

Mein Kind ist schwul / lesbisch

Verhaltenstipps für Eltern



Reproduktionen, Übersetzungen, Weiterverarbeitung oder ähnliche Handlungen zu kommerziellen Zwecken sowie Wiederverkauf oder sonstige Veröffentlichungen sind ohne die schriftliche Zustimmung des Autors bzw. Lizenzgebers nicht gestattet.

Autor: Antonio Rudolphios (2016)

Diese Publikation wurde nach bestem Wissen recherchiert und erstellt.
Als Leserin und Leser, möchte ich Sie ausdrücklich darauf hinweisen,
dass keinerlei Verantwortung für jegliche Art von Folgen, die Ihnen im
Zusammenhang mit dem Inhalt dieses eBooks entstehen, übernommen
werden können. Der Leser ist für die aus diesem Ratgeber
resultierenden Handlungen selbst verantwortlich.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	5
Was soll das eigentlich „Bist du schwul?“.....	8
Was ist denn überhaupt schwul oder lesbisch?.....	10
Wie viele Menschen betrifft es?.....	13
Informieren Sie sich doch erst einmal selbst!.....	14
Woran erkennt man, dass Kinder anders sind?.....	15
Spricht man das Thema an?.....	18
Habe ich etwas falsch gemacht?.....	19
Wie helfen Eltern ihren Kindern?.....	21
Schlusswort.....	40

Vorwort

Der Schock sitzt tief. Viele Eltern wollen es nicht wahrhaben: der eigene Sohn, die eigene Tochter schwul oder lesbisch? Das kann doch nicht wahr sein!

Es ist doch bestimmt nur eine vorübergehende Fehlorientierung in der Pubertät, wo Heranwachsende sowieso nicht wissen, ob sie Fisch oder Fleisch sind. Ja, es ist eine Krankheit, die man wieder heilen kann, trösten sich viele in anderen Kulturkreisen selbst darüber hinweg, wo Homosexualität verpönt oder gar geächtet ist. Solche Gedanken kommen oft auf. Gerade in Gesellschaften, wo darauf hin erzogen wurde, dass Männlein und Weiblein doch bitte schön zusammengehören.

Wie aber reagiert man nun als Eltern, wenn die Orientierung der eigenen Kinder zum gleichen Geschlecht doch Gewissheit wird – vor allem, wie reagiert man richtig?

Eltern sind hin- und hergerissen – zwischen massivem Druck auf den Nachwuchs, der eigenen Schmach im sozialen Umfeld und dem Verständnis für die Kinder.

Dabei darf man auch nicht übersehen, dass die Betroffenen oft selbst mit ihrer Andersartigkeit nicht herausrücken wollen oder können. Sie merken, dass sie anders sind und aus dem Rahmen fallen. Natürlich möchten Sie nicht zum Gespött ihrer Umgebung werden und einen täglichen Spießrutenlauf durchleben. Dazu kommen in dieser Altersklasse die oft derben Sprüche über Schwule und Lesben. „Tucke“ ist da noch der harmloseste. Es kann aber auch echt derb werden wie „Kinderficker“ oder „Aidskranker“, von dem man sich fernhalten muss und vor dem man seine eigenen Kinder erst mal schützen muss.

Weggesperrt gehören solche Typen, ja die Reaktionen herrschen auch vor.

Es gibt auch heute noch Kulturen wie in China, in denen Schwule und Lesben ausgegrenzt werden. Eltern müssen umziehen. Den Kontakt mit den Betroffenen meidet man, weil sie ja angeblich ansteckend krank sind. Kinder lässt man nicht in ihre Nähe kommen. Und man darf auch nicht übersehen, dass Homosexualität in manchen Ländern immer noch unter Strafe steht und sogar teils mit dem Tod bedroht ist.

Sehr oft unterdrücken auch in unserem Kulturkreis Betroffene ihre Gefühle aus Angst vor Ablehnung und Ausgrenzung. Hierbei kommt es auch auf den Charakter und die körperliche Konstitution sowie auf das Umfeld an. Hat der Schwule oder die Lesbe eine starke Persönlichkeit mit großem Selbstwertgefühl und Selbstbewusstsein, dann fällt ein Coming Out leichter.

Lebt man in einer sehr offenen liberalen Familie und kann über alles reden, ist es einfacher, auch über Sexualität und Orientierung zu sprechen. Ist man dagegen in einer sehr traditionellen, verschlossenen, zugeknöpften Familie, in der solche Themen Tabus sind, kehrt man doch eher die Probleme unter den Teppich, macht seine Schwierigkeiten mit sich selbst aus – bis es eines Tages doch durch einen dummen Zufall rauskommt. Dann ist der Aufschrei aber umso größer.

Stellen Sie sich als Eltern doch bitte immer zwei Szenarien vor: Was für einen wahnsinnigen Vertrauensbeweis an Sie bedeutet es doch, wenn sich Ihr Kind mit seinem Coming Out an Sie wendet? Und wie kann auf der anderen Seite ein Verhältnis Eltern-Kinder auf Dauer, ja sogar auf Lebenszeit zerrüttet werden, wenn man nicht verständnisvoll, sondern vorwurfsvoll mit der etwas anderen Orientierung umgeht, wenn es darüber zum Streit und zur Verachtung, ja zur Ausgrenzung kommt?

Sie haben bis hierhin alles richtig gemacht. Mit dem Kauf dieses Ratgebers bekommen Sie Hilfen an die Hand, mit denen Sie das Thema am besten anpacken. Natürlich ist jede Problemlage anders. Ihren individuellen Weg müssen Sie schon selbst gehen. Sie sind doch verunsichert und wissen nicht damit umzugehen. „Mama, ich bin lesbisch“ – ja was soll man darauf schon spontan antworten? Vor allem, wenn Sie Anzeichen spüren, dass Ihr Kind anders sein könnte, bereitet Sie dieser Ratgeber darauf vor, den richtigen Ton zu finden. Machen Sie sich das Leben nicht selbst allzu schwer. Nutzen Sie die Tipps und Tricks aus diesem Ratgeber, um gemeinsam mit Ihrem Kind das Beste aus der Situation zu machen. Am Ende werden Sie nicht mehr sagen: Hilfe, mein Kind ist schwul oder lesbisch – sondern: Ich freue mich, dass ich ein so prächtiges Kind habe!

Was soll das eigentlich „Bist du schwul?“

Warum erweckt Homosexualität eigentlich eine solche **Aufmerksamkeit**? Fragen wir bei heterosexueller Veranlagung auch so intensiv nach. Wie treibt ihr es denn, wie oft macht ihr es? Was interessiert uns eigentlich die Orientierung unserer Mitmenschen? Ist ein homosexueller Geschäftspartner oder Arbeitskollege **weniger wert** als ein heterosexueller? Kann man ihm etwa **nicht vertrauen**? Warum wird Sexualität überhaupt zu einem **Kriterium**, wenn wir vermuten oder wissen, da ist etwas Andersartiges im Busch?

Fragen wir eigentlich **heterosexuelle Paare** auch so intensiv nach ihren **Praktiken**? Nein, eben nicht. Und genau darin liegt die Krux. Was interessiert es uns, wie Lesben Sex haben und zu ihrem Höhepunkt kommen? Bei Schwulen ist es etwas einfacher nachvollziehbar. Sie haben ihren Schwanz, ob der nun von einer Frau oder einem Mann stimuliert wird, ist dabei relativ egal, aber hier spielt sich eben der Orgasmus ab. Frauen fehlt diese Möglichkeit, dieses Sexualorgan zur natürlichen Stimulation, sie müssen ihren Orgasmus irgendwie künstlich herbeiführen oder dafür Hilfsmittel in Anspruch nehmen.

Solche Gedanken sind **unangebracht**, und doch herrschen sie vor – insbesondere in den Amtsstuben dann, wenn zwei Gleichgeschlechtliche heiraten wollen. Man spricht in dem Fall von einer **eingetragenen Lebenspartnerschaft** und hat sich noch nicht zu dem Begriff Heirat durchgerungen. Dann kommt auch schnell die irrsinnige Frage auf: Wer hat denn in der Beziehung die Hosen an, wer ist Mann und wer Frau, wer der Ehemann und wer die Ehefrau? Ein Mann stellt seinen Ehemann vor? Und was ist, wenn er sagt „Das ist mein Partner!“? Geschäftspartner vielleicht nur?

Alle diese Gedanken führen uns doch vor Augen, wie **verklemmt** das Thema belegt ist. Homosexualität ist etwas **Exotisches**, ja man will es aber jetzt doch etwas genauer wissen. Es wird noch lange Zeit dauern, bis hier Normalität einkehrt.

Was ist denn überhaupt schwul oder lesbisch?

Man spricht von Homosexualität, wenn jemand das **gleiche Geschlecht** liebt, mit ihm/ihr Sex hat und mit dem gleichen Geschlecht zusammenlebt sowie eine **Partnerschaft** ähnlich wie eine Ehe eingeht – im Gegensatz zur Heterosexualität, die als normale sexuelle Veranlagung gilt und die typische Partnerschaft zwischen Mann und Frau darstellt.

Wenn Mann und Frau sich lieben, heiraten und Kinder zeugen, gilt das gemeinhin als **zweckbestimmt**, nämlich sich **fortzupflanzen**. Sonst würde ja jede Rasse schnell aussterben.

Deshalb ist auch die **Heterosexualität Normalität** im Leben und eher wahrscheinlich als die Ausnahme Homosexualität.

Der Vollständigkeit halber spricht man auch noch von Transgender und **Transsexualität**. Das sind Menschen, die sich im falschen Körper fühlen und nach einer Geschlechtsumwandlung streben.

Und es gibt die gar nicht mal so seltene **Bi-Sexualität**: Hier fühlen sich Menschen sowohl zum anderen wie aber auch zum gleichen Geschlecht hingezogen, sind also Schwule oder Lesben und gleichsam Heteros. Entweder probieren sie es aus reiner Neugierde mal aus oder sind sogar echte Überzeugungstäter und treiben es mit beiderlei Geschlecht oder genießen halt die volle Palette sexueller Befriedigung.

Die **Pubertät** zwischen 13 und 17 Jahren spielt bei der sexuellen Orientierung eine wichtige Rolle. Hier fühlen sich junge Menschen häufig zum eigenen Geschlecht hingezogen, ohne sich jedoch gleich festzulegen. Manchmal wächst sich das mit der Zeit wieder aus, bis man seinen ersten festen Partner oder seine erste feste Partnerin findet. Manchmal legt sich aber in der Pubertät auch der Grundstein für die Homosexualität. Junge Menschen haben heute in einer

aufgeschlosseneren Welt ein früheres Coming Out als noch vor 20 oder 30 Jahren – und das ist auch gut so.

Man schätzt, dass junge Menschen bis zu einem Alter von 25 Jahren bis zu **30 Prozent** dieser Altersklasse schwule oder lesbische Erfahrungen gesammelt haben. Nach dem 25. Lebensjahr halbiert sich diese Zahl wieder.

Bei Männern spricht man von **Schwulen**, bei Frauen von **Lesben**. Waren Homosexuelle bis vor nicht allzu langer Zeit gesellschaftlich wie auch rechtlich (Paragraf 175 gemeinhin als Schwulen-Paragraf bekannt) **geächtet**, so setzt sich in westlichen Kulturen immer mehr die **Gleichstellung** mit heterosexuellen Paaren durch – bis hin zu ähnlichen Steuervorteilen, Rentenansprüchen und sogar Kinder-Adoptionen. Eher katholisch geprägte Länder tun sich da etwas schwerer, ziehen aber im Zuge der strikten Trennung von Kirche und Staat (Säkularisierung) allmählich nach.

Immer noch gibt es das **klassische Stadt-Land-Gefälle** sowie das **Nord-Süd-Gefälle**: In Städten reagieren die Menschen toleranter und verständnisvoller auf homosexuelle Paare als in der Enge eines ländlichen Dorfes, wo jeder jeden kennt und über jeden tratscht. Im **weltoffenen Norden** sind Schwule und Lesben häufiger anzutreffen als im zugeknöpften, **traditionellen Süden**.

Das hat aber **nichts mit der wirklichen Realität** zu tun. Überall gibt es statistisch betrachtet gleich viele Homosexuelle. Im Süden traut man sich nur weniger heraus und kehrt seine Andersartigkeit eher unter den Teppich, weil man ja gesellschaftlich geächtet werden könnte. Da ist der Druck größer. Hier gibt man eher klein bei, wahrt den Schein und lebt seine Sexualität im Verborgenen.

Das geht sogar so weit, dass ein heterosexueller Seitensprung im Süden als **Kavaliersdelikt** (Was für ein toller, potenter Hecht!)

betrachtet wird, während das Getuschel über einen möglichen gleichgeschlechtlichen Partner schon mal die Karriere kosten kann. Die gehörnte Ehefrau tut man hier als verzeihlichen Betriebsunfall ab, den Schwulen oder die Lesbe grenzt man aber aus und verbannt sie.

Ja, in manchen Kulturen werden sogar wider die eigene Veranlagung heterosexuelle **Ehen erzwungen** – getreu dem Prinzip: The Blood must go on. Dass der Familienname fortbesteht, ist wichtiger als das Seelenheil der Betroffenen.

Ganz abgesehen davon wird – auch von Staats wegen – Homosexualität weltweit immer noch **verfolgt**, bestraft – zum Teil sogar mit dem Tod.

Wie viele Menschen betrifft es?

Man spricht von einer Minderheit, die zwischen **zehn und fünfzehn Prozent** der Gesamtbevölkerung ausmacht, wenngleich hier auch mit einer hohen Dunkelziffer zu rechnen ist. Wer gibt schon gerne offen zu, schwul oder lesbisch zu sein? Man könnte ja zahlreiche Freunde und die eigene Familie verlieren. Vorsichtige Schätzungen sprechen von vier bis acht Millionen Homosexuellen in Deutschland.

Die Hälfte, die es betrifft, lebt strikt nicht geoutet. Und wer sich outet, tut es meist mit Bedacht da, wo man sowieso auf Verständnis trifft.

Allerdings gehen neueste Studien auch davon aus, dass 90 bis 95 Prozent der Bevölkerung bisexuelle Erlebnisse haben oder hatten. Sie gelten daher auch als bis zu einem gewissen Grad als bisexuell – ob aus Neugierde oder reinem Abwechslungs-Gelüst.

Man findet ja in der heterosexuellen Beziehung schnell auch seine Erfüllung. Und dann ist Ende im Gelände, man braucht Abwechslung und die sucht man sich in gleichgeschlechtlichen Abenteuern.

Übrigens, rund **30 Prozent** der jungen Menschen versuchen es in der **Pubertät** mal mit dem gleichen Geschlecht und gehen homosexuelle Kontakte ein (manchmal auch als Spielereien aus reiner Neugierde abgetan). Es hat erst einmal weniger etwas mit der Orientierung zu tun. Die Hemmungen vor dem ersten heterosexuellen Mal sind doch zu hoch oder man ist selbst zu verklemmt. Die Möglichkeiten sind obendrein zu gering. Mit dem gleichen Geschlecht ergeben sich leichtere zufällige Chancen, weil man ja auch öfter mit Gleichgeschlechtlichen zusammenhängt, ob im Sport oder in der Freizeit.

Informieren Sie sich doch erst einmal selbst!

Bevor Sie in Panik verfallen und Weltuntergangs-Szenarien durchspielen, informieren Sie sich doch erst einmal selbst. **Blogs** und **Foren** im Internet sind ebenso hilfreich wie Broschüren Ihrer Krankenkasse oder in den Arztzimmern. In Foren können Sie auch eigene Fragen anonym stellen. Oder kaufen Sie sich entsprechende Bücher und Fachzeitschriften. Bestellen Sie sich auch Aufklärungsfilme beispielsweise in der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung – gut geeignet auch für den Aufklärungsunterricht.

Gehen Sie die Sache nüchtern an. Bevor Sie irgendetwas planen oder unternehmen, sollten Sie schon wissen, worüber Sie reden und entscheiden. Und vergewissern Sie sich genau, dass Ihr Kind wirklich schwul oder lesbisch ist. Manchmal **deutet** man ja auch nur bestimmte Beobachtungen **falsch** – der Junge hat noch keine Freundin? Muss er das denn? Warten Sie doch in Ruhe mal ab. Das Mädchen spielt noch immer mit den Puppen – na und? Das kommt schon noch!

Und wenn es denn so ist, dann gehen Sie gut **vorbereitet** in das Gespräch mit Ihrem Kind und kommen bitte nicht mit **Fehlinformationen** wie „Das ist doch eine Krankheit, die geheilt werden kann“ oder „Das kommt in der Pubertät schon mal vor und wächst sich wieder aus“. Da sind Ihre Kinder aber wesentlich besser informiert und nehmen Sie nicht mehr für voll.

In dieser Phase kommt es darauf an, auf **Augenhöhe** mit dem Nachwuchs zu diskutieren. Das geht nur, wenn Sie voll und klar im Bilde sind. Sie brauchen ein absolut belastbares Fundament. Zeigen Sie Ihrem Kind, dass Sie genau mitreden können, es verstehen und **ernsthaft sowie respektvoll** miteinander reden.

Woran erkennt man, dass Kinder anders sind?

Die klaren Erkennungszeichen, ob jemand schwul oder lesbisch ist, **gibt es leider nicht** – es sei denn, Sie erwischen gerade Ihren Sohn mit dem Nachbarjungen beim Sex in seinem Zimmer. Und in der Pubertät ist es sowieso schwierig, bestimmte „Anzeichen“ ernsthaft zu deuten. Da gibt es schon mal – ganz natürlich übrigens – eine gewisse Verliebtheit ins eigene Geschlecht, wie ja auch Jungs mit Jungs und Mädels mit Mädchen öfter zusammenhängen. Etwa 40 Prozent der Jungen zwischen 13 und 17 Jahren hatten schon mal sexuelle Erfahrungen mit ihren Geschlechtsgenossen, die sie wahrscheinlich in den meisten Fällen selbst nicht mal als sexuelle Handlungen einordnen würden. Nehmen Sie nur die Raufereien untereinander. Da gehört der Griff zwischen die Beine doch eher zum sportlichen Wettkampf – „Ha, ich hab´s geschafft, an deine Kronjuwelen heranzukommen, ich hab gewonnen!“ Oder bei Mädchen ist es das plötzliche Betasten der Brustwarzen oder der Klaps auf den Po. Oft sind gleichgeschlechtliche Schwärmereien auch eher eine **Bewunderung** und das übersehen Eltern gerne.

Und doch **gibt es sie** – Anzeichen dafür, dass mit Sohnnemann oder Töchterlein **etwas anders** ist und sie sich auf **Abwegen** befinden. Er hat rein gar nichts mit dem weiblichen Geschlecht im Sinn, ja meidet sogar solche Kontakte, geht ihnen bewusst aus dem Weg. Oder die Tochter will von männlichen Freunden oder Kollegen gar nichts wissen.

Man muss Menschen einfach nur mal **intensiver beobachten**. Blühen Sie auf, wenn ein gleichgeschlechtlicher Schönling in ihre Nähe tritt, werden sie plötzlich gesprächig, verdrehen sie die Augen, suchen sie Blickkontakt, werden sie rot im Gesicht, verlegen oder suchen gar Nähe, Berührung?

Schauen Sie mal ganz genau hin. So fangen doch auch heterosexuelle Schwärmereien an. Da braucht man nicht mal Experte zu sein. „Hast Du ein Auge auf Lisa geworfen?“ – der Umgebung fällt das doch sofort auf! Lädt Ihre Tochter auffallend oft Mädchen oder ein ganz bestimmtes ein? Hängen die vielleicht intimer zusammen als bei normalen Bekanntschaften? Fällt Ihnen etwas auf? Wundert Sie etwas? Dann schauen Sie noch genauer hin. Sie müssen nicht gleich schnüffeln. Einfach nur Augen und Ohren offen halten.

Meist fängt es doch damit an: „Mama, darf Jan bei mir am Wochenende mal übernachten? – oder: „Papa, kann ich mal ´ne Nacht bei Kevin bleiben?“ – oder: „Mom, Louisas Eltern haben mich zum gemeinsamen Urlaub eingeladen. Bitte lass mich doch mit meiner besten Freundin an die See fahren!“

Anzeichen könnten allerdings auch sein, dass sich Kinder und Jugendliche plötzlich **besonders herausputzen**, Parfüm oder Makeup benutzen, ihren Haar-Style ändern, Wert auf neue modische Klamotten legen, sich ungewöhnlich bewegen (Jungs wackeln mit dem Hintern, bewegen sich mädchenhaft zum Beispiel). Achten Sie auch mal auf die Idole Ihrer Kinder: **Wen himmeln sie an?** Wenn Jungs sich schminken, werden Sie besonders hellhörig.

Auch **merkwürdige Hobbies** wie, sich bestimmte Seiten in Jugendzeitschriften intensiv anzuschauen, könnten Vorboten auf eine homosexuelle Veranlagung sein. Mädchen blicken verstärkt auf nackte Frauen und Jungs auf entblätterte Männer, halbnackte Bodybuilder oder geile Table Dancer, die ja eigentlich für Frauen gedacht sind wie die Chippendails aus Los Angeles als knapp bekleidete Show-Tanzgruppe extra für das weibliche Geschlecht.

Welchen **Charakter** hat Ihr Sohn? Ist er eher ein Schöngeist und Weichei, der sich nicht gern mit hartem Männersport herumplagt? Wie

ist Ihre Tochter drauf? Gibt sie sich gern burschikos jungenhaft? Manche Lesben schauen ja eher wie knallharte Kerle aus und geben sich auch gern das Image. Es gibt Jugendliche, die sich in ihrem Körper nicht gerade wohlfühlen – Jungs, die gerne mal zu Karneval in Frauenkleidern rumtanzen oder Mädels als Rugby-Haudegen. Kann alles darauf hindeuten, dass sie homosexuelle Neigungen haben, muss aber nicht. Merkwürdig ist es schon. Bohren Sie dem auf den Zahn, wenn Sie es wirklich wissen wollen und endgültig nach **Klarheit** streben.

Es gibt aber genauso auch Eltern, die auf dem Standpunkt stehen: Die **Sexualität meines Kindes geht mich nichts an**. Da misch ich mich nicht ein. Dazu müssen sie schon selber finden. Es gibt keine Handlungsanweisungen von mir und praktische Tipps schon mal gar nicht. Bei der guten Aufklärung hört mein Job auf. Nun gut, dann darf es Sie aber auch nicht erschüttern, wenn Ihr Sohn Ihnen seinen Partner oder Ihre Tochter Ihnen die Partnerin vorstellt.

Spricht man das Thema an?

Bevor Sie sich selbst in einen vagen Verdacht verrennen, sprechen Sie doch das Thema einfach mal sensibel an. Nehmen Sie allen **Mut** zusammen und gehen auf Ihren Nachwuchs zu: „Sag mal, kann es sein, dass Du Jungs (Mädels) lieber magst als Mädchen (Jungen)?“ Was ist denn schon dabei. An der Reaktion merken Sie, was im Busch ist.

Vielleicht will Ihr Kind nicht darüber reden oder kann es einfach (jetzt noch) nicht. Geben Sie ihm **Zeit**, zeigen Sie, dass Sie jederzeit **gesprächsbereit** sind – nicht vorwurfsvoll, sondern verständnisvoll, helfend. Üben Sie sich in **Geduld** bei dem heiklen Thema. Brechen Sie nichts übers Knie. Zeigen Sie Ihrem Nachwuchs, dass Sie aufgeschlossen und nicht ängstlich-vorwurfsvoll ans Thema rangehen.

Kommunikation ist eigentlich und grundsätzlich immer gut, nicht nur über das Thema Sexualität. Gute Eltern reden mit ihren Kindern über alles und sind sehr zuverlässige Gesprächspartner. Wo nicht mehr miteinander geredet wird, verliert der Nachwuchs vor den Eltern jeden **Respekt** und sie verspielen so auch noch ihre **Autorität**. Dann gehen Kinder sowieso ihren eigenen Weg und suchen sich Ratschläge anderswo – vielleicht geraten sie so genau an die **falschen Leute**.

Vielleicht ist Ihr Sohn oder Ihre Tochter echt in **Not** und **hilflos**. Sie warten nur darauf, von Ihnen angesprochen zu werden. Sie sehen doch vielleicht an deren **verzweifelterm** Gesicht, dass etwas nicht stimmt. Also raffen Sie sich zusammen und suchen das Gespräch. Helfen Sie ihnen, denn sie haben nicht den Mut, als erster das Thema anzusprechen. Für sie bricht doch eine Welt zusammen und sie wissen nicht einmal, wie die eigenen Eltern reagieren.

Habe ich etwas falsch gemacht?

Manche Eltern machen sich selbst **Vorwürfe** darüber, ob es vielleicht an ihnen liegen könnte. Es gibt ja so ein Klischee: schwache Väter = schwule Söhne. Was übrigens völliger Quatsch ist. Haben wir **Fehler** in der Erziehung gemacht? Liegt es an uns, dass unsere Kinder homosexuell geworden sind? Die Gedanken sind berechtigt, denn in der frühkindlichen Erziehung mit all ihren Prägungen durch Vorbilder wie Eltern werden viele **Grundsteine** fürs spätere Leben gelegt.

Es gibt ja solche Fälle, in denen Eltern sich einen Jungen gewünscht haben und ein Mädchen ist es dann geworden. Man hat dann dem Kind die verbreiteten Jungs-Sachen angezogen und auch in der Erziehung eher einen auf männlich gemacht denn auf weiblich. Da kann wirklich schon was **schief laufen**. Oder man hat Jonas in die Ballettschule gelassen, weil er doch so gerne im Tutu-Röckchen tanzen wollte. Aber sind das denn **wirklich Ursachen** dafür, später schwul oder lesbisch zu werden?

Man weiß ja, dass Kinder in den **ersten drei/vier Jahren** intensiv **geprägt** werden. Babys kommen aus ihren Windeln, wechseln vom Stillen durch die Mutter in Baby- und Kindernahrung über, lernen zu essen, zu trinken und bilden auch ihren eigenen **Charakter**, werden introvertiert oder extrovertiert, in sich gekehrt, ruhig oder Rabauken, Haudegen, aus sich heraus, sagen ihre Meinung.

Eltern haben hier einen entscheidenden Anteil, weil Kinder einfach auch viel **kopieren**. Man muss den Kleinen im Kindergarten nur mal aufs Maul schauen – was sie da alles von Erwachsenen übernehmen. Über manche Sprüche wundert man sich nur.

Machen Sie sich **nicht unbegründet Vorwürfe**, denn in der Regel findet das Kind selbst zu seiner eigenen Sexualität. Das hat nur ganz

wenig etwas mit Ihnen selbst zu tun. Sollte ein Kind gar von einem homosexuellen Paar erzogen werden, was ja heute durchaus möglich ist, kann dabei durchaus ein eingefleischter Hetero rauskommen. Also selbst ein gleichgeschlechtliches Vorbild macht das Kind nicht automatisch zum Schwulen oder zur Lesbe.

In der Erziehung können Sie selbst nur so viel mitgeben, wie Sie es auch von Ihren Eltern gelernt haben und was Sie an Erfahrungen im Laufe Ihres Lebens dazu gesammelt haben. Mehr geht leider nicht. Eltern sind **keine studierten Pädagogik-Profis**, und selbst die machen nicht alles immer richtig.

Und im Übrigen, was bringt es, einen **Schuldigen** gefunden zu haben? Nichts! Schon mal gar nicht eine Lösung. **Lösung?** Wofür? Wenn Ihr Kind homosexuell ist, dann sollten Sie es so annehmen und akzeptieren.

Wie helfen Eltern ihren Kindern?

Wenden wir uns nun dieser doch so wichtigen Kardinalfrage zu. Wie gehen Eltern mit dem Anderssein ihrer Kinder um, wie reagieren sie am besten, wie unterstützen sie ihren Nachwuchs, welche Hilfen können Sie konkret anbieten?

- **Verständnis statt Vorwurf.** Ihr Kind hat sich entschieden, das gleiche Geschlecht zu lieben, also akzeptieren Sie es einfach. Sie schwatzen ihm ja auch nicht die Spielzeugpistole oder Pommes rot-weiß ab. Also lassen Sie ihm seinen Willen. Ihr Sohn oder Ihre Tochter ist ein Individuum mit eigener Entscheidungskraft. Reagieren Sie um Gottes Willen nicht mit Vorwürfen und halten Sie Ihre eigene Betroffenheit in Grenzen.

Ja natürlich, das ist erst mal ein Schock für Sie, den Sie verdauen müssen. Schlucken Sie einmal kräftig, schlafen Sie eine Nacht darüber, wenn Ihnen nicht gleich eine passende gute Antwort einfällt. Zeigen Sie immer erst einmal Verständnis für Ihr Kind. Akzeptieren Sie, dass es eine eigene Meinung, Wünsche, Sehnsüchte, eigene Lebenspläne hat. Ihr Kind ist weder Ihr persönlicher Besitz noch Ihr Ja-Sager. Kinder nabeln sich auch ab, lassen Sie los und es eigenständig gehen. Leider entwickeln hier viele Eltern, wenn es um die eigenen Kinder geht, regelrecht Besitzansprüche, und das ist absolut falsch.

- **Cool bleiben, nicht in Panik geraten.** Immer schön den Ball flach halten und ganz locker bleiben. Was soll denn schon passieren? Und wen geht's eigentlich was an, welche Sexualität Ihre Kinder haben? Man fragt Sie doch auch nicht ständig, wie Sie es so als Hetero treiben. Also lassen Sie das bitte. Reagieren Sie nicht wie ein aufgeschrecktes Huhn und flattern nicht wie wild

durch die Gegend. Das hilft doch keinem. Panik? Warum eigentlich? Seien Sie coole Eltern. Am besten bereitet man sich auf den Worst Case – in allem – vor. Setzen Sie sich doch mal zusammen und schreiben eine Liste darüber, was alles so passieren könnte. Ja da ist auch dabei, dass das eigene Kind homosexuell sein könnte, Drogen konsumiert, Geld klaut, lügt – aber eben auch das eigene Kind ist, seinen eigenen Charakter hat, liebenswürdig ist und immer noch Papa und Mama sagt. Lernen Sie zu verzeihen, zu vergeben. Wer vorbereitet ist, den kann so leicht nichts erschüttern. So bleiben Sie wirklich in allen unmöglichen Lebenslagen stets cool und abgeklärt, nüchtern, abschätzend, hilfsbereit.

- **Sich selbst informieren und schlau machen.** Um selbst mitreden zu können, müssen Sie natürlich über das Thema Homosexualität Bescheid wissen. Wer einfach nur vage ins Blaue hinein schwadroniert, wird nicht ernst genommen. So räumen Sie auch unberechtigte Vorurteile und Fehlinformationen aus dem Weg. Von wegen, Schwule oder Lesben sind einfach nur krank. Man braucht nur den richtigen Arzt. Damit blamieren Sie sich doch nur. Allein schon, um mit dem eigenen Nachwuchs auf Augenhöhe ernsthaft mitreden zu können, sollten Sie sich umfassend und vor allem kompetent informieren. Nur so schaffen Sie auch Vertrauen und sind Ihren Kindern gute Gesprächspartner. So können Sie auch Anfeindungen von außen begegnen und aufklärend in Ihrem Umfeld wirken.
- **Tolerant bleiben.** Bleiben Sie anständig gegenüber Randgruppen. Werden Sie nicht zum Rassisten und grenzen Andersdenkende aus. Zeigen Sie sich weltoffen, modern, liberal und fortschrittlich. Bieten Sie den ewig Gestrigen mutig die Stirn. So zeigen Sie auch Ihren Kindern, dass Sie voll und ganz hinter

ihnen stehen. Toleranz bedeutet immer auch, ein Stück von sich selbst, von seiner eigenen Meinung aufzugeben. Toleranz ist ein Mittelweg von Geben und Nehmen. Wenn Sie tolerant sind, bekommen Sie auch ganz viel wieder zurück. Man achtet Sie, vertraut Ihnen und sucht Ihre Nähe, fragt Sie um Rat. Tolerante Menschen sind sehr geschätzt. Mit Toleranz nehmen Sie Ihren Kindern die Angst und schaffen Zutrauen. Mit Toleranz zeigen Sie, dass Ihr Nachwuchs starke Partner an der Seite hat.

- **Immer Eltern bleiben, Kontakt nicht abreißen lassen, Kinder bleiben immer Kinder.** Eines sollte beiden Seiten klar sein: Man kann zwar seinen Partner durch Tod verlieren, Geld ausgeben oder sein Auto kaputt fahren, aber Kinder bleiben ein Leben lang die eigenen Kinder und Eltern immer Eltern – was immer auch passiert. Schlagen Sie nie die Tür zu und verstoßen wegen der Homosexualität Ihren Nachwuchs. Selbst wenn es ein Spießbrutenlauf für sie alle wird, stehen Sie fest verwurzelt zusammen. Brechen Sie den Kontakt nie ab. Was soll das denn, einem schwulen oder lesbischen Kind die Tür vor die Nase zuzuknallen?

Sie leiden danach doch selbst oft jahrelang darunter und machen sich bittere Vorwürfe. Überlegen Sie genau, was Sie da tun. Später werden Sie einmal stolz auf sich selbst sein, über Ihren eigenen Schatten gesprungen zu sein und immer noch in Kontakt mit Ihren homosexuellen Kindern zu stehen. Nur durch ein solches Verhalten sind Sie gutes Vorbild für Ihren Nachwuchs, der so von Ihnen lernt und diesen Charakter ebenfalls wieder weitergeben kann.

- **Kinder stark machen.** Wir brauchen selbstbewusste Kinder, die ihren eigenen Weg finden und auf eigenen Füßen stehen, die Ihr

Leben selbstbestimmt meistern. Sie können Ihren Nachwuchs nur dazu ermuntern, diesen Weg selbst zu suchen, indem Sie hinter ihm stehen und ihn ermuntern, das zu tun, was die Kinder mögen und für sich als Lebensform am besten halten. Es bringt doch nichts, einen Lebensplan für den Nachwuchs zu entwickeln. Der muss ihn doch leben. Also ermutigen Sie Ihre Kinder, Wünsche und Gefühle frei heraus kundzutun.

Ein Klima der Angst, des Unterdrückens, der Gesprächslosigkeit macht doch Kinder nur schwach. Wo keine Gesprächspartner sind und die Probleme unter den Teppich gekehrt werden, können sich Kinder nicht entfalten. Die suchen sich dann anderswo Rat und entgleiten dem Einfluss ihrer eigenen Erzieher. Ob das immer so gut ist und sie dabei auf die Richtigen treffen, sei einmal dahingestellt.

- **Partner sein.** Bevor Kinder sich bei zweifelhaften Kumpels Rat suchen, springen Sie doch in die Bresche und seien Sie auch Partner Ihres Nachwuchses. Nichts ist doch vertrauenswürdiger als ein partnerschaftliches Verhältnis zu pflegen. Partner ist nicht nur Kumpel, sondern er wird ernst genommen und Partner sind ebenbürtig, sprechen auf Augenhöhe. Auf Partner kann man sich verlassen, sie gehen mit einem durch dick und dünn. Partner sind mehr als gute Freunde, denn eine Partnerschaft ist ein Geschäft auf Gegenseitigkeit, keine Einbahnstraße eben. Als Partner dürfen Sie Ihre Kinder auch fordern, nicht nur fördern. Es ist wie bei Partnern im Geschäftsleben, wie fünfzigprozentige Teilhaber. Man macht ein Geschäft zusammen, entscheidet gemeinsam, trägt Niederlagen wie Siege, Verluste wie Gewinne gemeinsam und baut mit Investitionen die Zukunft - zusammen. Seien Sie solche Partner für Ihre Kinder in schwierigen Zeiten, in komplizierten

Findungsphasen. Dann haben Sie auch Freundschaften fürs Leben geschmiedet.

- **Vertrauen schenken.** Vertrauen Sie Ihrem Kind. Das weiß schon ganz genau, welchen Weg es gehen soll. Wer sich für ein gleichgeschlechtliches Leben entschieden hat, überlegt sich das mit allen Konsequenzen sehr genau und gut. Der weiß, welchen steinigten Pfad er beschreitet. Also vertrauen Sie Ihrem Sohn oder Ihrer Tochter. Das ist nicht einfach mal so aus einer Laune heraus gesagt, sondern das sind wirklich ernsthafte Pfosten, die da fürs Leben eingeschlagen werden. Sie können Ihrem Kind die Entscheidung nicht vorschreiben und abnehmen, also sagen Sie sich immer wieder: Dieser höchst private und intime Bereich entscheidet mein Kind ganz allein, ganz für sich, bewusst. Es weiß, was es da tut und ich zeige mit meinem Vertrauen, dass ich voll und ganz dahinter stehe.

So findet der Nachwuchs auch Vertrauen zu Ihnen und fühlt sich sicher aufgehoben, angenommen. Denn bei einer solchen Entscheidung hat man oft nicht mehr viele Freunde. Einige wenden sich ab, andere wollen damit nichts zu tun haben und in den Dunstkreis von Homosexualität geraten. Man könnte ja selbst Freunde verlieren – „Wie, du bist mit dem Schwulen oder der Lesben zusammen? Ich will mit dir nichts mehr zu tun haben! Du Schwulenfreund“ sind noch harmlose Bemerkungen, die man eventuell über sich ergehen lassen muss. Da ist es gut, Menschen zu haben, auf die man sich verlassen kann – Freunde, Eltern, vertraute Menschen halt und vertrauende vor allem.

- **Bestärken und auffangen.** Fangen Sie Ihre Kinder auf. Es ist schon schwer genug, wenn sie sich mit ihrem Comingout Ihnen öffnen. Bieten Sie ihnen Ihre Schultern zum Anlehnen und Ausheulen. Die brauchen das jetzt. Machen Sie Mut, bestärken Sie sie: „Ja, ich stehe zu Deiner Entscheidung!“ Was auch immer passieren mag, Sie helfen Sohn oder Tochter. „Ich unterstütze dich. Wann immer du mich brauchst, bin ich da. Wenn ich dir helfen kann, sprich mich an. Gemeinsam finden wir Lösungen und einen guten Weg für dein neues Leben.“ So fangen Sie am besten diese verunsicherten jungen Menschen auf, die jetzt allen möglichen Anfeindungen und jedwedem Spott ausgesetzt sind.

Machen Sie sie stark für den Kampf, ja machen Sie sie auch alltagstauglich, damit sie den Spießrutenlauf gut durchstehen. Spielen Sie Szenarien zu Hause durch, was alles passieren kann und auf sie zukommen könnte. Sie können als progressive Eltern jetzt hilfreich sein: Überlegen Sie mal, was alles geschehen kann: in der Schule, im Sportverein, in der Nachbarschaft, im Freundeskreis. „Du schwule Sau“, „Arschficker“, „Kinderschänder“, „Schwanzlutscher“, „Fotzenfummler“, „Tittengrabscher“ und so weiter – ja auf solche primitiven Anfeindungen sollten Ihre Kinder gefasst sein. Dabei wird es nicht bleiben. Man wird ihnen auf der Schulbank Sexspielzeug wie Dildos, Massagestäbe und auch Gurken oder Bananen hinlegen – als subtile Aufforderung, es doch damit mal zu versuchen.

Es gibt tatsächlich erzkonservative Leute, die nun meinen, ihre Kinder beschützen zu müssen und wegsperren, weil ja unter Homosexuellen auch Pädophile sein sollen. Und in manchen ländlichen hinterwäldlerischen Regionen meint man sogar, alle Homosexuellen hätten Aids. Auf dieses und mehr bereiten Sie Ihre Kinder bitte vor.

- **Zuhören und Kummerkasten sein.** Sie müssen jetzt genau hinhören und wirklich klar mitbekommen, was Ihr Sohn oder Ihre Tochter jetzt sagt und fragt. Gleichgeschlechtlich veranlagte Kinder brauchen Menschen, mit denen sie reden können, und wenn es nur darum geht, ihr Herz auszuschütten und ihren Kummer, ihre Frustration abzuladen. Sie haben doch oft niemanden. Deshalb ist es umso wichtiger, dass Sie jetzt als Gesprächspartner parat stehen.

Schwule und Lesben sind ziemlich einsam. Fallen Sie jetzt bitte in Ihrer Verzweiflung nicht auch noch aus, seien Sie stark und hören Ihren Kindern zu. Reden und Zuhören ist jetzt wie eine gute Medizin. Und die hilft hervorragend. Wenn das in der Familie nicht mehr funktioniert, dann läuft wirklich was verkehrt. Wer hier dicht macht, versündigt sich an seinem eigenen Nachwuchs. Springen Sie über Ihren Schatten. Ja, für Sie ist es jetzt auch schwer und bitter. Aber Sie haben mehr Lebenserfahrung, sind älter und reifer. Seien Sie souverän, stehen Sie über den Dingen.

- **Zügeln Sie Ihre eigene Neugierde.** „Wie treibt ihr es denn so?“ Warum ist Homosexualität im Blick der anderen so exotisch? Es ist anders, weicht von der Norm ab. Man würde schon gerne wissen, wie die es denn so treiben, wie die sich denn so befriedigen und zu ihrem Höhepunkt kommen. Es gibt ja allzu skurrile Horrorgeschichten, an denen sich die Menschen gerne belustigen. Aber warum interessieren wir uns für den Sex anderer Menschen so sehr, wenn es gerade Homosexuelle sind? Fragen wir bei Heteros auch so intensiv nach? Wollen wir von denen genauso wissen, wie die es denn so machen in ihrem Sex? Wohl kaum! Versuchen Sie als Eltern erst gar nicht nachzufragen. Zügeln Sie Ihre Neugierde. Der Sex Ihrer Kinder geht Sie gar nichts an. Sie schützen ja auch Ihre eigene Intimsphäre vor

Ihrem Nachwuchs und wollen nicht, dass jemand in Ihr Schlafzimmer schaut oder unter Ihrem Bett liegt, während Sie alle möglichen Praktiken ausprobieren. Lassen Sie Ihre Kinder laufen, auch im Sex. Die finden schon selbst heraus, was ihnen Spaß macht.

- **Den Partner, die Partnerin einladen.** Das wären doch coole Eltern, die einfach mal den Partner des Sohnes oder die Partnerin der Tochter nach Hause einladen, um sie kennen zu lernen und gemeinsam miteinander zu quatschen. Was meinen Sie, wie baff Ihre Kinder sind? „Mensch Mama, Mensch Papa, danke, das ist eine tolle Idee!“ Damit nehmen Sie viel Angst und Beklemmung von Ihrem Nachwuchs weg. Finden Sie doch einfach offen heraus, welchen Freund oder welche Freundin Ihre Kinder mögen. Was für Typen sind das, was machen sie, welchen Berufsweg haben sie vor sich, welche Hobbys, welchen Charakter? Aus dem Start kann mehr werden. Treffen Sie sich doch einfach regelmäßig. Vielleicht laden Sie sogar irgendwann mal die Eltern mit dazu ein. Manchmal ist gleich ein Meeting zu Hause beklemmend, zu ungewohnt. Dann verabreden Sie sich doch in einem Café oder auf einer Parkbank im Sommer, wo Sie ungestört sind und keiner mithören kann. Manchmal muss man erst miteinander warm werden und Zutrauen finden.
- **Kontakte zu Eltern suchen.** Suchen Sie Gleichgesinnte. Gründen Sie eine Selbsthilfegruppe oder suchen Sie eine bereits bestehende auf. Finden Sie Eltern homosexueller Kinder, Angehörige, Geschwister. Denn gemeinsam lassen sich Probleme, Reaktionen und Hilfen für die Kinder besser organisieren. Diskutieren Sie miteinander. Jeder hat etwas anderes beizutragen und jeder hat seine eigene Geschichte. Die Menschen sind Individuen und erleben ein und das gleiche Schicksal auf

unterschiedliche Weise. Die verschiedenen Facetten helfen anderen. In der Gruppe können Sie von dem Erlebten anderer eigene Lösungsansätze leichter finden. Jeder trägt mit seinen Erlebnissen und Erfahrungen dazu bei, dass andere davon profitieren. Wie der Name schon sagt – man hilft sich selbst und schluckt nicht gleich Pillen oder rennt zum Arzt. Außerdem sitzt man in einem geschützten Raum, man ist unter sich und das Gesprochene wird nicht gleich in die Öffentlichkeit getragen. Dazu kommt Anonymität, wenn man das will.

- **Mit den Lehrern reden.** Die Situation könnte für Ihre Kinder brenzlich werden, vor allem in der Schule. Gehen Sie in die Offensive und reden mit den Lehrern oder dem Schulleiter. Unter Umständen macht man so auch anderen Mut, die selbst homosexuell sind und sich nur nicht trauen, aus sich herauszugehen. Lehrer können negative Stimmungen auffangen, um Verständnis werben, ja das Thema in den Sexualkundeunterricht bringen und somit aufklären. Denn viele Schüler wissen gar nicht mal genau Bescheid und bedienen sich einfach nur platter Sprüche und Schmähungen. Mit einer ernsthaften Auseinandersetzung über Homosexualität nimmt man den Mitschülern Ängste, geht mit Respekt mit schwulen oder lesbischen Kameradinnen und Kameraden um und findet einen fairen Zugang. Auch im Sinne von Multiplikatoren in der Gesellschaft ist die Arbeit von Lehrern bei diesem Thema so wichtig. Wird sachlich aufgeklärt, wird der homosexuelle Kollege gleichberechtigt behandelt und von seinem exotischen Thron heruntergeholt, setzt die Klasse ein Zeichen an der ganzen Schule und darüber hinaus. Die Gesellschaft braucht mehr Toleranz gegenüber Randgruppen und hier ist der beste Ansatz, tolerante Menschen zu formen und auf die Gesellschaft als

Meinungsmacher loszulassen. Im Sexualkundeunterricht ist das Thema gut aufgehoben. Bestes Verständnis erreicht man durch nüchterne, sachliche Aufklärung. Dann hören auch die fiesen, abwertenden Sprüche auf. Lehren Sie immer auch den Respekt vor Andersdenkenden und anders Veranlagten. Das gleiche gilt auch am Arbeitsplatz oder wenn Ihr Kind noch in der Ausbildung steht. Reden Sie mit dem Chef oder dem Meister, gehen Sie zur Berufsschule, werben Sie um Verständnis.

- **Mit den Nachbarn reden.** Bereiten Sie auch Ihre Nachbarn darauf vor, dass Ihr Kind schwul oder lesbisch ist, wenn Sie es für nötig halten. Nachbarn müssen nicht alles wissen, wenn Sie aber merken, dass bereits über Sie geredet wird, ergreifen Sie am besten die Flucht nach vorne. Angriff ist noch immer die beste Verteidigung. Den Wind aus den Segeln nehmen. Es kann Ihnen passieren, dass man Ihr Haus mit schwulen Parolen beschmiert oder andere Proteste an Ihrer Haustür wagt. Für diesen Fall ist es besser, wenn die Nachbarn wissen, worum es hier geht Werben Sie für Verständnis. Sie kennen das doch: Man will lieber auf etwas Schlimmes vorgewarnt sein als aus heiterem Himmel kalt erwischt zu werden.
- **Im Umfeld um Verständnis werben.** Auch das Umfeld Ihres Kindes sollten Sie im Auge behalten: Freunde, Vereine, Lehrer, Professoren, Ausbilder, Fahrlehrer und dergleichen mehr. Alle, die in Kontakt mit Ihrem Nachwuchs stehen, sollten wenn nötig über die Homosexualität aufgeklärt und informiert werden. Besser Sie treten die Flucht nach vorne an, als dass hinterrücks irgendwelche fiesen Scherze gemacht werden. Ersparen Sie das bitte Ihrem Kind. Denken Sie jetzt einfach an alles: Wo könnten überall Stolpersteine oder Tretminen liegen? Räumen Sie die aus dem Weg und ebenen Ihrem Kind das Terrain. Es sollte so

unbefangen wie möglich aufwachsen und sich frei und ungehindert entwickeln können wie jeder normale Mensch auch. Denken Sie ganz einfach mal im Umkehrschluss darüber nach: Was würde mit einem ganz normalen Hetero-Kind passieren, das sich ständig blöde Anmach-Sprüche anhören muss, gehänselt wird und plötzlich überall ausgeschlossen ist? Aber es kann auch Situationen geben, wo es eben nicht angebracht ist, damit herauszukommen und das Thema Homosexualität lieber unter dem Deckel zu halten.

- **Kindern Gesprächspartner anbieten:** Psychologen, Gruppen Gleichgesinnter. Sie allein reichen Ihrem Kind jetzt als Gesprächspartner nicht. Vermitteln Sie ihm andere hilfreiche Kontakte. Vielleicht kennen Sie in der Nachbarschaft oder im Bekanntenkreis auch Schwule oder Lesben. Dann stellen Sie Verbindungen her, damit Ihr Nachwuchs sich austauschen kann. Es dürfen auch Selbsthilfegruppen sein oder gar speziell geschulte Psychologen. Manchmal ist Ihr Kind so durch den Wind, dass es fachmännische Unterstützung braucht. Therapeuten fangen homosexuelle Menschen auf und beraten sie im Umgang mit ihrer Andersartigkeit. Sie können auch Selbsthilfegruppen benennen oder stationäre Aufenthalte in Spezialkliniken vermitteln. Manchmal ist es auch notwendig, einen Nervenarzt aufzusuchen – gerade dann, wenn man zusätzlich für eine bestimmte schlimme Zeit auch Psychopharmaka braucht. Die kann nur ein Neurologe verschreiben. Es kann durchaus passieren, dass Depressionen und Angstzustände bei den Betroffenen überhand nehmen und sie für eine Therapie nicht fähig sind. Dann federt man für ein paar Wochen die hohen psychischen Probleme mit Medikamenten ab und stellt sie sozusagen ruhig. Das ist aber keine grundsätzliche Lösung des Problems, sondern nur ein Herumbasteln an den

Symptomen, um diese Menschen wieder fit für den Alltag zu machen. Hier können Eltern wichtige Funktionen übernehmen.

- **Notfalls umziehen.** Wenn alles nichts hilft und die Lage für alle Beteiligten zu unerträglich wird, dann tun Sie sich und Ihrem Kind doch den Gefallen und ziehen um. Suchen Sie sich eine neue Umgebung, wo Sie gemeinsam einen Neustart hinlegen können. Gehen Sie beispielsweise weg aus der Enge eines Dorfes in die Stadt, wo vieles anonym und weltoffener ist. Oder suchen Sie sich neue tolerantere Nachbarn. Manchmal steht man in einem kleinen Ort unter intensiver Beobachtung und ist dem Dorfratscht ausgesetzt. Jeder kennt jeden und quatscht auch über jeden, nichts bleibt geheim und die Gerüchte schießen wie Pilze aus dem Boden.

Meist gibt jeder noch seinen besonderen Senf hinzu und am Ende kommt eine Gruselstory dabei heraus, die nichts mehr mit der Wirklichkeit zu tun hat. Sie können sich nicht einmal dagegen wehren, weil alles hinter Ihrem Rücken passiert. Reden Sie mit Ihrem Kind und sprechen den Wohnortwechsel durch. Manchmal ist ein radikaler Schnitt die beste Lösung. So zeigen Sie auch, dass Sie voll und ganz hinter Ihrem Nachwuchs stehen und notfalls auch zu eigenen persönlichen Einschränkungen für die positive Entwicklung Ihres homosexuellen Kindes bereit sind. Wer solche Eltern hat, kann sich glücklich schätzen, die mit einem durch Dick und Dünn gehen.

- **Unauffällig leben.** Kein Aufsehen anzetteln. Ja, und manchmal muss man sich eben auch zusammenreißen und ganz unauffällig leben. Wer nicht alles aufgeben will und auch nicht die Power hat, ein Coming Out durchzustehen, für den ist es besser, die Faust in die Tasche zu packen und sich ruhig zu verhalten. Es muss ja

nicht jeder wissen, dass das eigene Kind schwul oder lesbisch ist – vielleicht jetzt noch nicht, vielleicht später erst. Dann stehen Sie dazu. Es kommt ganz entscheidend darauf an, was Ihr Kind möchte, was es aushalten kann, wie stabil es ist und wie es sich seinen Lebensweg vorstellt. Weniger geht es darum, was die Eltern wollen und können, wie sie mit einer solchen Situation umgehen. Sie müssen das ja nicht ausbaden. Die Kinder sind in erster Linie die Betroffenen. Hören Sie also in sie hinein und was sie sich vorstellen, dann gehen Sie mit.

- **Kindern Halt und Anker bieten, Rückzugsräume.** Ihr Sohn oder Ihre Tochter braucht jetzt einen starken Anker. Als Schwuler oder als Lesbe muss man sich doch irgendwo andocken können. Bieten Sie ihnen diesen Halt. Das ist ganz wichtig, das kann jetzt nicht der Partner oder die Partnerin sein. Die haben im Zweifel selbst genug zu kämpfen. Sie sind der Fels in der Brandung, der Leuchtturm, der Orientierungspunkt. Kinder lehnen sich an und suchen Rückzugsräume, wo sie auch mal alleine sein wollen, über sich selbst und die Welt nachdenken wollen, sich neu sammeln, über ihre Situation reflektieren und nach Wegen suchen, wie es denn weitergehen soll. Es ist die eine Sache, sich zu einer Homosexualität zu bekennen, für sich selber festzustellen, dass man gleichgeschlechtlich liebt. Aber ein völlig anderes und weitgehendes Ding ist es dann doch, einen homosexuellen Partner zu finden und das Leben gemeinsam zu gestalten. Ersteres kann man ja noch für sich behalten, doch Zweites ist nun nicht mehr zu verbergen. Da müsste man schon gewaltig tricksen und Verstecken spielen. Ein heimliches Leben birgt auch immer Gefahren, aufzufliegen und dann gar erpresst zu werden. Ermöglichen Sie Ihren Kindern eine freie Entfaltung ihrer Persönlichkeit, bieten Sie ihnen wenn nötig diese Rückzugsräume.

- **Treffs/Selbsthilfegruppen/Gesprächskreise organisieren.**

Sie können noch etwas für Ihr Kind tun. Finden Sie heraus, wo ähnliche Menschen leben, wo lesbische oder schwule Kinder, deren Eltern oder Freunde sind. Organisieren Sie Treffen, nehmen Sie Kontakt auf, schaffen Sie Gesprächskreise, laden Sie ein oder gründen Selbsthilfegruppen. Sie können anonym eine Anzeige aufgeben und auf das Problem aufmerksam machen, Gleichgesinnte suchen, sich unauffällig treffen, geschützte Räume einrichten. Finden Sie also Mitstreiter, überlegen Sie gemeinsam, wie man sich am besten verhält, wo man weitere Hilfe sucht, sich gegenseitig stark macht. Als Einzelkämpfer stehen Sie allein auf weiter Flur, in einer Gruppe sind Sie mächtiger.

Kinder wie Eltern suchen doch geradezu Leute, die mit ihnen über das gleiche Thema reden. Ob als Angehörige oder selbst Betroffene stehen sie doch oft allein im Regen. Wer will schon mit Ihnen über Schwule oder Lesben reden? Das Thema ist durch und wenn dann nur aus einer Schmuddel-Ecke heraus abfällig, verletzend, ehrabschneidend. Homosexuelle sind doch auch Menschen und keine Tiere, die nur spitz wie Nachbars Lumpi sind. Homosexuelle arbeiten, schaffen, verdienen Geld, sind Menschen wie du und ich, nur mit einer anderen sexuellen Orientierung. Vermitteln Sie das als Eltern und suchen Sie sich Menschen, die ähnlich denken.

- **Kindern Schutz bieten, geschützten Geschlechtsverkehr vermitteln.** Schwule galten lange Zeit als die Aids-Überträger überhaupt. Ungeschützter Geschlechtsverkehr, aggressive Praktiken, die vor allem blutige Darmverletzungen zur Folge hatten, führten zu Übertragungsrisiken. Nachdem solche Infektionsrisiken bekannt wurden, klärte man auf und riet zu geschütztem Geschlechtsverkehr unter Schwulen mit Kondom. Es

begann das Zeitalter der freien Verteilung von Präservativen. Sprechen Sie das Thema ruhig mit Ihren homosexuellen Kindern an, selbst wenn die sich bereits gut informiert haben und aufgeklärt sind. Ihr Nachwuchs soll sich bei Ihnen sicher fühlen und Schutz finden – vor Übergriffen und Schmähungen genauso wie vor unsicherem Sex.

Reden Sie über sichere Methoden, vermitteln Sie monogame Beziehungen. Denn gerade unter Schwulen ist der häufige Partnerwechsel sehr verbreitet, die sprichwörtliche Sucht nach Frischfleisch. Vermitteln Sie insbesondere Ihren schwulen Söhnen die Fixierung auf den einen Lebenspartner. Machen Sie ihnen klar, dass man auch als Schwule wie treue Ehepartner leben kann und sollte. Schwören Sie sie auf Treue und Loyalität ein, auf Vertrauen und Respekt. Schwules Leben ist keine momentane Laune, ist keine sexuelle Befriedigung von ständig abwechselnder Lust. Vermitteln Sie ihnen Verantwortung auch in einer schwulen Beziehung, selbst wenn Ihr Sohn keine eingetragene Lebenspartnerschaft eingeht und sozusagen den Sack dicht macht, die Beziehung auch auf dem Papier wie eine Ehe fixiert. Wichtig ist das Thema Verantwortung auch in einer homosexuellen Beziehung.

- **Kinder auch materiell unterstützen.** Natürlich brauchen Ihre homosexuellen Kinder auch materielle Unterstützung von Ihnen als Eltern. Versagen Sie ihnen diese Hilfe nicht, indem Sie sich von ihnen abwenden. Gerade wenn sie einen Partner oder eine Partnerin finden, dann gehört zum Start auch eine gewisse komfortable Ausstattung, um gemeinsam Leben zu gestalten und etwas zu unternehmen. Man muss sich ja näher kommen und will vielleicht sogar gemeinsam zusammenleben. Vielleicht machen Sie es sogar möglich, Ihrer Tochter oder Ihrem Sohn eine eigene

Wohnung einzurichten, in der sie mit ihrem Partner oder ihrer Partnerin gemeinsam wohnen können. Das kann ein Apartment im eigenen Haus sein oder auch eine Wohnung außerhalb der eigenen vier Wände, was oft angenehmer ist, weil man sich dann nicht so beobachtet fühlt und sich freier entfalten kann. Es ist jedenfalls der bessere Weg. Denken Sie mal drüber nach.

- **Fingerspitzengefühl ist gefragt.** Insgesamt ist bei dem Thema Homosexualität viel Feingefühl gefragt. Horchen Sie genau in Ihre Kinder hinein. Finden Sie heraus, wann der passende Zeitpunkt gekommen ist, das Thema anzusprechen. Machen Sie ruhig einen Rückzieher, wenn Sie merken, dass es jetzt so noch nicht passt. Gedulden Sie sich. Legen Sie gutes Fingerspitzengefühl an den Tag. Sie haben Zeit.
- **Menschen verbinden unterschiedliche Wertvorstellungen mit Sex.** Akzeptieren Sie auch, dass Ihre Kinder ganz andere Wertvorstellungen über Sex haben. Für Sie ist vielleicht Sex erst nach der Hochzeit moralisch vertretbar. Ihr Nachwuchs hat da ganz andere Ideen, etwa schon vorher zu probieren, ob es auch damit in einer Beziehung passt und was man alles so experimentieren könnte. Auch die Praktiken und Freizügigkeiten können ganz anders gelagert sein, Beispiel: Der eine bewegt sich in der Natur gerne als Nudist splitternackt, der andere hat da seine Grenzen und ein striktes Schamgefühl.
- **Zeigen Sie Einfühlungsvermögen in die Denkwelt Ihres Kindes.** Ihr Sohn oder Ihre Tochter denken über viele Dinge ganz anders. Finden Sie sich damit zurecht und fühlen Sie sich sensibel darin ein. Mit der berühmten Brechstange geht schon gar nichts. Empathie ist hier das Zauberwort. Versetzen Sie sich in die Lage

Ihres Kindes und versuchen Sie so zu denken wie Tim oder Lisa. Dann wissen Sie doch am besten, was den Beiden guttut.

- **Zeigen Sie Geschick.** Lassen Sie bestimmte Informationen nebenbei so fallen, dass Ihre Kinder es beiläufig, aber bewusst mitbekommen sollen. Sie unterhalten sich mit Ihrem Mann über den Nachbarsjungen, der schwul ist und sich gerade geoutet hat. „Das finde ich aber mutig. Davor habe ich Respekt. Für mich bleibt er immer der liebenswerte Bursche von nebenan, ob schwul oder hetero ist mir völlig egal.“ Damit signalisieren Sie subtil unauffällig Ihrem Sohn Ihre Haltung zum Thema, ohne es direkt mit ihm zu besprechen.
- **Ihr Kind sollte sich nicht angegriffen fühlen.** Wenn Sie über Homosexualität mit Ihrem Nachwuchs reden, vermeiden Sie einen vorwurfsvollen Ton wie etwa „Was sollen die Nachbarn über uns denken? Wie stehen wir jetzt da? Wir werden zum Gespött der Menschheit! Kannst Du es dir nicht noch einmal überlegen?“ und so weiter. Es geht hier absolut nicht um Sie und Ihre Reputation. Ihr Kind steckt in Schwierigkeiten und braucht jetzt Ihre ganze Unterstützung – keine Vorwürfe!
- **Bieten Sie Ihren Kindern Aufklärungsfilme oder Literatur (Bücher) an.** Manchmal ist es doch so, dass Ihr Sohn oder Ihre Tochter gerade einmal festgestellt haben: Mit mir ist etwas anders, ich fühle mich zum gleichen Geschlecht hingezogen. – Mehr aber auch nicht. Was ist das genau, woher kommt das, wie gehe ich jetzt damit um, ist es nun ein gesellschaftliches Problem, welchen Sex praktiziere ich dabei, welche Spielarten hat der? Und so weiter. Ihre Kinder stehen hilflos allein da. Auch wenn es jetzt aufdringlich aussehen mag, aber suchen Sie gute Bücher aus oder besorgen sich beispielsweise von der Bundeszentrale für

gesundheitliche Aufklärung hervorragende Aufklärungsfilme zum Thema. Damit helfen Sie. Ihre Kinder werden sich das schon gerne ansehen, selbst wenn sie zunächst mal aus Scham abblocken.

- **Bleiben Sie gelassen.** Jede Kartoffel wird nicht so heiß gegessen wie sie gekocht wird. Bleiben Sie also erst mal sehr gelassen bei dem Thema und vermitteln Sie das auch Ihren Kindern. Strahlen Sie eine gewisse Souveränität und Lockerheit aus – was ist denn schon Homosexualität? Bein ab ist schlimmer! Na und, wenn jemand das gleiche Geschlecht liebt, was ist denn heute schon dabei, wir leben im Zeitalter der Aufklärung und in der Moderne. Und überhaupt, was geht es die Menschen an. Ich frage ja auch nicht, wie oft und wie sie es treiben. So stabilisieren Sie auch das Vertrauensverhältnis zu Ihren Kindern. Es ist auch gar nicht so selten, dass ausgerechnet Sie dieses Problem – oder sagen wir besser Thema – treffen könnte. Denn 30 Prozent aller Jugendlichen verhalten sich teilweise lesbisch oder schwul – bis zu ihrem 25. Lebensjahr, dann halbieren sich nach dieser „Testphase“ die Zahlen wieder. Also dass es Sie ausgerechnet treffen könnte, ist gar nicht mal so unwahrscheinlich. Take is easy. Und bleiben Sie immer tolerant, zeigen Sie, dass Sie weltoffen sind, so ist es nun mal, das ist unsere Zeit. Unsere Kinder lieben zwar anders, aber wir lieben sie trotzdem. So geht die richtige Haltung von Eltern zum Thema Homosexualität der Kinder. Geben Sie ihnen positive Signale und bauen Sie Brücken, indem Sie etwa sagen: „Ich merke, dass dich etwas beschäftigt. Wenn du reden willst, kannst du mich jederzeit ansprechen. Ich bin immer für dich da und habe ein offenes Ohr.“ Bauen Sie im Vorfeld schon Vorurteile ab und sagen einfach, Homosexuelles ist

doch nichts Schlimmes wie die Pest, sondern heutzutage ganz normal.

- **Ignorieren Sie Hinweise nicht einfach.** Ja, das Thema ist Ihnen unangenehm, verständlich, aber unter den Teppich kehren ist auch keine Lösung. Kinder haben oft nicht den Mut, mit dem Thema offen herauszuplatzen. Sie lassen hier mal eine eindeutige Aufklärungsbroschüre offen liegen oder fragen da mal intensiv nach, wie Eltern denn über den schwulen Kevin von nebenan denken. Was sie denn dazu meinen, wie sie das sehen und so weiter. Weichen Sie nicht aus, stellen Sie sich den Fragen Ihrer Kinder, denn die sind vielleicht genauso drauf und wollen es jetzt wissen, wie ihre eigenen Alten an das Thema rangehen.
- **Geben Sie Jugendlichen erst einmal Zeit.** Sie müssen doch mit sich selbst ins Reine kommen. Glauben Sie bitte nicht, dass die meisten jungen Menschen extrovertiert sind und ihre Gefühle offensiv rauspusten. Sie kämpfen gerade beim Thema Homosexualität oft lange mit sich selbst. Manche schaffen das Comingout gar nicht und bekommen darüber sogar psychische Probleme. Bedrängen Sie deshalb Ihre Kinder nicht, alles zu seiner Zeit.

Schlusswort

Die Welt hat sich in den vergangenen Jahrzehnten massiv verändert – vor allem was die Gleichberechtigung und Einstellung gegenüber homosexuellen Menschen und Paaren angeht. Halten Sie persönlich auch Schritt mit dieser progressiven Entwicklung. Denn immer noch gibt es zu viele Vorurteile gegenüber Schwulen und Lesben.

Seien Sie vor allem tolerant. Akzeptieren Sie Andersartigkeit und Randgruppen unserer Gesellschaft. Ganz besonders den eigenen Kindern gegenüber sollten Sie immer einen liebevollen Umgang pflegen. Sie bleiben immer Ihre Kinder was auch passiert.

Als homosexuelle Menschen sind sie immer noch vielen Nachteilen und Anfeindungen ausgesetzt. Deshalb vertrauen sie Ihnen als Unterstützer. Sie sind am nächsten dran, also lassen Sie Ihre Kinder jetzt nicht im Stich.

Es wäre der schwerste Fehler in Ihrem Leben, homosexuelle Kinder aufzugeben und fallen zu lassen. Kinder sind neugierig und probieren viele Dinge aus, die nicht immer gut für sie sind – wie etwa Drogen zu probieren oder auch mal jemanden zu verprügeln oder etwas zu klauen. Wir verzeihen ihnen doch auch dumme Fehltritte. Warum sollten wir Ihnen bei der etwas anderen sexuellen Orientierung die Gefolgschaft versagen? Das ist ihr Lebensweg, den sie für sich gesucht und gefunden haben. Über allem steht doch:

Unsere Kinder sollen glücklich werden!