



Marco Schättin

**Endlich frei!**  
Der queere Coming-out-Ratgeber

172 Seiten, ca. 15 Abbildungen  
14,5 x 21,5 cm, Softcover  
ISBN 978-3-8426-4259-1  
€ 22,00 [D] / € 22,70 [A]

Erscheinungstermin: 19.09.2023

- **Ein Ratgeber für alle, die ihr Coming-out planen oder diesen Prozess begleiten**
- **Unter Mitwirkung von Univ.-Professor em. Dr. Udo Rauchfleisch, dem Forum Queeres Archiv München e.V. und Queeramnesty**
- **Mit Beiträgen von: Adam Fehr, Annina Anderhalden, Curdin Orlik, Dominique Rinderknecht, Janboris Rätz, Leedonal Moore, Olivier Borer, Yannik Zamboni, Henri Jakobs, Luan Pertl**
- **Der Autor und die Mitwirkenden sind als Influencer\*innen und Meinungsbildner\*innen in den Medien und auf Social Media aktiv**

### Mutmach-Buch fürs Coming-out!

Auch heute noch fehlt vielen queeren Menschen Unterstützung in ihrem Coming-out-Prozess. Viele fühlen sich einsam und allein und müssen selbst herausfinden, wie sie sich mit den Emotionen zurechtfinden, die heterosexuelle Menschen häufig nicht nachvollziehen und verstehen können oder wollen. Dieser Ratgeber ist ein stärkender Wegbegleiter: Persönliche Geschichten aus der LGBTQIA+-Community zeigen, dass es ganz unterschiedliche Coming-outs gibt und geben darf. Zudem gibt es Informationen zu der Geschichte der queeren Bewegung und einen Überblick über queere Begriffe. Schritt für Schritt hilft der Reflektionsteil des Buches dabei, das eigene Coming-out zu planen, zu gestalten und gut vorzubereiten – oder Menschen zu unterstützen, die sich gerade outen. Der Autor und die Mitwirkenden zeigen: Sich zu outen kostet Kraft – schenkt aber Freiheit, Authentizität und ist jede Anstrengung wert!

### Aus dem Inhalt:

- Finde heraus, wer du bist
- Coming-out-Stories, die dir Mut machen
- Queer leben in unserer Gesellschaft
- Dein eigenes Coming-out planen
- Dich von negativen Emotionen befreien
- Deine eigenen Vorurteile reflektieren
- Herausfinden, wer dich unterstützt
- Dich auf kritische Fragen vorbereiten

### Der Autor

Marco Schättin ist Autor (u. a. „Lockdown-Liebe“) und Podcaster und lebt in Zürich. In seinem LGBTQIA+-Podcast „Mis COMING-OUT“ sind Geschichten von schwulen Männern, lesbischen Frauen, bisexuellen Personen, Transmenschen und non-binären Personen zu hören, die informieren und Mut machen. Als kreativen Menschen, Journalisten und Kommunikationsexperten ist es ihm wichtig, zu einer toleranten, gleichberechtigten und inklusiven Gesellschaft beizutragen.

