Fachforum 2: Coming-out mit und ohne Kinder

Arnd Bächler, Schwulenberatung Berlin

Dr. Claudia Krell, Deutsches Jugendinstitut München

9.5.2017 Berlin

Fachtag „Regenbogenfamilien bewegen! Beratung zukunftsträchtig gestalten“

Ablauf F-2

- **Begrüßung**
- **Methode „Zum ersten Mal verliebt“**
- **Theorie-Input: „Coming-out bei Jugendlichen“**
- **Theorie-Input: „Coming-out mit Kindern“**
- **Gemeinsame Diskussion**
- **Lesung/Verabschiedung**

Die Studie „Coming-out – und dann…?!“

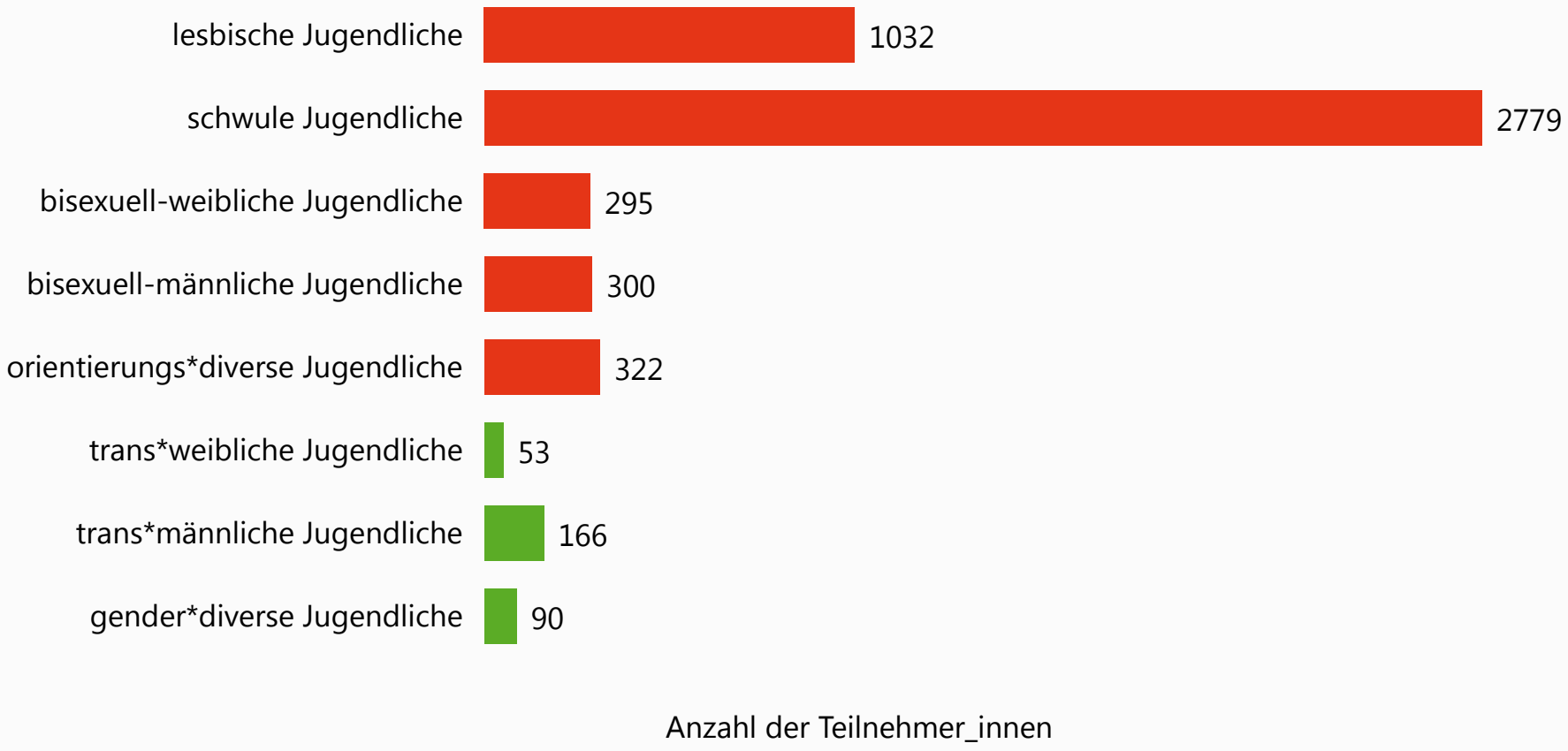
Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

- … ist die erste bundesweite Studie über die Lebenssituationen von LSBT*Q Jugendlichen und jungen Erwachsenen
- … befasst sich insbesondere mit den Coming-out-Verläufen und Diskriminierungserfahrungen
  - von lesbischen, schwulen, bisexuellen, trans* und queeren Jugendlichen und jungen Erwachsenen zwischen 14 und 27 Jahren
  - unter Berücksichtigung der zwei thematischen Schwerpunkte sexuelle Orientierung und geschlechtliche Identität
  - mit Blick auf die Kontexte Familie, Bildungs- und Arbeitsstätten und Freundeskreis
- Mehr als 5000 Jugendliche haben sich über einen Onlinefragebogen und in 40 persönlichen Interviews beteiligt

Deutsches Jugendinstitut

Teilnehmer_innen der Onlinebefragung

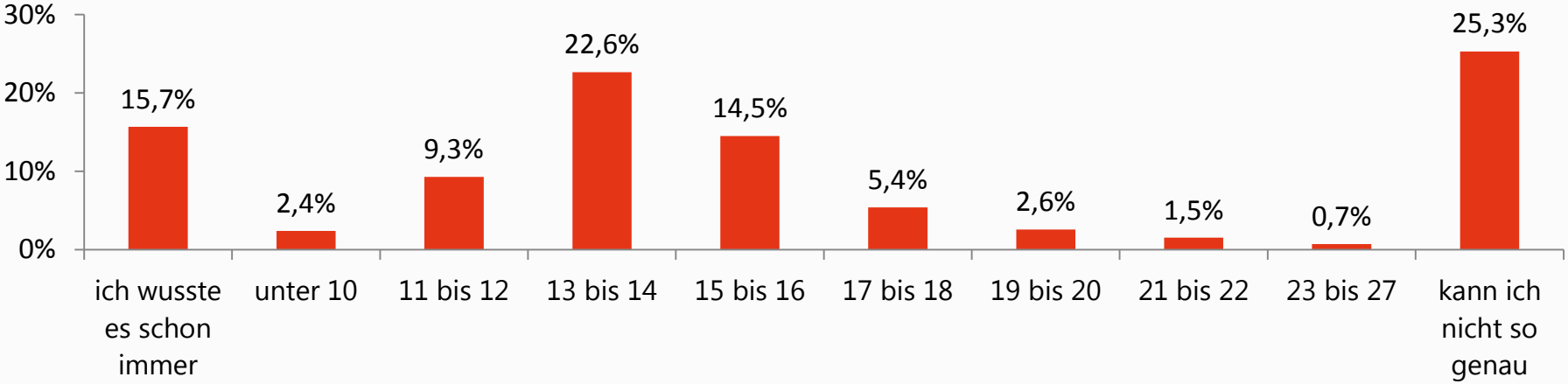
(N=5037)



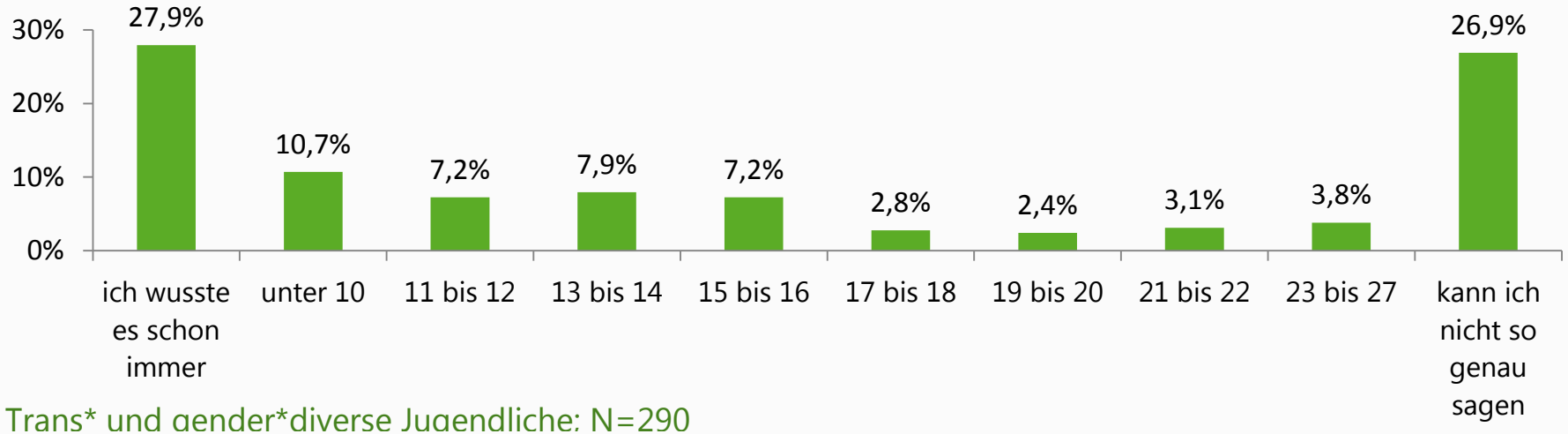
Deutsches Jugendinstitut

Inneres Coming-Out: Prozess der Bewusstwerdung

Alter beim inneren Coming-out



Lesbische, schwule, bisexuelle und orientierungs*diverse Jugendliche; N=4443



Trans* und gender*diverse Jugendliche; N=290

Inneres Coming-Out: Prozess der Bewusstwerdung

„Da denkt man sich immer „Ok, es ist vielleicht nicht wie bei der Mehrheit der anderen", aber dass einem das nicht bewusst ist, weil man einfach den Begriff nicht kennt." (Manuel, 20 Jahre)

- Was macht es so kompliziert?
  - Teilweise frühe Ablehnung/Ausgrenzung durch Peers
  - Fehlende Begriffe und Rollenvorbilder
  - Fehlendes Sicherheitsgefühl über sexuelle Orientierung und/oder geschlechtliche Zugehörigkeit
  - Aktive Verdrängung/Unterdrückung
  - Häufig Entwicklung von Ängsten und Sorgen
    - Nie ein ‚normales' Leben führen zu können"
    - Stets ein stigmatisiertes Leben führen zu müssen
    - Wichtige Menschen aus Umfeld zu enttäuschen

→ Das inneres Coming-out dauert durchschnittlich mehrere Jahre, findet in einer Zeit statt, in der die Jugendlichen eine Reihe weiterer Entwicklungsaufgaben zu lösen haben und wird oft als sehr belastend erlebt.

Coming-out bei Jugendlichen

Befürchtungen der Jugendlichen vor ihrem Coming-out

- Lesbische, schwule, bisexuelle und orientierungs*diverse Jugendliche
  - Ablehnung durch Freund_innen, Ablehnung durch Familie, verletzende Blicke oder Bemerkungen, Probleme im Bildungs- oder Arbeitsbereich
- Trans* und gender*diverse Jugendliche
  - Nicht ernst genommen zu werden, Ablehnung durch Familie, verletzende Blicke oder Bemerkungen, Probleme im Bildungs- oder Arbeitsbereich

Gründe für ein Coming-out

- LSBT*Q Jugendliche
  - Ich wollte mit jemandem über meine Gefühle reden
  - Ich wollte mich nicht mehr verstellen müssen
- Trans* und gender*diverse Jugendliche
  - Vorher hatte ich zu große Angst
  - Ich wollte meine körperliche Transition beginnen

→ Um authentisch sein zu können und Unterstützung zu erhalten, müssen die Jugendlichen sich outen

Verlauf des Coming-Outs

„Weil ich hab mich irgendwie am Anfang echt dafür geschämt, weil ich dachte, das wäre irgendwie was Schlimmes und keiner ist so und ich bin die einzige auf dieser Welt, die so ist." (Denise, 18 Jahre)

- Erstes äußere Coming-out
  - Oft zentrales Erlebnis und besondere Herausforderung
  - Reaktionen der Ansprechpartner_in wird überwiegend als positiv bewertet

  → *Durch positive Reaktionen werden erlebte Ängste und Sorgen während des inneren Coming-outs nicht ungeschehen gemacht*

- Weiterer Verlauf äußerer Coming-outs
  - Wird insgesamt einfacher beurteilt als das erste äußere Coming-out obwohl die Reaktionen weniger positiv ausfallen
  - Coming-out bei Eltern bleibt etwas besonderes
  - Coming-out im Kontext Schule wird mehrheitlich vermieden
  - Coming-out in der engsten Familie am schwierigsten, gefolgt von Schule; im Freundeskreis am wenigsten belastend
  - Nutzung von Statusübergängen
  - Umgang mit Trans* Hintergrund gegenüber nicht-informierten Personen

Diskriminierungserfahrungen in unterschiedlichen Bereichen

„Diskriminierung ist für mich auch gleich eine Verletzung, also ich bin dann innen drin einfach so, es tut einfach weh irgendwie, es ist einfach so ein, ein Stich ins Herz, kann man so sagen, ja." (Emil, 17 Jahre)

- Familie
  - SO oder GZ wird nicht ernst genommen, absichtlich ignoriert oder nicht mitgedacht
- Bildungs- und Arbeitsbereich
  - Beleidigung/Beschimpfung/Lächerlich-Machen, Überbetonung, Ausschluss/Ausgrenzung
- Freundeskreis
  - Überbetonung, SO oder GZ wird nicht mitgedacht, Zwangsouting
- Öffentliche Bereiche
  - 82% aller Teilnehmer_innen bzw. 96% der trans* und gender*diversen Jugendlichen berichten von Diskriminierung aufgrund ihrer SO oder GZ

→ Diskriminierung hat hohe Alltagsrelevanz – sowohl die erlebte, als auch die befürchtete

Strategien der Jugendlichen für Erhalt ihrer Handlungsfähigkeit und zur Bewältigung von Hindernissen und Problemen

- Vermeidung und Verzicht
- Verdrängung und Auseinandersetzung
- Informationssuche und Kompetenzerwerb
- Planung des äußeren Coming-outs
- Suche nach emotionalem Rückhalt und Unterstützung
- Vernetzung und eigenes Engagement
- Normalitätskonstruktion
- Strategien zur Verarbeitung negativer Erfahrungen
  - Relativierung
  - Idealisierung
  - Legitimierung

Beispiele aus dem Beratungsalltag

Lesbisches Paar sucht Vater I

- Lesbisches Paar, seit 5 Jahren zusammen, haben einen Kinderwunsch
- Sie suchen einen Vater im Freundeskreis, entscheiden sich für einen schwulen Freund, den die eine Mutter seit 20 Jahren kennt
- Die Frauen tragen die Verantwortung, der schwule Vater kommt einmal im Monat zu Besuch

Lesbisches Paar sucht Vater II

- Ein lesbisches Paar, seit 8 Jahren zusammen, hat einen Kinderwunsch
- Sie suchen einen Vater im Freundeskreis, entscheiden sich für einen schwulen Freund, den sie seit 3 Jahren kennen
- Sie zerstreiten sich, die eine Mutter ist eifersüchtig, möchte den Vater entgegen ihrer Verabredung aus der Erziehung raushalten

Lesbisches Paar sucht Vater III

- Ein lesbisches Paar, seit 4 Jahren zusammen, hat einen Kinderwunsch
- Sie suchen einen Vater im Freundeskreis, entscheiden sich für einen schwulen Freund, den sie seit 3 Jahren kennen
- Der Vater ist Alkoholiker, nimmt eine Suchttherapie wahr, das gemeinsame, neugeborene Kind ist eine große Motivation, abstinent zu leben

Türkischer Vater mit Sohn in der Pubertät

- Der Sohn wuchs beim schwulen Vater auf, Mutter gestorben
- Er lernte zuhause die schwulen Freunde des Vaters kennen, hatte einen guten Kontakt zu ihnen
- Mit Beginn der Pubertät begann der Sohn, sich von seinem schwulen Vater zu distanzieren und zu rebellieren

Turkmenischer schwuler Vater, 25, 3 Kinder, ohne Coming-Out

- Er führt eine klassische Ehe, aus Angst um sein Leben, als Schutz, beantragt mit Familie Asyl in Deutschland
- Zeugt Kinder, weil in seinem Dorf Schwulengerüchte auftauchten, inzwischen ist das 4. Kind unterwegs
- Mag seine Frau und seine Kinder, liebt und begehrt aber schon immer Männer

Schwule Pflegeväter

- Zwei schwule Pflegeväter haben einen 5jährigen Jungen mit arabischem Migrationshintergrund in Pflege genommen
- Der Vater, dem das Kind entzogen wurde, der aber Kontakt haben darf, hat zunehmend Probleme mit dem schwulen Paar
- Unter dem Einfluss des leiblichen Vaters rebelliert der Sohn in der Pubertät und wechselt die Pflegefamilie.

Schwuler Großvater

- Schwuler Mann, 72, mehrfacher Großvater, hat sein Coming-Out nachdem seine Frau starb und freut sich auf sein neues Leben
- Die erwachsenen Kinder wussten bis dahin nichts von seiner Homosexualität

Öffentlichkeitsarbeit und Erscheinungsbild der Beratungsstelle

Offenheit signalisieren

- … durch Sprache
  - Gendersensible Schreibweise auf der Webseite, in Flyern, Anmeldung, Anamnesebögen
  - Sexuelle Orientierung/geschlechtliche Zugehörigkeit als Thema benennen
  - Heteronormative Vorannahmen vermeiden (Eltern statt Vater und Mutter)
  - Im persönlichen Kontakt (z.B. bei erstem Anruf wegen Termin)

- … durch Bilder
  - Fotos auf der Homepage und im Flyer
  - Plakate in der Beratungsstelle
  - Ausgelegte Flyer in der Beratungsstelle

- … durch Verweise und Symbole
  - Links auf der Homepage zu LSBT*Q Beratungsstellen bzw. Themen
  - Regenbogen o.ä.

Mitarbeitende in der Beratungsstelle

- Haltung des Trägers klären
- Kolleg_innen: Mit dem Thema LSBT*Q vertraut machen
  - Haltung der Kolleg_innen klären
  - Durch Sensibilisierung (bzgl. Thema und Sprache)
  - Durch Information
  - Durch Fortbildungen
  - LSBT*Q-Kolleg_innen in der Beratungsstelle unterstützen
- Eigene Person: Haltung zum Thema entwickeln
  - Möchte ich Beratung zum Thema machen oder nicht
  - Fachwissen aneignen
  - Verweisungskompetenz entwickeln!
  - Coming-out verstehen
  - Vernetzung mit interessierten Kolleg_innen andere Einrichtungen (mit und ohne LSBT*Q-Bezug)

Im Beratungsprozess

- Mit LSBT*Q Jugendlichen und junge Erwachsenen
  - Angst nehmen, nicht „normal“ und „die_r Einzige“ zu sein
  - Empfindungen nicht anzweifeln („Phase“)
  - Gewünschten Namen und richtiges Pronomen verwenden (bei Unsicherheit nachfragen)
  - Geschlechtliche Zugehörigkeit gegenüber Dritten vertreten
  - Differenzialdiagnosen bedenken
  - Sexuelle Orientierung oder geschlechtliche Zugehörigkeit nicht als Erklärungsmuster für alle Probleme/Fragen verwenden
  - Auskunftsfähig sein und weitervermitteln (!) können
  - Bei Konflikten mit Eltern, Schule parteilich sein und Unterstützung zusichern
  - Sicherheit bieten (Schweigepflicht)
  - Unterstützung z.B. in der Schule bieten
  - Coming-out verständlich machen als Prozess (für alle Beteiligten)
  - Unterstützung bei Weitervermittlung bieten (z.B. Kontakt zu LSBT*Q Beratungsstelle aufnehmen)

Im Beratungsprozess

- Mit Eltern
  - Schuld nehmen „Was haben wir falsch gemacht?“
  - Ängste ernst nehmen und hinterfragen (Problem, dass die Tochter eine Frau liebt oder was die Nachbar_innen denken?)
  - Aufklären, was LSBT*Q sein ist und was nicht
  - „Coming-out“-Prozess für Angehörige
  - Sexuelle Orientierung oder geschlechtliche Zugehörigkeit nicht als Erklärung für alles verwenden
  - Literatur empfehlen können
  - Kontakt zu Eltern von LSBT*Q Jugendlichen / LSBT*Q Personen vermitteln können

Links und Infos zum Thema

Beratungsstellen

- In&Out Jugendberatung
  https://www.comingout.de/
- Infoseite für junge trans*, inter* und genderqueere Menschen
  http://www.meingeschlecht.de/
- TransInterQueer (TrIQ) (Berlin)
  http://www.transinterqueer.org/
- Trans*KinderNetz
  http://trans-kinder-netz.de/
- Lesben-und Schwulenberatungsstellen im Bundesgebiet
- Freizeitangebote für LSBT*Q Jugendliche bundesweit (Jugendgruppen, Jugendzentren etc.)

Links und Infos zum Thema

Material

- DJI: Broschüre Coming-out – und dann…?!
  www.dji.de/coming_out
- DJI: Buch Coming-out – und dann…?! (Juni 2017)
- BZgA: Heterosexuell? Homosexuell?
- http://www.bzga.de/infomaterialien/sexualaufklaerung/?ab=20
- Queerformat: Mein Kind ist das Beste, was mir je passiert ist.
  http://www.queerformat.de/fileadmin/user_upload/news/QF-ElternBroschuere.pdf
- Rauchfleisch, Udo (2012). Mein Kind liebt anders. Ein Ratgeber für Eltern homosexueller Kinder. Patmos.
- Rauchfleisch, Udo (2013). Anne wird Tom. Klaus wird Lara.

Material

- LSVD: Elternbroschüre
  http://www.lsvd.de/fileadmin/pics/Dokumente/family/da_fiel_ich_aus_allen_wolken.pdf
- LSVD: Homosexualität und Familie
  http://www.bildung-beratung.lsvd.de/material_handbuch.html
- LSVD: Literaturtips (Regenbogenfamilien und LSBT*Q Jugendliche)
  https://www.lsvd.de/fileadmin/pics/Dokumente/family/Beratungsfuehrer/3_a-Kinder-Jugendbuecher.pdf
- Koordinierungsstelle für gleichgeschlechtliche Lebensweisen: Fachkräftebefragung
  https://www.muenchen.de/rathaus/Stadtverwaltung/Direktorium/Koordinierungsstelle-fuer-gleichgeschlechtliche-Lebensweisen/Publikationen.html

Zu guter Letzt

„Ich glaube, ich würde es cool finden, wenn es keine Rolle spielen würde. Wenn es einfach alles gleich wäre, so wie jetzt halt diese Heterosexualität sozusagen das ist, was jeder als Norm akzeptiert. Wenn einfach die Norm wäre „Jeder liebt einfach den Menschen, den er liebt, unabhängig davon, welches Geschlecht der jetzt hat“. Also, wenn auch einfach alles, was mit Ehe und Geschlecht, was da noch alles dran hängt an Status, irgendwelche Machtgefüge, keine Ahnung, wenn das halt weg wäre so oder keine Rolle spielen würde. Wenn halt der Mensch im Zentrum stünde und nicht „In was für einem Körper steckt dieser Mensch?“ und „Wen begehrt er?“ so. Das wäre glaube ich für mich so eine Idealvorstellung, dass es halt um die Person geht, und nicht um das Drumherum, was halt Zufall ist so.“ (Alina, 22 Jahre)

Wortwolke aus über 650 Kommentaren von Teilnehmer_innen der Onlinebefragung