



Programm VLSP*-Fachtreffen 2023 im Waldschlösschen

Freitag – 21.04.23:

17:00 – 18:30 Uhr	Anreise
17:45 – 18:15 Uhr	Einführung für neue Mitglieder: VLSP* für Anfänger*innen Vorstandsmitglieder, Geschäftsführung, Sekretariat erzählen (Andrea Lang, Jürgen Stolz, Dr. bo* Osdrowski, Felix Hornig)
18:30 – 19:20 Uhr	Abendessen
19:30 – 20:15 Uhr	Offizieller Beginn der Tagung: Begrüßung durch den Vorstand , Informationen zum Tagungshaus
20:15 – 22:00 Uhr	Boarding (Peter Martin Thomas)
ab 22:00 Uhr	„Stay together“: Großer Saal

Samstag – 22.04.23:

08:00 – 09:00 Uhr	Frühstück		
08:45 – 09:15 Uhr	Körperaktivierung (für Interessierte): K* Stern		
09:30 – 12:45 Uhr	Workshop-Block am Vormittag: Begegnung & Verständnis ermöglichen		
	Workshop 1: In guter Gemeinschaft (Em* Brett, Daniel Pientka)	Workshop 2: (Anti-)Diskriminierung in der LSBTIQ*-Community (Mimi Vogt)	
12:50 – 13:00 Uhr	Foto-Session: für alle, die aufs VLSP*-Gruppenfoto wollen. Ort: Innenhof		
13:00 Uhr	Mittagessen, dann Freizeit, Spaziergang, Mittagsschlaf.		
14:30 – 15:00 Uhr	Kaffee und Kuchen		
15:00 – 17:00 Uhr	Workshop-Block am Nachmittag: Wir stärken uns		
	Workshop 3: Ärger transformieren. GFK (Eva Fellerer)	Workshop 4: Körper & Stimme (Tim Hildebrandt)	Workshop 5: Empowerment & Selfde- fense für Queers* (Dr. bo* Osdrowski)
17:00 – 17:30 Uhr	Pause		
17:30 – 19:00 Uhr	Option 1: Intervision für Beratung und Therapie (Kira Dücker)	Option 2: VLSP*-Arbeitsgruppen und weitere Gruppen (z.B. PiAs): Treffen nach Bedarf, in Selbstorganisation.	Option 3: Poster (Jonas Hamm) und VLSP*-Ausstellung Auch jetzt ist eine gute Ge- legenheit, das Poster zur Sexuellen Gesundheit in trans und nicht-binären

			<i>Communitys</i> und unsere Ausstellung <i>Lesbische Rollenvorbilder</i> zu besuchen
19:00 – 19:45 Uhr	Abendessen		
20:00 Uhr	Festveranstaltung: 30 Jahre VLSP* mit Überraschungsprogramm. Danach: Stay together		

Sonntag – 23.04.23:

08:00 – 08:55 Uhr	Frühstück		
08:30 – 08:55 Uhr	Körperaktivierung (für Interessierte): K* Stern		
09:00 – 11:30 Uhr	Workshop-Block am Sonntag Vormittag:		
	Workshop 6: Selbsterfahrung zum Thema Scham (Dr. Matthias Fünf- geld)	Workshop 7: Hormonbehandlung bei trans* Kindern und Jugendlichen (Kay Winner)	Workshop 8: Regenbogenfamilien (Constanze Körner)
11:30 – 12:00 Uhr	Pause		
12:00 – 13:00 Uhr	Erntekorb (Peter Martin Thomas). Auswertung und Abschluss der Jahrestagung		
ab 13:00 Uhr	Mittagessen, dann Abreise Öffentlicher Bus zum HBF fährt um 14:01 Uhr ab.		

Trigger-Warnung: Wir möchten vorsorglich darauf hinweisen, dass diese Veranstaltung für Fachpersonen konzipiert ist und ggf. belastendes Material oder Themen beinhaltet, die Trigger-Wirkung auf manche Menschen haben könnte. Die Veranstaltungsleitung hat vorab keine detaillierte Kenntnis über die Ausführungen der Referent*innen und Teilnehmenden. Wir bitten darum, die Veranstaltung nicht zu besuchen, wenn du dich hier für gefährdet hältst.

Gendersensibilität: Wir werden Namensschildchen zur Verfügung stellen, das korrekte eigene Pronomen kann jede*r ergänzen. Wir bitten alle Teilnehmenden, achtsam die genannten Pronomina zu verwenden. Und wir bitten zugleich um Nachsicht und Wohlwollen, wenn dies Teilnehmenden misslingen sollte.

Corona-Hinweis: Es gelten die Hygiene-Regelungen nach aktueller Verordnungslage und nach weitergehender Vorgabe durch das Tagungshaus.

Beschreibung der Workshops und Angebote

Plenumsveranstaltung: Boarding

Peter Martin Thomas

Wir gehen an Bord! Der achtsame Einstieg in die Jahrestagung.

Peter Martin Thomas (Pronomen: er), Diplompädagoge, Supervisor, Coach und Organisationsentwickler.

Workshop 1: „In guter Gemeinschaft“

Em* Brett, Daniel Pientka

Das Akronym LSBTIAQ+ wird oft als eine politische oder kulturelle Gemeinschaft verstanden. Gleichzeitig stehen unterschiedlichste Lebenserfahrungen und gesellschaftliche Positionen dahinter. Wie gelingt uns hier ein gutes Miteinander? Wie bringen wir uns für die Gleichberechtigung aller ein, ohne Unterschiede zu verkennen?

Im Workshop wollen wir uns diesen Fragen annähern, indem wir uns kennenlernen, unsere eigenen Erfahrungen zu LSBTIAQ+ (z.B. Coming-Out, Community) reflektieren und ins Gespräch über Gemeinschaften und Unterschiede kommen. Wir entwickeln zusammen Ideen für eine Gemeinschaft,

die allen Buchstaben gerecht wird.

Em Brett (Pronomen: em, Jg. 95) studiert Psychologie (M.Sc.) und ist unter anderem in der Beratung bei PLUS e.V. tätig. Em ist nicht-binär und bi und engagiert sich sowohl an der Universität Heidelberg (Queerreferat) als auch in der Mannheimer Jugendarbeit (JuLe) für queere Belange.

Daniel Pientka (Pronomen: er), Psychologe und Berater bei PLUS e.V. (PLUS e.V. Angebote und Beratung zur Vielfalt von sexueller Orientierung und Geschlecht, Mannheim)

Workshop 2: (Anti-)Diskriminierung in der LSBTIQ*-Community

Mimi Vogt

Was ist Diskriminierung und was ist sie nicht? Welche Dimensionen hat sie? Was hat Diskriminierung mit Privilegien und Machtstrukturen zu tun und was können wir tun, um ihre Effekte in unserer Gemeinschaft abzuschwächen?

Nach einer Einführung in die Thematik und relevante Begrifflichkeiten fokussieren wir uns auf die Diskriminierungen und Verletzungen, die wir uns untereinander als queere Personen aufgrund unserer unterschiedlichen Positionen bewusst oder unbewusst zumuten.

Es soll Verständnis geweckt werden für die Belastung durch Mikroaggressionen und Ausschlüsse. Ein Austausch ist gewünscht und wird begleitet, unter der Prämisse, dass wir die Wiederholung von diskriminierenden Aussagen vermeiden.

Mimi Vogt (Pronomen: sie), freie Dozentin für Erwachsenenbildung und sensible Sprache.

Geschäftsführender Vorstand der Genossenschaft Schokofabrik in Berlin-Kreuzberg.

Schwerpunkte: Qualifizierung von Fachkräften der Familienbildung zu Vielfaltsthemen, queeres Empowerment und Bildung zu queeren Themen, dialogische Haltung in der Kommunikation, Demokratiebildung und Partizipation, Antidiskriminierung.

Mimis Arbeitsweise ist prozessorientiert, nicht lösungsorientiert. Meinungen dürfen geäußert werden und sollen gleichwertig im Raum stehen. Menschenfeindlichkeit und Generalisierungen sind keine Meinungen.

Workshop 3: Ärger transformieren. Vom stärkenden Umgang mit einer kraftvollen Energie.

Eva Fellerer

Ärger – ob unterschwellig grummelnd, hartnäckig in Gedanken kreisend oder hitzig aufflammend – er birgt in sich eine Energie, die nach außen will und Veränderung anstrebt.

Oft jedoch versuchen wir, diese Energie zu unterdrücken. Oder sie bricht in einer Art und Weise nach außen, die gar nicht das bewirkt, was uns gut täte.

Die Gewaltfreie Kommunikation zeigt eine Möglichkeit, Ärger auszudrücken und konstruktiv zu nutzen. So können wir auch un-

sere Kraft stärken, mit der wir Veränderung bewirken können. Und andererseits ist es möglich, den lebensbejahenden Kern im Ärger anderer zu hören.

Darum wird es in diesem Workshop gehen. Und wer weiß – vielleicht freust du dich bald auf die nächste Ärger-Situation...

Eva Fellerer (Pronomen: sie) ist Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation, als Frau mit Bart seit 40 Jahren sichtbar „anders“. War lange in der Lesbenbewegung aktiv und lebt auf dem Land.

Workshop 4: Körper & Stimme

Tim Hildebrandt

Eigene Gestaltungsmöglichkeiten der Welt durch Körper und Stimme kennenlernen!

In diesem Kurs können verschiedene Aspekte der Kommunikationsgestaltung kennengelernt werden. Dabei geht der Workshop vom eigenen Körper aus, die Gruppe gestaltet unter Anleitung anschließend eine Performance und wirft dann einen Blick aus

Rezipient*innensicht auf das Geschehene. Der Kurs gibt direkte Anleitungen für Alltagssituationen, die bei nächster Gelegenheit ausprobiert werden können. Gleichzeitig enthält er Anteile, die als Auszeit vom Alltag eine Insel der Inspiration sein können. Mit kindlicher Naivität Texte neu zu interpretieren und vorher unbekannte Möglichkeiten der sprachlichen Gestaltung zu nutzen kann

sowohl den Text in neuer Farbe erstrahlen lassen als auch Neues über die interpretierende Person zu Tage fördern.

Eigene Texte oder lyrische Lieblingsstücke, Zitate o.ä. im Umfang von einem Satz bis drei Zeilen können gern mitgebracht werden.

Tim Hildebrandt (Pronomen: er): Studium des Grundschullehramtes und der Musikpädagogik. Aktiver Sänger sowie künstlerischer Leiter diverser Ensembles in und um Berlin.

Workshop 5: Empowerment & Selfdefense für Queers*

Dr. bo* Osdrowski

Queere Menschen sind in besonderem Maße von Diskriminierung und Gewalt betroffen. In diesem Workshop wollen wir uns darüber austauschen, wie wir als Einzelpersonen und als Community damit umgehen können und welche Handlungsmöglichkeiten es gibt – auf individueller sowie auf institutioneller/gesellschaftlicher Ebene.

Im zweiten Teil des Workshops werden wir gemeinsam den Einsatz von Stimme, Körpersprache und Kampfkunst-Techniken erproben, um in diskriminierenden und/oder bedrohlichen Situationen handlungsfähig zu bleiben. Der Workshop ist barrierefrei und niedrigschwellig; Vorkenntnisse oder besondere Fähigkeiten sind nicht erforderlich.

Mit dem Workshop möchte ich zugleich einen Einblick in das Konzept „Empowerment & Selfdefense für Queers“ geben.

Dr. bo* Osdrowski (Pronomen: bo / they / them), Aktivist*in, Trainer*in für queerfeministische Selbstbehauptung & Selbstverteidigung, Trauma- und systemische Berater*in und Supervisor*in, Literaturwissenschaftler*in, Erwachsenenbildner*in. bo* lebt in Jena, liebt das Meer, den Wald, Live-Konzerte, Kunst, Tanzen, Fahrradfahren, den Sternenhimmel sowie Begegnungen & Gespräche mit Menschen. Und noch viel mehr!

Option 1: Intervision für Psychotherapie und Beratung „Unter uns gesprochen“

Kira Dücker

"Unter uns gesprochen": in einem Rahmen, der uns Vertrautheit und Vertrauen bietet, haben wir die Möglichkeit, Aspekte unseres beruflichen Tuns miteinander zu teilen, die im meist heterozentrierten Berufsalltag zu kurz kommen und die vielleicht auch zu verletzlich dafür sind.

Beim gemeinsamen kollegialen Austausch wird die Schwerpunktsetzung der Themen nach den Wünschen der Teilnehmenden erfolgen. Dabei besteht die Möglichkeit, sich in unterstützender Weise über eigene Fälle

bzw. Forschungsthemen und -methoden auszutauschen und sich zu vernetzen.

Die Gruppe wird von Kira Dücker moderiert. Je nach Anzahl der Interessierten wird die Gruppe geteilt; diese weiteren Teilgruppen führen die Intervision in Eigenverantwortung durch.

Kira Dücker (ohne Pronomen) ist Psycholog*in und von Anfang an Teil des VLSP*-Online-Intervisions-Teams.

Option 2: VLSP*-Arbeitsgruppen

Dieses Zeitfenster können alle VLSP*-Arbeitsgruppen nutzen, um sich zu treffen, zu arbeiten und sich zu organisieren. Ebenso kann diese Zeit genutzt werden, um Themen aus den Workshops des heutigen Tages in Eigenverantwortung fortzuführen.

Option 3: Rahmenprogramm besuchen

Als Rahmenprogramm präsentieren wir während der ganzen Tagung die VLSP*-Ausstellung *Lesbische Rollenvorbilder* und in Posterform die Ergebnisse eines DAH-Forschungsprojektes zur Sexuellen Gesundheit in trans* und nicht-binären Communities. Vielleicht ist jetzt eine gute Gelegenheit, die Präsentationen zu besuchen.

Ausstellung: Lesbische Rollenvorbilder

VLSP*-Ausstellung zu Lesbischen Rollenvorbildern. Premiere war 2022 auf der Jahrestagung in Bad Urach.

Poster: Sexuelle Gesundheit und HIV/STI Prävention in trans und nicht-binären Communitys

Präsentation: Jonas Hamm

Die Deutsche Aidshilfe (DAH) und das Robert Koch-Institut (RKI) haben von 2020-2023 gemeinsam und in enger Zusammenarbeit mit Vertreter*innen aus trans und nicht-binären Communitys, in einer partizipativen Studie Daten erhoben, mit einem quantitativen Studienteil am RKI und einem qualitativen Studienteil in der DAH. In der Auswertung der qualitativen Daten hat sich gezeigt, dass die Bedarfe zu sexueller Gesundheit von trans und nicht-binären Menschen vielfältig sind und dass Angebote der sexuellen Gesundheit (z.B. Aidshilfen, Checkpoints, Gesundheitsämter) in Deutschland nur mangelhaft auf trans und nicht-binäre Menschen zugeschnitten sind. Nicht spezialisierte Angebote werden in aller Regel als ungeeignet erlebt oder werden von Teilnehmer*innen aktiv gemieden, um Diskriminierung zu vermeiden. Die Erfahrungen mit Angeboten, die auf trans/nicht-binäre Menschen spezialisiert sind, waren in der Regel gut, aber sehr selten. Gemeinsam mit dem RKI haben wir insgesamt 36 Empfehlungen zur Verbesserung der sexuellen Gesundheit für trans/nicht-binäre Menschen erarbeitet und mit den Communitys in einem partizipativen Workshop diskutiert.

Autor*innen: Jonas Hamm (DAH Berlin), Chris Spurgat (DAH, Berlin) und die TASG-Study Group

Das Poster wird auf der Tagung präsentiert von Jonas Hamm.

Jonas Hamm (Pronomen: er) ist Geschlechter- und Sexualwissenschaftler und arbeitet seit Sommer 2021 als wissenschaftlicher

Referent im Projekt „Sexuelle Gesundheit und HIV/STI-Prävention in trans und nicht-binären Communitys“ bei der Deutschen Aidshilfe in Berlin.

Workshop 6: Selbsterfahrungs-Workshop zum Thema Scham

Dr. Matthias Fünfgeld

Scham gilt oft als der am stärksten vernachlässigte Affekt in Psychotherapie und Beratung. Für viele Menschen ist der Umgang mit dieser sozialen Emotion sehr schwierig. Wir haben Angst davor beschämt zu werden, d.h. in den Augen der anderen als inkompetent, hilflos oder schwach dazustehen. Gerade weil die Angst vor Beschämung oft sehr groß ist, werden schambefahrene Ereignisse oder Inhalte vermieden und bleiben hinter der „Maske der Scham“ in Form von innerer Distanziertheit zurück; damit können sie sich oft – ohne dass dies offensichtlich ist – beeinträchtigend auf die Beratungs- und Therapiesituation auswirken.

In der therapeutischen Arbeit habe ich mich lange selbst schwer getan, mich meinen eigenen Schamaffekten zu stellen, geschweige zu diesem Thema ein Seminar anzubieten. Die Beschäftigung mit der eigenen Scham ist manchmal sperrig und schwierig, kann aber auch überraschend entlastend und lohnend sein, wenn wir sie denn wagen.

Die Teilnehmer*innen des Seminars werden gebeten, schon gleich zu Beginn des Fachtreffens ab Freitag anonym beschämende Situation auf der dort bereit stehenden „Wall of Shame“ zu benennen. Dabei

wäre es wünschenswert, sowohl Situationen auszuwählen, die aktuell Scham auslösen oder früher ausgelöst haben. Es ist geplant, die Wall of Shame veranstaltungsöffentlich zu belassen, weil gerade die offene Darstellung von beschämenden Situationen für die Autor*innen, aber auch für andere Teilnehmer*innen des Fachtreffens von Interesse sein kann.

In der Arbeitsgruppe starten wir dann mit einem Sharing der benannten Situationen. Es folgt dann Arbeit in selbstgewählten Kleingruppen, in denen die TN*innen wechselseitig eine schambesetzte Situation berichten. In der dritten Zeiteinheit soll in der Gesamtgruppe erneut ein Sharing zu den in den Kleingruppen gemachten Erfahrungen stattfinden. Die Inhalte der beschämenden Situationen müssen im Rahmen des Sharings nicht offen gelegt werden.

Matthias Fünfgeld (Pronomen: er), 65 Jahre, cis-Mann, schwul, Psychologischer Psychotherapeut in eigener Praxis in Freiburg im Breisgau. Engagements in der RosaHilfe Freiburg und der AIDS-Hilfe Freiburg in den 80er und 90er Jahren. Matthias sieht sich heute vor allem als Psychotherapeut mit einem Schwerpunkt in Schematherapie (ISST Zertifizierung *advanced level* für Erwachsene).

Workshop 7: Hormonbehandlung bei trans* Kindern und Jugendlichen

Kay Winner

Interaktiver Workshop zu Hormonbehandlungen bei trans* Kindern und Jugendlichen mit Informationen zu aktuellen Empfehlungen, Evidenz zu verschiedenen Methoden und Hintergrundinformationen über Wirkungen und Nebenwirkungen. Anschließend gemeinsame Erarbeitung individueller Vorgehensweisen anhand von Fällen und/oder Fallbeispielen.

Kay Winner (er) ist Kinder- und Jugendarzt in der Sektion für Kinder- und Jugendendokrinologie der Universitätsklinik Ulm. Dort betreut er in multidisziplinären Spezial-

sprechstunden Kinder und Jugendliche mit Varianten der Geschlechtsentwicklung und mit Geschlechtsdysphorie. Auf Forschungsebene arbeitet er in internen und mutlizentrischen Projekten zur Versorgungsoptimierung und beschäftigt sich zudem mit dem Themenkomplex Geschlechtsdysphorie bei Menschen mit hohem Gewicht (unter Berücksichtigung von gewichtsbezogener Diskriminierung). Neben der fachlichen Tätigkeit kennt er aber auch "die andere Seite" und lässt seine persönlichen Erfahrungen und die Zugehörigkeit zur Community in die ärztliche Tätigkeit einfließen.

Workshop 8: Regenbogenfamilien Einblicke und Herausforderungen

Constanze Körner

Regenbogenfamilien erleben nach wie vor Grenzen in ihrer rechtlichen Absicherung, der gesamtgesellschaftlichen Anerkennung und müssen sich immer wieder mit diskriminierenden Strukturen in sozialen Kontexten auseinandersetzen. Der Workshop soll einen aktuellen Blick in die Lebenswirklichkeiten der queeren Familien geben und die Herausforderungen herausarbeiten, vor denen die Familien selbst aber auch Berater*innen und sonstiges familienbezo-

genes Fachpersonal stehen.

Constanze Körner (Pronomen sie), geschäftsführende Leitung des Vereins Lesben Leben Familie (LesLeFam) e.V. und des Regenbogenfamilienzentrums Berlin-Lichtenberg. Gründerin des ersten Regenbogenfamilienzentrums der BRD in Schöneberg (2013) und seit 20 Jahren zum Themenfeld Regenbogenfamilien in verschiedenen Organisationen und freiberuflich unterwegs.

***Körperaktivierung am Samstag und Sonntag:
Aktiviert und zentriert in den Tag starten***

K* Stern

Du bist eingeladen, mithilfe einer leicht zu erlernenden Übungs-Sequenz deinen Körper zu aktivieren sowie Verbindung zu dir selbst und zu deinen Bedürfnissen für den Tag aufzunehmen. Vorerfahrungen und akrobatische Kenntnisse sind nicht nötig, alle Übungsteile lassen sich nach deinen Bedürfnissen abwandeln. Neugier auf dich selbst ist günstig.

K* Stern (ohne Pronomen), Einzel- und Beziehungstherapeutische Praxis für queere, trans*, nichtbinäre Menschen in Hamburg (HeilprG) und online, Referent*in und Trainer*in für geschlechtliche Vielfalt, Körperorientierte Resilienz-Seminare für LGBTIQ+, insbesondere trans* und nichtbinäre Menschen.