

# INKLUSIVE SPRACHE LEICHT GEMACHT



Ein praktischer  
Leitfaden



# INHALTSVERZEICHNIS

<b>1. EINLEITUNG</b> .....	<b>2</b>
<b>2. IM ALLGEMEINEN</b> .....	<b>3</b>
<b>3. INKLUSIVE FORMEN</b> .....	<b>5</b>
<b>3.1 Genderzeichen</b> .....	<b>5</b>
<b>3.2 Singular</b> .....	<b>6</b>
<b>3.3 Plural</b> .....	<b>7</b>
<b>3.4 Personalpronomen, bestimmte und unbestimmte Artikel</b> .....	<b>8</b>
<b>4. PRAKTISCHE BEISPIELE</b> .....	<b>9</b>
<b>4.1 Sich an ein Publikum wenden</b> .....	<b>9</b>
4.1.1. <i>Rede</i> .....	9
4.1.2. <i>Brief an Privathaushalte</i> .....	11
<b>4.2 Ansprechen einer Person</b> .....	<b>12</b>
4.2.1. <i>Situation von Angesicht zu Angesicht</i> .....	12
4.2.2. <i>Telefongespräche</i> .....	13
4.2.3. <i>E-Mail</i> .....	13
4.2.4. <i>Briefaustausch</i> .....	14
<b>5. AUF DEN LEITFADEN VERWEISEN</b> .....	<b>15</b>

## 1. EINLEITUNG

---

Der Zweck dieser Broschüre besteht nicht darin, Grammatik- oder Rechtschreibregeln zu verändern oder neue allgemeingültige Regeln aufzustellen.

Sie ist als kleiner praktischer Leitfaden zu verstehen, der darauf abzielt, Menschen, die sich auf inklusive Weise ausdrücken möchten, eine Unterstützung zu bieten und Wege und Lösungen vorzuschlagen, wie dies im Alltag umgesetzt werden kann. " Inklusiv " beschränkt sich hierbei nicht allein auf die Inklusion von Frauen und Männern, sondern geht über diese Binarität hinaus, indem ausdrücklich alle Geschlechter und alle Geschlechtsidentitäten<sup>1</sup> berücksichtigt werden und damit die geschlechtliche Selbstwahrnehmung aller Menschen respektiert werden soll.

Allerdings sollte die Barrierefreiheit für Menschen mit Behinderungen (z. B. Legasthenie, Sehbehinderung oder -störungen) nicht außer Acht gelassen werden. Die Barrierefreiheit inklusiver Sprache hat zu vielen Diskussionen geführt, aber auch hier gibt es Lösungen wie z.B. LÉIA, eine Erweiterung für die Browser Firefox, Chrome und Opera.

Durch Beispiele und den Vorschlag, die Empfänger\*innen Ihrer Mitteilungen auf diesen Leitfaden zu verweisen (siehe Punkt 5), hoffen wir, allen Interessierten den Gebrauch einer inklusiven Sprache zu erleichtern.

Bitte beachten Sie, dass dieser Leitfaden nicht als vollständig oder abschließend zu betrachten ist und alle Rückmeldungen und Kommentare willkommen sind.

---

<sup>1</sup>Unter " geschlechtlicher Identität " versteht man das tief empfundene innere und persönliche Gefühl der Zugehörigkeit zu einem Geschlecht, das mit dem Geschlecht, welches der betroffenen Person bei der Geburt zugewiesen wurde, übereinstimmt oder nicht übereinstimmt; dies schließt die Wahrnehmung des eigenen Körpers (darunter auch die freiwillige Veränderung des äußeren körperlichen Erscheinungsbildes oder der Funktionen des Körpers durch medizinische, chirurgische oder andere Eingriffe) sowie andere Ausdrucksformen des Geschlechts, z.B. durch Kleidung, Sprache und Verhaltensweisen, ein. <http://www.yogyakartaprinciples.org/>

## 2. IM ALLGEMEINEN

1. Neutrale, nicht geschlechtsspezifische Wörter bevorzugen:



Das Kind  
Die Lehrperson  
Die Pflegekraft



Der Junge / Das Mädchen  
Die Lehrerin / Der Lehrer  
Der Pfleger / Die Pflegerin

2. Doppelnennungen vermeiden, da diese sich auf zwei Geschlechter beschränken:



Die Bürger\*innen



Die Bürgerinnen und Bürger

3. Geschlechtsneutrale Pluralbildung bevorzugen  
(am Beispiel der Substantivierung):



Die Studierenden  
Die Mitarbeitenden  
Die Berufstätigen



Die Studenten und Studentinnen  
Die Mitarbeiterinnen  
und Mitarbeiter  
Die Arbeitnehmer  
und Arbeitnehmerinnen

4. Ausdrücke vermeiden die Personen benennen, stattdessen auf Aktivitäten, Prozesse oder Resultate zurückgreifen:



Das Resultat der Umfrage zeigt



Die Teilnehmer haben angegeben

## 5. Kollektivnamen verwenden:



Die Eltern  
Das Wahlvolk



Die Väter / Die Mütter  
Die Wählerinnen / Die Wähler

## 6. Neutrale Gruppenbezeichnungen nutzen:



Alle  
Keine Person



Jede / Jeder / Jedermann  
Keiner / Keine



Es kann vorkommen, dass du  
die Person, mit der du interagierst,  
nicht oder nur wenig kennst.

Es kann vorkommen, dass  
mensch die Person, mit der mensch  
interagiert, nicht oder nur wenig  
kennt.



Es kann vorkommen, dass man<sup>2</sup>  
die Person, mit der man interagiert,  
nicht oder nur wenig kennt.

<sup>2</sup>Das Wort "man" bezeichnet zwar nicht Männer, da es aber gleich klingt wie "Mann" ist dieser Ausdruck zu vermeiden und kann zum Beispiel durch "mensch" (klein geschrieben) ersetzt werden.

## 3. INKLUSIVE FORMEN

---

### 3.1 Genderzeichen<sup>3</sup>

In der deutschen Sprache finden hauptsächlich der Doppelpunkt " : " und der Asterisk " \* " als Genderzeichen Verwendung. Beide sind, im Gegensatz zum Schrägstrich, als inklusiv und nicht-binär zu verstehen. Der Asterisk wird häufiger als Genderzeichen identifiziert und scheint somit am besten zur Bildung inklusiver Formen geeignet<sup>4</sup>. In dieser Broschüre wird das Symbol als Genderstern bezeichnet.



---

<sup>3</sup>Der Genderstern ist die am häufigsten verwendete Variante: Sabine Krome (Geschäftsführerin RdR): Der Genderstern belegt den ersten Platz. In: Bundesverband der Kommunikatoren (BdKom): Kompendium Gendersensible Sprache: Strategien zum fairen Formulieren. Berlin November 2020, S. 44-45 (PDF: 2,5 MB, 56 Seiten auf bdkom.de)

<sup>4</sup><https://www.bfit-bund.de/DE/Publikation/empfehlung-gendergerechte-digital-barrierefreie-sprache-stu-die-koehler-wahl.html>

### 3.2 Singular

Die inklusive Form entsteht durch das Einfügen des Gendersterns zwischen Wortstamm und weiblicher Endung:

Ein\*e Autor\*in

Wenn die männliche Form mit einem " e " endet, wird dieser Buchstabe durch den Genderstern ersetzt:

Ein\*e Kund\*in

Ein Umlaut, der in der weiblichen Form existiert, nicht aber in der männlichen, wird in der inklusiven Form übernommen:

Ein\*e Anwält\*in

Wörter, deren Stamm in der weiblichen und männlichen Form unterschiedlich ist, werden mithilfe des Gendersterns zusammengeführt:

Onkel\*Tante

### 3.3 Plural

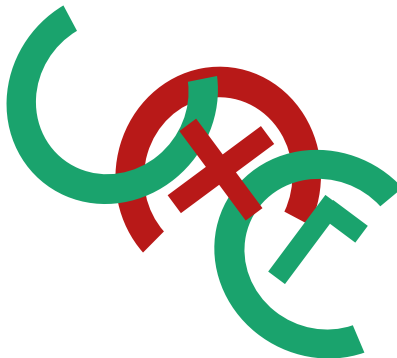
Wie bereits unter Punkt 2.3 erwähnt, ist eine geschlechtsneutrale Pluralbildung oft möglich:

Teilnehmende, Studierende, usw.

Besonders bei zusammengesetzten Wörtern kann dies von Vorteil sein. Statt Anfänger\*innenkurs kann z.B. von einem Grundkurs gesprochen werden<sup>5</sup>.

Ist dies nicht möglich, wird der weibliche Plural inklusive Genderstern an den Wortstamm gehängt:

Anwält\*innen, Botschafter\*innen, Freund\*innenschaft



---

<sup>5</sup>Der Duden hat eine entsprechende Liste zusammengestellt:  
<https://www.duden.de/sprachwissen/sprachratgeber/gendern-komposita-personenbezeichnungen>



### 3.4 Personalpronomen, bestimmte und unbestimmte Artikel

Im Deutschen gibt es eine Vielzahl an Vorschlägen für neue Personalpronomen, hierbei konnte sich aber noch keine Herangehensweise durchsetzen<sup>6</sup>.

Deshalb wird empfohlen eine Doppelnennung mit Genderstern zu verwenden:

er\*sie  
der\*die  
seine\*ihre

Da bei der inklusiven Form die männliche Form meist vor dem Genderstern steht, wird empfohlen dies auch bei den entsprechenden Pronomen so zu handhaben.

Stehen der Artikel oder das Pronomen am Satzanfang, wird der Anfangsbuchstabe beider Wörter großgeschrieben:

Der\*Die Therapeut\*in wird sich bei Ihnen melden.

---

<sup>6</sup>Eine Liste mit Vorschlägen ist unter <https://nibi.space/pronomen> zu finden.

## 4. PRAKTISCHE BEISPIELE

---

### 4.1 Sich an ein Publikum wenden

#### 4.1.1. *Rede*

In einigen Fällen, z.B. bei der Veröffentlichung einer Rede, erweist sich deren Verschriftlichung als notwendig.

In den Fällen, in denen der Gebrauch von neutralen Begriffsbezeichnungen nicht möglich ist, ist die inklusive Form mit Genderstern für das Transkribieren einer mündlichen Rede natürlich ebenso möglich.

Mit der Zeit wird sich das Gehirn an den \* gewöhnen, wie das auch bei Abkürzungen bereits der Fall ist:

Sehen wir "Fr. Schmit", liest unser Gehirn automatisch "Frau Schmit".

In der mündlichen Rede könnte die Bezeichnung "die Fahrer\*innen" spontan zu "die Fahrer – Pause – innen" umgewandelt werden. Die Idee einer Pause, um die Inklusion aller Geschlechtsidentitäten zu markieren, ist eine bereits gängige Praxis in der deutschen Sprache.

Eine wiederkehrende Problemstellung bildet die Begrüßung am Anfang einer Rede. Hier einige Beispiele:

Liebe Gäst*innen, Liebes Publikum, Liebe Interessierte	Einfache mündliche Anwendung und lässt sich in verschiedene Kontexte einbetten
Liebe Kolleg*innen	Anstatt von Kolleginnen und Kollegen
Ich heiße Sie alle willkommen !	Einfach und inklusiv
Ich möchte mich bei allen Anwesenden bedanken...	Verzicht auf Begrüßungen und unmittelbar bedanken
Meine Damen, meine Herren und alle anwesenden Personen	Wenn der Anspruch auf Inklusion gegeben ist
Meine Damen, meine Herren und jede Person, die sich mit keinem dieser Geschlechter identifizieren kann	Um die Nicht-Binarität zu betonen

Bestimmte Redewendungen können auch im Verlauf der Rede aufgegriffen werden.

Diese Liste hat nicht den Anspruch auf Vollständigkeit und kann nach Belieben erweitert und/oder angepasst werden.

*Hoheiten, Exzellenzen, Minister\*innen, Damen und Herren und alle, die heute hier anwesend sind,*

*es ist mir eine große Freude, Sie heute Abend willkommen zu heißen.*

*Seit mehreren Jahren kommen wir heute zusammen, um die Einführung der universellen inklusiven Sprache zu feiern. Der enorme Erfolg dieses Schrittes ist nicht nur den Personen zu verdanken, die heute hier anwesend sind, sondern allen Menschen, die sich für eine inklusivere Gesellschaft einsetzen.*

*Aus diesem Grund möchte ich Ihnen heute für Ihr Engagement danken und wünsche Ihnen einen Abend, der der Herausforderung, die wir gemeistert haben, gerecht wird.*

#### *4.1.2. Brief an Privathaushalte*

*Sehr geehrte Einwohner\*innen,*

*hiermit laden wir Ihren Haushalt ein, sich für die Präsentation der geplanten Umbauarbeiten in Ihrer Straße anzumelden. Da jedes Haushaltsmitglied betroffen ist, richtet sich diese Mitteilung an jede Person ihres Haushaltes. Aus diesem Grund bitten wir Sie, die beiliegenden Informationen an alle Personen (unabhängig von ihrem Alter) weiterzuleiten und sie über die Möglichkeit zu informieren, an der Präsentation teilzunehmen.*

*Wir verbleiben mit freundlichen Grüßen.*

## 4.2 Ansprechen einer Person

Generell sollten Sie es vermeiden von einer bestimmten Geschlechtsidentität einer Person auszugehen, auch wenn Sie glauben diese zu kennen. Es ist daher ratsam, eine inklusive Sprache zu verwenden oder die Person einfach zu bitten, mitzuteilen, wie sie angesprochen werden möchte.

### 4.2.1. Situation von Angesicht zu Angesicht

Es kann vorkommen, dass Sie die Person, mit der Sie interagieren, nicht oder nur wenig kennen. In solchen Situationen (z.B. beim Kassieren, beim Treffen auf der Straße, ...) wird empfohlen, etablierte Höflichkeitsausdrücke wie "Guten Tag, der Herr" oder "Guten Tag, die Dame" zu vermeiden.

Ein einfaches "Guten Tag" mit einem Lächeln wird sicherlich positiver wahrgenommen als ein eventuell falsches "Guten Tag, die Dame" / "Guten Tag, der Herr".

	Sagen Sie	Vermeiden Sie
Um eine Person am Anfang eines Gesprächs anzusprechen	<p>Sie können auch "Hallo" sagen und dabei die Person, die Sie ansprechen möchten, ansehen.</p> <p>Wenn keine Reaktion erfolgt, können Sie ein einfaches "Bitte" oder "Entschuldigung" hinzufügen.</p>	<p>"Guten Tag, die Dame"</p> <p>"Guten Tag, der Herr"</p>
Um Kund*innen aufzurufen	<p>"Wer ist die nächste Person, bitte?"</p> <p>"Hallo, an wem ist es?"</p> <p>"Nummer XY, bitte."</p>	<p>"Die Dame, bitte"</p> <p>"Der Herr, bitte"</p> <p>"Der Nächste, bitte"</p> <p>"Die Nächste, bitte"</p>

### 4.2.2. Telefongespräche

Sie können am Anfang des Gesprächs nachfragen wie die Person angesprochen werden möchte. Die Antwort kann unterschiedlich sein. Verschiedene Gesprächspartner\*innen werden " Frau X, Herr X " bevorzugen, andere möchten mit dem Vor- und/oder Nachnamen angesprochen werden.

### 4.2.3. E-Mail

Verschiedene Personen kommunizieren ihre Präferenz entweder im Text oder in der E-Mail-Signatur, indem sie das/die bevorzugte/n Pronomen (zum Beispiel " er/ihm ", " sie/ihr ", " they/them ")<sup>7</sup> angeben:

Guten Tag,

bezüglich Ihrer Anfrage, bestätige ich, dass ich bei der Tagung anwesend sein werde.

Beste Grüße,

Kim Schmit (er/ihm)

Sekretariat

Diese Angabe kann ebenfalls bei Videokonferenzen, auf Namensschildern bei Ereignissen usw. genutzt werden.

---

<sup>7</sup>Im Deutschen gibt es eine Vielzahl an Vorschlägen für neue Personalpronomen, hierbei konnte sich aber noch keine Herangehensweise durchsetzen. Eine Liste mit Vorschlägen ist unter <https://nibi.space/pronomen> zu finden.

#### 4.2.4. Briefaustausch

Guten Tag Vorname NACHNAME,

ich freue mich, Ihnen unseren neuen Leitfaden zu geschlechtsspezifischer und sexueller Gewalt vorzustellen. Dies ist ein Verhaltensleitfaden für Vertraute von Menschen, die sexuellen Missbrauch, häusliche Gewalt und/oder geschlechtsspezifische Gewalt erlebt haben.

Im Anhang finden Sie eine Liste mit Ansprechpartner\*innen, an die Sie sich im Fall von Gewalt wenden können.

Beste Grüße,

Name der Organisation

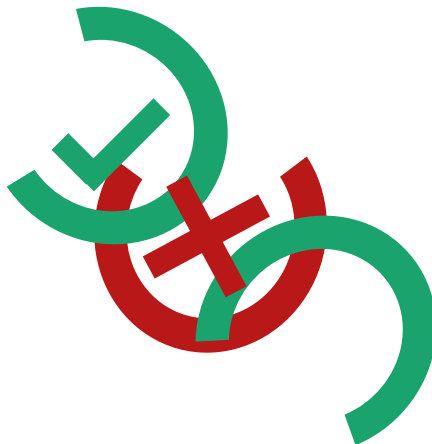
## 5. AUF DEN LEITFADEN VERWEISEN

Es ist verständlich, dass man bei der Verwendung, einiger der in diesem Leitfaden vorgeschlagenen Ansätze, etwas zurückhaltend ist. Um zu vermeiden, dass Adressat\*innen Sie missverstehen oder denken, dass Sie die Grammatik- und Rechtschreibregeln nicht kennen, bzw. denken, dass Sie einfach nur unhöflich sind, empfehlen wir die folgende Formulierung in Ihre Texte aufzunehmen:



**Irritiert über unsere Art zu schreiben?**

Weitere Informationen finden Sie unter [cet.lu/de/inklusiv](https://cet.lu/de/inklusiv)





## DIESER LEITFADEN WURDE AUSGEARBEITET VON:

---



### CET

Centre pour l'égalité  
de traitement

[www.cet.lu](http://www.cet.lu)



### CID Fraen an Gender

Centre d'information  
et de documentation

[www.cid-fg.lu](http://www.cid-fg.lu)



### CNFL

Conseil National des  
Femmes du Luxembourg

[www.cid-fg.lu](http://www.cid-fg.lu)

## UND WIRD UNTERSTÜTZT VON:

---



### CIGALE

Centre des communautés  
lesbiennes, gays,  
bisexuelles, trans',  
intersexes, queer+

[www.cigale.lu](http://www.cigale.lu)



### LEQGF

Laboratoire d'Etudes  
Queer, sur le Genre et  
les Féminismes

[www.leqgf.lu](http://www.leqgf.lu)



### Rosa Lëtzebuerg

Interessenvertretung  
der LGBTIQ + Community  
in Luxemburg

[www.rosaletzebuerg.lu](http://www.rosaletzebuerg.lu)

