

A diverse group of young people, including men and women of various ethnicities, are shown from the chest up, smiling and looking upwards. They are arranged in a circular pattern against a solid blue background. The text is overlaid on the center of the image.

**Hetero**  
sexuell?

**Homo**  
sexuell?

Sexuelle Orientierungen  
und Coming-out

verstehen, akzeptieren, leben



- 1** Einführung  
Einen gemeinsamen Weg finden **2**
- 2** Vorgegebene Rollen  
Ein eigenes, anderes Rollenverhalten ermöglichen **6**
- 3** Die eigene Rolle finden  
Sich annehmen, sich wohl fühlen **10**
- 4** Sexuelle Orientierung  
Die sexuelle Orientierung ist keine Frage der Erziehung **16**
- 5** Sexuelle Orientierung und Aids  
Aids ist keine „homosexuelle Krankheit“ **24**
- 6** Coming-out  
Die Anfänge des Coming-out **30**
- 7** Selbstachtung  
Vor sich und anderen bestehen **40**
- 8** Coming-out der Eltern  
„Hilfe, mein Kind ist homosexuell“ **46**
- Adressen und Tipps*  
Wo finde ich weitere Informationen und Unterstützung? **55**
- 9** Elternsorgen  
Können sie eigentlich glücklich werden? **56**
- 10** Lebenspartnerschaft  
Die eingetragene Lebenspartnerschaft **62**
- 11** Brief an die Eltern  
Brief eines Sohnes an seine Eltern **68**

*Weitere Informationen* **74**



**Einen  
gemeinsamen  
Weg  
finden**



**Mit sich  
und der Welt  
im Reinen –  
als Frau,  
als Mann,  
als sexueller  
Mensch**

**D**ie Welt ist bunt. Und fast jeden Tag kommen neue Farben oder Schattierungen hinzu. Oft empfinden wir diese Entwicklung als bereichernd. Mit Neugier und Spannung beobachten wir, was da auf uns zukommt, wie wir uns erneuern können, dazugewinnen. Manchmal jedoch bedroht Neues uns aber auch. Wir fürchten, den Überblick zu verlieren. Wir wünschen uns Gewohntes zurück.

Aber Veränderungen können wir nicht rundum abwehren – es gilt, Neuem gegenüber aufgeschlossen zu sein und sich damit auseinanderzusetzen. Das fällt mitunter schwer. Ganz besonders, wenn es um Beziehungen, Liebe und Sexualität geht.

Immer mehr Eltern lernen, mit anderen Lebens- und Liebesvorstellungen ihrer Kinder zurechtzukommen. Schließlich ist auch in ihrer eigenen Welt vieles nicht mehr „so wie früher“. Es werden vielfach neue Lebensformen und -möglichkeiten gesucht und gefunden.



Junge und alte Menschen tauschen Zärtlichkeiten in der Öffentlichkeit aus. Mädchen bestimmen selbst, was sie in der Sexualität wünschen und was nicht. Partnerschaften werden mit und ohne Trauschein oft glücklich und lang gelebt – oder auch kurz und unerfüllt. Mütter und Väter erziehen allein oder im Team. Jugendliche probieren ihre Sexualität meist auch vor einer eigenen langfristigen Beziehung aus. Im Mittelpunkt steht die Suche nach Glück und Zufriedenheit in der Vielfalt des Miteinanders.

### *Voneinander lernen*

Viele Erwachsene schätzen die Offenheit der jungen Menschen, die ihnen anvertraut sind. Oft erinnern sie sich an die eigenen Einschränkungen auf der Suche nach dem Weg in ein selbstbestimmtes Glück. Die Jugendlichen sollen ihre Sehnsüchte auf ihre eigene und oft andere Art verwirklichen. Nicht selten lernen beide Seiten voneinander: Eltern beginnen in der Auseinandersetzung mit den Kindern auch ihr eigenes Beziehungsleben lebendiger zu gestalten.

### *Toleranz stößt an Grenzen*

Sobald das „Anderssein“ jedoch eine bestimmte Grenze überschreitet und der Sohn oder die Tochter „aus der (Geschlechts-)Rolle fällt“, sind Verständnis und Toleranz schnell gefährdet. Oft zuckt der stolze Vater doch zusammen, wenn seine „Prinzessin“ Automechanikerin werden will. Oder wenn der Junge, dem wir heutzutage natürlich die Tränen erlauben, dann doch so nah am Wasser gebaut hat.

Problematisch wird es, bei aller gesellschaftlichen Offenheit, wenn die eigenen Kinder Signale in Richtung gleichgeschlechtlicher Liebe aussenden oder sich gar herausstellt, dass der Sohn sich dauerhaft nur zu Jungen oder die Tochter sich nur zu Mädchen hingezogen fühlt.

Jede Vorabend-Serie, die etwas auf sich hält, hat einen schwulen Mann in der Geschichte oder das lesbische Paar, das die Bäckerei an der Ecke betreibt. In der Welt der Stars und Künstler gehört eine Prise Homosexualität schon fast zum guten Ton.

Im Alltagsleben gibt es jedoch für die meisten Menschen noch wenige Vorbilder für ein integriertes und akzeptiertes Leben als homosexueller Mensch. Dass es ein völlig gleichwertiges und glückliches Leben sein kann, können viele in ihrem Innersten doch nicht ganz glauben. Wenn sich dann ein Junge zu Jungen hingezogen fühlt

## **Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl: wichtige Voraussetzungen für seelische und körperliche Gesundheit**

und ein Mädchen zu Mädchen, wird das oft als pubertäre Marotte geduldet, selten aber als ernst zu nehmende lebenslange sexuelle Orientierung.

### *Diese Broschüre informiert über*

- die Aufgabe, als Junge oder Mädchen zu einem sexuellen Selbstbewusstsein zu gelangen,
- die Besonderheiten homosexueller Entwicklung von Kindern und Jugendlichen und
- die Art und Weise, wie Eltern und andere Erwachsene dies besser verstehen und damit umgehen lernen können.

### *Die Broschüre will das Gespräch anregen*

- zwischen Eltern und Kindern, um sich über „Liebes- und Lebensdinge“ auszutauschen,
- zwischen Eltern untereinander, im Freundeskreis oder in Gesprächsgruppen, weil das entlasten und weiterhelfen kann,
- in Begegnungssituationen zwischen Erwachsenen, die Kinder und Jugendliche erziehen, damit unnötigen Konflikten vorgebeugt wird.

Diese Broschüre liefert keine „Rezepte“ oder gar Vorgaben, wie Jungen und Mädchen, Männer und Frauen ihr Leben zu gestalten haben. Wohl aber legt sie Tatsachen dar und stärkt Menschen darin, den für sich und die Gemeinschaft angemessenen Weg zu finden. Sie will auch helfen, Leiden zu vermindern. Denn Diskriminierung erwächst oft aus Unkenntnis. Und sie soll dazu beitragen, die seelische und körperliche Gesundheit von Kindern zu stärken. Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl sind dafür wichtige Voraussetzungen.

Und noch etwas: Wenn wir in dieser Broschüre von „Eltern“ schreiben, sind immer auch allein erziehende Mütter und Väter sowie Pflege- und Adoptiveltern gemeint!

A young woman with long brown hair, wearing a white tank top, is looking into a round mirror with a wooden frame. The background is softly blurred, showing what appears to be a dressing room or a bedroom. The lighting is bright and natural.

**Ein.**  
**eigenes,**  
**anderes**  
**Rollen-**  
**verhalten**  
**ermöglichen**

„Ich hab lange nicht daran gedacht, wie ich wirklich als Kind gewesen bin. Ich meine nicht, wie ich so nach außen hin aufgetreten bin, sondern wie ich gefühlt habe, was mir weh getan hat, wovor ich Angst hatte. Eigentlich kam ich ganz gut klar in der Schule – und ich glaube, auch schon früher, im Kindergarten war ich so’n ‚richtiger Bengel‘, wie meine Mutter mich immer nannte. Ich war blond, kurze Haare, mit viel Energie und ziemlich frech. Alle hatten eigentlich Respekt vor mir, und wenn nicht, hab ich ihn mir verschafft. Irgendwann war ich wohl genau so, wie mich die anderen sahen und wollten. Und gleichzeitig kann ich mich erinnern, dass das verdammt schwer war, so weit zu kommen: sich durchzusetzen, als richtiger Junge zu wirken.

Natürlich hab ich geheult, aber nur, wenn ich alleine war. Ich hab schon mitgekriegt, wie mich der Bandentrottler mit den Augen flehend um Hilfe bat, während ihn unsere ‚Haudegen‘ mit Füßen malträtierten. Aber das hochschießende Mitgefühl, die eigenen Tränen in den Augen habe ich ganz schnell runtergedrückt, bin einfach weggegangen. Cool-sein war angesagt. In der Bande sowie so und zu Hause wars mein Vater, der in die gleiche Kerbe schlug: ‚Er ist doch ein Junge und muss sich durchsetzen können. Er soll doch kein Schlaffi werden!‘, hörte ich meinen Vater mal sagen. Und irgendwie hat sich der Satz eingepägt bei mir – ganz tief – wie so eine innere Eingebung, von der ich nicht mehr loskam. Mutter war nicht so – aber die war irgendwann nicht mehr so wichtig.“

*(Daniel, 20 Jahre)*

**E**ltern wollen, dass ihre Kinder im Gerangel um Wertschätzung und Beachtung nicht untergehen. Sie kennen den eigenen täglichen Konkurrenzkampf nur zu gut. Ihre Kinder sollen später damit zurechtkommen, keine Außenseiter werden, keine „Verlierer“, die getreten werden, sondern lieber auf der Seite der Gewinner stehen. „Lass dir nichts gefallen! Wehr dich – dann musst du eben einmal zurückschlagen, um dir Respekt zu verschaffen!“

### *Immer den Helden spielen*

Die Gewaltspirale dreht sich, Aggression wird mit Gegenaggression beantwortet. Erwachsene, vor allem Väter, vergessen leicht, wie anstrengend das damals war, den Helden zu spielen, obwohl die Knie vor Angst schlotterten. Der Preis war hoch für die vorgespilte Stärke. Und doch wird es immer wieder vom eigenen Sohn verlangt. Das ist kein guter Nährboden für eine Geschlechtsrollenerziehung, die bei Jungen „weichere“ Qualitäten wecken und Mädchen mehr Durchsetzungsvermögen vermitteln will.

## Muss ein Junge ein „richtiger Mann“ werden?

8 Junge zu sein wird oft damit gleichgesetzt, ein „richtiger Mann“ zu sein und sich sehr anstrengen zu müssen, um als ein solcher zu gelten. Mit Disziplin, Selbstkontrolle und Verzicht werden jene Verhaltensweisen unterdrückt, die meist als mädchenstypisch gelten. Als Gewinn wird „Herrschaft“ versprochen, zu den Gewinnern zu gehören, über den Mädchen zu stehen.

Alles das hat seinen Preis. Männlichkeit wird zu einem Panzer, der oft erst viele Jahre später, oft aber schon in der Jugend als beengend und nicht mehr als Schutz empfunden wird. Schon Jungen finden keine Verhaltensweisen, die ihre harten und weichen Seiten ins Gleichgewicht bringen könnten: genießen, sich entspannen, ausruhen, sich jemandem anvertrauen.

## Loslassen und sich hingeben tut auch Jungen gut

Sexualität wird dann nach dem Leistungsprinzip gelebt, obwohl die damit verbundene Versagensangst eine wirklich befriedigende Sexualität oft verhindert. Jungen meinen, die Wissenden, Aktiven, Erfolgreichen sein zu müssen, am Ende fühlen sie sich jedoch minderwertig, weil sie die hochgesteckten „Ziele“ nicht erreichen. Wichtige Erfahrungen für eine

gesunde Persönlichkeitsentwicklung wie Entspannung, Loslassen, Hingabe, Geborgenheit bleiben ihnen verwehrt.

### *Disziplinierung der Gefühle kann krank machen*

Jungen lernen zu kämpfen: um Positionen in der Gruppe und natürlich um ihr Bild, das andere sich von ihnen machen. Doch können sie dem scheinbar „richtigen“ Männerbild kaum entsprechen und ihm vielleicht nur durch Bluff oder besonders auffallend männliches Verhalten nahe kommen. Eine anstrengende Übung, gefährlich für sie selbst und für andere. Der ständige Stress, anders sein zu müssen als man wirklich ist, die Disziplinierung der Gefühle und der Mangel an Entlastung können auf Dauer krank machen, manchmal einsam und selten glücklich.

Für andere wird die typisch männliche Jugenerziehung sogar sehr gefährlich, wenn das Bedürfnis nach Stärke und Überlegenheit sich gegen Schwächere wendet. Oft merken die Jungen sehr wohl, dass ihr Herrschaftsgebaren hohl wird. Die Mädchen machen nicht mehr mit, Körperkraft ist nicht mehr überall gefragt, angesichts fehlender Zukunftsperspektiven entgleitet manchen die Kontrolle über das eigene Leben. Das weckt Gefühle der Ohnmacht, die immer häufiger gewaltsam ausgelebt werden – vor allem dort, wo Menschen besonders verletzlich sind: in der Sexualität zum Beispiel.

### „Gesunde“ Vielfalt

Menschen haben gute Chancen eine ausgeglichene Persönlichkeit zu entwickeln, sich wohler und gesünder zu fühlen, wenn sie

- aktiv *und* passiv sein können,
- sich disziplinieren *und* loslassen können,
- selbstständig sind *und* Hilfe annehmen,
- Körperkraft spüren, aber sie nicht zur Konfliktregelung einsetzen
- den Verstand gebrauchen *und* Gefühle zulassen, je nach Anlass und Situation.

Eltern können viel zu einer positiven Entwicklung beitragen, wenn

- Väter und Mütter etwas mehr von der *ganzen* Breite ihrer Qualitäten offenbaren, zeigen, dass Mann und Frau Verstand *und* Gefühle haben, selbstständig *und* fürsorglich sein können – je nach Lebenssituation und Anforderungen,
- nicht nur die Leistung gefragt ist, sondern das persönliche Befinden wichtig genommen wird,
- sie viel Körperkontakt pflegen, und die Schamgrenzen und die Wünsche des anderen nach Abstand sorgfältig beachten,
- Hilfe, Nachgeben, Wartenkönnen, Einfühlung, Geduld und Sichkümmern als *Stärken* anerkannt sind.

### Weg der kleinen Schritte

Das gelingt nicht ohne weiteres und schon gar nicht von heute auf morgen. Besser als Hauruck-Veränderungen sind kleine Schritte in die gewünschte Richtung. Diese Broschüre zu lesen ist ein solcher Schritt. Und vielleicht stellen Sie einmal Fragen an sich – die Antworten können Ihnen helfen, sich selbst einzuschätzen und die richtigen Schritte zu gehen:

- Verlangen Sie unbewusst von Ihrem Sohn doch eher das „Sichzusammenreißen“ als von der Tochter?
- Sehen Ihre Kinder auch mal, dass ein Mann im Arm einer Frau liegt und nicht umgekehrt?
- Überlassen Sie als Frau letztendlich doch die technischen Reparaturen im Haushalt dem Mann und flicken Sie die Hosen der Kinder?
- Begleiten Sie die Tobereien Ihres Sohnes nicht doch eher mit Anerkennung als das „Außer-Rand-und-Band-Sein“ der Tochter?
- Schmunzeln Sie als Mann nicht in sich hinein, wenn Ihr Sohn seiner Mutter eine witzig-freche Abfuhr erteilt?
- Lassen Sie sich als Mutter nicht oft vom Charme ihres kleinen „Haudogens“ einfangen, statt deutliche Grenzen zu setzen?

Die Liste der Fragen ließe sich beliebig verlängern. Die Summe solcher „Kleinigkeiten“ im Alltag ergibt meist – wenn sie in die gleiche Richtung weisen – das später einseitig ausgeprägte Rollenbild.



**Sich**  
**annehmen,**  
**sich**  
**wohl**  
**fühlen**

**D**ie meisten Menschen fühlen sich wohl, wenn sie mit sich selbst und ihrer Umgebung im Einklang sind. Vieles wollen sie mit den meisten anderen gemeinsam haben. Einiges soll nur ihnen und den ihnen vertrauten Personen vorbehalten sein. Schließlich wünscht sich aber auch jeder ein paar Besonderheiten, die ihn als unverwechselbare Persönlichkeit auszeichnen. Es geht um das Grundgefühl, mit sich selbst und der eigenen Lebenswelt im Einklang zu sein.

### *Eigene Gefühle und äußere Erwartungen*

Selbstwertgefühl und Selbstbewusstsein setzen sich aus vielen verschiedenen Anteilen zusammen. Sie verändern sich durch Erfahrungen, durch die Auseinandersetzungen damit und dadurch, wie Bedürfnisse, Gefühle, Gedanken mit äußeren Erwartungen und Zwängen vereinbart werden können.

Bei Problemen gerät das erreichte persönliche Gleichgewicht in Bewegung. Manchmal nur vorübergehend und oberflächlich, oft aber auch langfristig und tief greifend.



### *Von Mensch zu Mensch anders*

Dies gilt gerade auch für die Ausformung von Rollenbildern und die Entwicklung der sexuellen Orientierung. Das kann von Mensch zu Mensch ganz unterschiedlich aussehen:

- Es gibt Mädchen, die Jungen anmachen und ihre sexuellen Vorlieben aktiv zum Ausdruck bringen, auch wenn sie manche Jungen damit verschrecken.
- Andere Mädchen lassen sich lieber umwerben und reagieren auf die Angebote der Jungen.
- Manche Jungen fühlen sich erst dann ernst genommen, wenn sie sich stark, aktiv und potent zeigen und Mädchen genau das an ihnen schätzen.
- Andere Jungen legen mehr Wert auf Zuneigung, Vertrauen und Liebe, bevor sie mit einem Mädchen schlafen wollen.

→ Einige Jungen sind richtig ineinander verliebt, sehnen sich in die Nähe des anderen und genießen seine körperliche Nähe, ohne sexuelle Erregung zu spüren und Lust auszuleben.

→ Mädchen pflegen oft innige zärtliche Freundschaften untereinander, hüten Geheimnisse und teilen alles, was ihnen wichtig ist, ohne dabei körperliche Erregung zu erleben.

→ Einige wagen bewusst Zärtlichkeiten und körperlich erregende Kontakte zu Mädchen und Jungen, wollen sich aber nicht festlegen.

## **Rollenbilder entwickeln sich: mal vorübergehend, mal langfristig und tief greifend**

→ Zunehmend trauen sich Jungen und Mädchen mit homosexuellen Gefühlen und Wünschen, vor sich selbst und der Umgebung zu ihrer Sexualität zu stehen. Viele suchen bewusst Freundesgruppen und Gleichgesinnte, die ihre Identität stützen. Sie bezeichnen sich dann oft bewusst als „Schwule“ und „Lesben“, um damit zu zeigen, dass sie sich ihrer Gefühle nicht schämen.

→ Manche Jugendliche wissen nicht recht, zu wem sie sich mehr hingezogen fühlen und probieren sich aus. Oft bekämpfen oder verstecken sie sogar ihre homosexuellen Impulse. Oder sie distanzieren sich aus Angst vor Ablehnung durch die Eltern, die Lehrer oder Freunde besonders heftig von anderen Homosexuellen, die offen zu sich stehen.

→ Viele Jungen und Mädchen sind mal aktiv, mal passiv, mal romantisch-zärtlich, mal herausfordernd-sinnlich. Je nachdem, wie ihnen gerade zu Mute ist und was die Situation zulässt.

Bei allem geht es um das Abwägen eigener Gefühle, Wünsche und Wertvorstellungen mit den Erwartungen anderer und den Möglichkeiten der jeweiligen Situation. „Aus der Rolle fallen“ heißt dann oft, Erwartungen der Umgebung zu „enttäuschen“, um sich selbst näher zu sein.

*Die eigene Rolle finden kann auch schmerzhaft sein*

Das gelingt nicht immer ohne Auseinandersetzungen, Umwege und leidvolle Erfahrungen, aber bei vielen zunehmend selbstbewusst und selbstverantwortet. Vor allem entspricht es der Vielfalt vom Leben: Denn Leben ist biologisch, seelisch, sozial und materiell bestimmt; es ist weiblich und männlich, hetero-, bi- und homosexuell, jung und alt, behindert und nicht behindert – und vieles mehr.

„Achtung vor dem Leben“ heißt: Achtung der Würde sowie der körperlichen und seelischen Lebenswelt eines jeden Menschen.

*Vielfältige Bedürfnisse – aber ein vorgeschriebener Weg?*

Trotz aller Vielfalt gelebter Sexualität ist in unserer Gesellschaft ein bestimmter, sozusagen „erwünschter



Hauptweg“ sexueller Entwicklung vorgezeichnet. Kleinkinder spielen Vater und Mutter. Der Freundes- und Bekanntenkreis besteht aus heterosexuellen Paaren oder Singles, die – so hören es die Kleinen von ihren Eltern – keinen Partner abgekriegt haben oder nicht dauernd mit jemand anderem zusammenleben wollen (vielleicht aber auch versteckt schwul oder lesbisch sind).

Im Werbefernsehen küssen sich immer Männer und Frauen, weil ein Parfüm so anziehend wirkt. „Lisa liebt Jan“, rufen sich die Kindergartenkinder nach und ärgern sich damit gegenseitig. Dass Jan auch Thorsten lieben könnte, kommt ihnen nicht in den Sinn. Und in der Schule entdecken viele, dass man Mitschülerinnen und Mitschüler noch mehr ärgern kann, wenn man ihnen nachsagt, dass sie sich vom

jeweils gleichen Geschlecht angezogen fühlen.

*„Das geht schon vorbei ...“*

Sexuelle Spielchen sind unter Jungen weit verbreitet. Sie werden von Erwachsenen meist unterbunden oder aber als Durchgangsphase hingenommen. „Das geht vorbei.“ Denn „natürlich“ wird bald das andere Geschlecht spannender. Wer als Mädchen mit 16 noch keinen Freund hat, ist entweder unattraktiv, eine „Emanze“, vielleicht aber auch lesbisch und damit „out“. Jungen brauchen Mädchenfreundschaften, um ihre Attraktivität, ihre Bedeutung zu beweisen.

In Schulbüchern geht es um „intakte“ oder heutzutage auch manchmal um Einelternfamilien. Nie aber leben darin zwei Frauen oder zwei Männer als Paar zusammen. Liebesromane

handeln von Leidenschaft und Trennungsdramen heterosexueller Paare. Die Eltern werden unruhig, wenn der 17-Jährige noch keine Freundin mit nach Hause bringt. Vertreter der Bausparkassen versprechen eine glückliche Zukunft im Eigenheim der Familie mit Kindern.

## Der „vorgeschriebene“ Weg ist Heterosexualität

Im Sexualkundeunterricht geht es „natürlich“ fast nur um die biologischen Aspekte wie den heterosexuellen Geschlechtsverkehr und Schwangerschaftsverhütung. Homosexualität kommt (wenn überhaupt) als „zu achtende Sonderform“ vor.

### *Homosexualität oft negativ bewertet*

Fast alle Signale, die Kinder und Jugendliche im Laufe ihrer Entwicklung empfangen, weisen zur heterosexuellen Liebe. Schwul- und Lesbischsein kommen praktisch nicht vor, oder werden (meist) negativ bewertet. Dies alles erzeugt einen massiven Druck und führt oft dazu, dass sich als „abweichend“ erlebt und rechtfertigen muss, wer zu seiner Neigung steht. Kein Wunder, dass das nur wenigen gelingt. Die meisten versuchen, dem Druck zu entgehen und passen sich an, fast um jeden Preis. Und dieser Preis kann sehr hoch sein: unehrliche Freundschaften, Doppelleben, Vereinsamung, bis hin zu Selbstmordwünschen.

### *Natürlich männlich! – Natürlich weiblich!*

Einseitig zugeschriebene Eigenschaften verhindern, dass Jungen und Mädchen ihre ganze Bandbreite von Bedürfnissen und Verhaltensmöglichkeiten entfalten können und in ihren Geschlechtsrollen zufriedener und gesünder leben. Sie blockieren die Gefühle und Beziehungswünsche, das Verstehen, die ungezwungene lebendige Begegnung nicht nur zwischen Jungen und Mädchen, sondern auch der Jungen und Mädchen untereinander.

Dazu gehört, untereinander Gefühle zu zeigen, sich zärtlich zu begegnen, Körperkontakt zu genießen, sich einfühlsam für die Nöte des Freundes zu interessieren und wechselseitig Trost und Stärke zu geben.

Viele dieser für das persönliche Wohlbefinden wichtigen Verhaltensweisen erzeugen jedoch Unbehagen, wenn sie von Männern gezeigt werden. Das passt auch heute nicht ins Männerbild, wird eigentlich nur Frauen oder schwulen Männern zugestanden. Die Abwertung von Homosexuellen hat etwas mit dieser tief sitzenden Angst zu tun, als Mann (auch) passiv, aufnehmend, gefühlvoll, zärtlich zu sein. Damit kann man in unserer Gesellschaft (noch) selten einen Blumentopf gewinnen. Jungen können sich der Missachtung ihrer Kameraden fast gewiss sein, wenn sie sich in dieser Weise „typisch weiblich“ verhalten,

## Wie viele Menschen verhalten sich hetero- oder homosexuell?

Untersuchungen zeigen, dass sich bis zum Alter von 15 Jahren 30 % teilweise und 10 % ausschließlich homosexuell verhalten. Bis zum 25. Lebensjahr halbiert sich die Zahl etwa auf 17 %, die sich gelegentlich, und etwa 3 %, die sich ausschließlich homosexuell verhalten.

Immerhin haben von den 12 Millionen Deutschen (Ost und West, Männer und Frauen) zwischen 14 und 25 Jahren etwa 3 bzw. 5 Millionen homosexuelle Erlebnisse, 0,5 bis 1 Million sogar ausschließlich.

und auch viele Mädchen haben damit ihre Schwierigkeiten.

Lesbischen Frauen wird dagegen oft zugeschrieben, dass sie „typisch männlich“ auftreten: aktiv, cool, hart, verkopft, unerotisch und streng. Die Abwehr und Abwertung homosexueller Mädchen und Frauen hängt auch mit diesen als „unweiblich“ geltenden Verhaltensweisen zusammen.

Diese starre und enge Zuordnung bewirkt außerdem, dass Schwule, die sich eher im traditionellen Sinne „männlich“ verhalten, und Lesben, die die weiblichen Rollen leben, als solche meist gar nicht erkannt werden.

M., 20 Jahre, hat festgestellt, dass „Heteroleute Lesben nur daran erkennen, dass sie ‚so‘ aussehen, so männlich und vermeintlich cool. Wenn sie lange Haare haben oder Stöckelschuhe, würden die Heteros sie nie mit Lesbischsein in Verbindung bringen ... Die Lesben, die sich so zeigen, also dieses Klischeebild, männlich, oft Lederklamotten, schwarz und cool, das sind dann die Lesben, die gesehen werden, als Lesben erkannt werden, das ist der Witz dabei – aber ich glaube nicht einmal, dass es die Mehrheit ist.“

*(Lesbisch – Wenn Frauen Frauen lieben – Broschüre, Berlin 1991, S. 40)*

Die gängigen Klischees von „schwul = grundsätzlich weiblich“ und „lesbisch = grundsätzlich männlich“ sind also Fantasieprodukte, die viel mehr mit der Angst vor der Abweichung von gängigen Rollenmustern zu tun haben als mit der Lebenswirklichkeit von homosexuell liebenden Menschen.



**Die**  
**sexuelle**  
**Orientierung**  
**ist**  
**keine**  
**Frage der**  
**Erziehung**

**V**on den gängigen Mustern abweichendes Rollenverhalten wird oft mit einer anderen sexuellen Orientierung gleichgesetzt. Das ist aber ein Trugschluss, der durch Vorurteile entsteht.

→ Mädchen, die intime Mädchenfreundschaften unterhalten und sich gegenüber Jungen behaupten, sind deshalb noch nicht lesbisch.

→ Jungen, die auch zärtlich, weich und einfühlend sein können, die den liebevollen Körperkontakt mit anderen Jungen nicht scheuen und sich von ihren Freunden auch sinnlich angezogen fühlen, sind deshalb noch nicht schwul.

Wenn Mädchen etwas dazulernen, was bisher nur Jungen zugestanden wurde und Jungen auch „weibliche“ Eigenschaften entwickeln, ist damit noch längst keine Homosexualität verbunden; wohl aber eine Bereiche-

rung und Verbreiterung der Kontaktmöglichkeiten zwischen Menschen des gleichen und des anderen Geschlechts. Die Tatsache, dass manche

## **Rollenverhalten und sexuelle Orientierung sind nicht das Gleiche**

Männer sich untereinander auch körperlich lieben und begehren und auch manche Frauen sich gegenseitig sexuell anziehend finden, ist bei dieser Betrachtungsweise nicht mehr so bedeutsam und vor allem kein Grund mehr für Diskriminierungen.

Es ist ohnehin ein sehr eingeschränktes Denken, wenn nur darauf geachtet wird, was Menschen mit ihren Geschlechtsorganen machen, um sie in „normal“ oder „abweichend“ einzuteilen. Mit der Homosexualität

# Sexualität

Sexualität ist nicht nur Geschlechtsverkehr, hat nicht nur mit den Geschlechtsteilen zu tun, sondern umfasst viel mehr und steht in enger Verbindung mit anderen Lebensäußerungen und Lebensbereichen. Der Alltagssprachgebrauch („Sex“) und die Sexindustrie führen uns nur einen kleinen Ausschnitt von Sexualität vor und machen uns glauben, das sei „die“ Sexualität.

Sexualität ist eine allgemeine Lebensenergie, die in allen Phasen des menschlichen Lebens körperlich, geistig-seelisch und sozial wirksam ist. Sexualität hat natürlich etwas zu tun mit Lust: Lust kann erfahren werden am eigenen und anderen Körper, als Träger der Sinne und Gefühle und als wichtige Voraussetzung für Lebenslust. Sie wird aber auch vielfältig gebremst z.B. durch Scham und Gefühllosigkeit, Langeweile und Gewalt.

Sexualität hat etwas zu tun mit Selbstwertgefühl, mit Identität: mit der Möglichkeit, sich selbst als Mann, Frau, Junge oder Mädchen als wichtig zu erfahren, ein Selbstwertgefühl zu entwickeln, sich selbst und auch den eigenen Körper zu lieben.

Sexualität ist eine Form des Kontakts: In Beziehung zu anderen kann Geborgenheit und Zärtlichkeit gegeben und erfahren werden als erlernte Gewissheit, dass jemand wichtig ist und ihm andere etwas bedeuten. Aber es werden auch Isolation und Beziehungslosigkeit erfahren als Folge von Kontaktangst oder unbefriedigenden sexuellen Erfahrungen.

Sexualität hat auch etwas zu tun mit Fruchtbarkeit: Sexualität kann neues Leben hervorbringen, im ganz konkreten Sinn des Zeugens und Gebärens von Kindern; aber auch als Kraft- und Energiequelle für Lebenslust und Lebensmut. Oft wird diese Kraftquelle aber verstopft mit der Folge von Lustlosigkeit und Depressionen.

Wie sich Sexualität in diesen verschiedenen Aspekten entwickelt, ist sehr stark abhängig von gesellschaftlichen und familiären Einflüssen. Das hängt vor allem von der Erziehung ab, zu der Eltern viel beitragen.

ist es ähnlich wie mit der Linkshändigkeit: Man schreibt Rechtshändigkeit vor und erzeugt damit Probleme für Linkshänder. Manchmal wird versucht, diese „Abweichung“ auszutreiben, was aber zu schweren psychischen Problemen führt. Oder man kann es ohne Wertung zulassen, ob linkshändig, rechtshändig oder wechselweise links- oder rechtshändig geschrieben wird.

Die Welt ist also nicht einfach aufzuteilen in Homo- und Heterosexuelle. Menschen sind grundsätzlich zu sehr vielfältigen Beziehungen zum gleichen Geschlecht in der Lage. Dazu

gehören auch körperliche, im engen Sinne sexuelle Kontakte. Ein Großteil der Jugendlichen hat insbesondere in der Pubertät gelegentliche, phasenweise auch häufige homosexuelle Kontakte. Viele Erwachsene können sich an solche Erlebnisse erinnern, die von Neugierde, Lust, manchmal auch heftigen Verliebtheitsgefühlen begleitet waren. Auch später kann die Lust auf das gleiche Geschlecht wieder geweckt werden. Nicht jeder Mensch, der als Jugendlicher oder auch Erwachsener einen Menschen gleichen Geschlechts begehrt, muss auch dauerhaft homosexuell sein.

## Was bedeutet eigentlich „sexuelle Orientierung“?

Mit „sexueller Orientierung“ ist gemeint, zu welchem Geschlecht sich jemand mit seinem Fühlen und Begehren hingezogen fühlt. Verschiedene Menschen haben verschiedene sexuelle Orientierungen. Das ist ganz normal. Kein Mensch kann sich seine Orientierung aussuchen. Grob eingeteilt kennen wir drei Grundorientierungen:

**Heterosexualität:** Das bedeutet, dass sich jemand von einer Person des anderen Geschlechts angezogen fühlt. Für die meisten Menschen erscheint nur dies als „normal“, weil es besonders häufig ist und weil sie es so gewohnt sind.

**Homosexualität:** Jemand fühlt sich von einer Person des eigenen Geschlechts angezogen. Bei Männern hat sich der Ausdruck „schwul sein“ durchgesetzt, bei Frauen der Begriff „lesbisch sein“. Beide Begriffe wurden früher abwertend als Schimpfwort gebraucht. Sie haben sich aber heute im allgemeinen Sprachgebrauch durchgesetzt, um männliche bzw. weibliche Homosexualität zu kennzeichnen.

**Bisexualität:** Gemeint ist damit, dass sich jemand von Personen beiderlei Geschlechts angezogen fühlt. Oft ist kurz von „bi“ die Rede.

### *Viele Faktoren wirken gemeinsam*

20

Über die Bedingungen, durch die eine hetero- oder homosexuelle Orientierung geformt wird, weiß man heute hauptsächlich zweierlei: nämlich, dass sie bereits in den ersten Lebensjahren dauerhaft geprägt wird, und dass bisher praktisch alle Versuche, eine vermutete Ursache wissenschaftlich zu beweisen, gescheitert sind. Man ist heute der Auffassung, dass höchstwahrscheinlich sehr viele Faktoren gemeinsam wirken (müssen), um eine Richtung zu bevorzugen, ohne dass ein einzelner dieser Faktoren ursächlich ist oder gar gezielt beeinflussbar wäre.

Die sexuelle Orientierung selbst ist also keine Frage der Erziehung, wohl aber das Ausmaß, in dem sich körperliches, seelisches, soziales und damit auch sexuelles Wohlbefinden entwickelt.

### *Kein Fall von Verführung*

Sicher ist auch: Niemand kann zu einer tiefgreifenden und dauerhaften homosexuellen Orientierung erzogen oder gar verführt werden. In der gesamten wissenschaftlich fundierten Literatur wird kein einziger Fall einer homosexuellen Prägung durch Verführung berichtet.



## So entsteht Homosexualität nicht!

Die meisten der bisher versuchten Erklärungen über die Entstehung von Homosexualität sind falsch. So stimmen vor allem die folgenden, von manchen Psychoanalytikern geäußerten Behauptungen nicht:

- Homosexuelle Männer würden sich stärker mit ihren Müttern identifizieren als heterosexuelle.
- Die Vater-Sohn-Beziehung sei entscheidend für die sexuelle Orientierung.
- Die Geschwister (beispielsweise Genitalspiele mit den Brüdern) hätten Einfluss auf die Ausbildung der Homosexualität.
- Der Wunsch der Eltern, lieber ein Mädchen zu haben, könnte aus ihrem Sohn einen Homosexuellen machen.
- Homosexualität entstehe durch Verführung.

21

Innerhalb einer grundsätzlich hetero- oder homosexuellen Orientierung gibt es von Mensch zu Mensch aber recht unterschiedliche Ausprägungen. Zum einen kann jedes Mischungsverhältnis von homo- und heterosexueller Neigung vorliegen, zum anderen spielen die gesellschaftlichen Rahmenbedingungen für das konkrete Verhalten eine große Rolle. Manche machen in ihrem Leben phasenweise ganz unterschiedliche Erfahrungen.

### *Gefühle und Bedürfnisse klären sich langsam*

Der Prozess der Klärung der eigenen Gefühle und Bedürfnisse (meist „Coming-out“ genannt) kann eine Zeit lang dauern. Vor allem, wenn eine homosexuelle Grundneigung sich langsam gegen eine erdrückende heterosexuelle Umgebung durchsetzen muss.

Wenn gegengeschlechtliche Partnerinnen oder Partner als attraktiver wahrgenommen werden, wird meist auch die heterosexuelle Grundorientierung gelebt.

Bei deutlich stärkerem Herzklopfen bei gleichgeschlechtlichen Partnern oder homoerotischen Träumen beginnt jedoch oft ein großer Konflikt, der lange braucht, bis sich die homosexuelle Grundorientierung durchsetzt. Das wird umso schwieriger, je mehr jemand mit seinem Willen gegen sein Fühlen ankämpft.

Die bisher letzte gründliche Untersuchung zur Frage nach den Ursachen von Homosexualität wurde im amerikanischen Kinsey-Institut durchgeführt (A. P. Bell u. a.: *Der Kinsey-Institut-Report über sexuelle Orientierung und Partnerwahl*, München 1980).

Als wichtigste Ergebnisse hebt das Kinsey-Institut hervor:

- 22 → Die sexuellen Erlebnisse und Erfahrungen in Kindheit und Jugend sind für die sexuelle Ausrichtung im Erwachsenenalter nicht maßgeblich, denn sexuelle Erlebnisse mit Angehörigen des gleichen Geschlechts kommen sowohl bei später homosexuell wie später heterosexuell ausgerichteten Menschen vor. Ebenso gibt es bei den Angehörigen beider Gruppen Erlebnisse mit Menschen des anderen Geschlechts.
- Die sexuellen Empfindungen, die in Kindheit und Jugend auftauchen, sind viel entscheidender als die realen sexuellen Handlungen. Erwachsene Homosexuelle empfinden sich bereits in Kindheit und Jugend homosexuell. Sie berichten, dass gleichgeschlechtliche Menschen sie auch sexuell erregten. Die sexuellen Empfindungen und Erregungen tauchten gewöhnlich lange vor entsprechenden Betätigungen auf. Falls auch heterosexuelle Kontakte vorkamen, wurden sie oft als oberflächlich und nicht besonders befriedigend beschrieben.

→ Die sexuelle Ausrichtung ist bereits sehr früh im Leben ziemlich fest verankert. Die sexuellen Äußerungen in Kindheit und Jugend spiegeln im Großen und Ganzen die in einem Menschen sich sehr früh ausdrückende sexuelle Ausrichtung wider. Sie sind aber nicht ihre Ursache. Die ausgeprägte Homosexualität des Erwachsenen ist sozusagen die letzte Stufe eines früh beginnenden Prozesses.

→ Wesentlich mehr heterosexuelle als homosexuelle Männer berichteten, sie hätten ihre ersten sexuellen körperlichen Erlebnisse mit einem Jungen oder einem Mann gehabt (Homosexuelle: 39 %; Heterosexuelle: 62 %).

*(entnommen aus: Helmut Kentler: Leihväter. Kinder brauchen Väter, Rowohlt TB 1989, S. 93 f.)*



## Sein Kind bedingungslos annehmen – ob homo- oder heterosexuell

Eltern sind in der Regel die wichtigsten Bezugspersonen für ihre Kinder. Sie können die notwendige Sicherheit geben, die zur Bewältigung schwieriger Situationen notwendig ist. Die Suche nach der sexuellen Orientierung ist eine solche schwierige Phase. Eltern helfen dabei, wenn ihre Kinder spüren, dass sie sich im Einklang mit ihren Gefühlen, ihrem Denken und ihren Interessen entwickeln dürfen, und wenn Eltern diesen Prozess liebevoll begleiten. Elternliebe heißt hier, die Kinder bedingungslos anzunehmen und sie nicht davon abhängig zu machen, ob

sie sich „normgerecht“ oder eher „abweichend“, hetero- oder homosexuell entwickeln.

Das ist einfach gesagt, in Wirklichkeit aber ein schwieriger und manchmal schmerzvoller Prozess. Er beginnt mit Einfühlen und Verstehen. Der Brief eines schwulen Sohnes an seine Eltern (Seite 68) macht zu diesem Thema eine sehr persönliche Aussage.



**Aids**  
ist **keine**  
„**homosexuelle**  
**Krankheit**“

**In anderen Ländern  
sind überwiegend  
heterosexuell  
aktive Menschen  
erkrankt**

**V**ielen Eltern fällt heute die Krankheit Aids ein, wenn sie daran denken, dass ihr Kind homosexuell sein könnte. Das Aids-Virus HIV hat jedoch nichts mit der sexuellen Orientierung zu tun. In Afrika zum Beispiel sind überwiegend heterosexuell lebende Menschen erkrankt, und die Zahl der Infektionen unter heterosexuell aktiven Menschen in Europa und Amerika ist gestiegen.

*Verbreitung zunächst dort, wo der Erreger erstmalig auftritt*

Dass sich die Krankheit bei uns vorwiegend unter Schwulen ausgebreitet hat, ist vielfältig begründet. Jede sexuell übertragbare Infektion verbreitet sich zunächst dort, wo der Erreger erstmalig auftritt und durch Sexualkontakte weitergegeben werden kann. In den oft relativ geschlossenen homosexuellen „Szenen“ hat sich HIV deshalb in Europa zunächst am schnellsten ausgebreitet, u. a. weil die Häufigkeit von Analverkehr unter homosexuellen Männern größer ist als bei heterosexuellen Männern (HIV wird dabei besonders leicht übertragen).



## Wie kann ich mein Kind vor Aids schützen?

Letztlich müssen sich die Jugendlichen selbst schützen, nicht nur vor HIV, sondern auch vor anderen sexuell übertragbaren Infektionen. Eltern können sehr viel dafür tun, dass sie das auch tatsächlich schaffen.

Die wichtigsten Hilfen sind eine akzeptierende, offene Haltung, Gespräche und die Vermittlung von Sicherheit und Beistand. Dann wachsen das Selbstwertgefühl und die Bereitschaft, offen über eigene Wünsche zu reden. Diese Jugendlichen lernen, besser „nein“ zu Gefährdungen und „ja“ zu einem achtsamen und verantwortungsvollen Verhalten zu sagen.

Eltern können sich Informationsmaterial besorgen oder das Kind darum bitten, es mit ihnen zu lesen. Dann können Verständnisfragen gemeinsam geklärt und die Hinweise auf die konkrete eigene Situation angewandt werden. Das Gespräch fällt manchen nicht leicht, aber es ist ungemein wichtig. Kinder müssen auf den Tag vorbereitet werden, an dem sie erste sexuelle Erfahrungen mit anderen sammeln. Dann sind sie selbstbewusster und wissen Bescheid, wie sie sich und andere schützen können. Es hat keinen Sinn, Heranwachsenden Sexualität zu verbieten. Auch dann nicht, wenn es Erwachsenen schwer fällt, sich homosexuelle Liebe vorzustellen. Letztendlich entscheiden die Jugendlichen selbst darüber, ob sie dazu bereit sind oder nicht. Es ist also immer besser, sie über die Möglichkeiten des Safer Sex aufzuklären.



### *Risikofaktoren: Unwissen und Diskriminierung*

Viele Menschen infizierten sich Anfang der 80er Jahre, weil damals noch wenig über die Übertragungswege des Virus und die Schutzmöglichkeiten bekannt war. Indirekt hat auch die Diskriminierung von Homosexuellen zur schnelleren Verbreitung von HIV geführt. Feste Partnerschaften zu leben wird durch eine feindliche Umwelt stark erschwert. Als Folge der Diskriminierung sind unverbindliche Bekanntschaften, oft auch schneller, anonymer Sex die einzigen Möglichkeiten, seine Neigungen auszuleben, die Wünsche nach Nähe, Kontakt, Zuwendung zu erfüllen.

Wir wissen heute, dass ein hohes Maß an persönlichen Konflikten und eine unklare oder missachtete sexuelle Identität das Selbstwertgefühl negativ beeinflussen. Solche und andere seelische Konflikte können auch das

Abwehrsystem des Körpers schwächen und insgesamt die Gesundheit stark beeinträchtigen.

### *Homosexuelle praktizieren heute vorsichtigeres Sexualverhalten*

In den Jahren seit dem ersten Auftreten von Aids hat sich in Deutschland durch eine gezielte und intensive gesundheitliche Aufklärung auch ein funktionierendes Informations- und Beratungssystem gebildet. Homosexuelle Männer praktizieren heute insgesamt ein sehr viel vorsichtigeres Sexualverhalten. In Situationen, in denen eine HIV-Ansteckung möglich ist, werden von den meisten Kondome als effektive Schutzmaßnahme verwendet.

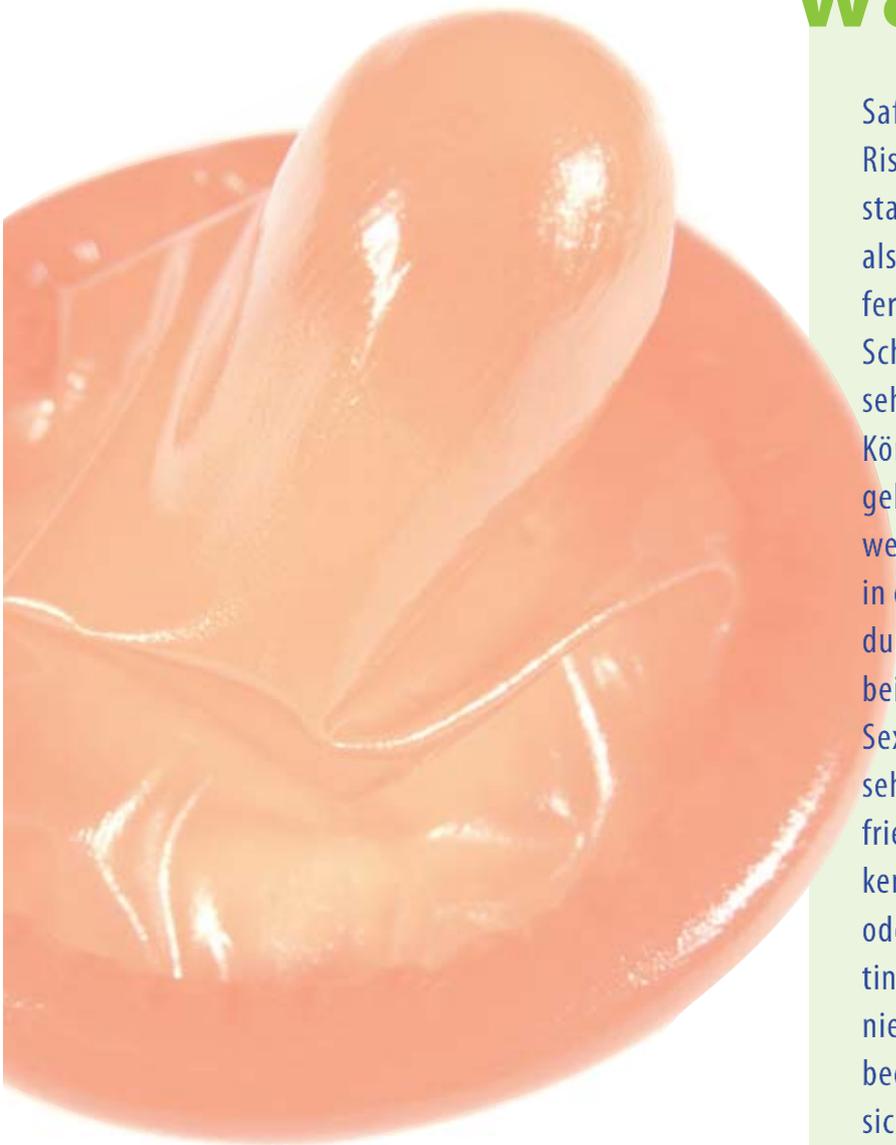
Die richtigen Schutzmaßnahmen (insbesondere Kondome) verhindern die Infektion bei Heterosexuellen ebenso wie bei Homosexuellen! Niemand ist also nur deswegen stärker

von Aids bedroht, weil er schwul ist. Nicht, was man ist, ist letztendlich entscheidend, sondern was man tut. Und das gilt für alle Menschen, unabhängig von ihrer sexuellen Orientierung.

## Safer Sex – was ist das?

Safer Sex ist Sexualität, bei der das Risiko, Krankheiten zu übertragen, stark verringert ist. Safer Sex schützt also auch vor einer HIV-Infektion. Safer Sex heißt, dass Samenflüssigkeit, Scheidenflüssigkeit und Blut (auch in sehr geringen Mengen) nicht in den Körper der Partnerin oder des Partners gelangen dürfen. Das kann erreicht werden durch Sex ohne „Eindringen“ in den Partner oder die Partnerin oder durch die Benutzung von Kondomen beim Sexualverkehr.

Sexualität und damit Safer Sex haben sehr viele Möglichkeiten, Lust und Befriedigung zu erleben und zu schenken. Dazu gehört zärtliches Streicheln oder Massieren ebenso wie z. B. Petting. Übrigens: Durch Küsse kann sich niemand mit HIV anstecken. Safer Sex bedeutet also auch, sich gemeinsam sicher zu fühlen. Und Sexualität mit gegenseitiger Rücksichtnahme und viel Zärtlichkeit zu erleben und zu genießen: Küssen, Schmusen, Anfassen, Streicheln und vieles mehr.



## Wer versteckt leben muss, hat weniger Unterstützung und Informationsmöglichkeiten

### *Lesbische Mädchen weniger gefährdet*

Lesbisch liebende Mädchen und Frauen sind sehr viel weniger HIV-gefährdet, weil die Hauptübertragungswege (Anal-/Vaginalverkehr) des Virus beim Sexualkontakt zwischen zwei Frauen keine große Rolle spielen. Hauptsächlich beim Oralverkehr mit einer HIV-infizierten Frau könnte eine Infektion stattfinden – ein als gering einzustufendes Risiko. Während der Menstruation ist das Risiko einer Ansteckung erhöht.

### *Unsicherheit führt zu erhöhtem Risiko*

Vor allem Jugendliche mit gelegentlichem homosexuellem Verhalten sind also stärker bedroht, da sie sich über ihre Orientierung noch nicht im Klaren sind und sich dagegen sträuben, homosexuell zu sein. Sie können oft mit niemandem über ihr Verhalten reden und erhalten deshalb entsprechend weniger Unterstützung, Information und Beratung. Die Familie weiß meist nichts davon oder will nichts wissen. Freunde, die zur Seite stehen könnten, existieren häufig auch noch nicht. Broschüren, Gruppen- und Beratungsangebote der Homosexuellenszene oder der Aids-Hilfe werden nicht angenommen, weil sich diese Jugendlichen ja selbst nicht als homosexuell erleben.

### *Offen miteinander reden kann unterstützen*

Trotzdem haben sie sexuelle Kontakte zu anderen Jungen und Männern, von denen sie jedoch oft nur wenig wissen. Sie suchen und genießen dann zwar den Sex, achten aber vielleicht nicht genug auf den notwendigen Schutz vor Ansteckung: entweder auf Grund mangelnden Wissens oder Selbstwertgefühls, weil sie ungeübt sind, die eigenen Interessen wichtig zu nehmen und durchzusetzen. Hinzu kommt, dass der unsichere Jugendliche sich nicht als sexuell unerfahren blamieren will, und die im Jugendalter typische Gefahrenblindheit und Unbekümmertheit (gepaart mit Neugier) können zur Einstellung „Mich wird es schon nicht treffen!“ führen.

Dieses Risiko kann sehr wirksam gemindert werden, wenn Heranwachsende in akzeptierender Umgebung ihre sexuelle Orientierung finden können und dabei genügend offenen Kontakt zu vertrauten Personen haben. Eltern spielen hier eine wesentliche Rolle!



Die  
**Anfänge** des  
**Coming-**  
**out**

„Allmählich habe ich gemerkt, dass ich irgendwie anders war als die meisten Jungen in meiner Klasse. Nach ihren Erzählungen hatten sie schon unheimlich duftige Sachen mit Mädchen gemacht, und die Mehrheit hatte eine Freundin. Als ein Schulfreund mal bei mir zu Besuch war und er von irgendwelchen Knuddeleien mit einem Mädchen erzählte, fühlte ich mich total beschissen. Er redete von Mädchen, großen Busen und so, und ich lag neben ihm und hätte nichts lieber getan, als ihn anzufassen und ihn zu streicheln. Aber die Angst und Unsicherheit waren natürlich zu groß, als dass ich es auch nur versucht hätte. In der nächsten Zeit war ich ziemlich down, weil ich mir nicht darüber klar war, was mit mir los ist.“

*(Peter B., 21 Jahre)*

### **„Das Gefühl als Kreis in einer Welt von Quadraten zu leben“**

„Ich fühlte mich allein und anders als die anderen. So verschieden wie ein Kreis in einer Welt von Quadraten! Ich passte einfach nirgendwo hinein.

Keiner schien derartige Gefühle zu haben wie ich. Erst dachte ich, die Gefühle würden weggehen, wenn ich sie ignoriere. Aber sie wurden nur immer stärker.“

*(Biggi D., 18 Jahre)*

## Keine eindeutigen Zeichen

32 Es ist recht unterschiedlich, wann Kinder oder Jugendliche (und ihre Eltern oder andere Erwachsene) merken, ob sie homosexuell sind, denn dafür gibt es kaum „eindeutige“ Hinweise.

Kinder und Jugendliche gehen oft auf Entdeckungsreisen – auch zum eigenen oder anderen Geschlecht. Das sind wichtige Erfahrungen zum selbstbestimmten Umgang mit der eigenen Sexualität.

## „Homosexuelle Durchgangsphase“

Das gilt auch für die so genannte – vor allem von Jungen erfahrene – „homosexuelle Durchgangsphase“, in der Verliebtheit und sexuelle Körperspiele sich vorwiegend auf das gleiche Geschlecht beziehen. Zweifel an den eigenen Gefühlen tauchen häufig erst auf, wenn bei den Freunden die homosexuellen Wünsche und Schwärmereien nachlassen und Beziehungen zum anderen Geschlecht wichtiger werden, bei sich selbst aber die Gefühle bleiben oder sich sogar noch verstärken.

# Coming-out

Coming-out bezeichnet den gesamten Prozess der Selbstwahrnehmung der sexuellen Orientierung und das „Herauskommen“ oder „Heraustreten“ aus dem (unfreiwilligen) Schweigen, der Isolation und dem nur „inneren Geschehen“.

Als „inneres“ Coming-out wird oft die erste Phase bezeichnet, in der jemand die eigenen Gefühle und Wünsche realistisch wahrnimmt und vor sich selbst anerkennt.

Das „äußere“ Coming-out ist die folgende Phase, in der das Schwul- oder Lesbischsein zunächst vertrauten Personen und später auch einem weiteren Kreis von Menschen bekannt wird. Der Coming-out-Prozess beginnt häufig in der Pubertät und kann viele Jahre dauern, bei manchen auch ein ganzes Leben lang. Manche Jugendliche, sogar Erwachsene, erleben nie ein Coming-out in diesem Sinne; in jedem Fall sind aber der Prozess der Selbstannahme und mutige Schritte nach außen stark von den erschwerenden oder unterstützenden Reaktionen der Umgebung abhängig. Coming-out ist etwas ganz anderes als der oft gehörte Begriff des „Outing“. Damit ist gemeint, dass jemand die sexuelle Orientierung eines anderen Menschen „veröffentlicht“, meist gegen den Willen des Betroffenen. Besonders Prominente sollen dadurch genötigt werden, öffentlich zu ihrer Homosexualität zu stehen, damit es auch anderen Menschen leichter fällt, zu ihrer sexuellen Orientierung zu stehen. Dies ist ein schwer wiegender Eingriff in die Privatsphäre anderer Menschen und grundsätzlich abzulehnen. Jedem muss selbst überlassen werden, wann und wie er oder sie sich gegenüber anderen zu seiner oder ihrer Homosexualität bekennt.

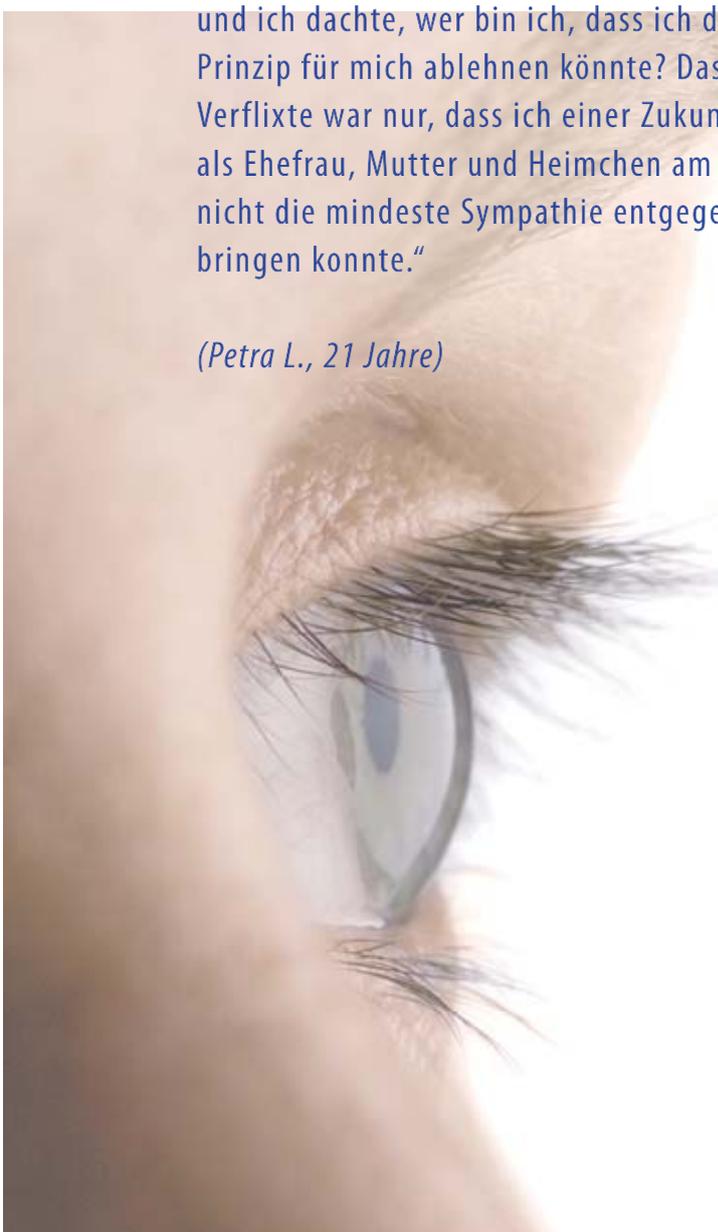
Plötzlich wächst ein manchmal intensives Gefühl der Fremdheit, das verunsichert oder sogar in eine Krise führt. Ob ein echtes Problem daraus wird, hängt stark davon ab, was die Jugendlichen über Homosexualität wissen und wie die Umgebung mit den unterschiedlichen Gefühlen umgeht.

„Über mein späteres Leben sprach Mutter beharrlich so, als ob es nur aus Haushalt und Familie besteht. ‚Wenn du erst verheiratet bist, Liebling‘, pflegte sie zu sagen, oder: ‚Sobald du Kinder hast ...‘ Heiraten und Familie gründen erschien mir wie der Teil einer durchgängig akzeptierten Norm, und ich dachte, wer bin ich, dass ich dieses Prinzip für mich ablehnen könnte? Das Verflixte war nur, dass ich einer Zukunft als Ehefrau, Mutter und Heimchen am Herd nicht die mindeste Sympathie entgegenbringen konnte.“

*(Petra L., 21 Jahre)*

„Ich ging zum Doktor, weil ich dachte, es sei biologisch irgendwas mit mir falsch. Sein Gesicht lief purpurrot an, als ich es ihm sagte. Er fragte mich, ob ich es meinen Eltern erzählt hätte. Ich sagte, nein, hätte ich nicht. ‚Dann lass es besser sein‘, meinte er, weil ‚viele Jungen haben so eine Phase, und das legt sich mit der Zeit. Da brauchst du deine Eltern gar nicht erst zu beunruhigen‘. Er war mehr um meine Eltern besorgt als um mich! Und ich fühlte mich kein bisschen besser, nachdem ich bei ihm gewesen war. Das Problem war, die Gefühle verschwanden nicht, die ‚Phase‘ ging nicht vorbei. Ich fühlte mich derart deprimiert, dass ich schließlich einen meiner Lehrer ansprach. Er schien verwirrt und fragte: ‚Spürst du denn überhaupt nichts gegenüber Mädchen?‘ Bevor ich antworten konnte, erzählte er mir, dass er mich einfach für zu schüchtern halte und ich deshalb wohl noch keine Freundin hätte. Im Grunde wollte ich doch bestimmt auch heiraten und eine Familie gründen und so. Würde ich mehr mit Mädchen ausgehen, dann würde meine Angst vor ihnen sicher verschwinden. Dabei hatte ich nichts davon gesagt, dass ich Angst vor Mädchen hätte. Ich hatte keine Angst vor Mädchen ...“

*(Jürgen P., 18 Jahre)*



Solche Erfahrungen der Jugendlichen mit ihrer direkten Umgebung sind leider auch heute noch anzutreffen.

*Die meisten Eltern werden überrascht*

Vermindert werden solche Erfahrungen, wenn Eltern und Erzieher sich frühzeitig mit Sexualität – also auch mit Homosexualität – auseinandergesetzt haben, wenn sie Informationen aufgenommen, Vorurteile abgelegt und sich zumindest einmal Gedanken gemacht haben, wie es wäre, wenn ihr eigenes Kind eine andere sexuelle Orientierung entwickelte.

Die meisten Eltern werden jedoch von den homosexuellen Neigungen ihres Kindes überrascht. Oft nehmen Eltern vorher allenfalls wahr, dass sich ihr Kind „irgendwie“ verändert hat.

„Peter war eigentlich immer ein aufgewecktes, fröhliches Kind. Alle mochten ihn gern, weil er auf Menschen zuging. Schüchternheit kannte er nicht. Diese gewinnende Art hat er von meinem Mann, einem sehr geselligen und offenerzigen Menschen, geerbt. Auch äußerlich ähneln sie sich sehr. Mein Mann ist ein Typ wie Robert Redford. Beide waren richtige Sonnyboys. Deshalb waren wir auch so überrascht und gleichzeitig verunsichert, als Peter mit 14 oder 15 Jahren zusehends stiller wurde. Er ging immer seltener zum Sport, interessierte sich plötzlich mehr für Musik und Bücher. Er zog sich stundenlang in sein Zimmer zurück, las oder hörte Schallplatten. Wenn wir

Besuch hatten, ließ er sich nicht mehr blicken. Er kapselte sich regelrecht ab.

Natürlich machten wir uns Gedanken, sprachen ihn darauf an. Doch er gab uns nie eine wirkliche Antwort, redete sich meist nur heraus. Heute weiß ich, dass er in dieser Zeit zum ersten Mal spürte, dass ihn Jungen mehr anzogen als Mädchen. Mit seiner Musik und seinen Büchern versuchte er, mit den auftauchenden Problemen fertig zu werden. Doch von alledem ahnten und wussten wir damals nichts. Wir waren einfach nur besorgt. Anfangs hielten wir es nur für eine normale Pubertätserscheinung. Doch als es immer schlimmer wurde, beschloss ich, mit meinem Sohn zu sprechen, richtig ernsthaft und in Ruhe. Damit hab ich damals alles falsch gemacht. Peter fühlte sich durch mein Insistieren nur noch mehr unter Druck gesetzt, wurde zunehmend introvertierter. Die Folge war, dass ich an das Kind überhaupt nicht mehr herankam. Er ging mir regelrecht aus dem Weg, zeigte fast schon auf beleidigende Art, dass er mit mir nicht zusammen sein wollte. Freunde hatte er in dieser Zeit kaum, jedenfalls besuchte ihn niemand mehr. Ich habe damals aufgegeben, nicht mehr auf ihn eingeredet. Ich wollte ihm Zeit lassen, von selbst zu kommen, ließ ihn jedoch wissen, dass ich immer für ihn da wäre. Es dauerte ungefähr ein Jahr, bis er es wohl nicht mehr aushielt. An einem Abend in seinem Zimmer gestand er mir, dass er glaube, homosexuell zu sein.“

*(Gerlinde, 46 Jahre)*

### *Homosexuelle Orientierung wird nicht erwartet*

Oft ist also unklar, warum sich ein Kind so verändert, entweder aggressiver wird oder sich völlig zurückzieht. Manches wird zunächst den „ganz normalen Pubertätserscheinungen“ zugeschrieben, von denen die Eltern wissen, dass sie mit der emotionalen Umbruchsituation, mit der Loslösung von zu Hause und der

## **Jugendliche mit homosexuellen Neigungen erleben sich als Störfall**

Suche nach neuen Orientierungen zu tun haben. Doch wenn die Schwierigkeiten zu groß werden oder lange anhalten, tauchen in der Phantasie alle möglichen Ursachen auf, „von denen man schon mal gehört hat“: Drogengebrauch oder auch Mitgliedschaft in einer Sekte oder ...? Die Möglichkeit der homosexuellen Orientierung wird meist nicht in Betracht gezogen.

### *Spannungen in der ganzen Familie*

Nicht selten führen Konflikte mit dem Kind zu Spannungen in der ganzen Familie oder im engeren persönlichen Umfeld. Die Atmosphäre wird gereizter, die Spannungen wachsen, auch zwischen den Erwachsenen – meist den Eltern –, weil der Vorwurf nahe liegt, dass „falsche Erziehung“ die Ursache sei.

Erste Erklärungsmuster verhärten sich schnell zu scheinbaren Gewissheiten, und die Situation ist festgefahren. In solchen Situationen hilft alles, was Entlastung schafft, was Nachdenken ermöglicht. Vielleicht erst mal durch Distanz, durch Loslassen – sowohl voneinander als auch von den Erklärungsversuchen und Schuldzuweisungen. Es hilft, sich bewusst vor Augen zu führen, dass weder Kind noch Eltern „aus heiterem Himmel“ oder aus Böswilligkeit Störungen verursachen. Meist steckt eine echte Not dahinter, die nicht sofort sichtbar wird, weil sie mit sehr persönlichen Dingen zu tun hat.

Ein Junge oder Mädchen mit homosexuellen Neigungen erlebt sich oft im Kreis der Bezugspersonen als „Störfall“. Eltern haben es oft schwer, sich frei zu machen von der „Selbstverständlichkeit“, dass ihre Tochter sich für Jungen und ihr Sohn sich für Mädchen interessiert. Zwar erwarten nicht mehr alle den geradlinigen Lebensweg des „Verliebt – Verlobt – Verheiratet“, vielleicht sogar Enkelkinder. Eltern sind heute durchaus auf allerlei Überraschungen gefasst, die ihnen die Kinder bescheren – aber Homosexualität gehört selten dazu.

### *Wut, Trauer, Selbstzweifel*

Die Kinder spüren das, fürchten die Wut und Trauer der Mutter oder des Vaters, das Hin und Her der Vorwürfe und zerfleischenden Selbstzweifel, und halten sich deshalb meist sehr



lange mit Hinweisen auf ihre „anderen“ Gefühle zurück. Die Angst ist zu groß, unverstanden zu bleiben, nicht mehr geliebt zu werden, die Familie oder die Eltern auseinander zu bringen, vielleicht sogar ausgestoßen zu werden. Die meisten Jugendlichen versuchen zunächst, die Ahnung, das drohende Problem, „anders“ zu sein, mit sich selbst auszumachen, den Konflikt in sich zu verschließen, sich abzukapseln.

*„Mach, dass es nicht wahr ist!“*

Das „Coming-out“ („Herauskommen“) ist meist ein schmerzlicher, oft krisenhafter Prozess, verbunden mit viel Abwehr und vielen Versuchen, dem Problem aus dem Weg zu gehen – selten gleich ein entlastender und befreiender Schritt. Die eigenen Vorurteile sitzen tief und werden durch die Umgebung genährt. Die allzu üblichen Vorstellungen von Homosexuellen, die vielen Negativklischees, erschweren eine Annahme der eigenen Gefühle. Denn so zu sein wie z. B. die Tunte im Schwulenwitz oder die Männerhasserin, ist nicht gerade ein attraktives Selbstbild. Die Furcht ist groß, als unweiblich, unmännlich zu gelten.

*Schuldgefühle und Gewissenskonflikte*

Es entstehen häufig Schuldgefühle, wenn die erwartete „Normalität“ sich nicht einstellt. Die gleichgeschlechtliche Lust und das Verbot, ihr nachzugeben, haben dann Gewissenskonf-

likte zur Folge, die ungewisse Zukunft macht Angst.

### *Akzeptanz der eigenen Bedürfnisse*

Es geht bei solchen Konflikten nicht „nur“ um die sexuelle Identität und Akzeptanz der eigenen Bedürfnisse. Es geht ums Ganze, denn schnell sind Selbstbewusstsein und Selbstachtung zerstört. Es sei denn, es existieren schützende Rückzugsmöglichkeiten, und vor allem offene und liebevolle Beziehungen, in denen die Menschen der Umgebung so viel Zuwendung und Anerkennung geben, dass das eigene sexuelle „Anderssein“ damit aufbauend bewältigt werden kann. Doch das ist keine Selbstverständlichkeit.

## **Die meisten Jugendlichen versuchen zunächst, ihre homosexuellen Gefühle zu verdrängen**

Die meisten Jugendlichen versuchen, ihre sexuellen Gefühle und Gedanken zunächst zu verdrängen, stürzen sich in heterosexuelle Beziehungen oder versuchen Sexualität aus ihrem Leben auszuklammern.

Andere spielen ihren Mitmenschen etwas vor, verstellen sich und leben heimlich in Tagträumen, mit ihren Tagebüchern oder in gelegentlichen realen, versteckten Begegnungen ihre Sehnsüchte aus. Aber das ist auf Dauer kaum auszuhalten.

„Eigentlich war ich keine Kirchgängerin, vielleicht ein bisschen religiös noch, aber gebetet hatte ich schon lange nicht mehr. Doch als es immer mehr zur Gewissheit wurde, als kein Verleugnen, Verdrängen, kein selbst verschriebener Umpolungsprozess mehr half, habe ich nur noch gebetet: ‚Lieber Gott, mach, dass es nicht wahr ist!‘ Ich habe mich in der Straßenbahn dabei erwischt, laut und vernehmlich vor mich hin zu reden, in Gedanken versunken: ‚Nein, nein!‘ Ich hab mich tierisch erschrocken danach. Aber es ging mir nicht aus dem Kopf: Irgendeine äußere Macht, Gott, sollte mir helfen. Ich versprach dem Himmel alles Mögliche, wenn er nur macht, dass ich normal bin, diese quälende Leidenschaft loswerde, die ich anderen Frauen gegenüber verspürte. Die Haltung der Kirche kannte ich: Nachsichtig soll man mit mir umgehen, denn schließlich könne ich nichts für mein Schicksal. Ich hörte es während einer Diskussion im Fernsehen. Nur ausleben dürfte ich das nicht, denn auch nicht jede Kleptomantin dürfe ihrer Neigung nachkommen und einfach andere beklauen. ‚Stimmt‘, sagte mein Vater damals, und damit wusste ich, dass sie alle zusammenhalten. Ich hätte ihnen den Hals umdrehen können, bin rausgelaufen. Und dann war es wieder da, das quälende Gefühl, vielleicht doch nichts wert zu sein, einer Laune der Natur zum Opfer gefallen zu sein – angewiesen auf die Barmherzigkeit anderer – wie ein Behinderter.“

*(Gabi, 19 Jahre)*

Oder sie führen ein Doppelleben in zwei Welten, die voneinander streng getrennt sind. Natürlich schließt das langfristige ganzheitliche Liebesbeziehungen aus. Die können erst gar nicht entstehen, so dass sexuelle Kontakte dann auf schnelle Begegnungen beschränkt bleiben.

### *Vermeidung schädigt Selbstwertgefühl*

Alle diese Vermeidungsformen bleiben also unbefriedigend, schädigen das Selbstwertgefühl zunehmend, verstärken die innere Zerrissenheit. Je nach Persönlichkeit leidet der Körper, die Seele, leiden die Beziehungen, sind Süchte und Depressionen möglich. Wie wir heute wissen, steigt leider auch die Gefahr sehr stark, sich selbst das Leben nehmen zu wollen.

## **Je nach Persönlichkeit leiden Körper und Seele**

„Zwei Jahre war ich mit Ulla zusammen. Niemand ahnte etwas davon und wir hatten beide panische Angst davor, entdeckt zu werden. Ich wusste, diese Freundschaft war genau das Richtige für mich, aber der pausenlose Druck von Familie und Kollegen machte uns zu schaffen. Unser Selbstbewusstsein war nicht ausreichend, um möglichen Diskriminierungen standzuhalten. Daran lag es wohl auch, dass ich nach unserer Trennung versuchte, wieder ein ‚normales‘ Leben zu führen. Ich ließ mich mit einem Kollegen ein, der schon lange um mich als ‚Ungebundene‘ warb. Diese

Beziehung war die Hölle. Ich wusste ja, wo meine wahren Bedürfnisse liegen, aber ich zwang mich, mit einem Mann zusammen zu sein. Diese Zwickmühle zerstörte mich vollkommen. Im Januar 1979 wurde ich mit einem Nervenzusammenbruch in die Psychiatrie eingeliefert, und erst dort machte mir die Ärztin klar, wie sinnlos mein Verhalten war.“

*(Angelika)*

Aber es gibt immer häufiger auch andere Erfahrungen:

„In unserer Schülergruppe sind eine ganze Menge Jugendliche, denen das längst nicht mehr so schwer fiel. Mir stinkt sowieso, dass immer nur über Diskriminierung und Angst geredet wird, als ob wir Lesben ständig nur zu Hause sitzen und ins Kissen weinen! Es kommt doch darauf an, was man draus macht!“

*(Silvia)*





**Vor  
sich  
und  
anderen  
bestehen**

**G**lücklicherweise wird heute Homosexualität immer öfter als das angesehen, was sie ist: eine Spielart von Liebe und Sexualität, die zwar gängige Vorstellungen durcheinander bringt, aber von zunehmend mehr Menschen akzeptiert oder zumindest toleriert wird. Jugendliche mit homosexuellen Impulsen hören, lesen, sehen heute immer wieder, dass sie nicht krank sind, nicht schuldig, nicht vom Schicksal geschlagen und ausgesetzt. Jede aufklärende Fernsehsendung, jeder informierte Lehrer, jeder Hinweis durch geschulte Jugendberater, vor allem aber aufgeklärte und liebende Eltern verstärken die Chance, dass auch homosexuelle Jugendliche die Achtung vor sich selbst und die Anerkennung durch andere nicht verlieren.

„Mein Sohn hatte folgendes Erlebnis: Die Lehrerin kam nach der Pause in die Klasse und schrieb an die Tafel: ‚Du schwule Sau‘. Dann setzte sie sich hin und harpte der Dinge, die da kamen. Natürlich erst Gekicher, Verunsicherung und alles Mögliche, denn das war natürlich eine Provokation. Und dann fragte ein Schüler: ‚Ja, was soll das denn?‘, und da sagte sie: ‚Ja, das wollte ich euch jetzt fragen, das habe ich gerade gelesen, an die Wand geschmiert.‘ Es war, glaube ich, die Kunstlehrerin, und mein

Sohn war damals zwischen 14 und 16, es war also zu einer Zeit, wo wir es noch nicht wussten, er aber bereits für sich; und dieses offene Umgehen, die Diskussion, die dann folgte, das hat ihm viel geholfen.“

*(Ruth, Mutter eines 28-jährigen schwulen Sohnes)*

Jugendliche, die auf diese Weise ihr Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl stärken konnten, finden viel bessere Freunde oder Freundinnen, denen sie sich anvertrauen können, finden die notwendigen Informationen über Homosexualität, die sie stützen, und über gesundheitliche Gefährdungen, vor denen sie sich dann schützen können.

### *Ein neues Leben beginnen*

Nicht von ungefähr ziehen manche Jugendliche so schnell wie möglich in eine größere Stadt, in der es mehr Möglichkeiten der Bestätigung und „Luft zum Leben“ gibt als in dem Dorf oder der Kleinstadt, in der sie aufgewachsen sind. Das heißt oft auch Abschied von der Familie und der vertrauten Umgebung, heißt manchmal, ein neues Leben anzufangen, das den eigenen Bedürfnissen besser gerecht wird.

Die Menschen, die diesen Weg gehen, nehmen viel auf sich, um ihre sexuelle Identität zu finden und zu leben. Sie müssen sich auseinandersetzen mit oft höhnischen Reaktionen einer heterosexuellen Umgebung, in der nicht vorkommen darf, dass sich ein Mädchen zu einem Mädchen und ein Junge zu einem Jungen hingezogen fühlt.

### *Akzeptanz für männliche Homosexualität wächst schneller*

Weil es Männern in unserer Gesellschaft leichter fällt als Frauen, ihre – wenn auch andere – Lebensweise offensiv zu vertreten, wächst die Akzeptanz für männliches homosexuelles Verhalten heute noch schneller als Freiräume für lesbische Mädchen.

Frauencafés, Frauenhäuser und Räume für Mädchen in Jugendzentren werden noch immer von vielen Jungen und Männern als eine Bedrohung für sich selbst empfunden. Coming-out-Gruppen für lesbische Mädchen sind seltener als die für schwule Jungen. Lesben sind in unserer Gesellschaft immer noch weniger sichtbar, es gibt weniger sichtbare Vorbilder für Mädchen, an denen sie sich im Coming-out orientieren könnten.

Jungen haben eher einmal die Möglichkeit, sich an Medienstars oder auch Personen aus ihrer direkten Umgebung zu orientieren. Zunehmend kommen schwule Mitarbeiter der Aids-Hilfe in Schulen und zeigen sich

so, wie sie wirklich sind und leben: als „richtige Männer“, die als Angehörige einer Minderheit oft mehr Sensibilität für die Problemseite des Lebens mitbringen, aber ansonsten genauso lebenslustig, unternehmungsfreudig und aner kennenswert sind wie „Heteromänner“.



### *Wie sag ich's meinen Eltern?*

Die „Veröffentlichung“ ihres bis dahin oft ängstlich gehüteten Geheimnisses vor den Eltern ist für homosexuelle Jugendliche ein besonderes Thema. Es sei denn, die Eltern haben schon seit längerem überhaupt keine Bedeutung mehr für sie. Das ist aber selten. Ob und wann jemand die Eltern ins Vertrauen zieht, hängt ab von der Beziehung zwischen Eltern und Kindern, von der bisherigen Art, wie in der Familie über Sexuelles, also auch

über Homosexualität, geredet wurde. Allgemein also vom bisherigen Klima bei der Bewältigung persönlicher Konflikte.

→ Manche sehen überhaupt keine Chance, sich zu öffnen. Sie ziehen entsprechend die Konsequenzen, indem sie z. B. den Kontakt stark reduzieren oder abbrechen.

→ Einige reden mit ihren Eltern, sobald ihnen bewusst wird, dass sie über ihre sexuelle Orientierung unsicher geworden sind. Das ist vor allem dann der Fall, wenn die Beziehung zu den Eltern sehr positiv ist und bisher schon viel über die sexuelle Entwicklung der Kinder gesprochen wurde. Dann kann auch der schwierige Weg des Coming-out gemeinsam gegangen werden.

## Homosexualität als akzeptierte Spielart der Sexualität

Die Eltern stehen der Homosexualität akzeptierend gegenüber und haben diese Haltung, auch ohne konkret von ihrem Kind zu wissen, bereits ausgestrahlt. Sie stehen unterstützend zur Seite, wenn Probleme auftreten. Die Jugendlichen können sorgsam ihren Gefühlen und Wünschen nachspüren. Sie können eigene Erfahrungen machen, was ihnen gut tut und in welcher Lebensweise sie selbst meinen, glücklich zu werden. Doch solche „idealen“ Bedingungen sind selten.

→ Jungen und Mädchen, die sich ihrer Gefühle noch nicht ganz sicher sind, müssen im Gegenteil öfter damit rechnen, dass die Eltern die beim Kind gespürten Zweifel noch verstärken. Dies in der Hoffnung, dass das Ganze doch nur eine vorübergehende Phase bleibt und sich bald wieder „auswächst“. Das führt jedoch nur tiefer in die Krise, weil damit die ohnehin vorhandenen Tendenzen verstärkt werden, um jeden Preis so zu fühlen wie andere – ein Wunsch, der die Gefühle und Sehnsüchte noch stärker knebelt.

→ Andere Jungen oder Mädchen öffnen sich – und das ist schon wahrscheinlicher –, wenn sie sich ihrer Neigung relativ sicher sind und es nicht mehr länger aushalten, den wichtigsten Teil ihrer Gefühle vor den Eltern geheim zu halten. Vielleicht in einem Moment, in dem sie sich schwach und hilfsbedürftig fühlen und besonders Zuspruch und Akzeptanz benötigen. Das ist dann der Fall, wenn das Gefühl da ist, sich den Eltern in Krisensituationen anvertrauen zu können. Der Ausgang dieses Vertrauensbeweises ist dabei allerdings ungewiss. Manchmal sind die Eltern so vor den Kopf gestoßen, dass ihre grundsätzlich fürsorgliche und solidarische Haltung von dem ungewohnten Thema zunächst verdrängt wird. Gut ist, wenn sie dann beides äußern können: den Schmerz, den Zweifel und gleichzeitig die Bereitschaft, auch dann noch zu unterstützen und „da zu sein“.



## **Sich den Eltern zu offenbaren hat eine besondere Bedeutung**

→ Die meisten informieren ihre Eltern erst dann, wenn sie bereits mit sich selbst im Reinen sind, wenn sie sich ihrer Orientierung sicher fühlen und stark genug sind, die Familie damit zu konfrontieren. Dann haben sie schon eine große Leistung vollbracht: nämlich sich selbst durch die Zweifel, Ablehnungen und Widerstände durchzukämpfen und trotzdem den Kopf oben zu behalten. Oft erhalten sie dann schon Unterstützung von Freunden und hoffen jetzt vertrauensvoll auf weiteren Rückhalt bei den Eltern. Sie sind dann natürlich sehr enttäuscht, wenn ihr Vertrauensbeweis als Provokation verstanden wird.

→ Manche bringen zum Gespräch mit den Eltern eine vertraute Person mit, die bereits eingeweiht ist, um nicht ganz alleine mit den Reaktionen fertig werden zu müssen. Oder sie bitten eine Person ihres Vertrauens, die auch von den Eltern geachtet wird, die Nachricht vom „Anderssein“ zu übermitteln.

→ Einige erklären sich nicht im direkten Gespräch, sondern durch einen Brief, um den Eltern und sich selbst Zeit zu geben, bevor eine persönliche Begegnung stattfindet.

Die möglichen Wege sind sehr verschieden. Für Eltern ist in jedem Fall wichtig zu wissen: Das Kind will nicht verletzen, sondern es will mehr Nähe zu den Menschen, die ihm wichtig sind.

# Was machen die eigentlich im Bett?

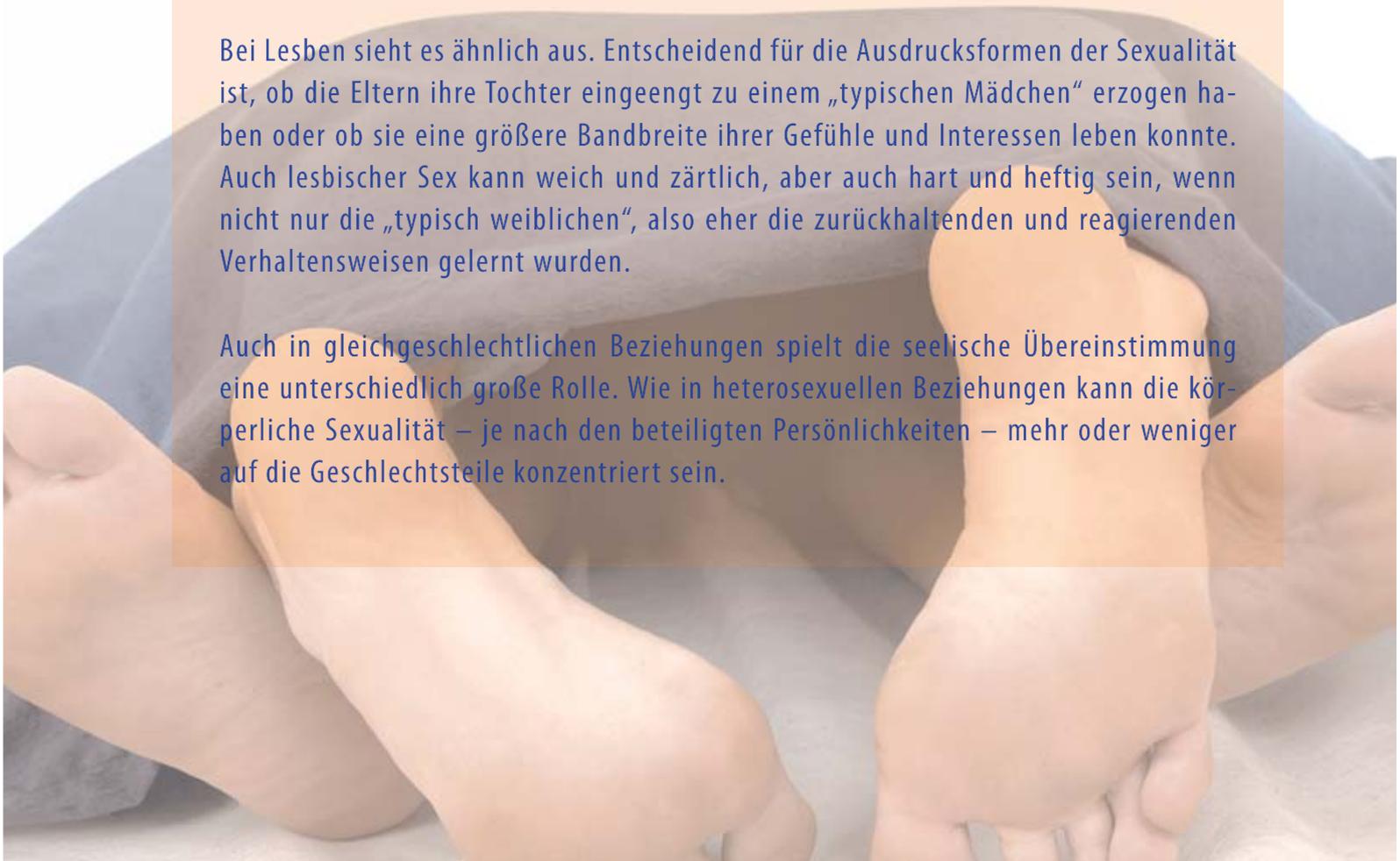
45

Auch für Schwule und Lesben gibt es keine fest gefügten Regeln für den Sex. Einerseits macht es Angst, wenn kaum Verhaltensmuster zur Verfügung stehen, an denen sich jemand orientieren kann, andererseits sind die eigene Phantasie und Entdeckerlust gefragt, weil es kein festgelegtes „Programm“ gibt.

So ist es möglich, die ganze Vielfalt der Ausdrucksformen zu nutzen – von der ausgedehnten Zärtlichkeit, der Liebkosung des ganzen Körpers, vom Küssen, Streicheln, Sich-Reiben bis zur heftigen leidenschaftlichen und impulsiven Aktivität. Weit verbreitet und meist lustvoll kultiviert ist das manuelle Stimulieren sowie der Oralverkehr. Viele, aber längst nicht alle Schwulen – vor allem wenige Jugendliche – praktizieren Analverkehr. Auch für viele Heterosexuelle gehört Analverkehr im Übrigen zu ihrer Sexualität. Langfristige Beziehungen können mehr Vielfalt und Buntheit der körperlichen Begegnung erfahren lassen und kultivieren. Kurzfristige Begegnungen sind oft aufregend, lassen aber weniger Raum für intensive Erfahrungen, die sich aus Körper und Seele zusammensetzen. Aber sie werden häufig gelebt, vor allem auch, wenn vieles geheim ablaufen und organisiert werden muss. Zufallsbekanntschaften spielen dabei oft eine Rolle – aber auch das gibt es nicht nur bei Schwulen.

Bei Lesben sieht es ähnlich aus. Entscheidend für die Ausdrucksformen der Sexualität ist, ob die Eltern ihre Tochter eingengt zu einem „typischen Mädchen“ erzogen haben oder ob sie eine größere Bandbreite ihrer Gefühle und Interessen leben konnte. Auch lesbischer Sex kann weich und zärtlich, aber auch hart und heftig sein, wenn nicht nur die „typisch weiblichen“, also eher die zurückhaltenden und reagierenden Verhaltensweisen gelernt wurden.

Auch in gleichgeschlechtlichen Beziehungen spielt die seelische Übereinstimmung eine unterschiedlich große Rolle. Wie in heterosexuellen Beziehungen kann die körperliche Sexualität – je nach den beteiligten Persönlichkeiten – mehr oder weniger auf die Geschlechtssteile konzentriert sein.





**„Hilfe,  
mein  
Kind ist  
homosexuell“**

**A**uch die Eltern erleben nach der Nachricht (oder vielleicht auch schon vorher) ein „Coming-out“. Das heißt, dass sie sich zunächst selbst mit der neuen Situation beschäftigen müssen, die Eltern eines (wahrscheinlich) homosexuellen Kindes zu sein.

### *Phasen der Verarbeitung*

Auch bei ihnen gibt es Phasen der Verarbeitung, die unterschiedlich schnell durchlaufen werden. Wer bereits die eine oder andere persönliche Krise durchgestanden hat, ist meist sensibler gegenüber enttäuschten eigenen Erwartungen und kann besser mit der unerwarteten Nachricht umgehen. Und: Je weniger Erwartungen Eltern an ihre Kinder in diesem Bereich haben, desto leichter wird es ihnen fallen, ihre Kinder zu akzeptieren, wie sie sind.

Nur wenige Eltern sind in der glücklichen Situation, sich langsam an den Gedanken gewöhnen zu können, dass ihre Kinder sich nicht in das vorgegebene Muster einpassen. Die meisten erleben die Offenbarung ganz unvorbereitet, oder es erfährt nur ein Elternteil.



**Eltern erleben die  
Offenbarung oft  
ganz unvorbereitet**

*„Meinem Mann habe ich von der ganzen Sache nichts erzählt“*

„Ehrlich gesagt, ich konnte das damals gar nicht richtig ernst nehmen, habe es mehr für eine Laune gehalten. Gründe sind mir genug eingefallen. Ich dachte zuerst an ein Mädchen. Vielleicht hat sie ihn abblitzen lassen, und Bernhard hat sich deshalb in diese Geschichte hineingesteigert. Oder er fürchtete sich, allein in seinen neuen Studienort zu gehen, und hat sich deshalb diesem Jungen angeschlossen. Dass er wirklich homosexuell sein könnte, nein, das erschien mir auch damals zu abwegig ... Meinem Mann habe ich von der ganzen Sache nichts erzählt. Er würde sich nur fürchterlich grämen. Auch möchte ich vermeiden, dass sonst irgendwer im Ort davon hört ... Äußerlich ist unser Familienleben völlig normal. Bernhard besucht uns regelmäßig in den Ferien. Natürlich muss er allein kommen. Ich habe ihm gesagt, dass wir seinen Freund nicht bei uns dulden. Bernhard hat mir daraufhin verraten, dass die Eltern des jungen Mannes nichts von alledem wissen. Sie würden es nicht akzeptieren, ihren Sohn bestimmt verstoßen. Ich fürchte, mein Mann würde ebenfalls so reagieren, wenn er Bescheid wüsste. Es wäre ein schrecklicher Schock für ihn. Deshalb darf er es nie erfahren. Natürlich wundert er sich, dass Bernhard noch nie über eine Freundin gesprochen hat. Aber ich habe ihm gesagt, dass er eben andere Interessen hat, viel lernen muss und gerne zum Sport geht.“

*(Erika, 48 Jahre)*

*„Ich möchte, dass mein Kind wieder lernt, sein Leben zu lieben“*

„Es ist doch nicht wichtig. Ob ein Mann eine Frau oder ein Mann einen Mann liebt, das ist unwesentlich. Liebe ist doch immer schön, schlimm ist nur der Hass. Ich möchte, dass mein Kind wieder lernt, sein Leben zu lieben. Natürlich habe ich daran gedacht, dass ich nie Enkelkinder bekommen werde. Es gehen einem so viele Träume durch den Kopf, die dann wie Seifenblasen zerplatzen. Aber es gibt Schlimmeres.“

*(Margarethe, 54 Jahre)*

*„Ich habe an Reife und Einsicht dazugewonnen“*

„Ich wünsche allen, die hinter vorgehaltener Hand über Homosexuelle herziehen, ein schwules Kind. Dann werden sie sehen, dass ihr eigener Sohn derselbe geblieben ist, auch, wenn er lieber mit einem Mann sein Bett teilt als mit einer Frau. Reicht das, um ihn zu verurteilen? Wie traurig, wenn in dieser Welt alle gleich empfinden müssen, um geliebt und anerkannt zu werden. Mich hat die Erfahrung mit Dirk jedenfalls aufgerüttelt. Ich bin einen schweren Weg gegangen. Aber ich habe an Reife und Einsicht dazugewonnen. Heute bin ich viel aufgeschlossener geworden. Ich be- und verurteile nicht mehr so schnell. Erst will ich genau wissen, was sich dahinter verbirgt, bevor ich mir ein Urteil erlaube.“

*(Sigrid, 52 Jahre)*



Wenn es Ihnen als erwachsene Bezugsperson gelungen ist, ein vertrauensvolles Verhältnis zu Ihren Kindern aufzubauen, dann wissen diese, dass sie mit allen Fragen zu Ihnen kommen können. Im Idealfall sind Sie und Ihre Kinder von Beginn an auch über sexuelle Dinge im Gespräch.

Das beginnt bei der Entdeckung und Bezeichnung der Geschlechtsteile, der Frage, wie Kinder entstehen, wie, wann und warum die Eltern miteinander zärtlich sind, reicht über die Zeit der Pubertät bis zu Beziehungsfragen von Anmache, Eifersucht und Trennungsschmerz.

### *Bereit sein, hinzuhören*

Das Fragen und Antworten ist dann oft ein gegenseitiger Prozess. Wenn Eltern bereit sind, hinzuhören, sich einzufühlen, ihre Meinung zu sagen und doch zu akzeptieren, wenn das Kind sich anders verhält, lernen beide Seiten voneinander. Dann ist es auch möglich, dass die Initiative mal von den Eltern und mal von den Kindern ausgeht, ohne dass sich jemand ausgefragt oder bedrängt fühlt.

Auch die Frage nach der sexuellen Orientierung kann dann dazugehören. Anlässe dazu gibt es genug. Die frühkindlichen Mann-Frau-Rollenspiele können durchaus mit der Bemerkung begleitet werden, dass es auch möglich ist, als Frau mit einer Frau und als Mann mit einem Mann zärtlich zu sein und zusammenzuleben.

Fast jedes Kind lernt die Begriffe „schwul“ oder „lesbisch“ oft zunächst als Schimpfworte kennen und ist neugierig, was eigentlich damit gemeint ist. Die Meinung der Eltern ist dabei sicher nicht unwesentlich. Selbst wenn sie die Abwertungen von Homosexualität nicht aus der Welt schaffen, können sachliche, besser aber freundliche Hinweise auf die Normalität schwuler und lesbischer Beziehungen die Kinder zum Nachdenken bringen.

Wenn Kinder wissen, dass wenigstens ihre Eltern nicht über Homosexuelle witzeln oder abfällig reden, sind sie eher bereit, ihre eigene Unsicherheit mit der sexuellen Orientierung mitzuteilen.

### *Das Thema von sich aus ansprechen?*

Dann ist es auch umgekehrt möglich, als Erwachsener das Thema von sich aus anzusprechen, wenn das eigene Gefühl oder ein bestimmtes Verhalten dazu Anlass gibt. Die sexuelle Orientierung gehört allerdings besonders in der Phase der Unsicherheit zu den intimsten Themen eines Menschen. Nicht nur Kinder sind dabei besonders verletzlich. Plumpes Nachfragen oder gar besorgtes Drängen kann „die Tür zuschlagen“ und eine vielleicht zuvor durchaus offene Gesprächsatmosphäre über Sexualität beenden. Vor allem merken Kinder sofort, ob hinter einer Frage in diese Richtung ernst gemeintes Interesse oder Angst und Ablehnung stecken.

Und außerdem: Selten sind die Signale eindeutig, wenn Kinder mit der Frage beschäftigt sind, ob sie sich mehr zum eigenen oder zum anderen Geschlecht hingezogen fühlen. Desinteresse am anderen Geschlecht kann tatsächlich auch bedeuten, dass Sport einfach wichtiger ist; und selbst homosexuelle Handlungen unter Jungen oder unter Mädchen haben oft nur wenig mit einer grundsätzlichen homosexuellen Orientierung zu tun.

Meist ist es besser, zunächst mit guten Freunden über die Situation zu reden, bevor sie mit dem eigenen Kind zum Thema gemacht wird. Das hilft, die richtige Grundeinstellung, den richtigen Zeitpunkt und Ton zu finden.

### *Was tun, wenn das Kind sich aussprechen will?*

Die auf den vorigen Seiten geschilderten Stufen der Reaktion von Eltern auf die mögliche Homosexualität ihrer Kinder beruhen auf Erfahrungen, die von Kindern und von Beraterinnen und Beratern berichtet wurden. Sie werden nicht von allen Eltern in gleicher Weise oder gar in einer festen Reihenfolge erlebt. Und doch können alle Reaktionsweisen irgendwann einmal eine Rolle spielen. Die Bandbreite kann von umfassendem Akzeptieren bis zu völliger Ablehnung reichen.

Wie heftig die einzelnen Reaktionsweisen erlebt werden, wie lange eine bestimmte Phase dauert und

## Es ist dasselbe Kind, das weiter liebt und geliebt werden möchte

vor allem, wie sich die Beziehung zwischen Eltern und Kind entwickelt, hängt viel von den Vorinformationen ab, die Eltern über Homosexualität haben. In jedem Fall lohnt es sich zu wissen, was eigentlich in den Eltern selbst, und was zwischen Eltern und Kindern vor sich geht, wenn die Situation real und akut geworden ist.

### *Verletzende Reaktionen sind manchmal unvermeidbar*

Erste Reaktionen kommen meist spontan, sind deswegen oft unüberlegt, wirken vielleicht verletzend. Die eigene Enttäuschung richtet sich gegen das Kind, auch wenn das überhaupt nicht so gemeint ist. Das ist nicht immer zu vermeiden, weil Eltern auch ein Recht auf Gefühle haben und keineswegs alles immer und sofort verstehen müssen.

Vielleicht ist der Kontakt erst einmal gestört, sogar abgebrochen. Manche Jugendliche verstehen das, sind vielleicht sogar darauf vorbereitet, weil sie ihre Eltern genau kennen. Sie geben ihnen eine Chance, die Gedanken und Gefühle zu sortieren und „die Fassung wieder zu bekommen“. Es ist wichtig, sich selbst und dem Kind eine gewisse Zeit zur Verarbeitung der neuen Situation zu geben. Wichtig ist der Schritt aufeinander zu, nach-

dem Eltern trotz widersprüchlicher Gefühle und Gedanken ihr Gleichgewicht wiedergefunden haben.

### *Im Kontakt miteinander bleiben*

Es gibt Eltern, die im ersten Affekt ihr Kind hinauswerfen – ein für allemal, wie sie es spontan fühlen – und diese Reaktion dann bereuen. Es ist ganz wichtig, den „Rausschmiss“ zurückzunehmen, sobald Zweifel aufkommen. Konsequenz um jeden Preis ist unmenschlich. Das entspricht nicht der Widersprüchlichkeit unserer Empfindungen und Reaktionen. Oft versuchen die Jugendlichen, den Kontakt wieder aufzunehmen, weil sie vielleicht schon stabiler sind als ihre Eltern. Es ist immer gut, darauf einzugehen, auch dann, wenn die eigene Verletzung noch stark gespürt wird.

Viele Eltern haben plötzlich das Gefühl, dass sich etwas Ungeheuerliches zwischen sie und die Kinder geschoben hat. Eine Barriere von Vorurteilen, Abwertungen, Ängsten über Homosexualität steht plötzlich vor Augen und vernebelt den Blick auf das eigene Kind. Dann ist es besonders wichtig, konkret hinzusehen und wahrzunehmen, dass es noch dasselbe Kind ist, das weiterhin liebt und geliebt werden möchte, das Schmerz und Freude empfindet, das (gerade jetzt!) Verständnis und Nähe braucht und sucht.



### *Sich für sein Kind entscheiden*

Eltern müssen sich entscheiden, was ihnen wichtiger ist: ihr eigenes Kind oder die Erfüllung der gesellschaftlichen Erwartung, dass Männer keine

## **Eltern brauchen Zeit und Geduld**

Männer und Frauen keine Frauen begehren und lieben dürfen. Die meisten lassen sich von ihren Gefühlen leiten und entscheiden sich für ihr Kind, für den Menschen in seiner Besonderheit. Das gelingt, wenn sie mit der Zeit gelernt haben, genau hinzuhören. Dann wachsen Einfühlung, Verständnis und auch Akzeptanz. Davon etwas mitzuteilen und die neue, vielleicht langsam wachsende Zuneigung zu zeigen, schafft eine gute Atmosphäre für ein Gespräch über die unterschiedlichen Erwartungen. Und die Chance, loszulassen von den eigenen Vorstellungen und den Erwartungen, dass sie von den Kindern genauso erfüllt werden.

### *Eltern müssen auch etwas für sich selbst tun!*

Enttäuschungen tun weh, der Abschied von eigenen Wunschvorstellungen über die Zukunft der Kinder macht traurig. Zweifel kommen auf, was möglicherweise schief gelaufen ist in der Vergangenheit. Und das oft wider besseres Wissen, denn inzwischen hat sich herumgesprochen, dass Homosexualität nicht gelernt wird oder ein „Fehler“ ist. Das nagt am eigenen Selbstwertgefühl, das auch nicht unabhängig ist von dem Urteil der Mitmenschen. Was denken die wohl über die Eltern eines schwulen oder lesbischen Kindes?

Wenn die Angst vor dem Urteil der anderen groß ist, hat es keinen Sinn, sich selbst zu viel zuzumuten, die Schritte ins Neuland zu groß zu machen. Wichtig ist in jedem Fall, mit dem Kind zu reden, nach allem zu fragen, was unklar ist. Also keine Ansprachen zu halten, sondern die eigenen Gedanken, Ängste, offenen Fragen mitzuteilen und richtig hinzu-

hören, sich erzählen zu lassen, damit die vielleicht fremde Lebens- und Liebeswelt näher rückt.

### *Mit anderen reden*

Manche Eltern machen gute Erfahrungen, wenn sie mit anderen Homosexuellen oder deren Eltern reden; vielleicht im Zusammenhang mit einer Beratungsstelle, den eigenen Bekannten oder auch mit Freunden des eigenen Kindes.

### *Sich informieren*

Genau wie der schwule Junge oder das lesbische Mädchen Unterstützung sucht, brauchen vielleicht auch die Eltern Hilfestellung, Informationen, Beratung und solidarischen Beistand. Viele Eltern fangen erst jetzt an, sich richtig über Homosexualität zu informieren. Sie wälzen Lexika, lesen Bücher, Broschüren, befragen Fachleute. Hilfreich ist, beides miteinander zu verbinden: selbst in Büchern, Broschüren oder im Internet nachzulesen und sich an einen Berater oder eine Beraterin zu wenden, um klärende Gespräche über die konkrete Situation zu führen.

### *Hilfe und Solidarität suchen*

Gesprächspartner, mit denen solche Fragen besprochen werden können, sind ein guter Freund oder eine gute Freundin, kann aber vor allem der Lebenspartner oder die -partnerin sein. Oft beginnen als erstes die

„Mittlerweile haben wir uns mit dem Thema abgefunden. Wir haben uns auch mit der Jugendgruppe hier in Mannheim getroffen. Dort war ein Junge, der so furchtbare Probleme mit seinen Eltern hatte. Der war damals neu in der Coming-out-Gruppe, erst 17, und die Eltern machten ihm die Hölle heiß. Er durfte nicht mehr ausgehen, weder in die Gruppe noch sonst wohin. Und wenn Jungen zu Hause anriefen, verbanden ihn die Eltern nicht. Mein Mann und ich, wir haben gleich gesagt, dass wir hier gern helfen möchten. Wenn es gut ist, fahren wir gleich hin und sprechen mit den Eltern. Wir sind genauso betroffen, man muss es akzeptieren. Wir haben auch dem Jungen empfohlen, ein Buch zu kaufen und den Eltern zu geben. Doch der Junge war ganz verzweifelt. Er sagte, dass sie eben nichts wissen wollten. Wir haben ihn gebeten: ‚Sag deinen Eltern wenigstens, dass es uns genauso geht. Wenn sie Hilfe bräuchten, könnten sie uns jederzeit anrufen.‘ Aber es ist nichts daraus geworden. Die Eltern haben auf stur geschaltet. Also, für mich ist das falsch.“

*(Silvia, 50 Jahre)*

„Ich war in der nächsten Zeit viel mit Peter und den Freunden zusammen. Ich wollte die Homosexuellen verstehen lernen. Ich wollte wissen, wie sie leben, arbeiten und lieben. Peter gewann zunehmend Vertrauen zu mir. Er merkte, dass ich echtes Interesse an ihm und seinem Umfeld hatte.“

*(Gerlinde, 46 Jahre)*

Mütter, sich in das Kind und die neue Situation einzufühlen, während die Väter größere Schwierigkeiten haben, sich mit dem Thema auseinanderzusetzen. Ein homosexueller Sohn oder eine lesbische Tochter bedeutet für manchen Vater eine Kränkung der eigenen Geschlechtsidentität, des Selbstverständnisses als Mann. Entsprechend bestehen Hemmungen, mit anderen darüber zu reden. Die Scham ist groß. Je mehr auch Männer lernen, über ihre inneren Konflikte zu reden, sich anderen anzuvertrauen, um so leichter wird es für sie, den Kontakt zu ihren Kindern zu halten – selbst wenn sie sich ganz anders entwickeln.

Hilfe bekommen Eltern auch bei Erziehungs- sowie Familien-, Sexual- und Lebensberatungsstellen. Oft ist es einfacher, sich einem zunächst unbekanntem Fachmann oder einer Fachfrau anzuvertrauen, als mit Bekannten über die Situation zu reden. In größeren Städten existieren manchmal (vermittelt über Volkshochschulen oder Beratungsstellen) Elterngruppen, die gemeinsam versuchen, mit Hilfe ihrer unterschiedlichen Erfahrungen ihre jeweilige individuelle Situation zu bedenken. Es tut gut zu wissen, dass andere sich mit dem gleichen Thema beschäftigen.

„Wir wussten: Da gibt es ganz sicher ganz viele um uns herum, und es war der Wunsch da, mit diesen anderen Eltern zusammenzutreffen. Ich habe dann erstmal im kleinen privaten Kreis Eltern zu mir nach Haus eingeladen, Eltern von Freunden meines Sohnes. Es ging dann immer weiter, über pro familia, bis ich an die Düsseldorfer Elterngruppe geraten bin. Wir sind heute ein großer Kreis, etwa dreißig Personen, wobei allerdings zwanzig Kinder sind; wir haben eines Tages gesagt, lasst uns doch unsere Kinder mitbringen. Das war sehr bereichernd und hat sich inzwischen so ausgeweitet, dass wir inzwischen zwanzig Kinder und zehn Elternteile sind, und es sind eigentlich mehr junge Männer ohne ihre Eltern, die in uns ‚Ersatzeltern‘ sehen. In den meisten Fällen haben sie es ihren Eltern noch nicht gesagt und wollen nun von uns Tipps haben, wie sie es denn am besten machen können.“

*(Ruth, Mutter eines 28-jährigen schwulen Sohnes)*

# Wo finde ich weitere Informationen und Unterstützung?

→ In vielen Städten bieten Beratungsstellen der pro familia (Deutsche Gesellschaft für Familienplanung, Sexualpädagogik und Sexualberatung) Auskünfte und Beratung an (siehe Telefonbuch).

Auskünfte und teilweise Beratung erhalten Sie auch von der Aids-Hilfe (siehe Telefonbuch).

→ Dort gibt es auch Informationen über zusätzliche Angebote wie z.B. schwul-lesbische Jugendzentren.

→ In vielen größeren Städten bieten Schwulen- und Lesbenzentren auch Beratung und Informationen für Eltern an.

→ Darüber hinaus bieten manche Beratungsstellen oder auch Volkshochschulen Informations- und Diskussionsabende oder auch Gruppen für Lesben, Schwule oder Eltern an.

→ Viele Zeitungen oder Stadtmagazine veröffentlichen regelmäßig Adressen und Sprechzeiten von Gruppen, Beratungsstellen und anderen Kontaktmöglichkeiten (Rubriken z. B. „Beratung“, „Hilfe“ oder „Gruppen“).

→ Viele Universitäten und Hochschulen haben Lesben- oder Schwulenreferate, die ebenfalls weiterhelfen können.

→ Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung bietet persönliche, anonyme Telefonberatung zu Aids. Telefon: 0221-892031

## Sie können auch anfragen bei:

→ LESBENBERATUNG,  
Kulmer Straße 20 a, 10783 Berlin,  
Telefon: 030/2152000, Fax 030/21917009  
E-Mail: [jule@lesbenberatung-berlin.de](mailto:jule@lesbenberatung-berlin.de)  
Internet: [www.lesbenberatung-berlin.de](http://www.lesbenberatung-berlin.de) und  
[www.youngandlesbian.de](http://www.youngandlesbian.de)

→ MANN-O-METER e. V., Berlins schwules Informations- und Beratungszentrum,  
Bülowsstraße 106, 10783 Berlin-Schöneberg,  
Telefon: 030/2168008, Fax 030/2157078  
E-Mail: [info@mann-o-meter.de](mailto:info@mann-o-meter.de),  
Internet: [www.mann-o-meter.de](http://www.mann-o-meter.de)

→ pro familia Bundesverband,  
Stresemannallee 3, 60596 Frankfurt/Main,  
Telefon: 069/639002,  
E-Mail: [info@profamilia.de](mailto:info@profamilia.de),  
Internet: [www.profamilia.de](http://www.profamilia.de)

→ Bundesverband der Eltern, Freunde und Angehörigen von Homosexuellen e. V. (BEFAH), Hauptgeschäftsstelle:  
Thiemannsweg 16, 30900 Wedemark,  
Hotline: 05130/974751,  
E-Mail: [info@befah.de](mailto:info@befah.de), Internet: [www.befah.de](http://www.befah.de)

→ Jugendnetzwerk Lambda, Bundesgeschäftsstelle, Windthorststraße 43 a,  
99096 Erfurt, Telefon: 0361/6448754,  
E-Mail: [info@lambda-online.de](mailto:info@lambda-online.de),  
Internet: [www.lambda-online.de](http://www.lambda-online.de)

*Hier finden Sie auch persönliche Ansprechpartner und – zum Teil kostenpflichtiges – Informationsmaterial.*



**Können**  
**sie**  
**eigentlich**  
**glücklich**  
**werden ?**

**S**elbst wenn Eltern von vornherein eine akzeptierende Haltung haben oder nach durchlebter Krise dazu kommen, bleiben Sorgen um das Wohl der Kinder. Sie leben schließlich in einer Welt, die ihnen nicht immer wohlgesinnt ist.

Es ist viel gewonnen,

- wenn die vielen unbekanntten Facetten des Themas keine Bauchschmerzen mehr machen,
- wenn die persönlichen Kränkungen, Enttäuschungen, die Schuldgefühle keine so große Rolle mehr spielen,
- wenn nur noch die Sorge übrig bleibt, dass es dem Kind und Ihnen selbst gelingt, mit der Situation so sorgsam und umsichtig wie möglich umzugehen.

Dann ist der Nebel der Vorurteile, verzerrten Bilder und Ängste verzogen. Die Furcht vor Diskriminierung und Abwertung kann realistisch eingeschätzt und vor allem angepackt werden.

## **Glück hängt davon ab, ob jemand geliebt wird und lieben kann!**

„Aids-Angst kenne ich nicht, jedenfalls nicht mehr als bei meiner Tochter auch. Auch Sorge ich mich nicht, dass der Junge in falsche Kreise geraten könnte. Meine einzige Angst gilt der rechtsextremen Bewegung in Deutschland. Jetzt sind es die Ausländer. Doch wer ist der Nächste? Kann es zu irgendwelchen Übergriffen kommen? Da sitzt meine Angst. Die Sorge, dass er abrutschen könnte, habe ich nicht. Ich kenne doch meinen Sohn.“

*(Moni, 48 Jahre)*



### *Von der Familie getragen werden*

Wie viel eine Tochter oder ein Sohn verkraftet, hängt sehr von der Unterstützung durch die Eltern ab. Ein Mensch, der sich von seiner Familie getragen weiß, der Enttäuschungen ansprechen kann, dessen Freunde auch zu Hause akzeptiert sind, findet schnell weitere Freunde und ein Lebensmilieu, das stärkt und Kraft gibt.

Sie helfen Ihrem Kind auch mit Gewalterfahrungen besser umzugehen, wenn Sie bereit sind, die sexuelle Orientierung mit allen Konsequenzen freundlich zu begleiten. Ihr Kind kann dann abschätzen, welchen Gefahrensituationen es besser ausweichen sollte und wann es hilft, Anfeindungen selbstbewusst entgegenzutreten und die Hilfe anderer zu suchen. Wenn Ihr Kind sich der

Unterstützung gewiss ist, wird es auch besser in der Lage sein, Angriffen zu begegnen.

Die Gewalt gegen das Fremde – auch gegenüber Menschen mit anderen sexuellen Orientierungen – nimmt ab, wenn Menschen bereit sind, sich auf neue Erfahrungen einzulassen und dann auch Andersartiges zu akzeptieren.

Damit verbunden ist die Frage nach dem persönlichen Glück, denn das ist weitgehend abhängig davon, ob jemand geliebt wird und lieben kann, ob jemand genügend „Luft zum Atmen“ hat, das heißt zur Entfaltung seiner persönlichen Qualitäten und Interessen.

*Auch Eltern können profitieren*

Zu allem können Eltern viel beitragen und dabei selbst viel davon profitieren. Das Thema „Hilfe, mein Kind ist schwul oder lesbisch“ zwingt zur Auseinandersetzung mit einem der wichtigsten Lebensbereiche, der Sexualität nämlich. Und das nicht nur oberflächlich oder sensationslüstern wie oft in unseren Medien, sondern persönlich berührend.

Dieses Thema rückt ganz nahe – so nahe, dass es Angst macht. Die eigene sexuelle Entwicklung kommt ins Bewusstsein, Solidaritätsbekundungen bleiben nicht leere Worthülsen, sondern die eigene Akzeptanz, das

Umgehen mit Fremdheit, stehen auf dem Prüfstand. Eine zunächst fremde, vielleicht nicht ganz ernst genommene Minderheit wird plötzlich bedeutsam. Informationen werden eingeholt, Gespräche geführt, neue Einsichten gewonnen. Werte stehen zur Debatte und fordern zur konkreten Entscheidung heraus. Toleranz, Liebe, Achtung vor dem Leben in seiner Vielfalt, Solidarität und Wahrhaftigkeit werden wichtig: weil es um konkrete Menschen geht, um das Glück der eigenen Kinder und den eigenen Seelenfrieden. Mut, Sensibilität, Geduld, Einfühlungsvermögen und Ehrlichkeit sind gefragt. Das alles kann einen Menschen verändern und vor allem reifer machen.

59

## Sind Homosexuelle im Alter nicht einsam?

Es gibt eine weit verbreitete Angst von Schwulen und Lesben vor der Einsamkeit im Alter. Aber damit stehen sie nicht alleine da. Das gilt auch für Singles insgesamt und durchaus auch für viele Ehepartner. Auch Heterosexualität schützt nicht vor Einsamkeit im Alter. Die heutige Generation der Erwachsenen kann und darf ihre Sexualität vielfältig leben. Was sich daraus im Alter entwickelt, ist kaum vorherzusagen. Natürlich haben auch Homosexuelle das Bedürfnis nach Heimat, Geborgenheit, Füreinander-da-sein – und das nicht nur im Alter.

Dass manchmal auch Jugendlichkeit und Attraktivität unter homosexuellen Menschen besonders groß geschrieben werden, hängt auch damit zusammen, dass erzwungene Heimlichkeit oft nur Kurzkontakte und unmittelbare Körperlichkeit zulässt. Aber das Bedürfnis nach Beziehung existiert ebenso bei Lesben und Schwulen. Je stärker ein Mensch in seiner Entwicklung gestützt ist, und je stärker homosexuelles Leben und Lieben enttabuisiert und akzeptiert werden, desto eher wächst die Chance, damit auch im Alter befriedigende Lebensformen zu finden – wenn sich die Persönlichkeit entfalten durfte und nicht Versteckspiel und Ablehnung die Oberhand behalten haben.

„Im Nachhinein kann ich nur sagen, dass mich Udos Homosexualität verändert hat. Mein Horizont ist wesentlich weiter geworden. Vor allen Dingen bin ich für sogenannte Randgruppen viel sensibler geworden. Ich stelle fest, dass Homosexuelle liebenswerte, tolerante und weit blickende Menschen sind. Für mich haben sich Welten geöffnet. Woran habe ich denn früher gedacht? Ich war voll in dieser Schiene Haushalt, Kinder, Nachbarn. Was hat mich beschäftigt? Was kochst du morgen? Haben wir alle Winterstiefel? Diese kleinkarierten Probleme. Das habe ich jetzt alles hinter mir gelassen.“

*(Martina, 42 Jahre)*

Es lohnt sich, von solchen Erfahrungen etwas weiterzugeben. Sei es durch das „zum-Thema-machen“ in der eigenen Verwandtschaft, unter Freunden, auch Nachbarn. Damit ist nicht gemeint, es hinauszuposaunen ohne Rücksicht auf die eigene Familie und die Aufnahmebereitschaft der Umgebung. Es heißt aber, umsichtig und offener mit sich selbst und anderen umzugehen, um mehr Ehrlichkeit und Akzeptanz zu erreichen.

Das stärkt sowohl die Situation des Kindes als auch die eigene Position als betroffene Eltern. Verschweigen, ständig auf der Hut sein, dass auch nichts herauskommt, Lügen ausdenken, wenn nach den Kindern gefragt wird und die jeweiligen Partner der Kinder aus den Familienfeiern ausklammern, sie möglichst wenig im Haus haben – das alles kostet viel Kraft und Energie und hilft keinem – im Gegenteil.



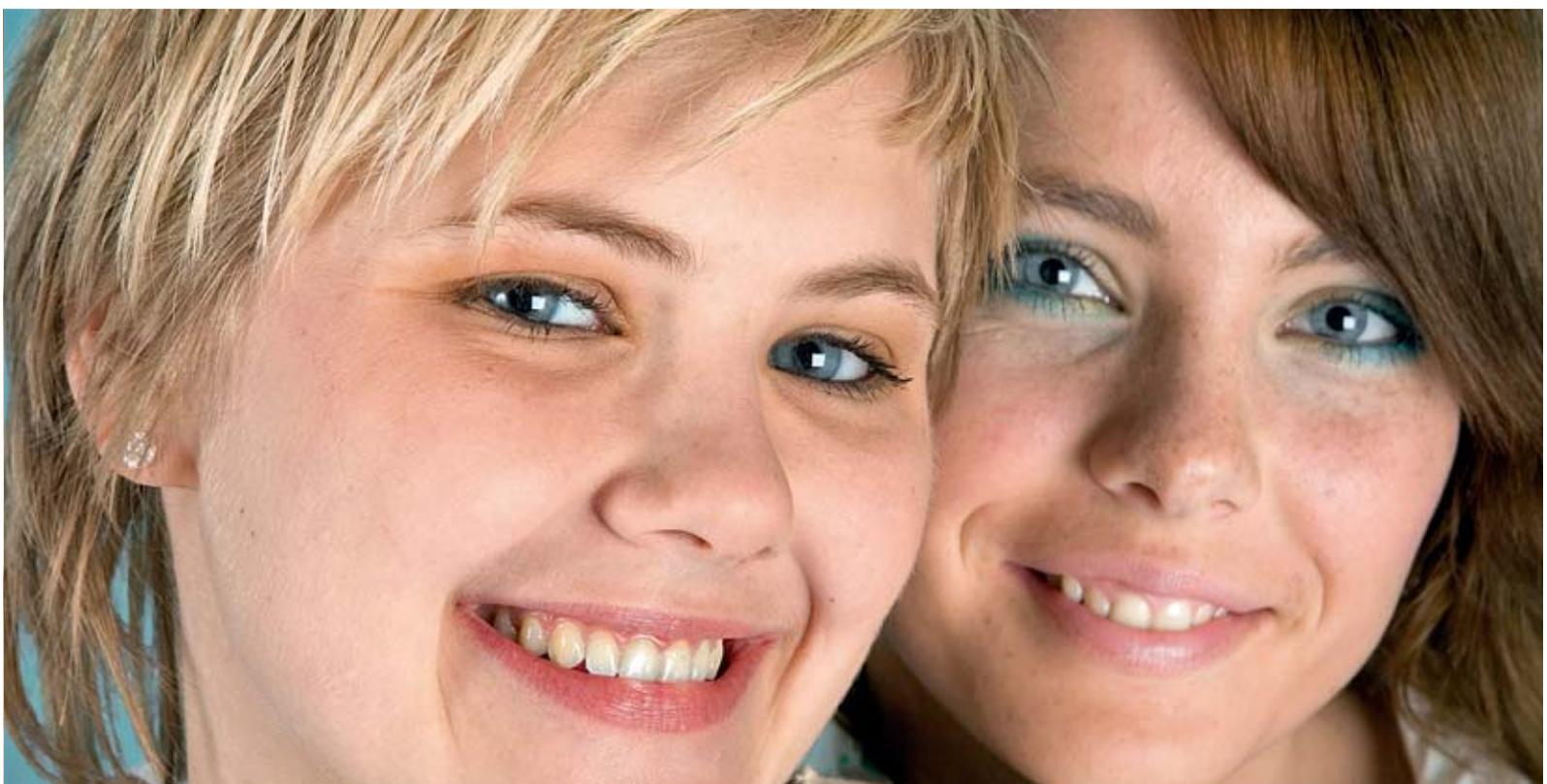
*Ängste existieren oft nur in der eigenen Vorstellung*

Oft sind die Eltern überrascht, wie viel Verständnis und Unterstützung sie finden, dass viele Ängste nur in ihrer Vorstellung existierten und in der Realität verschwinden.

Auch Sie als Eltern können dazu beitragen, dass sich weiterhin das allgemeine Klima verändert und bekundete Toleranz nicht unverbindlich bleibt. Je mehr Homosexuelle und ihre Angehörigen sich „selbstverständlich“ als solche zeigen, desto eher können Vorurteile überdacht werden. Es entstehen Netze der Freundschaft, der Begegnung zwischen homosexuellen und heterosexuellen Menschen, die sich mögen wegen ihrer Besonderheiten, und die nicht mehr auf die Frage fixiert sind, ob jemand Sex mit dem anderen oder dem gleichen Geschlecht hat.

„Niemand garantiert einem ein glückliches Leben, uns allen nicht und Homosexuellen erst recht nicht. Aber wer heute noch unter Diskriminierung zu leiden hat, muss doch deshalb nicht später auch unglücklich sein! Was hat sich nicht alles in den letzten Jahren getan? Heutzutage trauen sich viele Homosexuelle an die Öffentlichkeit, ohne dass sie Verachtung ernten. Die Ängste sind häufig unbegründete Überbleibsel aus einer Zeit, in der Homosexuelle weitaus schlimmer dran waren. Wir sollten uns wirklich hüten, ständig von der Vergangenheit auf die Zukunft zu schließen. Immerhin leiden Homosexuelle nicht unter ihrer Veranlagung, sondern an der Ablehnung durch andere. Und wie lange die noch bestehen bleibt, liegt auch an uns!“

*(Silvia)*





**Die  
eingetragene**

**Lebens-  
partnerschaft**



## Heiraten schwul-lesbisch: Die „Homoeh“

**D**ie Augustsonne bringt die festliche Gesellschaft ins Schwitzen. Ein Trauzeuge kommt im letzten Moment und hat dann doch noch ein wenig Zeit zum Luftholen, weil sich der Beginn der Zeremonie ein paar Minuten verzögert. „Hast du die Ringe?“ – „Ja, Schatz, das fragst du jetzt schon zum dritten Mal.“ Endlich ist es so weit. Strahlende Gesichter im Trauzimmer des Standesamtes. Die Standesbeamtin ist gut gelaunt und begrüßt Paar und Gäste im Plauderton. „Wie ich höre, sind Sie schon seit elf Jahren zusammen. Da können Sie sich ja sicher sein, dass Sie den Richtigen heiraten – also eine Lebenspartnerschaft eingehen, meine ich – na ja, ist ja eigentlich das Gleiche. Sind Sie bereit?“ Beim Jawort rollt Daniels Mutter eine Träne über die Wange. Vor dem Rathaus lassen Arbeitskollegen Konfetti und Luftschlangen auf das frisch verpartnerte Paar regnen. Glückwünsche und Sektgläser machen die Runde. Daniels Neffen rennen aufgeregt zu Thomas. „Jetzt bist du richtig unser Onkel?“ – „Ja, aber wehe, ihr nennt mich so – da komme ich mir ja vor wie ein alter Mann.“

## Seit dem 1. August 2001 können gleichgeschlechtliche Paare eine eingetragene Lebenspartnerschaft begründen.

64 Nicht ganz dasselbe wie eine Heirat, aber im Volksmund oft als „Homo-ehe“ bezeichnet und von mehr als zwei Dritteln der Bevölkerung befürwortet.

### *Schwiegertöchter und Schwiegersöhne*

Für viele Menschen ist die Einbindung in die Familie sehr wichtig. Bei der Antwort auf die Frage, wer zur Familie gehört, hat sich in den letzten Jahrzehnten vieles geändert. Seit immer mehr Männer und Frauen ohne Trauschein zusammenleben, haben sich viele Familien daran gewöhnt, diese Partner/-innen zur Verwandtschaft zu zählen. Und auch die Partnerinnen und Partner lesbischer und schwuler Kinder werden immer öfter als „Schwiegerkinder“ angesehen.

Diesen Status können sie jetzt auch offiziell mit der Eintragung ihrer Lebenspartnerschaft erlangen. Das Namensrecht ermöglicht es ihnen dann, ihre Zusammengehörigkeit mit einem gemeinsamen Namen sichtbar zu machen. Mit der Eintragung werden gleichgeschlechtliche Lebenspartnerinnen und Lebenspartner umfassend als Familienangehörige mit zahlreichen Rechten und Pflichten anerkannt.

### *Familienpolitik für alle*

Was sich in vielen Ländern bereits bewährt hat, ist auch in Deutschland Gesetz. Zwei Männer oder zwei Frauen können ihre Partnerschaft rechtlich absichern – wie bei heterosexuellen Paaren seit jeher selbstverständlich. Dies ist Ausdruck einer modernen Familien-Gesetzgebung, die sich an den heutigen Lebensrealitäten orientiert. Dazu gehört aber natürlich auch, dass viele sich gar nicht „verpartnern“ oder eine Ehe eingehen wollen – aus welchen Gründen auch immer.

Zwar kann man gesellschaftliche Akzeptanz und Toleranz nicht per Gesetz verordnen. Aber das Lebenspartnerschaftsgesetz ist ein bedeutendes Signal für die Anerkennung unterschiedlicher Lebensformen. Unterhaltspflicht und -recht, gesetzliches Erbrecht, Recht auf Familienmitversicherung und Aufenthaltsrecht für ausländische Partner oder Partnerinnen aus Nicht-EU-Ländern sorgen dafür, dass homosexuelle Paare vor dem Gesetz nicht länger Fremde füreinander sind. Damit wird deutlich gemacht: „Gleichgeschlechtlich liebende und lebende Menschen gehören dazu! Mit Rechten und Pflichten.“

In einigen Rechtsbereichen besteht auch weiterhin keine Gleichstellung mit der Ehe (z.B. Steuerrecht).



Allerdings werden bis heute solche Unterschiede weiter abgebaut. Lebenspartner sind inzwischen in allen wesentlichen Bereichen mit Ehegatten gleichgestellt worden. Das betrifft vor allem die Kranken- und Pflegeversicherung und die Rentenversicherung (Hinterbliebenenrente). Dabei gibt es nur noch geringfügige Unterschiede bei Einzelfragen (berufsständische Versorgungswerke).

Lesbische und schwule Paare übernehmen zunehmend Verantwortung für ein Kind. Forschungen zeigen, dass diese Aufgabe sehr verantwortlich und am Kindeswohl orientiert wahrgenommen wird. Das Lebenspartnerschaftsgesetz sieht – anders als bei der Ehe – kein generelles Adoptionsrecht vor. Jedoch kann das leibliche Kind eines Partners vom anderen unter bestimmten Bedingungen

adoptiert werden (Stiefkindadoption). Mit dem Gesetz wurde allerdings ein sogenanntes kleines Sorgerecht eingeführt. Das heißt, man kann Kinder des gleichgeschlechtlichen Partners in Angelegenheiten des täglichen Lebens vertreten.

Das Lebenspartnerschaftsgesetz gibt Lesben und Schwulen eine Wahlmöglichkeit. Niemand soll gedrängt werden, seiner oder ihrer Beziehung diesen Rahmen zu geben. Das Gesetz ist ein Angebot und stellt klar, dass homosexuelle Partnerschaften ebenso erwünscht sind wie heterosexuelle.

*Stand der Information: Juli 2009*

# Die wichtigsten Bestimmungen des Lebenspartnerschaftsgesetzes in Kürze:

## **Amtliche Eintragung:**

- 66 Die Lebenspartnerschaft wird durch gegenseitige persönliche Erklärung vor einer von den Ländern zu bestimmenden Behörde begründet. Die Eintragung findet also je nach Bundesland im Standes- oder einem anderen Amt, im Regierungspräsidium oder auch beim Notar statt. Auch die Beteiligung von Trauzeugen ist nicht in allen Bundesländern vorgesehen.

## **Anerkennung als Familienangehörige:**

Gleichgeschlechtliche Lebenspartnerinnen und Lebenspartner werden als Familienangehörige mit zahlreichen Rechten und Pflichten anerkannt. Mit den Verwandten der Partnerin oder des Partners ist man nach der Eintragung offiziell verschwägert.

## **Namensrecht:**

Die Lebenspartner haben wie Eheleute das Recht, einen gemeinsamen „Lebenspartnerschaftsnamen“ zu wählen. Auch Doppelnamen sind möglich.

## **Unterhaltungspflichten und -rechte:**

Die Lebenspartner sind gegenseitig zu angemessenem Unterhalt verpflichtet. Unter bestimmten Voraussetzungen besteht auch bei Getrenntlebenden und nach Beendigung der Lebenspartnerschaft ein Anspruch auf Unterhalt gegenüber dem ehemaligen Lebenspartner.

## **Todesfall:**

Der überlebende Partner einer eingetragenen Lebenspartnerschaft hat ein gesetzliches Erbrecht und Anspruch auf die im gemeinsamen Haushalt befindlichen Gegenstände. Stirbt ein Lebenspartner, so hat der Hinterbliebene das Recht, den Mietvertrag weiterzuführen. Hinterbliebenenrente kann beantragt werden. Bei berufsständischen Versorgungswerken bestehen diesbezüglich noch Unterschiede.

## **Leben mit Kindern:**

Das „kleine Sorgerecht“ ermöglicht es, in Angelegenheiten des täglichen Lebens über die Erziehung von Kindern des Partners oder der Partnerin mit zu entscheiden. Das bedeutet allerdings kein generelles Sorgerecht. Die Adoption des leiblichen Kindes eines Partners durch den anderen Partner ist unter bestimmten Bedingungen aber möglich.

## **Kranken- und Pflegeversicherung:**

Wie bei Ehepaaren besteht die Möglichkeit zur beitragsfreien Mitversicherung über die Krankenversicherung der Partnerin bzw. des Partners.

### **Ausländergesetz:**

Ausländische Lebenspartner und Lebenspartnerinnen bekommen ein Aufenthaltsrecht. Die Vorschriften zum Familiennachzug für Eheleute und zur Arbeitsgenehmigung werden für eingetragene Paare entsprechend angewandt.

### **Trennung und Unterhaltsrecht:**

Die Aufhebung einer „eingetragenen Lebenspartnerschaft“ erfolgt vor dem Familiengericht; wie bei einer Scheidung kann man vom Lebenspartner einen angemessenen Unterhalt verlangen.

### **Schutz vor Gewalt:**

Das im Januar 2002 in Kraft getretene zivilrechtliche „Gewaltschutzgesetz“ gibt auch gleichgeschlechtlichen Partner/-innen die Möglichkeit, sich gegen Gewalt durch den/die Partner/-in oder Dritte zur Wehr zu setzen.

### **Juristische Informationen:**

Das Gesetz über die Eingetragene Lebenspartnerschaft wurde am 16.2.2001 vom Bundestag verabschiedet (Lebenspartnerschaftsgesetz – LPartG, BGBl. Jahrgang 2001, Teil I, Nr. 9, S. 266) und vom Bundesverfassungsgericht am 17.7.2002 für verfassungsgemäß erklärt. Eine erste Erweiterung des Gesetzes trat am 1. Januar 2005 in Kraft eine zweite am 3. April 2009.

### **Nähere Informationen:**

[www.gesetze-im-internet.de/bundesrecht/lpartg/gesamt.pdf](http://www.gesetze-im-internet.de/bundesrecht/lpartg/gesamt.pdf)

*Der vollständige Gesetzestext findet sich auf der Homepage des Bundesministeriums der Justiz unter [www.bmj.bund.de/images/11148.pdf](http://www.bmj.bund.de/images/11148.pdf)*

*Einen guten allgemeinverständlichen Überblick zu den jeweils aktuellen Änderungen bietet auch der Lesben- und Schwulenverband in Deutschland LSVD auf seiner Homepage: [www.lsvd.de/230.0.html](http://www.lsvd.de/230.0.html) oder unter [www.lsvd.de](http://www.lsvd.de) (dort unter „Recht“)*



**Brief**  
eines **Sohnes**  
an seine **Eltern**

„Im Alter von 18 Jahren habe ich mein Elternhaus großlos verlassen, um es in den folgenden sieben Jahren so gut wie nicht mehr zu betreten. Das Verhältnis zwischen meinen Eltern und mir hatte sich auf Grund ihrer Einstellung zu Homosexualität und unser aller Unfähigkeit, miteinander zu reden, zu einer solchen Folter entwickelt, dass ich es nicht mehr ertragen konnte. Im Laufe der Zeit habe ich mir ein gewisses Selbstwertgefühl und Verständnis für die Situation meiner Eltern erarbeitet.

Erst jetzt bin ich in der Lage, einen Brief zu schreiben, den ich vor acht Jahren hätte schreiben sollen, aber damals fehlten mir das nötige Wissen, ein gesundes Selbstbewusstsein und der Mut und die Kraft, mit meinen Eltern achtungsvoll zu streiten. Ich möchte, dass nicht nur meine Eltern über ihr Verständnis von Elternliebe nachdenken. (...)

(T. E.)

Liebe Eltern!

Ihr wisst, ich streite nicht gern mit euch, und Meinungsverschiedenheiten zwischen uns sind auch für mich anstrengend und oft schmerzlich. Ich weiß, wie schwer es mir fällt, ruhig und vernünftig mit euch über mich zu reden. Deswegen schreibe ich. Ich möchte, dass wir uns besser verstehen lernen, denn ich bin euer Kind und wir sind miteinander verbunden, auch wenn ihr es jetzt schwer habt, weil ich homosexuell bin.

Ich weiß, ihr wünscht euch eine eigene Familie für mich und Enkelkinder, und dass ich ein anständiger, geachteter Mensch werde. Es wäre vieles einfacher für uns alle, wenn ich nicht homosexuell wäre, aber ich bin es nun mal. Es wäre nicht gut für mich, und ich würde bedrückt und krank, wenn ich anders leben sollte, als ich es möchte. Versucht bitte nicht, mir Gefühle einzureden, die ich nicht habe. Versucht auch nicht, mir Gefühle auszureden, die ich habe und die schön und aufrichtig sind.

Ich kann euch keine Enkelkinder versprechen (auch heterosexuelle Menschen wollen zuweilen keine Kinder haben oder können keine bekommen). Aber ich kann einen Menschen finden, der so liebenswert, achtenswert, ehrlich, vertrauenswürdig und liebevoll ist, dass wir zusammen leben können in einer Partnerschaft, die auch ihr respektieren könnt, weil sie menschlich und ehrenhaft ist. Ihr werdet mich nicht verlieren, ihr könnt ein neues Familienmitglied gewinnen, das ihr vielleicht mögen werdet. Vertraut darauf, dass ich die Werte hochhalte, die ihr mir vermittelt habt.

Ich bin homosexuell. Nehmt es hin, nehmt mich hin, wie ich bin. Lasst mir meine Sexualität, meine Gefühle, meine Liebe. Ich fürchte, ihr könntet mich weniger lieben, euch von mir abwenden, mich verstoßen, weil ich ausleben möchte, was ich fühle. Versteht mich nicht falsch, denn ich will euch nicht drängen, etwas gutzuheißen, was ihr noch nicht gutheißen könnt. Ich bitte euch nur, nicht die Augen zu verschließen und mir zuzuhören. Wir haben Zeit, uns einander zu nähern. Ich möchte, dass wir uns besser verstehen lernen und uns nicht unnötig wehtun.

Ich kann mir vorstellen, dass euch das Thema Homosexualität, jetzt wo es euch und unsere Familie etwas angeht, vielleicht wütend macht, weil es euch beängstigt und ihr unsicher seid, wie ihr damit umgehen sollt.

Ich sehe den Schmutz, der in den Zeitungen steht, die Sensationslust und ich höre das Hecheln und Mutmaßen der Nachbarn. Menschen wissen nur wenig über Homosexualität, obwohl es schon einige Bücher gibt, die mit Sachverstand und Fairness darüber Auskunft geben. Ihr solltet besser auf Fachleute hören und Kontakt zu Homosexuellen selbst und anderen Menschen suchen, die gut mit dem Anderssein ihrer Mitmenschen umgehen können.

Wenn Bekannte mich insgeheim abwerten, obwohl ich nichts verbochen habe, wenn sie sich nicht bemühen zu verstehen, wenn sie alles vergessen, was gut an mir war und ist, dann gehören sie nicht zu den Menschen, mit denen ich gern persönlich bekannt bin. Ich wäre sehr enttäuscht, wenn eure Angst vor dummem Gerede größer wäre als eure Liebe zu mir.

### **„Ich würde krank, wenn ich anders leben sollte!“**

Sexualität ist für mich ein Feld, auf dem jeder Mensch seine persönliche Freiheit haben soll. Ich werde sie mir nehmen, auch wenn ich dafür von einigen Abneigung oder sogar Ablehnung erfahren muss. Ich bin es mir schuldig und es gibt ja auch genügend andere, die mich schätzen, wie ich bin und weil ich es bin.

Ihr müsst euch nicht nach Gründen fragen, warum ausgerechnet euer Kind homosexuell ist. Niemand kommt auf die Idee, über sein Schlafbedürfnis oder seine Lieblingsspeisen nachzudenken. Ich denke, wir nehmen hin, was uns normal vorkommt, und überdenken eigentlich nur das an und in uns, was weniger uns als vielmehr anderen nicht gefällt. Ich selbst leide nicht darunter, dass ich homosexuell bin. Es ist meine Chance, zu lieben und glücklich zu werden. Schwer machen es mir Mitmenschen, die sich unnötig durch mich gestört fühlen.

Ich hänge mir nicht freiwillig ein Schild um den Hals und strapaziere nicht aus Spaß am Spaß das Schamgefühl anderer Leute, aber ich finde nichts Anstößiges daran, verliebte oder begehrlische Blicke zu tauschen oder im Stadtpark spazieren zu gehen oder auch Händchen zu halten und sich zu küssen. Alle tun das – sogar zum Vergnügen derer, die es sehen. „Was für ein schönes Paar“, sagen die Leute, dabei ist es immer schön, wenn Menschen sich lieben, sich begehren und das einander auch in Worten, Gesten und Gebärden ausdrücken.

Wenn ich in euch einen Halt finden könnte, Eltern, die zu mir stehen und mich in meinem Selbstwertgefühl bestärken, würde mich das sehr freuen und unterstützen. Die kleinen Spitzen im Alltag könnten mich dann weniger treffen oder gar verletzen.

Ich kann von euch natürlich nichts verlangen, sowenig wie Ihr von mir, denn wir haben alle unser eigenes Leben, für das wir vor uns selbst Verantwortung tragen und das wir nur selbst leben können. Ihr habt mir das Leben geschenkt und mich großgezogen. Es war eine Zeit, in der ich von euch abhängig und auf euch angewiesen war. Ihr habt die Pflicht, die ihr mir gegenüber nach meiner Zeugung übernommen habt, hinge-

71

### **„Es ist meine Chance, zu lieben und glücklich zu werden!“**

bungsvoll erfüllt. Dafür bin ich euch dankbar. Jetzt kommt die Zeit, da mein eigenes, unabhängiges, selbstbestimmtes Leben beginnt. Ich würde es gern auch mit euch teilen. Aber wenn ich an eurem Interesse und eurer Liebe nicht zweifeln soll, dann dürft ihr keine Bedingungen daran knüpfen, die ich nicht erfüllen kann, ohne mich selbst zu verstümmeln. Ich müsste euch verlassen oder sterben. Nehmt mir nicht das Leben, das ihr mir einst geschenkt habt, und das dazugehörige Recht auf Selbstbestimmung. Ich will nicht undankbar sein und bin es auch nicht, denke ich.

Falls ihr bestimmte Hoffnungen mit meiner Geburt und meiner Person verbunden habt, müsst ihr bedenken, dass das nicht fair war und ist, denn ihr konntet mich nicht fragen, ob ich eure Erwartungen erfüllen möchte

oder auch nur kann, und ich konnte euch nicht antworten. Es muss euch sehr enttäuschen, wenn ich euch hier eine Illusion nehme. Ich kenne den Schmerz über sterbende Illusionen, aber ich weiß auch, wie befreiend und belebend es ist, wenn an ihre Stelle Träume treten, die sich verwirklichen lassen. Wir könnten einen dieser Träume zusammen träumen und verwirklichen, so gut wir es gemeinsam vermögen. Meint ihr nicht?

### **„Jetzt kommt die Zeit, da mein eigenes selbstbestimmtes Leben beginnt!“**

Ihr habt nichts falsch gemacht oder euch schuldig gemacht, aber ihr seid auch nicht bloße Opfer. Wenn euch ein Vorwurf zu machen ist, dann der, dass ihr der Tradition gefolgt seid, Kinder hätten ihren Eltern gegenüber die Pflicht zu gehorchen und ihren Wünschen zu entsprechen. Wünschen, die sie wiederum von ihren Eltern übernommen haben. Ich verstehe aus eigenem Erleben, wie unendlich schwer es ist, die ewige Kette zu durchbrechen: die Kette aus Geboten und Verboten, aus Züchtigung in Worten und Schlägen, aus Zwang und Gehorsamkeit und der Angst, nicht lieb und artig zu sein und jene scheinheilige Liebe zu verlieren, die nur so aussieht, als sei es eine und die offenbar an Folgsamkeit gebunden ist. Generationen vor uns lebten in dieser Tradition und noch Generationen nach uns werden es tun.

Zur Schuld gehört ein Verbrechen und zum Verbrechen ein Leidtragender. Ich fühle mich durch meine Homosexualität nicht geschädigt oder betrogen. Ich habe in dieser Hinsicht keinen Grund zu klagen. Auch heterosexuelle Menschen erleben Enttäuschungen in der Liebe oder treffen durch ihre Eigenheiten auf Unverständnis oder Ablehnung seitens ihrer Umwelt.

Ich finde, ihr habt mir ein mustergültiges Bild einer Beziehung zwischen Frau und Mann vorgelebt. Trotzdem bin ich homosexuell. Meine Geschwister sind es nicht.

Ich kann keinen Unterschied zwischen mir und anderen Vertretern meines Geschlechts ausmachen. Abgesehen vom Objekt meines Begehrens, bin ich auch in meinem Sexualverhalten nicht geschlechtsuntypisch. Ich halte nichts davon, weibliche und männliche Denkungsarten psychologisch wesentlich voneinander zu unterscheiden, weil sie in solcher Reinheit gar nicht vorkommen. Es heißt, Frauen seien gefühlsbetonter, sensibler, intuitiver, beständiger in ihren Gefühlen, passiver in ihren Beziehungen. Männer seien entsprechend gegensätzlich. Ich teile diese Meinung so nicht. Was immer ich für betont männlich oder weiblich halte, ich finde es an mir, an euch und anderen, egal ob hetero- oder homosexuell, mehr oder weniger ausgeprägt in Übereinstimmung mit ihrem biologischen Geschlecht.

Es ist eine begrüßenswerte Voraussetzung dafür, dass Männer und Frauen einander verstehen und zueinander in Beziehung treten können (nicht müssen). In dem Maße, wie ihr euch bemüht, eure andersgeschlechtlichen Anteile und eure freundschaftlich innigen oder zärtlichen Gefühle für das eigene Geschlecht wahrzunehmen und zu akzeptieren, werdet ihr euch durch meine Sexualität nicht mehr in eurem Frau- bzw. Mannsein angegriffen fühlen. Ihr seid richtig und in Ordnung in eurem Sosein. Ich bin es auch.

### **„Ihr seid okay und ich bin okay.“**

Man wird euch wahrscheinlich gelehrt haben, Homosexualität sei widernatürliche Gotteslästerung. Das stimmt nicht. Ich lebe meiner Natur gemäß und bin dabei nicht gottlos. Ich führe diesen Vergleich zwar nur ungern an, aber es gibt auch im Tierreich von den Plattwürmern bis zu Hyänen und Menschenaffen Homosexualität. Ich halte den Begriff „widernatürlich“ in Bezug auf tierisches Verhalten für absurd. Es ist zudem nicht ausreichend, die menschliche Sexualität nur in ihrer Fortpflanzungsfunktion zu sehen. Sie ist auch dazu da, Gefühle auszudrücken, die sich in Worten nicht mehr fassen lassen und sie dient der eigenen Lust und der Beglückung anderer. Es ist Heuchelei, wenn heutzutage jemand das mittelalterliche Argument der

Fortpflanzungsfunktion gegen die Homosexualität ins Feld führt, denn mittlerweile ist die Fortpflanzung des Menschen eher eine Nebenerscheinung der Lustempfindungen als umgekehrt. Niemand wird unfruchtbaren heterosexuellen Frauen und Männern ernsthaft ihre Sexualität vorenthalten.

73

### **„Wir können viel voneinander lernen!“**

Liebe Eltern! Ich bin homosexuell. Nehmt es hin, nehmt mich hin, wie ich bin. Lasst mir meine Sexualität, meine Gefühle, meine Liebe. Und seht auch alles andere an mir, denn ich bin ein Mensch mit vielen Seiten.

Versteht mich nicht falsch, ich will euch nicht drängen, etwas gutzuheißen, das ihr noch nicht gutheißen könnt. Ich bitte euch nur, nicht die Augen zu verschließen und mir zuzuhören. Wir haben Zeit, uns einander zu nähern. Ich möchte, dass wir uns besser verstehen lernen und nicht unnötig weh tun.

Es gibt so viel für uns aneinander zu entdecken, voneinander zu lernen, miteinander zu erleben und miteinander zu teilen. Ich freue mich auf ein Leben in eurer Nähe.

*Euer Kind*

# Weitere Informationen

74

## **Kostenloses Informationsmaterial der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung:**

→ *In unserer Straße ... – Jungsgeschichten* – ein Magazin über Liebe, Freundschaft, Sex und Aids (Bestellnummer: 70460000)

→ *Mädchensache(n)* – ein Magazin für Mädchen über wahre Liebe, das erste Mal, Lust und Frust, Freundschaft und Sex (Bestellnummer: 70450000)

→ *Wie geht's – wie steht's?*  
Wissenswertes für Jungen und Männer. Eine Broschüre extra für Jungen mit allen Informationen zu Körper und Sexualität. (Bestellnummer: 13030000)

**Bestelladresse:**  
**BZgA, 51101 Köln, [order@bzga.de](mailto:order@bzga.de)**

## **Deutsche AIDS-Hilfe (DAH), Berlin:**

→ *Coming-out*

Eine kleine Broschüre für Jungen, die sich ihrer homosexuellen Gefühle bereits etwas sicherer sind, mit Tipps zur Vermeidung von HIV-Infektionen

**Kostenlos zu bestellen bei:**  
**Deutsche AIDS-Hilfe e.V.,**  
**Wilhelmstraße 138, 10963 Berlin**  
**[www.aidshilfe.de](http://www.aidshilfe.de)**

→ *Alles bleibt anders – Das lesbische Coming-out*  
Interviews mit ganz unterschiedlichen Frauen, die ihr Coming-out in verschiedenen Lebensphasen hatten und immer wieder haben; Glossar rund ums Thema Migrantinnen, Lesben mit Behinderungen; Literatur zum Weiterlesen.

**Gegen Spende zu beziehen bei**  
**Lesbenberatung,**  
**Kulmer Straße 20 a, 10783 Berlin**  
**Tel. 030-215 20 00**  
**E-Mail: [info@lesbenberatung-berlin.de](mailto:info@lesbenberatung-berlin.de)**

Bücher zum Thema Homosexualität finden Sie in vielen Stadtbüchereien und anderen Bibliotheken, in Buchhandlungen und im Internet (z. B. über Suchmaschinen).

Eine ausführliche Literaturliste „Lesben und Schwule in der Literatur der Gegenwart – Belletristik und Sachliteratur (Erscheinungsjahre 2000 – 2004)“ haben die Hessische Fachstelle für öffentliche Bibliotheken, Außenstelle Kassel und die Büchereistelle Koblenz des Landesbibliothekszenentrums Rheinland-Pfalz vorgelegt.

**Sie finden die Liste als PDF-Datei im Internet unter:**

**[www.sozialnetz.de/homosexualitaet/](http://www.sozialnetz.de/homosexualitaet/)  
(weiter zur Literaturliste)**

Herausgeber: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), 51101 Köln  
– alle Rechte vorbehalten –  
[www.gib-aids-keine-chance.de](http://www.gib-aids-keine-chance.de)  
[www.machsmits.de](http://www.machsmits.de)

Diese Broschüre wird von der BZgA, 51101 Köln, kostenlos abgegeben.  
Sie ist nicht zum Weiterverkauf durch die Empfängerin/den Empfänger oder Dritte bestimmt.

Druck: K + W, Bad Oeynhausen  
Auflage: 10.100.05.11  
Bestell-Nr.: 13080000

Alle Zitate von betroffenen Menschen entstammen:  
Thomas Grossmann „Eine Liebe wie jede andere“, Hamburg 1990  
Thomas Grossmann „Schwul – Na und?“, Hamburg 1991  
Andrea Micus „... und auf einmal weißt du, dein Kind ist anders“, Bergisch Gladbach 1992  
Schwules Netzwerk NRW, Materialien zur sozialen und politischen Arbeit „Schwule und ihre Eltern“

Layout: Niklas Schütte, [www.niklasschuette.de](http://www.niklasschuette.de)

Fotos: © iStockPhoto® / Abimelec Olan (Titel), Brasil2 (Seite 2), Eric Simard (3), Libby Chapman (4, 56, 62), blaney-photo (6), Edyta Pawowska (10), Miodrag Gajic (11), Ana Blazic (13), Benko Zsolt (16/17), Paul Piebinga (18, 46, 49, 61), Rikke Breiting (20), Eric Hood (23), Jill Chen (24), Kirill Zdorov (26/27), Marcin Kulpa (28), Andresr (30/31), Lukasz Kwapien (33), Christine Fedor (36, 42), Hüseyin Tuncer (39), Jonathan Downey (40), Nicholas Monu (44), Vasilij Koval (45), Chris Scredon (47), Simon Zupan (52), Aldo Murillo (58), Sandra O'Claire (62/63), Diana Lundin (65), Nicolas Loran (68)



