



WWW.RAINBOWGIRLS.CH

DIE SITE FÜR JUNGE LESBISCHE UND BISEXUELLE FRAUEN

Coming-out – was beschäftigt Userinnen von rainbowgirls.ch?

„Ich würde manchmal gerne meiner Mutter sagen, dass ich mich in eine Frau verliebt habe, doch Homosexualität ist kein Thema bei uns.“ Fragen zum Coming-out¹ wurden in den ersten vier Betriebsjahren von rainbowgirls.ch am häufigsten gestellt. Eine Auswertung zeigt, was junge Frauen bei diesem Thema beschäftigt.

rainbowgirls.ch ist im Januar 2002 gestartet. Das Projekt bietet jungen Frauen auf der Suche nach ihrer soziosexuellen Identität² Informationen und professionelle E-Mail Beratung. Eine Linksammlung, Ausgehtipps, Literatur und E-Cards runden das Angebot ab. Die Homepage wurde während den ersten vier Betriebsjahren über 60'000 Mal aufgesucht und es wurden 539 E-Mail-Beratungen durchgeführt.

Für die Schweiz gibt es kaum Daten³ zur psychosozialen Befindlichkeit von jungen Frauen, die sich mit ihrer soziosexuellen Identität auseinandersetzen,⁴ was mich dazu angeregt hat, diesbezügliche Informationen aus den Beratungen von rainbowgirls.ch bekannt zu machen.

¹ Zur Klärung des Coming-out-Begriffs siehe Anhang.

² Der Begriff soziosexuelle Identität umfasst neben den sexuellen Aktivitäten und den Gefühlen einer Person auch ihre Beziehungen, ihre politischen Konzepte und Handlungen, ihre Partizipation in unterschiedlichen sozialen Gemeinschaften und andere wichtige Lebensbereiche. Wolf, 2004, S. 17.

³ Irene Müller. Young and... rainbow women. Zur Lebenssituation jugendlicher lesbischer und bisexueller Frauen in der deutschsprachigen Schweiz. Edition Soziothek, 2004. Irene Müller hat mittels acht Interviews einen Einblick in die Lebenssituation jugendlicher lesbischer und bisexueller Frauen erhalten.

Ryser, Stephan. Gesundheit der lesbischen, schwulen, bisexuellen und transidentischen Jugendlichen. Edition Soziothek, 2006. Stephan Ryser geht der Frage nach, welchen Beitrag soziokulturelle Animation zur Gesundheit von lesbischen, schwulen, bisexuellen und transidentischen Jugendlichen zu leisten vermag.

⁴ Die umfassendste Umfrage unter jungen Lesben, Schwulen und Bisexuellen im deutschsprachigen Raum wurde 1999 in Berlin durchgeführt: Schupp, Karin. Sie liebt sie, er liebt ihn – eine Studie zur psychosozialen Situation junger Lesben, Schwuler und Bisexueller in Berlin. Die schriftliche Befragung wurde von 106 jungen Frauen und 111 jungen Männer zwischen 15 und 27 Jahren beantwortet. Die Ergebnisse zeigen ein wenig positives Bild. 74% der jungen Lesben haben schon einmal negative Reaktionen auf ihr Lesbischsein erlebt. Aus Mangel an verständnisvollen, aufgeschlossenen FreundInnen und Bezugspersonen geschieht der innere Coming-out-Prozess meist isoliert. 66% bewältigen ihre Probleme mit Alkohol und Drogen. 18% haben bereits einen Suizidversuch hinter sich und 60% haben schon mal darüber nachgedacht.

Die Statistik der Anfragen der ersten vier Betriebsjahre gibt einen Einblick darüber, was junge lesbische und bisexuelle Frauen in der Schweiz beschäftigt. Über ein Drittel der Anliegen betrafen den Themenkomplex Coming-out. 28% galten Fragen zur Beziehungsgestaltung. Die Erfahrung von sexueller Gewalt und der Umgang mit posttraumatischen Belastungsstörungen beschäftigten 14%. Auskünfte zu Parties, Treffpunkten und lesbischwuler Kultur wurden zu 11% eingeholt. 9% der jungen Frauen erwähnten persönliche Krisen und Suizidgedanken. 6% der Fragen betrafen lesbischen Sex und „das erste Mal“. Viele weitere Themen wurden angesprochen, wie die Situation in der Ausbildung oder am Arbeitsplatz, Sucht, Gesundheit, rechtliche Aspekte einer Frauenbeziehung, Therapie, sexuell übertragbare Krankheiten, Religion und Gewalt in einer lesbischen Beziehung.

Die Auswertung der Themen der E-Mail-Beratung lässt Erkenntnisse zu, die über die Statistik hinausgehen. Auf diese Weise gewonnene Informationen basieren nicht auf Fragen von WissenschaftlerInnen, sondern geben Aufschluss über die Anliegen, welche die jungen Frauen von sich aus thematisieren sowie – bei mehrmaligen Beratungen – über den Prozess der jungen Frauen.

Hauptthema Coming-out

Da Fragen zum Themenkomplex Coming-out am häufigsten gestellt wurden, ist anzunehmen, dass hier die Verunsicherung am grössten ist.

Ausgewertet wurden 41 E-Mail-Anfragen zum Coming-out von 30 jungen Frauen aus der Schweiz im Jahr 2005. Das Alter der jungen Frauen variierte zwischen 14 und 26 Jahren. 17 Fragen stellten junge Frauen im Alter von 14 und 15 Jahren, gefolgt von den 16- bis 19- Jährigen mit 16 Fragen und den 20- bis 26-Jährigen mit acht Fragen. Sie kamen aus insgesamt zehn Kantonen, 16 lebten in ländlichen Gebieten und 14 in einer Stadt.

Mehr als zwei Drittel der jungen Frauen teilte ungefragt mit, in welchem Alter sie wussten, dass sie lesbisch oder bisexuell sind: Drei mit 13, drei mit 14, sechs mit 15, vier mit 16, eine mit 17, drei mit 18, eine mit 22 und eine mit 26 Jahren. Von diesen 22 jungen Frauen waren also 16 jünger als 17 Jahre alt, als sie sich ihres Angezogeneins von Frauen bewusst wurden. Offensichtlich hat die Klarheit über die eigene soziosexuelle Identität für junge lesbische und bisexuelle Frauen eine grosse Wichtigkeit. Sie merken sich den Zeitpunkt ihres inneren Coming-outs und teilen diese persönliche Erkenntnis mit Freude und Stolz mit. Zumindest jenen, bei denen sie sicher sein können, dass sie positiv reagieren.

Inneres Coming-out

„Ich (...) hatte anfangs genug damit zu tun, mich so zu akzeptieren wie ich bin.“⁵

Viele junge Frauen suchen nach einer möglichst stimmigen Identität. Sie wollen sich selbst und Aussenstehenden nichts vortäuschen. Ein Anliegen, das einerseits ihrem Bedürfnis wahrgenommen zu werden entspricht, andererseits in Zusammenhang mit der altersbedingten Forderung nach Wahrheit und Kongruenz steht. Für elf junge Frauen war zum Zeitpunkt der Kontaktaufnahme klar, dass sie lesbisch sind, acht von ihnen bezeichneten sich als bisexuell. Für die Hälfte von ihnen stand die Frage, wie und wo sie Gleichgesinnte kennen lernen können im Zentrum der Beratung. Junge lesbische und bisexuelle Frauen stehen vor der Schwierigkeit, gleichaltrige lesbische Kolleginnen sowie Partnerinnen für erotische Erlebnisse, zu treffen: „Ich finde es so schwierig, einfach hinzugehen und es zu sagen! Ich weiss ja nicht, ob sie lesbisch ist oder so...“

⁵ Alle Zitate stammen aus Anfragen auf rainbowgirls.ch.

„Ich möchte gerne herausfinden, was ich genau bin.“

Acht junge Frauen fragten sich, ob sie lesbisch und drei, ob sie bisexuell sind. Nach wie vor haben die jungen Frauen eine heterosexuelle Sozialisation hinter sich, in der Homosexualität nicht vorkommt. Dies führt zu Verunsicherung, wenn sie erotische Gefühle gegenüber anderen jungen Frauen empfinden. Plötzlich entspricht Frau nicht mehr dem Bild, das sie selbst und andere von ihr haben. Die gesellschaftlichen Botschaften und das Fehlen lesbischer und bisexueller Vorbilder und Kontakte verunmöglichen vielen jungen Frauen eine Selbstzuordnung. Einige wehren sich daher auch gegen eine Definition. So kann ihre Selbstbezeichnung unklar sein und für die Einzelnen Unterschiedliches bedeuten. Die Begriffe und Zuordnungen sind als Prozess auf einem lebenslangen Weg in Auseinandersetzung mit sich und der Umwelt zu verstehen.

„Könnte es sein, dass ich jetzt völlig homosexuell werde?“

Der Prozess des inneren Coming-outs kann komplexer sein als häufig angenommen. Drei junge Frauen, die bereits ihr Coming-out als Bisexuelle hatten, standen zum Zeitpunkt der Kontaktaufnahme mitten im Coming-out als Lesbe. Nach der intensiven Auseinandersetzung mit ihrer Bisexualität⁶ durchlebten sie wiederum dieses innerliche Sich-in-Frage-stellen. Die Bemühungen der jungen Frauen um ihre soziosexuelle Identität sind eindrücklich und der Energieaufwand, den sie zusätzlich zu den spezifischen Herausforderungen dieser Lebensphase leisten, enorm.

Äusseres Coming-out

“Nun liegt das Gespräch hinter mir, es ist erstaunlich gut gegangen.“

Das äussere Coming-out war meistens dann Thema, wenn sich Frau verliebte und der Wunsch, diese Gefühle der Auserwählten mitzuteilen grösser wurden als die Ängste, welche es bei diesem Schritt zu überwinden galt. Zehn junge Frauen waren zum Teil seit Jahren heimlich verliebt, weil sie es nicht wagten, ihre Gefühle mitzuteilen: „Bis jetzt waren meine Gefühle jedes Mal, wenn ich mich verliebt habe, mit soviel Schmerz verbunden, und zwar weil sie nicht erwidert wurden und ich mit niemandem darüber reden konnte.“ Dies zeigt, vor welchen Hürden junge Frauen stehen, weil sich ihre ersten Liebesgefühle an das eigene Geschlecht richten, und wie junge Frauen die Haltung der Gesellschaft gegenüber lesbischen Lebensweisen erleben.

Vor dem Outen bei der begehrten Frau beschäftigte sechs junge Frauen die Frage, wie sie ihre Gefühle mitteilen sollen. Fünf haben den Schritt schlussendlich gewagt. Vier beschrieben die Erfahrung als grundsätzlich positiv, auch wenn die Gefühle nur bei einer Frau erwidert wurden. Sie empfanden die Tatsache, keine negativen Reaktionen auf ihre sexuelle Orientierung zu erhalten, als so entlastend und erfreulich, dass dies das Erleben bestimmte und nicht die Enttäuschung über die Zurückweisung.

„(...) han nache Zietli das Kolleginne verzelt (...)"

Freundinnen gehören zum engsten Kreis und erfahren meist vor den erwachsenen Bezugspersonen, was junge lesbische und bisexuelle Frauen beschäftigt. Eine Freundin reagierte zuerst negativ. Da sie für die junge Frau sehr wichtig war, setzte diese ihre ganze Energie ein, diskutierte alle Wenn und Aber mehrfach und liess nicht locker, bis die Fragen beantwortet und Widerstände diskutiert waren. Mit Erfolg: Die Meinung ihrer Freundin veränderte sich soweit, dass sie die Gefühle ihrer Freundin akzeptierte und den Kontakt mit ihr nicht abbrach. Eine junge Frau erzählte von der Reaktion ihrer Schwester: Zunächst tat diese ihre Gefühle als Phase ab, kam aber im Laufe eines Jahres zum Schluss, dass es doch Liebe sei. Zwei junge Frauen machten also die Erfahrung, dass sich eine anfänglich negative Haltung verändern kann.

⁶ Menschen, die sich emotional und sexuell von beiden Geschlechtern angezogen fühlen.

Drei Freundinnen reagierten ausgesprochen positiv. Zusammen mit der Freundin, die nach vielen Gesprächen ihre Meinung veränderte, und den vier Frauen, die verständnisvoll auf das mit einem Liebesgeständnis verbundene Coming-out reagierten, haben acht von zehn nahen Freundinnen die homosexuelle Orientierung akzeptiert. Gleichaltrige Freundinnen erwiesen sich demnach als vertrauenswürdige Ansprechpersonen für junge lesbische und bisexuelle Frauen.⁷

Zum Teil waren Geschlecht und Anzahl der Personen, bei denen sich die jungen Frauen outeten, nicht klar. Eine junge Frau schrieb, dass sie sich bei „Freunden“ geoutet habe, eine andere bei „Leuten“. Letztere war sich nach dem Outen unsicher, ob es richtig war.

Es gab aber auch negative Reaktionen, z.B. Klassenkameradinnen, die das im Vertrauen geäußerte Coming-out weiter erzählten. Auch erlebten zwei junge Frauen wiederholt lesbenfeindliche Witze und Spott durch Gleichaltrige an der Schule.

„Ich bin aber in einer festen Beziehung mit einem Mann, den ich sehr liebe.“

Vier junge Frauen lebten in einer festen Beziehung mit einem Mann und empfanden gleichzeitig Liebesgefühle für eine Frau oder fühlten sich generell erotisch zu Frauen hingezogen. Zwei sprachen mit ihrem Freund darüber. Eine trennte sich nach dem Gespräch, die andere wusste weiterhin nicht, was sie tun soll. Eine war der Meinung, besseren Sex mit einer Frau zu finden, erwähnte aber nicht, ob sie ihrem Freund davon erzählt hat. Bei der vierten Frau standen ihre Bisexualität und der Wunsch, beides gleichzeitig zu leben, im Vordergrund. Anhand der Schilderungen kann davon ausgegangen werden, dass die drei ersten jungen Frauen mitten im Coming-out-Prozess mit offenem Ausgang sind und die letzte bisexuell ist.

Von den zwei jungen Frauen, welche mit dem Partner über ihre gleichgeschlechtliche Empfindungen gesprochen haben, schildert eine die Reaktion darauf verständnisvoll, die andere sagt nichts dazu.

„Meine Mutter weiss gar nichts von meinem Sexleben.“

Aus vielen Anfragen ist nicht ersichtlich, ob das Coming-out im familiären Umfeld bereits geschehen ist. Daher kann keine Aussage dazu gemacht werden, wie oft junge Frauen insgesamt beim Coming-out positive oder negative Reaktionen seitens ihrer Eltern erleben. Von den 30 jungen Frauen, die sich an rainbowgirls.ch wandten, teilten sieben ihre Gedanken zu einem Coming-Out gegenüber ihren Eltern mit. Lediglich drei haben sich geoutet: Eine Mutter reagierte negativ, eine fand es nicht schlimm, bei der dritten jungen Frau, die es gleichzeitig Mutter und Vater erzählte, reagierten beide positiv. Während des vierjährigen Bestehens von rainbowgirls.ch bestanden positive Erlebnisse meist darin, dass die jungen Frauen nach jahrelangem Hadern das Coming-out bei ihren Eltern wagten, diese sich bei ihren Töchtern für das Vertrauen bedankten, jedoch weiterhin nicht mit ihnen darüber sprachen. Dies bestätigt die Annahme, dass Erwachsene Bezugspersonen Unterstützung benötigen, damit sie Jugendlichen beim Coming-out beistehen können.⁸

Die Eltern von zwei jungen Frauen erfuhren indirekt über ihr Lesbischsein. Beide Male waren die Reaktionen sehr ablehnend. Im einen Fall handelte es sich nicht um die eigene, sondern um die Mutter ihrer Liebsten. Diese äusserte so viele Ängste und negative Prognosen bezüglich eines Lebens als Lesbe, dass sich die junge Frau von der Ratsuchenden trennte.

Zwei junge Frauen bedrückte es, aus Angst vor der Reaktion nicht mit ihren Eltern über ihre sexuelle Orientierung sprechen zu können. „Wenn Homosexualität in den Medien thematisiert wird, reagiert meine Mutter mit ‚unnormal‘ und ‚grusig‘.“ Auffällig ist, dass meistens auf die Mutter Bezug genommen wird. Ob Väter seltener ihre Meinung äussern oder der Grund darin liegt, dass Mütter immer noch hauptsächlich für Beziehung und Auseinandersetzung mit den Kindern zuständig sind, kann nicht gesagt werden.

⁷ Vergleiche dazu Müller, 2004, S. 44-45.

⁸ Dazu müssen auf verschiedenen Ebenen Vorurteile ab- und Wissen aufgebaut werden. Watzlawik, 2004, S. 123.

Junge lesbische und bisexuelle Frauen konnten also auch im Jahr 2005 nicht davon ausgehen, zuhause eine Ansprechperson zu finden. Erhielten sie positive Rückmeldungen, dann erst nachdem sie ohne Unterstützung der Eltern ihr inneres Coming-out selbst bewältigt und den Mut zum äusseren Coming-out gefasst hatten. Gespräche mit erwachsenen Bezugspersonen über Homosexualität, gesellschaftliche Akzeptanz, Sexualität, Beziehungsgestaltung und Liebeskummer wurden nicht erwähnt.

„Ich habe Angst, mich wieder in eine Frau zu verlieben.“

Zwei junge Frauen waren sehr unglücklich über die Erkenntnis lesbisch oder bisexuell zu sein. Dies hängt mit den negativen Reaktionen zusammen, die sie in ihrem Umfeld erfahren haben. Sie zweifeln nicht an ihrer sexuellen Präferenz, haben aber die Einschätzung, damit ein Leben lang unglücklich zu sein und können mit niemandem darüber reden: „Innerlich leide ich, weil ich weiss, dass ich hoffnungslos ins eigene Geschlecht verliebt bin.“

Erfährt eine junge Frau am Anfang ihres Erkundungsweges hin zu ihrer soziosexuellen Identität mehrfach Abwertung, besteht die Gefahr, dass diese verinnerlicht wird und zu einer internalisierten Homophobie⁹ führt. Diese wiederum ist einer der Gründe für die hohe Suizidversuchsrate unter jungen Lesben, da die Unmöglichkeit, sich mit anderen auszutauschen grosse Einsamkeit verursacht.¹⁰ Alle mir bekannten Untersuchungen zum Thema (siehe Literaturliste) weisen darauf hin, dass ein Coming-out gegen aussen, verbunden mit Kontakten zu anderen Lesben, Schwulen und Bisexuellen, das Selbstbewusstsein, die Gesundheit und die Lebensfreude stärken. Doch dieser Schritt ist eine Herausforderung: „Ich traue mich nicht, in die Junglesben-Gruppe zu gehen.“ Wolf schreibt dazu: „Der in der Gesamtgesellschaft herrschende Heterosexismus macht ein Coming-out erst nötig und stellt gleichzeitig ein wesentliches Hindernis für den Coming-out-Prozess dar.“¹¹

„Wo und wie kann ich lesbische Mädchen kennen lernen?“

Für zwölf junge Frauen war im äusseren Coming-out-Prozess das Hauptanliegen, wie sie Kontakt mit Gleichaltrigen knüpfen können. Letztes Jahr haben in der Schweiz dennoch vier lesbischwule Jugendtreffs wegen mangelnder Nachfrage geschlossen, seither gibt es nur noch acht.¹² Zwei der Treffs richteten sich spezifisch an junge Lesben, nun existiert keine Junglesbengruppe mehr. Ryser weist in seiner Untersuchung auf die Wichtigkeit des sozialen Austausches unter gleichaltrigen lesbischen, schwulen, bisexuellen und transidentischen¹³ Jugendlichen hin.¹⁴ In der Schweiz ist diesbezüglich ein deutliches Vakuum festzustellen. Ein Angebot, das den Austausch von jungen Lesben und bisexuellen Frauen ermöglicht, ist auch in grossen Städten nicht vorhanden. Bevor der Schritt in die Lesbenszene gewagt wird, stehen vor allem Internetangebote zu Verfügung.¹⁵

Fazit

„Wenn mich jemand fragen würde, ob ich lieber einen Mann oder eine Frau küssen würde, ich würde klar antworten: eine Frau.“

Der Weg zu einer selbstverständlichen Lebensweise ist für junge lesbische und bisexuelle Frauen weiterhin hindernisreich. Daran ändert auch die gewonnene Abstimmung zum neuen PartnerInnenschaftsgesetz zunächst nichts. Lesbische und bisexuelle junge Frauen werden fast überall automatisch als heterosexuell angesehen. Es ist für viele schwierig, in unserer heterozentristischen

⁹ Als Ausdruck internalisierter Homophobie bagatellisieren Lesben, Schwule und Bisexuelle die erlebten Diskriminierungen, nehmen sie nicht wahr oder suchen den Fehler bei sich selbst. Dies kann zu Selbstablehnung führen.

¹⁰ Struck, 1999, S. 68-69.

¹¹ Wolf, 2004, S. 59.

¹² Die aktuelle Situation ist auf www.rainbowgirls.ch/links/index.html ersichtlich.

¹³ Menschen, die nicht der vermeintlichen Zweigeschlechtlichkeit entsprechen. Sie leben zwischen den Geschlechtern oder wechseln das Geschlecht – mit oder ohne Operation. Meist bezeichnen sie sich als transidentisch, transsexuell, transgender oder als Transvestiten.

¹⁴ Ryser, 2005, S. 47.

¹⁵ Siehe Anhang: Internet Sites.

Gesellschaft „anders“ zu sein und ein positives Selbstbewusstsein zu entwickeln. Der Coming-out-Prozess ist mit Unsicherheiten verbunden und belastet die ohnehin komplizierte Adoleszenzphase.

Trotz all dieser Hürden und einer ausgesprochen schwierigen Ausgangslage verfügen viele junge lesbische und bisexuelle Frauen über beachtliche Ressourcen. Am auffälligsten sind die kommunikativen Fähigkeiten, einerseits innerhalb ihrer Peergroup und der Herkunftsfamilie, andererseits gegenüber der Beraterin. Die jungen Frauen übernehmen Verantwortung für ihre Bedürfnisse und setzen sich damit auseinander, wie, wo und wann sie diese ansprechen. Dank dem niederschweligen Zugang zu Wissen, den das Internet ermöglicht,¹⁶ suchen sie sich Informationen zusammen, setzen sich aktiv mit ihrer Situation auseinander und wenden sich falls nötig an eine (Internet-) Beratungsstelle. Dies stärkt ihre Selbstkompetenz und ihre sozialen Fähigkeiten.

Bezüglich der Coming-out-Situation von jungen lesbischen und bisexuellen Frauen lässt sich aufgrund der Auswertung sagen, dass Ergebnisse von Studien in Ländern mit vergleichbaren sozialen und rechtlichen Bedingungen (wie Deutschland und Österreich) weitgehend mit den Erfahrungen und Bedürfnissen von jungen lesbischen und bisexuellen Frauen in der Schweiz vergleichbar sind. Allerdings gaben in Schupps Untersuchung 66% der jungen Frauen an, zur Bewältigung ihrer Probleme zu Alkohol und Drogen zu greifen. In den vier Betriebsjahren von rainbowgirls.ch hingegen war der Konsum von Suchtmitteln selten Thema. Auffallend ist auch das Fehlen von Treffpunkten, Beratungsstellen¹⁷ und Sensibilisierungskampagnen¹⁸ sowie staatlichen Geldern.

Anhang

Coming-out-Prozess

Coming-out wird meist als Überbegriff der soziosexuellen Identitätsbildung von homosexuellen Menschen verwendet. Oft werden vier Entwicklungsschritte unterschieden: das *Prä-Coming-out*, die Phase von der Geburt bis zum Zeitpunkt der Auseinandersetzung mit der sexuellen Identität; das *innere Coming-out*, die Phase des Erkennens und vor sich selbst Benennens der gleichgeschlechtlichen Orientierung; das *äussere Coming-out*, immer mehr Menschen werden informiert und die innere Identität wird im Austausch mit anderen geprüft und gelebt; das *vertiefte Coming-out*, die innere Entwicklung der persönlichen Identität, ist ein ständiger Prozess und besteht in einer Gesellschaft, die Heterosexualität als Norm setzt, aus immer neuen Herausforderungen.¹⁹

Die Lesbenforschung betont den Aspekt des lebenslangen Coming-out-Prozesses der nicht linear abläuft. Wolf sieht den Coming-out-Prozess in einem Netz von individuellen, sozialen, gesellschaftlichen und politischen Faktoren.²⁰ Schneider weist Beziehungen ein massgeblich strukturierendes Element zu. In ihren Untersuchungen zeigt sich eine beachtliche Variation in der Reihenfolge der verschiedenen Coming-out-Schritte.²¹

In meiner Auswertung beziehe ich mich auf das „innere und äussere Coming-out“, weil ich diese Prozesse als zentral ansehe auf dem Weg hin zu einer akzeptierenden und bejahenden Haltung sich selbst gegenüber. Im Verständnis, dass das Leben nicht linear abläuft, verorte ich innere und äussere Coming-out-Ereignisse in der kontinuierlichen soziosexuellen Identitätsfindung. Die Tatsache, dass drei junge Frauen zuerst ihr inneres- und äusseres Coming-out als Bisexuelle hatten und danach der Prozess des inneren Coming-outs als Lesbe einsetzte, ist ein anschauliches Beispiel für das mehrfache Durchlaufen des Coming-out-Prozesses.

¹⁶ Knatz & Dodier 2003 und Reiners 2005.

¹⁷ In Deutschland bestehen in vielen grossen Städten Junglesben-, Lesbischwule- und Transgender-Jugendgruppen.

¹⁸ An Münchens Schulen läuft z.B. im Schuljahr 2005/2006 die umfangreiche Aufklärungskampagne: „Wir sind für dich da.“ Ziel ist es, die Situation von jungen Schwulen, Lesben und Transgender-Personen zu verbessern. Siehe: http://www.muenchen.de/Rathaus/dir/gleichgeschlechtl/projekt_aktionen/145901/wirsindfuerdichda.html

¹⁹ Vergleiche Wolf 2004, S. 59-65 und Wiesendanger 2005, S. 23.

²⁰ Wolf, 2004, S. 367.

²¹ Schneider 2001, S. 73-74.

Literatur

- Klein, Sabine und Schütz, Sigrid. Freundinnen – eine Studie zur Lebenssituation lesbischer Mädchen. Jugendnetz Lambda Nordrhein-Westfalen, 1996.
- Knatz, Birgit und Dodier, Bernard. Hilfe aus dem Netz. Theorie und Praxis der Beratung per E-Mail. Pfeiffer bei Klett-Cotta, 2003.
- Müller, Irene. Young and... rainbow women. Zur Lebenssituation jugendlicher lesbischer und bise sexueller Frauen in der deutschsprachigen Schweiz. Edition Soziothek, 2004.
- Reiners, Bernd. E-Mail-Beratung in der Jugendhilfe. Nach dem Modell der Kinderschutz-Zentren. Köln, 2005.
- Ryser, Stephan. Gesundheit der lesbischen, schwulen, bisexuellen und transidentischen Jugendlichen. Edition Soziothek, 2006.
- Schneider, Margaret S. Toward a reconceptualization of the coming-out process for adolescent females. In: D'Augelli, Anthony R. und Patterson, Charlotte J. (Eds.). Lesbian, gay and bisexual identities and youth. Psychological perspectives. Oxford University Press, 2001, S. 71-96.
- Schupp, Karin. Sie liebt sie, er liebt ihn. Eine Studie zur psychosozialen Situation junger Lesben, Schwuler und Bisexueller in Berlin. Berlin, 1999.
- Watzlawik, Meike. Uferlos? Jugendliche erleben ihre sexuelle Orientierung. Books on Demand GmbH, 2004.
- Wiesendanger, Kurt. Vertieftes Coming-out. Schwules Selbstbewusstsein jenseits von Hedonismus und Depression. Vandenhoeck und Ruprecht, 2005.
- Wolf, Gisela. Erfahrungen und gesundheitliche Entwicklungen lesbischer Frauen im Coming-out-Prozess. Centaurus-Verlag, 2004.

Lesbischwule Jugendgruppen in der Schweiz

- www.whynot-luzern.ch: Lesbischwule Jugendgruppe Luzern
- www.grenzenlos.ch: Lesbischwule Jugendgruppe Nordwestschweiz
- www.badgasse8.ch/pages/pages_cameleon.php: Fürs schwullesbische Volk bis 25 Jahre in Winterthur
- www.expectsg.ch: Ostschweizer Jugendgruppe für homosexuelle Jugendliche
- www.lesbischwul.ch/zugerweb: Schwullesbische Gruppe Zug
- www.so-lesch.ch: Schwullesbische Jugendgruppe Solothurn
- www.rainbowstars.de: Schwullesbische Jugendgruppe Lörrach
- www.dialogai.org/adresses3.asp?id=240: Jeunes gays, bis, lesbiennes et transsexuelles

Lesbischwule Jugendportale

- www.otherside.ch: Homepage für junge lesbische und bisexuelle Frauen bis 27 Jahre
- www.purplemoon.ch: Das lesbischwule Jugendportal
- www.hallowelt.ch: Lesben und Schwule an der Kantonsschule
- www.ediagonal.ch: Dachverband lesbischwuler Jugendorganisationen
- www.traudi.ch: Vernetzung der Jugendgruppen in der Schweiz
- www.packs.ch: Informationen von und für lesbischwule Jugendliche