

## **Coming-out**

Coming-out bezeichnet den gesamten Prozess der Selbstwahrnehmung der sexuellen Orientierung und das „Herauskommen“ oder „Heraustreten“ aus dem (unfreiwilligen) Schweigen, der Isolation und dem nur „inneren Geschehen“. Als „inneres“ Coming-out wird oft die erste Phase bezeichnet, in der jemand die eigenen Gefühle und Wünsche realistisch wahrnimmt und vor sich selbst anerkennt. Das „äußere“ Coming-out ist die folgende Phase, in der das Schwul- oder Lesbischsein zunächst vertrauten Personen und später auch einem weiteren Kreis von Menschen bekannt wird. Der Coming-out-Prozess beginnt häufig in der Pubertät und kann viele Jahre dauern, bei manchen auch ein ganzes Leben lang. Manche Jugendliche, sogar Erwachsene, erleben nie ein Coming-out in diesem Sinne; in jedem Fall sind aber der Prozess der Selbstannahme und mutige Schritte nach außen stark von den erschwerenden oder unterstützenden Reaktionen der Umgebung abhängig. Coming-out ist etwas ganz anderes als der oft gehörte Begriff des „Outing“. Damit ist gemeint, dass jemand die sexuelle Orientierung eines anderen Menschen „veröffentlicht“, meist gegen den Willen des Betroffenen. Besonders Prominente sollen dadurch genötigt werden, öffentlich zu ihrer Homosexualität zu stehen, damit es auch anderen Menschen leichter fällt, zu ihrer sexuellen Orientierung zu stehen. Dies ist ein schwer wiegender Eingriff in die Privatsphäre anderer Menschen und grundsätzlich abzulehnen. Jedem muss selbst überlassen werden, wann und wie er oder sie sich gegenüber anderen zu seiner oder ihrer Homosexualität bekennt.<sup>9</sup>

## **sexuelle Orientierung**

Die sexuelle Orientierung beschreibt die überdauernden, individuell unterschiedlichen Interessen eines Menschen bezogen auf das Geschlecht möglicher Partner\_innen. Das „Sich-Hingezogen-Fühlen“ kann Aspekte von emotionaler, romantischer und/oder sexueller Anziehung umfassen.

## **gleichgeschlechtliche Orientierung**

Bei gleichgeschlechtlich orientierten Menschen (Lesben und Schwulen) bezieht sich das emotionale und sexuelle Begehren auf Personen des gleichen Geschlechts. Der pathologisch konnotierte Begriff Homosexualität wird heute selten verwendet, da er zum einen den sexuellen Aspekt des Begehrens überbetont, zum anderen häufig ausschließlich mit schwulen Lebensweisen assoziiert ist und lesbische Frauen damit unsichtbar macht.

## **trans\***

Bei transgeschlechtlichen, transidenten oder transsexuellen Menschen entspricht die geschlechtliche Identität nicht dem bei der Geburt zugewiesenen Geschlecht: Jungen werden mit weiblichen Körpermerkmalen als „Mädchen“ geboren (Trans\*-Junge/Mann), Mädchen mit männlichen Körpermerkmalen als „Jungen“ (Trans\*-Mädchen/Frau). Die Schreibweise trans\* wird von den meisten transgeschlechtlichen/transidenten/transsexuellen Personen als angemessen erachtet.

---

<sup>9</sup> Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA): Heterosexuell? Homosexuell? Sexuelle Orientierungen und Coming Out. S.30

## Heteronormativität

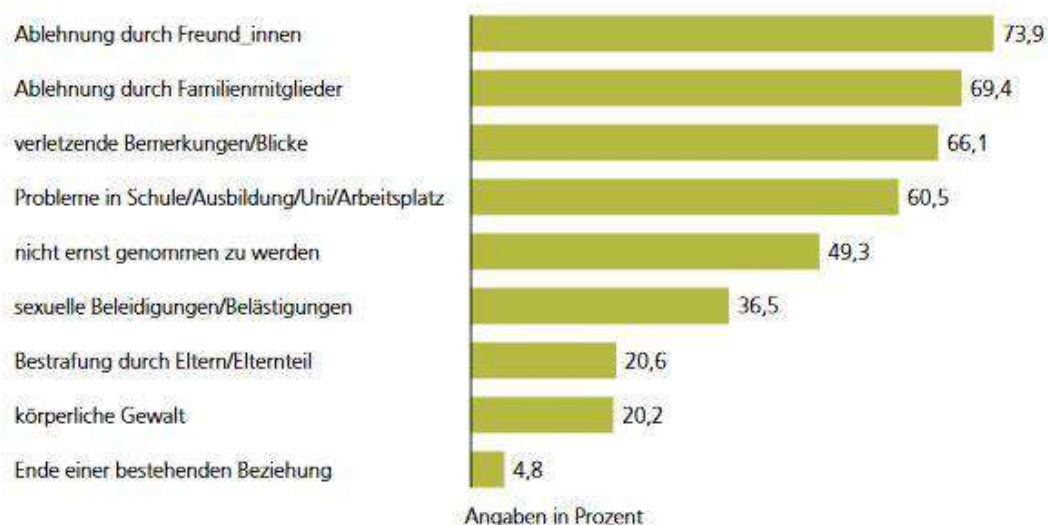
Heteronormativität beschreibt die Norm der Zwei-Geschlechter-Kategorien und des gegengeschlechtlichen Begehrens, die als naturgegeben angesehen wird und (weitgehend) unhinterfragt bleibt. Unterscheiden muss man dabei Heterosexualität als Form sexueller Praktiken zwischen Männern und Frauen von Heteronormativität, die diese Lebensweise durch Institutionen (z. B. Ehe) und Denkstrukturen (das sei normal) privilegiert. Sexuelle und geschlechtliche Vielfalt weicht von dieser Norm ab.<sup>10</sup>

- 5 – 10 % aller Menschen sind lesbisch, schwul oder bisexuell. Auch im Kollegium und in den Klassen.
- Die meisten homosexuellen Jugendlichen erkennen relativ früh, dass sie anders sind als die anderen, sie wissen aber oft zunächst nicht genau, warum. Selbst wenn sie es wissen, dauert es in der Regel noch eine Weile, bis sie es tatsächlich aussprechen und dazu stehen können („Coming-out“). Vor allem den Eltern gegenüber haben sie Probleme: Sie haben Angst davor, sie zu verletzen, und sind sich unsicher über deren Reaktion:

### Alter beim Bewusstwerden der sexuellen Orientierung<sup>11</sup>



### Befürchtungen der Jugendlichen vor ihrem ersten äußeren Coming-out<sup>12</sup>



<sup>10</sup> [www.dji.de/fileadmin/user\\_upload/bibs2015/DJI\\_Broschuere\\_ComingOut.pdf](http://www.dji.de/fileadmin/user_upload/bibs2015/DJI_Broschuere_ComingOut.pdf)

<sup>11</sup> DJI-Studie Coming-out 2015

<sup>12</sup> DJI-Studie Coming-out 2015