

# Arbeitshilfe KjGay-Stammtische

**KjG** Katholische  
junge Gemeinde



Ihr wollt mit eurer KjGay-Gruppe vor Ort einen Stammtisch organisieren und wisst noch nicht so richtig, wie ihr mit den Leuten zu verschiedenen Themen ins Gespräch kommen sollt? Dann ist die folgende Auflistung potentieller Themen das Richtige für euch! Zudem liefern wir euch auch eine Auswahl an Methoden, um sie „spielerisch“ ins Gespräch zu bringen.

Zu jedem Oberthema gibt es einige Leit- bzw. Beispielfragen. Ihr könnt sie beliebig ergänzen oder verändern. Die Methoden sollen das ins Gespräch kommen erleichtern. Die Leitfragen sowie die Methoden sind lediglich als Anregung gedacht und können beliebig untereinander getauscht und erweitert werden.

Zusätzliches Material wie die Arbeitshilfe „KjGay-Total normal!“, das Leitbild Geschlechtervielfalt oder den Flyer der KjGay könnt ihr über die KjG-Bundesstelle ([bundesstelle@kjpg.de](mailto:bundesstelle@kjpg.de)) bestellen.

Viel Freude mit den Methoden und inspirierende Gespräche wünscht euch

eure KjGay!



# THEMEN

## Ich und mein Katholisch-sein

- Was macht Katholisch-sein für mich aus?
- Welche Rolle spielt mein Glaube im Alltag?
- Gibt es Herausforderungen in meinem katholischen Umfeld bezüglich meiner sexuellen Orientierung? Falls ja, wie gehe ich damit um?
- Sexuelle Vielfalt und Katholizismus – wie passt das zusammen?
- Habe ich Ansprechpartner\*innen für meine Fragen/Probleme, die mir innerhalb meiner Kirche begegnen?



## Ich und die Gesellschaft

- Welche Rolle spielt sexuelle und geschlechtliche Vielfalt in der Gesellschaft?
- Welchen Stellenwert nimmt die gesellschaftliche Haltung für mich persönlich ein?
- Ist die deutsche Gesellschaft reif für sexuelle und geschlechtliche Vielfalt?
- Im Austausch mit anderen Menschen stelle ich immer wieder fest, dass...
- Fühle ich mich in meinem sozialen Umfeld integriert, akzeptiert, angenommen?
- Habe ich Ansprechpartner\*innen für meine Fragen/Probleme, die mir im gesellschaftlichen Alltag z.B. in Schule/im Job begegnen?

# Ich und mein Leben

- Wie gehe ich mit dem Thema Partnerschaft um?
- Wie gehe ich mit der Partner\*innensuche um?  
(bei Gruppen ab 16 Jahren)
- Wie lebe ich meine Sexualität? (bei Gruppen ab 16 Jahren)
- Welchen Stellenwert haben Familie und Freund\*innen in meinem Leben?
- Hat sich das Verhältnis zu meinen Freund\*innen verändert?
- Welche Reaktionen gab es innerhalb der Familie/ dem näheren Umfeld?
- Was wünsche ich mir für die Zukunft?





## Coming-out



- Hatte ich bereits ein Coming-out?
- Auf welche Art und Weise hat es stattgefunden?
- Seit wann habe ich über ein Coming-out nachgedacht?
- Wann fand das Coming-out statt?
- In welchem Rahmen, mit welchen Personen?
- Wie hat mein unmittelbares Umfeld auf mein Coming-out reagiert?
- Vor- und Nachteile eines Coming-outs?
- Was könnte mich von einem Coming-out abhalten bzw. was hält mich ab?

# Öffentliche Netzwerke im Umfeld und deren Arbeit

- Welche Institutionen, Vereine, Initiativen gibt es in meinem unmittelbaren Umfeld?
- Von welchen habe ich schon mal gehört oder gelesen?
- Was sind deren konkrete Aufgabenfelder?
- Welche Angebote gibt es?
- Findet ein regelmäßiger Austausch oder Treffen statt? Gibt es persönlichen Kontakt?
- Habe ich Interesse an Angeboten teilzunehmen?
- Ist mir die Sichtbarkeit von LGBT\* in der Gesellschaft durch öffentliche Veranstaltungen und Netzwerke wichtig?

## Netzwerke:

1. Jugendnetzwerk Lambda e.V.: [www.lambda-online.de](http://www.lambda-online.de)
2. Lesben- und Schwulenverband LSVD:  
[www.lsvd.de](http://www.lsvd.de) Ansprechpartner\*innen vor Ort findet ihr im Bereich „Community“: [www.lsvd.de/community](http://www.lsvd.de/community)
3. Queer-Lexikon: [www.queer-lexikon.net](http://www.queer-lexikon.net) mit Podcasts, Erklärvideos, anonymer Fragestellung sowie vielnweiterführender Links
4. Schlaue NRW: Bildung und Aufklärung zu geschlechtlicher und sexueller Vielfalt: [www.schlau.nrw](http://www.schlau.nrw)
5. Die ökumenische Arbeitsgruppe „Homosexualität in Kirche“ [www.huk.org](http://www.huk.org)

# METHODEN



Hier findet ihr einige Methoden, die das ins Gespräch kommen vereinfachen sollen. Sie sind nur eine Anregung und ihr könnt die für euch passende Methode wählen, abwandeln oder auch eure eigenen Ideen nutzen.



## Impulsfragen

### Das brauchst du:

- Drucker, Ausdrücke der Impulsfragen, die ihr in den Unterlagen findet.
- Für Plakate nutzt die „Druckdatei“ zum Oberthema direkt. Für kleinere Formate nutzt die 2 oder 4 Seiten auf einer Seite Option.

### So geht's:

- Hängt die Fragen im Raum aus, legt sie auf die Tische oder bastelt mit Schaschlikspießen kleine „Fahnen“ mit den Fragen, um diese auf den Tisch zu stellen.
- Kommt zu den Fragen gemeinsam ins Gespräch.



# Assoziationen

## Das brauchst du:

- Karten, Stifte

## So geht's:

- Macht eine Assoziationsrunde zum Thema, formuliert Satzanfänge zum Oberthema oder lasst sie von den Teilnehmenden einbringen.
- Schreibt die Begriffe/Satzanfänge auf und nutzt sie als Impulse oder bereitet vorher welche vor.
- Beschriebene Karten auf dem Tisch/im Raum verteilen:  
z.B. „Katholisch sein bedeutet für mich..“  
„Im Alltag drückt sich mein Glaube durch ... aus“  
„Katholisch und queer sein heißt konkret ...“  
usw.
- Impulse werden mündlich von jedem\*jeder ergänzt oder als World-Café in der ersten Runde schriftlich beantwortet. Kommt dann darüber gemeinsam ins Gespräch.





## Foto-Sprache

### Das brauchst du:

- Bilder/Fotos/Postkarten/Zitate/kleine Texte etc zu verschiedenen Lebensumständen, Vorurteilen, aktuellen Nachrichten etc.
- Bilder findest du z.B. bei [www.pixabay.com](http://www.pixabay.com)

### So geht's:

- Die Medien auslegen und jede\*r sucht sich etwas aus, was ihre\*seine aktuelle Stimmung oder Lage am besten beschreibt
- Abschließend Austausch über die gezogenen Karten



## Kollage

### Das brauchst du:

- Zeitschriften/Bilder/Fotos/Postkarten/kleine Texte/Zitate etc. zu verschiedenen Lebensumständen, Vorurteilen, aktuellen Nachrichten etc.
- Bilder findest du z.B. bei [www.pixabay.com](http://www.pixabay.com)

### So geht's:

- Nutzt Bilder und gestaltet eine Kollage, um das Oberthema oder einzelne Unterfragen zu beantworten. Gerne dürft ihr auch etwas dazu schreiben.

## Foto-Aktion

### Das brauchst du:

- Ein Handy/eine Kamera

### So geht's:

- Macht zum Oberthema oder einzelnen Unterlagen Fotos oder Selfies. Seht euch die Ergebnisse gemeinsam an und sprecht darüber was euch dabei bewegt.



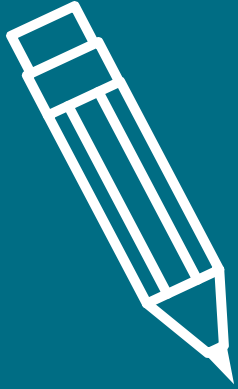
## Zeichnung erstellen

### Das brauchst du:

- A4- oder A3-Blätter, je nach Platz
- Stifte

### So geht's:

- Individuelle Zeichnung zum Thema erstellen, siehe auch obige Fragen
- Der Kreativität freien Lauf lassen
- Die Werke auslegen und mit den anderen darüber ins Gespräch kommen



## Textarbeit - Coming-out



### Das brauchst du:

- Coming-out-Texte
- evtl. Stifte

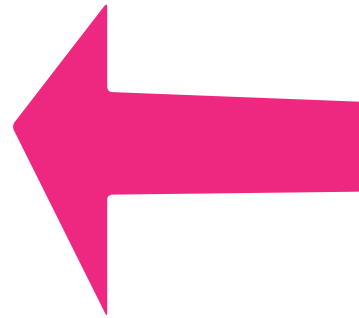
### So geht's:

- Es wird ein Coming-out-Text vorgelesen bzw. jede\*r liest ihn für sich (Beispieltexte befinden sich im Anhang)
- Anschließend Diskussion über das Gelesene und die Gefühle und Herausforderungen der Autor\*innen im Zuge ihres Coming-outs
- Bogen schlagen zur eigenen Biographie, siehe auch Leitfragen.

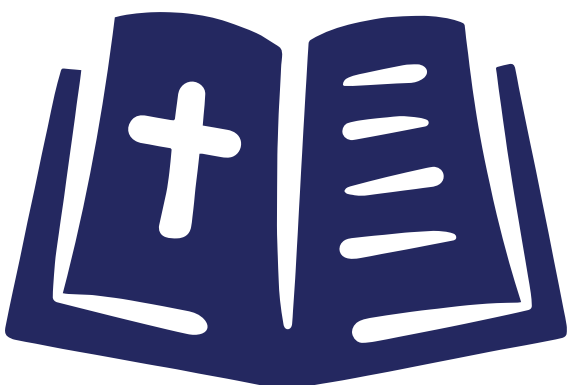


**ANHANG**  
Material

## Ich und mein Katholisch-sein



- Was macht Katholisch-sein für mich aus?
- Welche Rolle spielt mein Glaube im Alltag?
- Gibt es Herausforderungen in meinem katholischen Umfeld bezüglich meiner sexuellen Orientierung? Falls ja, wie gehe ich damit um?
- Sexuelle Vielfalt und Katholizismus – wie passt das zusammen?
- Habe ich Ansprechpartner\*innen für meine Fragen/Probleme, die mir innerhalb meiner Kirche begegnen?



## Ich und die Gesellschaft

- Welche Rolle spielt sexuelle und geschlechtliche Vielfalt in der Gesellschaft?
- Welchen Stellenwert nimmt die gesellschaftliche Haltung für mich persönlich ein?
- Ist die deutsche Gesellschaft reif für sexuelle und geschlechtliche Vielfalt?
- Im Austausch mit anderen Menschen stelle ich immer wieder fest, dass...
- Fühle ich mich in meinem sozialen Umfeld integriert, akzeptiert, angenommen?
- Habe ich Ansprechpartner\*innen für meine Fragen/Probleme, die mir im gesellschaftlichen Alltag, z.B. in Schule/ im Job begegnen?



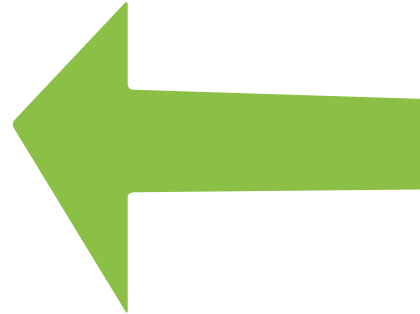
## Ich und mein Leben

- Wie gehe ich mit dem Thema Partnerschaft um?
- Wie gehe ich mit der Partner\*innensuche um? (bei Gruppen ab 16 Jahren)
- Wie lebe ich meine Sexualität? (bei Gruppen ab 16 Jahren)
- Welchen Stellenwert haben Familie und Freund\*innen in meinem Leben?
- Hat sich das Verhältnis zu meinen Freund\*innen verändert?
- Welche Reaktionen gab es innerhalb der Familie/dem näheren Umfeld?
- Was wünsche ich mir für die Zukunft?





## Comming-out



- Hatte ich bereits ein Coming-out?
- Auf welche Art und Weise hat es stattgefunden?
- Seit wann habe ich über ein Coming-out nachgedacht?
- Wann fand das Coming-out statt?
- In welchem Rahmen, mit welchen Personen?
- Wie hat mein unmittelbares Umfeld auf mein Coming-out reagiert?
- Vor- und Nachteile eines Coming-outs?
- Was könnte mich von einem Coming-out abhalten/was hält mich ab?



# Öffentliche Netzwerke im Umfeld und deren Arbeit



- Welche Institutionen, Vereine, Initiativen gibt es in meinem unmittelbaren Umfeld?
- Von welchen habe ich schon mal gehört oder gelesen?
- Was sind deren konkrete Aufgabenfelder?
- Welche Angebote gibt es?
- Findet ein regelmäßiger Austausch oder Treffen statt? Gibt es persönlichen Kontakt?
- Habe ich Interesse an Angeboten teilzunehmen?
- Ist mir die Sichtbarkeit von LGBT\* in der Gesellschaft durch öffentliche Veranstaltungen und Netzwerke wichtig?



## Mein „Coming-out“ – oder wie ich erst langsam gerafft habe, dass ich bi\* bin

Heute sage ich „Ich bin bi“. Mit einem Fokus auf Jungs. Aber eigentlich habe ich gelernt, dass ich sagen müsste, ich sei pan. Mir ist es zu blöd dann immer ewig zu erklären, was das heißt. Deshalb bi. Mit Sternchen oder so.

Für mich war es schwierig, das überhaupt rauszufinden. Eigentlich bin ich ein extrovertierter Typ. Auch deshalb wurde ich von vielen Leuten in meinem Umfeld früh gefragt, ob ich nicht schwul sei. Da es aber durchaus Mädchen gab, in die ich mich verliebte, war für mich klar: schwul bin ich nicht. Mich hat es hart genervt, das immer wieder gefragt zu werden. Von Leuten, mit denen ich teilweise nicht mal besonders viel zu tun hatte. Mit diesem „mir kannst du es doch erzählen“ – Blick.

Im Nachhinein gab es etliche Jungs, auf die ich stand. Naja schade, dass ich das so ausgeschlossen habe. So mit 15/16 Jahren, als sich auch viele Freunde von mir in verschiedene Richtungen ausprobierten, war ich ganz vorne mit dabei. Erfahrungen hatte ich fast ausschließlich mit Männern, immer unter der Prämisse „schwul bist du nicht, aber Spaß kannst du ja haben“. So ging das ziemlich lang weiter, wohl auch, weil ich eigentlich ziemlich schüchtern bin, was das Eingestehen und offene Ansprechen von Gefühlen angeht. Erst als ich zum Studium in eine andere Stadt gezogen bin, habe ich etwas mit einem Jungen gehabt, bei dem ich gemerkt habe: ja, da ist irgendwie mehr.

Dann ging das alles auch ziemlich zackig. Um zu vermeiden, dass Menschen, die mir wichtig sind, es von jemand anderem erfahren, habe ich mich zügig in allen Kreisen geoutet. Bei meiner Familie auch, das war schwer für mich. Meine Mutter ist recht konservativ, aber irgendwie musste sie das wissen. Letztlich war das auch völlig ok für sie, auch wenn ich glaube, dass sie bis heute ein bisschen ein Problem damit hat.

Ich lasse auch überall ziemlich früh durchblicken, dass ich nicht hetero bin. So kommt es schon nicht vor, dass ich mich mit jemandem gut verstehe, der dann später ein Problem damit hat. Solche Leute regen mich abartig auf, und die gibt es irgendwie immer wieder. Sogar in jungem Alter und erst recht in katholischen Kreisen. Meine Erfahrung ist aber, dass es sich bessert, sobald sie mal blicken, dass ich ein ganz normaler Mensch bin. Hoffentlich. Ist ja sonst auch kaum auszuhalten.

Richie, 25 Jahre



## Meine Coming-out-Geschichte

Als ich mit 16 mein Coming-out hatte, lebte ich noch bei meinen Eltern in einer Stadt in der Nähe von Köln. Ich wusste schon seit einigen Jahren, dass da in mir etwas war, dass irgendwie anders war. Ich fand die Vorstellung von Jungs einfach interessanter als Mädchen. Dennoch machte ich mir lange Zeit keine Gedanken darüber, dass ich schwul sein könnte. „Das ist nur so `ne Phase“ redete ich mir ein. Als diese „Phase“ dann länger andauerte, kam mir das zumindest komisch vor, traute mich aber noch nicht, den nächsten Schritt zu machen.

Mittlerweile war ich nun 16 und lernte damals über ein Chatportal einen Jungen kennen, mit dem ich viel zu diesem Thema schrieb, und mir wurde klar: „Ich bin so, wie ich bin. Ich bin schwul.“ Damit war zumindest der erste Schritt getan. Ich hatte mich zunächst einmal für mich selbst geoutet.

Doch jetzt folgten umso schwierigere Schritte, wie sollte ich das nun meinen Mitmenschen beibringen? Wenige Tage später hatte ich auch mein erstes Date und lud einen Freund zu mir nach Hause ein, meine Mutter wunderte sich wohl darüber und fragte, ob ich ihr irgendwas sagen wolle. Diese Gelegenheit nutzte ich und sagte ihr es. Es kam dann ein Spruch, den vielleicht der ein oder andere kennt: „Ich hab' es doch schon immer gewusst.“ Sie hatte überhaupt kein Problem damit und auch im Rest meiner Familie gab es keine Probleme.

Auch an der Schule bekam ich von meinen Freunden viel Rückendeckung und Respekt dafür, dass ich es gesagt hatte. Sicherlich gab es einige wenige, die meinten ihre Witze darüber zu reißen, allerdings waren das auch Leute, mit denen ich mich eh nie gut verstanden hatte. Alles in allem habe ich sehr viele gute Erfahrungen mit meinen Coming-Outs gemacht, von irgendwelchen Horror-Stories zum Glück keine Spur. Dazu muss man vielleicht ergänzen, dass man hier im Rheinland in der Nähe von Köln meistens so ein bisschen toleranter ist – man denke auch an den Karneval. Das merkt man auch immer wieder, wenn mal wieder CSD ist. Er hat in Köln einen wahren Volksfestcharakter, zu dem viele Menschen, die längt nicht alle zur LGBTIO-Community gehören, nach Köln fahren, um dort die Vielfalt und Toleranz miteinander zu feiern.



## Mein Coming-out

Schon mit 13 Jahren wusste ich, dass mich auch das gleiche Geschlecht anzieht. Lange Zeit habe ich dieses Gefühl aber unterdrückt. Während meiner Pubertät hatte ich sogar auch ein paar feste Freundinnen.

Ab der 7. Klasse wurde ich aufgrund erster Anzeichen meiner Sexualität erstmalig in der Schule gemobbt. Zu diesem Zeitpunkt habe ich immer noch geleugnet, dass ich schwul bin, obwohl ich es im Innersten bereits wusste.

Aufgewachsen bin ich in einer sehr ländlichen Region im tiefsten Franken. Dort war alles streng katholisch geprägt. Daher war Homosexualität dort zu diesem Zeitpunkt noch ein Thema, über das nicht gesprochen wurde bzw. das gar nicht erst anerkannt wurde.

Mit 17 Jahren habe ich meine Ausbildung begonnen und gleichzeitig meine ersten Erfahrungen mit meiner Sexualität gemacht.

Als ich dann 18 Jahre alt war und meinen ersten Partner hatte, beschloss ich, mich zu outen. Die erste Person, der ich mich anvertraut habe, war meine Schwägerin. Sie hatte großes Verständnis für mich und hat mich in meiner Situation extrem unterstützt.

Es näherte sich aber auch der Tag, an dem ich es meiner Mutter erzählen wollte. So habe ich meine Mama eines Tages darum gebeten, zur Kapelle in meinem Heimatort zu kommen. Dort habe ich es ihr erzählt. Ihre Reaktion war sehr locker und sie sagte: „Na und? Ist doch okay. Dann krieg ich wenigstens einen Schwiegersohn.“

Eine größere Herausforderung stellte das Outing vor meinen Brüdern dar.

Einer meiner Brüder hatte großes Verständnis für mich und hat mich so angenommen.

Mein großer Bruder hatte zu Beginn etwas Schwierigkeiten mit der neuen Situation und brauchte daher erstmal etwas Zeit zum Verarbeiten. Unser Verhältnis ist bis heute noch recht angespannt.

Bei meinen Freund\*innen habe ich keine Probleme gehabt, zumindest im engsten Freundeskreis. Viele andere „Freund\*innen“ haben sich von mir abgewendet oder der Kontakt ist einfach eingeschlafen.

Vor allem hatte ich Angst, mich in der kirchlichen Jugendarbeit zu outen. Ich wusste nicht, wie die anderen darauf reagieren würden, da man ja die Kirche und ihre Einstellung kennt. Sich zu outen war eine großartige Erfahrung, da ich von den meisten so angenommen wurde, wie ich wirklich bin.

Fazit: Mein Outing verlief relativ harmlos. Ein paar Menschen habe ich hinter mir gelassen. Heute denke ich mir: Vielleicht hätte ich mich schon früher outen können.

Ich rate jeder Person, sich zu outen und zu sich zu stehen, denn das bist einfach du. Deine Sexualität gehört zu dir und mit deiner Sexualität wirst du immer den gleichen Charakter besitzen.

