

# Coming-Out Geschichten

Wie ist das so, wenn man allen erzählt, dass man anders ist...

<b>Vielfaltskriterium</b>	sexuelle Orientierung	<b>Teilnehmerzahl</b>	maximal 12 Teilnehmer
<b>Dauer</b>	etwa 90 Minuten	<b>Alter</b>	14 bis 20 Jahre
<b>Material</b>	verschiedene Coming-Out-Geschichten, Schreibmaterial, ggf. Bastelmaterial und Zeitschriften für Collagen Weitere Coming Out Geschichten findet Ihr unter <a href="http://www.anyway-koeln.de/beratung/cos.shtml">www.anyway-koeln.de/beratung/cos.shtml</a>		
<b>Ziel</b>	Jugendliche versetzen sich in die Lage von schwulen und lesbischen Gleichaltrigen und erarbeiten Lösungsstrategien für Probleme, die u.a. mit dem Coming-Out einhergehen.		

## 1. Übung

Anhand vorliegender Coming-Out-Geschichten werden verschiedene Fragen behandelt. Dabei können die Ergebnisse auf verschiedene Art und Weise kreativ umgesetzt werden: als Collage, Rollenspiel, mit der Moderationsmethode, im Gespräch, als „Dr. Sommer-Brief“ usw...

## 2. mögliche Fragestellungen zu den Geschichten

- Welche Ängste und Sorgen hatte der Erzähler / die Erzählerin wohl vor dem Coming-Out?
- Was hat sich durch den Erzähler / die Erzählerin nach dem Coming Out verändert?
- Wie haben die Freunde, Bekannten und Eltern auf das Coming Out reagiert?
- Fallen Euch vergleichbare Situationen ein, in denen unangenehme Dinge zum ersten Mal anderen Menschen mitgeteilt werden? Welche sind das?

## 3. weiterführende Informationen

Für weitere Informationen könnt Ihr die Broschüre der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung zum Thema Coming Out bestellen (hier fallen Versandkosten an) oder downloaden unter [www.bzga.de/botmed\\_13020000.html](http://www.bzga.de/botmed_13020000.html) .



**Angelehnt an:** Landesinstitut für Schule und Medien Berlin-Brandenburg (LISUM): Lesbische und schwule Lebensweisen; Download unter [www.berlin.de/imperia/md/content/lb\\_ads/gglw/veroeffentlichungen/lesbische\\_und\\_schwule\\_lebensweisen\\_2008.pdf](http://www.berlin.de/imperia/md/content/lb_ads/gglw/veroeffentlichungen/lesbische_und_schwule_lebensweisen_2008.pdf)



# Coming-Out Geschichten

Wie ist das so, wenn man allen erzählt, dass man anders ist...



## Ulrikes Geschichte

Schmetterlinge im Bauch, ein leicht entrücktes Dauergrinsen im Gesicht, die Welt in Rosa getaucht - Verliebtsein ist ja sooo schön! Josephine und Ulrike strahlen um die Wette, seit drei Monaten sind die beiden unzertrennlich. Ganz selbstverständlich gehört Ulrike schon mit zu Josephines Familie, die noch bei ihren Eltern lebt. Sie geht dort ein und aus, gemeinsam feierten sie auch Weihnachten.

Ulrike (20) ist glücklich. Damals, mit 17, als sie zum ersten Mal merkte, dass sie auf Mädchen steht, malte sie sich die Zukunft weniger rosig aus. Da war Erschrecken, war quälende Angst - „das geht nicht, das kann nicht sein, ich doch nicht!“ erinnert sich Ulrike. Um nachdenken zu können, hörte sie viel Musik. „Manchmal wollte ich einfach nur schreien oder mich verkriechen in den Songs.“

Ihr Coming-out war ein großer Schritt. aber „ich wollte meine Freundin nicht verleugnen, also hab ich's meinen Eltern gesagt“, erzählt Ulrike. Die sorgten sich vor allem um die Nachbarn und reagierten nicht besonders verständnisvoll, sie tolerierten es, akzeptierten es aber nicht. Wenn sie heute mit Josephine Hand in Hand über die Dorfstraße des brandenburgischen W. läuft, drehen sich die Nachbarn nach ihr um, grüßen freundlich und gehen weiter. Nicht mehr und nicht weniger - eben so, wie vorher auch.

Ein Coming-out ist immer ein Abenteuer. Ein Aufbruch in eine neue, spannende Welt. Der Beginn eines Wegs, an dessen Anfang erstmal die Erkenntnis steht, anders zu sein als es vermeintlich der Rest der Menschheit ist. Trotz fortschreitender gesellschaftlicher Liberalisierung, trotz Homoehe und Lesben in Vorabendserien hat sich daran nichts geändert.

### Zwei Eltern berichten

Herbert: Ulrike, sie war damals gerade 17 geworden, kam eines Tages nach Hause und sagte, sie möchte mit uns etwas besprechen. Ohne große Umschweife

knallte sie uns die Botschaft hin: „Mama, Papa: Ich bin lesbisch.“

Angelika: Wir waren beide baff. Ich war jedenfalls ganz still, zu viele Gedanken blitzten durch meinen Kopf, als dass ich hätte reagieren können.

Herbert: Also für mich war das nicht so schlimm. Mein Gedanke war: Ich freue mich zwar nicht, aber ein Unglück ist es auch nicht.

Angelika: Unglück wäre übertrieben, aber ich machte mir einerseits Sorgen um meine Tochter, andererseits fragte ich mich, was ich falsch gemacht habe.

Herbert: Ja, dieser Gedanke kam auch bei mir auf, aber er ist bald verfliegen, als ich gemerkt habe, wie natürlich Ulrike mit ihrer Homosexualität umging. Sie erzählte uns ja Einiges: wie sie „es“ bemerkt hat, wie schwer es für sie am Anfang war, und wie glücklich sie sei, dass sie nun auch uns gegenüber ehrlich sein könne.

Angelika: Sie hat uns damals auch ein Buch gegeben zum Nachlesen. Das hat mir sehr geholfen. Ich wusste ja fast nichts über Homosexualität, und ich hätte mich sicher nicht getraut, alles zu fragen, was ich durch das Buch erfahren habe.

Herbert: Ja, das stimmt. Wir haben zwar später noch manchmal mit Ulrike darüber gesprochen, aber irgendwie war das bald nicht mehr notwendig. Das Leben ist einfach normal weiter gegangen...

Angelika: ... wie in jeder anderen Familie auch. Nur die Frage, wie wir es unseren Verwandten und Freunden sagen, hat uns doch noch längere Zeit beschäftigt. aber die Stärke von Ulrike hat uns auch Mut gegeben und wir haben durchweg nur gute Rückmeldungen bekommen. Mittlerweile geht ja Josephine, Ulrikes Freundin, bei uns ein und aus und ich freue mich sehr, dass Ulrike einen Menschen gefunden hat, mit dem sie glücklich ist.

Herbert (51) und Angelika (49), Ulrikes Eltern



# Coming-Out Geschichten

Wie ist das so, wenn man allen erzählt, dass man anders ist...



## Eric's Geschichte

Eigentlich habe ich mir über das Schwulsein noch nie den Kopf zerbrochen. Sicherlich guckt man immer mal so in der Umkleide beim Sport, wie die anderen Jungs so aussehen, aber das empfinde ich als normal. Schließlich gucken sich sogar erwachsene Männer beim Pinkeln gegenseitig auf ihr bestes Stück. Mit 15 begann ich mir erstmals vorzustellen, wie das wohl ist, mit einem anderen Jungen Sex zu haben und sich gegenseitig zu lieben. Immer wieder hatte ich mir Szenen mit zwei Männern, die sich gegenseitig anfassten, im Kopf ausgemalt. Ich achtete auch mehr auf süße Kerle, die auf der Straße rumliefen. Das war der Zeitpunkt, wo ich mir erstmals richtig Gedanken übers Schwulsein machte und merkte, dass ich es selber bin.

Als ich das für mich klargemacht hatte, war nur das Problem, dass ich als pubertärer Jugendlicher natürlich auch Sex wollte. In meiner großen Euphorie und mit noch mehr Leichtsinns fragte ich drei Jungs aus meiner Klasse per SMS, ob sie darauf Lust hätten. Alle drei lehnten natürlich ab. Ich dachte, die Sache hätte sich damit erledigt, aber dem war nicht so. Nach ein paar Monaten fing einer der drei an, die SMS in der Klasse rumzuzeigen. Alle guckten mich blöd an, einige machten dumme Sprüche und die anderen lachten. Wenige kamen und fragten, ob es stimme, aber ich verneinte ihre Frage. Mir war das zu diesem Zeitpunkt schon peinlich genug. Mein „Nein“ klang aber nicht überzeugend und so wurde mein „Outing“ weiter verbreitet und ging auch durch andere Klassen. Also gestand ich schwul zu sein. In den nächsten Wochen musste ich mir so ziemlich viel Mist anhören, aber es interessierte mich nicht weiter. Wenn sie mich nicht akzeptieren, so wie ich bin, dann sollen sie mich eben in Ruhe lassen. Noch

einen Monat und ich hörte fast nix mehr über Schwule von meinen Mitschülern, außer ein paar dummen Bemerkungen nebenbei. Dann kamen die Sommerferien und im nächsten Schuljahr sagte keiner mehr ein Wort darüber.

Nun wurde ich auch schon 16. Meine Eltern trennten sich im Dezember 2005. Ich zog mit meiner Mutter und mit meinen Geschwistern in eine neue Wohnung und hatte nun so viel Freizeit, dass ich öfter im Internet surfte. Ich entdeckte ein paar Schwulenseiten für mich, wie zum Beispiel *dbna*. Als ich sah, wie viele Schwule es doch gibt, hatte ich noch weniger Probleme damit, selbst einer zu sein.

An einem Montag im Juli habe ich meiner Mutter dann gesagt, dass ich schwul bin. Das kam eigentlich auch völlig unüberlegt. Sie guckte gerade fernsehen und ich fragte, wie lange sie noch gucken wolle. Sie wusste es nicht. Dann sagte ich nur, dass ich als schwuler Junge gerne um 23.45 Uhr eine Schwulenserie gucken möchte: "Queer as Folk". Sie sagte, dass es okay sei, rief mich, als es los ging, und guckte sogar kurz mit, ging dann aber schlafen und sagte kein Wort mehr zu dem Thema. Ich weiß nicht, ob sie es akzeptiert oder nur verdrängt. Anderen Verwandten habe ich noch nichts erzählt. Sie werden es dann spätestens erfahren, wenn ich irgendwann meinen Freund vorstelle.

Ich empfand mein Outing als eine Erleichterung. Jetzt kann ich Erfahrungen sammeln und mich so geben wie ich bin. Sexuellen Kontakt hatte ich zwar immer noch nicht, aber ich werde ja auch diesen Monat erst 17. Und warte jetzt auch, bis ich einen netten Boy gefunden habe.