösungen zu suchen, die für dich funktionieren. Es kann auch hilfreich sein, professionelle Unterstützung in Anspruch zu nehmen, um deine Lebensqualität zu verbessern.



Als Verbündete*r (Ally) autistischer Menschen kannst du dazu beitragen, eine unterstützende und inklusive Umgebung zu schaffen.

Hier sind einige Möglichkeiten:

- Informiere dich. Verstehen ist der erste Schritt, um Vorurteile abzubauen und sensibel für die Bedürfnisse von autistischen Menschen zu sein.
- Sei empathisch. Versuche, die Welt aus ihrer Perspektive zu sehen und ihre Herausforderungen und Sicht- bzw. Denkweisen zu verstehen.
- Sei vorsichtig mit Verallgemeinerungen wie z. B. „Das ist nichts Besonderes“ oder „Das erlebt doch jeder Mensch“. Eine „gleichmachende“ Bemerkung kann alles, was vielleicht gerade begann, sich neu zu entwickeln, wieder in Frage stellen.
- Erkenne an, dass jede*r Autist*in einzigartig ist. Was für eine autistische Person hilfreich ist, kann für eine andere nicht hilfreich sein. Respektiere ihre individuellen Bedürfnisse und Grenzen.
- Verwende einfache und klare Sprache. Beachte auch, dass nonverbale Kommunikation wie Mimik und Gestik möglicherweise nicht immer verstanden wird.
- Wenn möglich, schaffe Umgebungen, die reizarm und/oder sensorisch entspannt sind. Dies könnte z. B. bedeuten, laute Geräusche zu reduzieren, helles Licht zu dimmen oder ruhige Orte anzubieten, um sich zurückziehen zu können.
- Biete Unterstützung an, aber frage zuerst, ob Hilfe benötigt wird.

- Respektiere die Entscheidungen von Autist*innen. Es ist wichtig, ihre Selbstbestimmung zu unterstützen und nicht bevormundend zu sein.
- Setze dich aktiv für die Akzeptanz von autistischen Menschen in der Gesellschaft ein. Stehe auf gegen Diskriminierung und Vorurteile.
- Verwechsle den Wunsch nach keiner Umarmung oder körperlichen Nähe nicht mit Ablehnung deiner Person.

Indem du dich als Verbündete*r für autistische bzw. neurodivergente Menschen einsetzt und ihre Bedürfnisse, Denkweisen und Stärken respektierst, kannst du dazu beitragen, eine Welt zu schaffen, in der sie sich akzeptiert und unterstützt fühlen. Dein Engagement kann einen positiven Einfluss auf das (Er-)Leben und die Entwicklung von Autist*innen haben und zur Schaffung einer inklusiveren Gesellschaft beitragen.

LINKS

► Deutschsprachige Seiten:

<https://www.auio.tv/de>
<https://minzgespinst.net/>
<https://www.tbd.community/de>
<https://autismus-kultur.de/>
<https://www.transfabel.de/>

► Englischsprachige Seiten:

<https://neuroclastic.com/>
<https://neurodivergentrebel.com/>
<https://reframingautism.org.au/>
<https://www.spectrumnews.org>
<https://stimpunks.org/>

► Social Media:

autism_sketches
https://www.instagram.com/autism_sketches/

die.transtastische.autienautin

<https://die-transtastische-autienautin.de/>

fuchskindsfuchsbau

<https://www.fuchskind.de/>

neuroclastic

<https://neuroclastic.com/>

neuro_divers

https://www.instagram.com/neuro_divers/

neurodivergent_lou

https://www.instagram.com/neurodivergent_lou/

neuroqueerme

<https://neuroqueer.wordpress.com/about/>

IMPRESSUM

Herausgeberin
 Schwulenberatung Berlin gGmbH
 Gotenstraße 51
 10829 Berlin



V. i. S. d. P. Marcel de Groot

1. Auflage 2023

KONZEPT UND REDAKTION

Tilly Tracy Reinhardt, Leo Yannick Wild,
 Antidiskriminierungsstelle StandUp der Schwulenberatung Berlin gGmbH

TEXT

jana maria knoop – Autorin auf www.die-transtastische-autienautin.de, systemisches coaching, kochbegeisterte wohnmobilbesitzerin, lösungs- und detailfinderin

LAYOUT

HELDISCH GmbH

Gefördert durch die Landesstelle für Gleichbehandlung - gegen Diskriminierung (LADS) in der Senatsverwaltung für Arbeit, Soziales, Gleichstellung, Integration, Vielfalt und Antidiskriminierung



Diese Broschüre wurde auf Recyclingpapier aus 100% Altpapier gedruckt.



