



Beratungsteam Berlin

Beratungsangebote:

E-Mail-Beratung

help@comingout.de

Persönliche Beratung

In den Räumen des Jugendnetzwerk Lambda Berlin-Brandenburg e.V., Manteuffelstraße 19, 10997 Berlin-Kreuzberg

Beratung per Brief

an In&Out - Team Berlin c/o Jugendnetzwerk Lambda Berlin-Brandenburg e.V., Manteuffelstraße 19, 10997 Berlin.

Telefonberatung:

Hotline: 030 - 671 22 671

Ansprechpartnerin

Dipl. Psychologin Rich R. Schmidt



Beratungsteam Nord

Beratungsangebote:

E-Mail-Beratung

help@comingout.de

Beratung per Brief

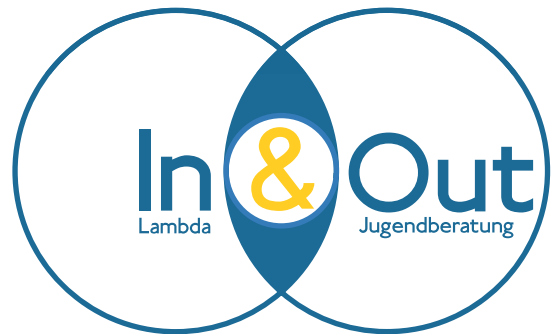
an Beratungsstelle NaSowas, Beckergrube 6, 23552 Lübeck

Telefonberatung

Hotline: 0451 - 707 55 88

Ansprechpartner

Thomas Rattay M.A.



Coming-Out-Beratung

**Innovatives bundesweites
Peer-to-Peer-Projekt**

Jugendliche beraten Jugendliche kompetent und vertraulich in allen Fragen des Coming-Outs per E-Mail, Brief, Telefon oder persönlich

In&Out wird mit Mitteln aus dem Kinder- und Jugendplan des Bundes gefördert!

► Profil der In&Out-Jugendberatung

Typische Fragen der Jugendlichen an In&Out:

- Ich bin lesbisch, wie soll ich es meinen Eltern sagen?
- Bin ich bi, wenn ich mich in meine beste Freundin verguckt habe?
- Ich bin schwul, soll ich es auf Arbeit sagen?
- Ich habe Angst mich zu outen. Muss das denn sein?
- Wie und wo finde ich andere Lesben und Schwule in meiner Gegend?
- Ich ziehe mich lieber wie ein Junge an, bin ich jetzt eine Lesbe?
- Wo kann ich einen schwulen Freund finden?
- Ich wäre lieber ein Junge. Was soll ich tun?
- Wie finde ich heraus, ob ich schwul bin?

Inhalte unserer Beratung

1. Zu allen Fragen rund ums Coming-Out z.B.:

- Inneres und äußeres Coming-Out
- Beziehungsfragen und -probleme
- Ängste
- Diskriminierungen
- Umgang mit Eltern und Familienangehörigen
- Safer-Sex
- Einsamkeit

2. Information und Vermittlung von Kontakt- und Beratungsadressen bundesweit

Unsere Berater_innen sind:

engagiert

nicht nur weil sie ehrenamtlich tätig sind

gut ausgebildet

pro Jahr gibt es zwei Weiterbildungsseminare

reflektiert

sie nutzen regelmäßige Supervision

geübt

in klientenzentrierter Gesprächsführung und Kurzzeitberatung

professionell

genug, um auch ihre Grenzen in der Beratung zu kennen

selbst vertraut

mit den Fragen rund ums Coming-Out und schwulem, lesbischem, bi und trans* Leben

Ihre Fragen an uns:

Haben Sie selbst noch Fragen an uns z.B im Umgang mit Jugendlichen in Ihrem Umfeld? Zögern Sie nicht! Unsere Projektleiterin

Dipl. Psychologin Rich R. Schmidt

berät Sie gern in allen Fragen unter

- E-Mail: rich.schmidt@comingout.de
- Telefon: 030 - 28 27 990