



# **Leitfaden**

**für eine gendersensible Sprache  
an Volkshochschulen**

**Diversityausschuss des DVV**

März 2023

## **Impressum**

Herausgeber:

Deutscher Volkshochschul-Verband e.V.

Königswinterer Straße 552b

53227 Bonn

# Inhalt

|  |   |
|--|---|
| 1. Einführung .....                                      | 4 |
| 2. Vielfalt der Geschlechter - Was ist Geschlecht? ..... | 4 |
| 3. Gründe für eine gendersensible Sprache.....           | 6 |
| 4. Umsetzung einer gendersensiblen Sprache .....         | 6 |
| 5. Weiterführende Literatur .....                        | 9 |

## 1. Einführung

Sprache beeinflusst, welche Bilder in unserem Kopf entstehen: Wen "sehen" wir, wenn wir ein Wort/einen Begriff lesen oder hören? Und wer wird nicht gesehen?

Sprache ist lebendig, beständigem Wandel unterworfen und - neben den offiziellen Regeln - auch sehr individuell. In unserem Sprachgebrauch zeigen sich unsere Werte und Haltungen gegenüber unseren Mitmenschen und der gesamten Lebenswelt.

Dieser Leitfaden möchte dafür sensibilisieren, dass es nicht nur zwei Geschlechter gibt, dass alle Gendergruppen durch Sprache sichtbar sein und gleichberechtigt benannt werden sollen und Möglichkeiten aufzeigen, wie gendergerecht formuliert werden kann.

Wir als Volkshochschulen haben Sorge zu tragen, dass wir Menschen in all ihrer Vielfalt wertschätzend und zugewandt ansprechen und Stereotype und Vorurteile gegenüber den verschiedenen Gendergruppen vermeiden.

## 2. Vielfalt der Geschlechter - Was ist Geschlecht?

Inzwischen steht in Deutschland sogar rechtlich fest: Es gibt mehr als nur zwei Geschlechter! Nicht alle Menschen sind Männer oder Frauen.

Der Begriff Geschlecht spiegelt ein Spektrum von Körpern, Identität und Ausdrucksformen wider.

### Biologisches Geschlecht [sex]

Das biologische Geschlecht (auch anatomisches Geschlecht) bezeichnet die Geschlechtsmerkmale des Körpers [Genitalien, Chromosomen, Keimdrüsen, Hormone etc]. Insbesondere die Genitalien werden bei der Geburt dazu benutzt, einer Person ein Geschlecht zuzuweisen, die Optionen sind hierbei männlich, weiblich oder intersex. Das biologische Geschlecht ist von der sozialen Geschlechterrolle oder der Geschlechtsidentität einer Person zu unterscheiden, wird es allerdings in der gesellschaftlichen Praxis oft nicht. Andererseits hat auch das biologische Geschlecht eine soziale Komponente, wie die Zuweisungsproblematik zeigt. (Quelle: <https://regenbogengruppe.meduniwien.ac.at>)

## Geschlechtsidentität

Die Geschlechtsidentität ist das innere Wissen, welches Geschlecht wir haben, das geschlechtliche Selbstverständnis oder geschlechtliche Selbsterleben.

Die meisten von uns haben Geschlecht vor allem als etwas kennen gelernt, das wir am Körper festmachen. Körper sind aber unendlich vielfältig, sie lassen sich nicht in ein, zwei oder drei Geschlechterschubladen einteilen und Geschlecht lässt sich nicht allein über körperliche Merkmale festlegen. Wenn es darum geht, welches Geschlecht ein Mensch hat, ist deshalb am wichtigsten, was er\*sie über sich weiß und mitteilt – also das geschlechtliche Selbsterleben.

Bei vielen Menschen stimmt das geschlechtliche Selbstverständnis mit dem Geschlecht überein, das ihnen bei Geburt zugewiesen wurde – sie sind **cisgeschlechtlich**, kurz cis. Aber nicht alle Menschen können oder wollen in dem Geschlecht leben, dem sie bei ihrer Geburt aufgrund körperlicher Merkmale zugeordnet wurden. Viele dieser Menschen verstehen sich als **transgeschlechtlich** oder trans\*. Trans\* ist ein Oberbegriff für sehr viele, sehr unterschiedliche Menschen – es gibt nicht *die* typische trans\* Person, so wie es auch nicht *die* typische cis Person gibt.

Trans\* Menschen wissen, ebenso wie cis Menschen, selbst am besten, welches Geschlecht sie haben. Trans\* Männer sind Männer und trans\* Frauen sind Frauen – genau wie cis Männer und cis Frauen. Dafür ist es nicht wichtig, wie ihre Körper aussehen und ob sie sich für oder gegen geschlechtsangleichende medizinische Maßnahmen entscheiden.

Das eigene Geschlecht fühlt sich für jeden Menschen anders an. Bei manchen ändert sich dieses Gefühl im Laufe des Lebens und für manche Leute ist es überhaupt kein relevanter Teil ihrer Identität. Viele können sich in vorhandene Kategorien einordnen, andere können oder wollen das nicht. Deshalb gibt es auf die Frage, wie viele Geschlechter es gibt, keine einfache Antwort.

(Quelle: <https://genderdings.de/gender/geschlechtsidentitaet>)

## Was ist „Gender“? Unterschied zwischen „sex“ und „gender“

„Gender“ ist ein englisches Wort für Geschlecht: für das soziale, das gelebte und gefühlte Geschlecht, im Unterschied zu „sex“, dem bei Geburt aufgrund körperlicher Merkmale zugewiesenen Geschlecht. Im Englischen gibt es zwei Wörter – „gender“ und „sex“ – während es im Deutschen nur das Wort „Geschlecht“ gibt.

Der Begriff „Gender“ wird auch im Deutschen genutzt, wenn es um das soziale Geschlecht und um Geschlechtsidentität geht. Welche Ideen und Normen mit dem sozialen Geschlecht verknüpft werden, ist veränderbar und abhängig von der Kultur.

Mit dem deutschen Wort „Geschlecht“ ist hingegen das Risiko verbunden, die Bedeutung von Geschlecht als ein historisch veränderbares, soziales und kulturelles Verhältnis aus dem Blick zu verlieren.

### 3. Gründe für eine gendersensible Sprache

#### Das generische Maskulinum

Die Verwendung von männlichen Formen, bei denen Frauen „mitgemeint“ sind, ist weit verbreitet und historisch geläufig. Es handelt sich hier um das sogenannte „generische Maskulinum“, eine verallgemeinernd verwendete männliche Personenbezeichnung. Dass Frauen zwar mitgemeint, selten jedoch mitgedacht werden, zeigen sprachwissenschaftliche und psychologische Studien. Wenn wir das generische Maskulinum hören oder lesen, stellen wir uns vor allem Männer vor (z.B. männliche Musiker, männliche Bundeskanzler, ...). Unsere diverser werdende Welt wird so nicht mehr angemessen dargestellt.

Sprache bildet nicht nur gesellschaftliche Strukturen ab, sondern prägt auch unsere Wahrnehmung. Berufsbezeichnungen waren bis in die 1990er Jahre hinein überwiegend maskulin und spiegelten wider, dass es in der Vergangenheit Männern vorbehalten war, diese Berufe auszuüben. Heute noch trägt Sprache dazu bei, diese Zuschreibungen aufrecht zu erhalten. Durch einen sensiblen Sprachgebrauch tragen wir aktiv zur Gleichberechtigung der Geschlechter und zu einer wertschätzenden Ansprache aller bei. Sprache bildet gesellschaftliche Strukturen ab und ist wandelbar.

(Quelle: ÜberzeuGENDERe Sprache, Leitfaden der Gleichstellungsbeauftragten der Universität Köln)

#### Machtverhältnisse zeigen sich in Sprache!

Warum wird „schwul“ als Beleidigung verwendet? Warum gab es in Deutschland eine lange Debatte, ob rassistische Begriffe in Kinderbüchern ok sind? Warum beschwert sich niemand über die Einführung von „Entbindungspfleger“, statt auch Männer Hebammen zu nennen? Und warum gibt es das Wort „Putzkraft“, obwohl doch in „Putzfrau“ auch Männer mitgemeint sein könnten?

Unsere Welt ist nicht frei von Machtstrukturen und Ungleichheit. Das wirkt sich auf Zugänge zu Ressourcen wie Geld oder Bildung aus – aber eben auch auf Sprache. Und gleichzeitig werden diese Strukturen auch durch Sprache immer wieder verstärkt!

(Quelle: <https://genderdings.de/gender/gendern>)

### 4. Umsetzung einer gendersensiblen Sprache

Es gibt nicht die eine richtige Version geschlechtergerechter Sprache - es gibt viele Varianten, die Unterschiedliches betonen.

Es gibt unterschiedliche Herangehensweisen, gendersensible Sprache umzusetzen. Sie lassen sich in den zwei Strategien „Neutralisieren“ und „Sichtbarmachen“ zusammenfassen. Neutrale Formulierungen machen das Geschlecht „unsichtbar“ (z.B. Teilnehmende, Kursleitende). Die Strategie des Sichtbarmachens zeigt die Vielfalt der Geschlechter (z.B. Teilnehmer\*innen, Kursleiter\*innen).

#### Geschlechervielfalt abbilden

Geschlechervielfalt kann mit dem Gender Gap (Teilnehmer\_innen), dem Gendersternchen (Teilnehmer\*innen) und dem Doppelpunkt (Teilnehmer:innen) abgebildet werden.

Bei dieser Schreibweise steht der Unterstrich, das \* und der Doppelpunkt für vielfältige Geschlechter - zusätzlich zu männlich und weiblich. So werden mehr als zwei Geschlechter sprachlich wahrnehmbar gemacht. Durch diese Schreibweise wird deutlich, dass es nicht nur um Frauen und Männer geht, sondern auch um alle anderen Geschlechter. Nicht-binäre Menschen, die irgendwo zwischen männlich und weiblich oder ganz anders sind, werden oft genug unsichtbar gemacht.

(Quelle: <https://genderdings.de/gender/gendern>)

### Geschlechtsneutral formulieren

Geschlechtsneutrale Substantive: Leitung statt Leiter/Leiterin, Lehrkraft statt Lehrer/Lehrerin, Ansprechperson statt Ansprechpartner

Pluralformen verwenden: die Beschäftigten, die Abgeordneten

Direkte Anrede: Ihre Unterschrift statt Unterschrift des Antragstellers

### Umformulierungen

Umformulierungen erleichtern oft die Lesbarkeit. Anstatt im Text Personenbezeichnungen aufzuzählen, wird die Lesbarkeit durch die Benennung von Eigenschaften, Institutionen oder Handlungen verbessert.

| Aufzählung  | Erleichterte Lesbarkeit          |
|---|----------------------------------|
| Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Kurses ... | Alle, die an dem Kurs teilnehmen |

### Umformulieren in Formularen durch direkte Anrede und Partizip Perfekt

| Beispiele                                    | Umformulierungen |
|--|------------------|
| Name der Antragstellerin/ des Antragstellers | Ihr Name         |
| Betreuerin/Betreuer                          | Betreut von      |
| Vertreterin/Vertreter                        | Vertreten durch  |

### Umformulieren durch Adjektive anstatt Personenbezeichnungen

| Beispiele  | Umformulierungen             |
|--|------------------------------|
| Aus Sicht der Pädagogin/des Pädagogen ...            | Aus pädagogischer Sicht      |
| Die Unterstützung durch Kolleginnen und Kollegen ... | Die kollegiale Unterstützung |
| Zufahrt für Rollstuhlfahrerinnen und Rollstuhlfahrer | Rollstuhlgerechte Zufahrt    |

## Umformulieren durch Passivsätze

| Beispiele  | Umformulierungen                                     |
|--|--|
| Besteht die Teilnehmerin/ der Teilnehmer die Prüfung nicht...                    | Wird die jeweilige Prüfung nicht bestanden           |
| Die Lehrkraft stellt den Teilnehmerinnen und Teilnehmern das Unterrichtsmaterial | Das Unterrichtsmaterial wird zur Verfügung gestellt. |
| Die Teilnehmerin/der Teilnehmer muss den Anmeldebogen vollständig ausfüllen.     | Der Anmeldebogen muss vollständig ausgefüllt werden. |

## Umformulieren durch direkte Ansprache

| Beispiele   | Umformulierungen  |
|---|---|
| Der EDV-Raum steht den Teilnehmerinnen und Teilnehmern montags von 14:00-16:00 Uhr zur Verfügung. | Der EDV-Raum steht Ihnen montags von 14:00-16:00 zur Verfügung. |
| Das Lernportal ist für unsere Teilnehmerinnen und Teilnehmer ab dem ... freigeschaltet.           | Das Lernportal ist für Sie ab dem ... freigeschaltet.           |
| Liebe Frau Beate Mustermann,  | Guten Tag Beate Mustermann,                                     |

## Vermeidung von Rollenklischees und Stereotypen

| Stereotype Formulierung | Gendergerechte Alternative |
|-------------------------|----------------------------|
| „Mutter-Kind-Raum“      | Familienraum, Wickelraum   |
| Mädchenname             | Geburtsname                |
| Mütterberatung          | Elternberatung             |
| man                     | Alle, die                  |
| Damenprogramm           | Begleitprogramm            |

## Anwendung von Pronomen

Im Deutschen existieren noch keine etablierten Pronomen der dritten Person für non-binäre Menschen. Einige non-binäre Personen bitten deshalb ihre Mitmenschen darum, keine Pronomen für sie zu verwenden. Andere benutzen sogenannte «Neopronomen» wie «xier» oder «dey». Wieder andere benutzen für sich die etablierten «sie» oder «er» sowie auch «es».

Die wichtigen Punkte zur Anwendung von Pronomen:

- Wir können anderen ihre Pronomen nicht ansehen. Deshalb müssen wir danach fragen. Wenn alle ihre Pronomen jeweils sagen (z.B. bei Vorstellungsrunden), kann das Teilen von Pronomen normalisiert werden.
- Gewisse non-binäre Personen verwenden die Pronomen «sie» oder «er». Sie sind deswegen nicht weniger non-binär. Auch «es» wird von einigen verwendet.
- Verwendet eine Person keine Pronomen, können wir den Namen benutzen. Wenn wir von einer Person weder die Pronomen noch den Namen kennen, können wir die Person auch einfach beschreiben.
- Neopronomen sind Wortneuschöpfungen, um sich auf non-binäre Personen beziehen zu können. Beispiele für Neopronomen sind: dey, hen, nin, xier (mehr zur Verwendung siehe unten).

(Quelle: Vortrag von Jennifer Kreckel (Werkzeug): Gendersensible Sprache- bewusst und sicher formulieren, 28.09.2022)

## 5. Weiterführende Literatur

Barrierefrei Gendern: [Gendern - Deutscher Blinden- und Sehbehindertenverband e.V. \(dbsv.org\)](#)

Sprache formt unsere Wirklichkeit: [Gendern: Natürlich geht es auch um Ideale - Kolumne - DER SPIEGEL](#)

Was Gendern bringt und was nicht: <https://www.quarks.de/gesellschaft/psychologie/was-gendern-bringt-und-was-nicht/#:~:text=Die%20Art%2C%20wie%20wir%20schreiben>

[geschicktgendern.de](#): Genderwörterbuch

[genderdings.de](#): Gendern und geschlechtergerechte Sprache: 6 wichtige Punkte