



Angebote von PLUS für den Rhein-Neckar-Kreis

Auf einen Blick

158 von 387 Einzelberatungen 2025 über 50 min. in HD für den RNK (Einzelsetting)	40,8 % der Beratungen 2025 für Menschen aus dem RNK (158 Beratungen)	6 kontinuierliche Gruppenangebote, kostenfrei für RNK-Bewohner*innen	25+ Jahre Fach- und Peererfahrung
--	--	--	---

1. PLUS – mehr als Beratung

PLUS bietet für den Rhein-Neckar-Kreis psychosoziale **Einzel-, Paar- und Familienberatung** für lesbische, schwule, bi-, trans- und intergeschlechtliche Menschen, Angehörige und Fachkräfte. Die Beratungsstelle wird von Mitarbeitenden mit eigener Coming-out-Erfahrung getragen, die zusätzlich in **stress- und traumasensibler** Beratung weitergebildet sind – damit kann PLUS Menschen mit Diskriminierungs-, Hassgewalt- und Mobbing Erfahrungen fachlich fundiert auffangen und stabilisieren. Was in der reinen Beratungsstatistik nicht sichtbar wird: PLUS ist über die Einzelberatung hinaus mit vier Stunden **Telefonsprechstunde** pro Woche und per Mail erreichbar, macht mit einem jährlichen Infostand bei der **Dorfpride** im RNK auf das Angebot aufmerksam und bietet u. a. dort vor Ort Kurzberatungen an. Den Menschen im RNK stehen **Workshops** und **Informationsveranstaltungen** offen, z. B. das jährliche Argumentationstraining gegen Queerfeindlichkeit. Intern sichert PLUS die fachliche Qualität durch regelmäßige Weiterbildung, Intervention und Supervision sowie kontinuierliche Vernetzungs- und Öffentlichkeitsarbeit ab.

2. Beratungszahlen seit 2022

Jahr	Beratungen gesamt*	davon Heidelberg	davon Rhein-Neckar-Kreis
2022	262	169 (64,5 %)	93** (35,5 %)
2023	482	218 (45,2 %)	264 (54,8 %)
2024	360	183 (50,8 %)	177 (49,2 %)
2025	387	229 (59,17 %)	158 (40,83 %)

* Einzelsetting (50 Min.); Kurzberatungen, E-Mail- und Telefonberatung, sowie Gruppenkontakte sind nicht mitgezählt.

** PLUS hat erst Ende März 2022 die Zusage des RNK erhalten, dass die Förderung ausbezahlt wird, daher konnten erst ab April die Stellenanteile besetzt und das Angebot im RNK beworben werden

Neben der **kostenfreien Einzel-, Paar- und Fachkräfteberatung** bietet PLUS mittlerweile sechs kontinuierliche, kostenfreie Gruppenangebote für Bewohner*innen des Rhein-Neckar-Kreises an – im Jahr 2025 waren das:

- **Coming-Out-Gruppen:** jährlich drei Gruppen (zwei zu sexueller Orientierung / eine zu geschlechtliche Identität) -> Hilft Menschen miteinander in Kontakt zu kommen, informiert / Stärkung und Abbau von Ängsten.
- **Analytische Selbsterfahrungsgruppe:** wöchentliches, ganzjähriges Angebot -> Stabilisierung, Bearbeitung von internalisierter Queernegativität, etc.
- **Queere Vielfalt im Alter:** Gruppenangebot für queere Menschen ab 50 Jahren -> gegen Vereinsamung
- **International Meet Up:** niedrigschwelliges, englischsprachiges Angebot -> Abbau von Minderheitenstress
- **TIN-Tee:** offene Gruppensprechstunde für trans-, inter- und nicht-binäre Personen, in Kooperation mit der dgti-Beratungsstelle Heidelberg -> Information und Peerberatungsangebot
- **FAMILIENVER*BUNT:** Selbsthilfegruppe für Familien mit transidenten Kindern, in Kooperation mit Rainbow City Kids Heidelberg -> Vernetzung von Eltern, Informationsaustausch, Verbesserung Familienbeziehungen

3. Effiziente und notwendige Förderung

Im Jahr 2025 wurde PLUS in Heidelberg mit 152.000€ von der Stadt HD (71%), mit 19.627€ vom Land BaWü (9%), mit 37.000€ vom RNK (17%) und mit 5.256,11€ (3%) aus Eigenmitteln finanziert. Damit erhält der RNK mit ca. **20% Anteil** (im Jahr 2025) an der Förderleistung dennoch **40,8% an Beratungsleistung**.

4. Steigende Bedeutung des Angebots

Queerfeindlichkeit und Diskriminierung sind in Deutschland kein Randphänomen, sondern ein Problem mit klar belegter, steigender Tendenz:



- Regionale Studien in Baden-Württemberg zeigen, dass queere Menschen einem **höheren Risiko** ausgesetzt sind, Gewalt oder Diskriminierung im öffentlichen Raum zu erfahren
- Nach Schätzungen der Europäischen Grundrechteagentur zeigen rund 96 % der queeren Menschen erlebte **Hate Speech** und 87 % **körperliche oder sexuelle Übergriffe** gar nicht erst an – die tatsächliche Belastung dürfte also deutlich höher liegen als die Kriminalstatistik zeigt.
- Mobbing** als eigenständiges, wachsendes Problem: 70 % der 2024 von der Europäischen Agentur für Grundrechte befragten jungen queeren Menschen berichteten von Mobbing Erfahrungen in der Schule, gegenüber 43 % noch im Jahr 2019. Gleichzeitig fühlen sich nur 27 % der Lehrkräfte in der Lage, bei Diskriminierung queerer Jugendlicher angemessen einzugreifen, obwohl fast alle bereits Queerfeindlichkeit an ihrer Schule wahrgenommen haben.

- Internationale Forschung zeigt ein deutlich erhöhtes **Suizidrisiko** bei queeren, insbesondere trans Jugendlichen. Entscheidend sind dabei nicht die sexuelle Orientierung oder Geschlechtsidentität selbst, sondern die Ablehnung, Diskriminierung und fehlende Unterstützung im Umfeld – während **soziale Anerkennung und eine zugewandte Bezugsperson** das Risiko nachweislich senken.

5. Fazit für die politische Entscheidung

PLUS erbringt im Rhein-Neckar-Kreis eine fachlich hochqualifizierte, seit über 25 Jahren bewährte und stark nachgefragte Leistung – als klar definierter, vom Kreis selbst 2021 sorgfältig beschlossener und evaluierter Baustein eines größeren Beratungskonzepts. Angesichts spürbar zunehmender Queerfeindlichkeit und Mobbing, einer unter Druck stehenden Regelversorgung und der nachgewiesenen präventiven, gesundheitlichen und fiskalischen Wirkung von niedrigschwelliger Beratung ist der Erhalt der spezialisierten Förderlinie eine Investition, die sich für den Kreis in mehrfacher Hinsicht auszahlt und für die queeren Menschen, deren Angehörige und Fachkräfte im RNK essenziell ist.

Quellen

Rhein-Neckar-Kreis, Sozialplanung: Fortschreibung der Konzeption zur psychosozialen Betreuung und allgemeinen Lebensberatung im Rhein-Neckar-Kreis, Stand November 2022 (interne Vorlage).

Bundeskriminalamt / Bundesministerium des Innern (BMI): Lagebericht zur kriminalitätsbezogenen Sicherheit von LSBTIQ*, Dezember 2024; Factsheet Bundesweite Fallzahlen Politisch motivierte Kriminalität 2024/2025:

https://www.bmi.bund.de/SharedDocs/downloads/DE/publikationen/themen/sicherheit/BMI24043-lb-lsbtqi.pdf?__blob=publicationFile&v=2

Europäische Agentur für Grundrechte (FRA): EU-LGBTIQ-Survey III, 2024; FRA (2020): A long way to go for LGBTI equality.

Klocke, U., Salden, S., Watzlawik, M. (2020): Einstellungen von Lehrkräften zu sexueller und geschlechtlicher Vielfalt.

Meyer, I. H. (2003): "Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: Conceptual issues and research evidence." Psychological Bulletin, 129(5), 674–697.

PLUS Heidelberg: Verwendungsnachweise / Jahresstatistiken 2022–2025 (interne Angaben).

Sicher Out?! (2018): Geschützt vor Diskriminierung und Gewalt in der Region Rhein-Neckar? Link:

https://www.heidelberg.de/site/heidelberg2021/get/documents_E-172696825/heidelberg/Objektdatenbank/16/PDF/Diskriminierung/SICHER-OUT_Dokumentation_Web.pdf