

# «Kinder, Papa liebt einen Mann»

**GLEICHGESCHLECHTLICHE ELTERNCHAFT** Ein Coming-out ist eine grosse Herausforderung – noch mehr, wenn man Kinder hat. Zwischen Angst und Erleichterung – eine Regenbogenfamilie erzählt...

**Estelle Baur**

Paul\* und Arthur\* leben seit zwei Jahren zusammen. Sie haben einen ganz ähnlichen Lebensweg hinter sich. Beide waren verheiratet und hatten Kinder, bevor sie ihr Coming-out wagten. Paul erzählt: «Ich dachte, bisexuell zu sein. Jahrelang habe ich versucht zu unterdrücken, dass ich mich von Männern angezogen fühle. Ich dachte, wenn ich heirate, Kinder bekomme, ein Haus baue und so, wird sich das schon beruhigen. Doch mit der Zeit wurde die Beziehung zu meiner damaligen Frau immer komplizierter. Wir stritten sehr viel, ich war nur noch genervt. Wir machten eine Paartherapie, was uns zwar geholfen hat – das eigentliche Problem blieb aber bestehen. Meine sexuelle Orientierung entsprach einfach nicht meinem Lebensstil. Schlussendlich mussten wir uns eingestehen, dass eine Trennung die einzige Möglichkeit war.»

Die Kinder des Paares waren damals 8 und 10 Jahre alt. Ihnen erklärten sie, dass sie sich nicht mehr verstehen und deshalb trennen würden. Doch eines Tages rief Pauls Ex-Frau ihn an: «Sie sagte mir, dass sie das nicht mehr könne. Unsere Tochter würde sie ständig fragen, ob sie lesbisch sei. 'Du weisst, dass das falsch ist! Du bist es, der homosexuell ist! Du musst es ihnen sagen!'» Für Paul ist das die Gelegenheit, den Schritt zu wagen: «Ich wusste, dass dieser Moment eines Tages kommen würde. Ich hatte für mich schon entschieden, meinem Umfeld gegenüber offener zu sein.» Er erzählt seinen Kindern also direkt von Arthur, den diese schon bei einem Essen unter Freunden kennengelernt hatten. «Ich glaube, das Coming-out gegenüber den eigenen Kindern ist einfacher, wenn man ihnen erklären kann, dass man einen Partner hat. Umso mehr, wenn sie ihn schon kennen. Meine Tochter verstand sich sehr gut mit Arthur, was die Situation wohl etwas einfacher machte.»

## «Meine zwei Papas»

Die Kinder reagieren recht gut auf diese Nachricht. Mirabelle\*, damals 8 Jahre alt, erinnert sich: «Ich war zwar etwas überrascht, aber froh, dass Papa endlich reinen Tisch machte. Irgendwie hatte ich schon so etwas vermutet.» Ihr Bruder Joe\*, der damals 10 war, sah das ähnlich: «Ich würde nicht behaupten, dass ich es gewusst hätte – aber überrascht war ich nicht, dass er mit Arthur zusammen ist. Trotzdem war es etwas seltsam. Er war ja immer mit Mama zusammen gewesen. Zwischen uns hat das aber nichts geändert.» Paul rät seinen Kindern, nur mit engen Freunden darüber zu sprechen: «Wenn meine Kinder schon lernen mussten, mit dieser neuen Situation zu leben, so konnte ich ja kaum von ihnen erwarten, dass sie das Geheimnis für sich behalten. Mit meinem Rat wollte ich sie vor beleidigenden Bemerkungen

UMFRAGE, DIE 2017 BEI 884 TEILNEHMENDEN DURCHFÜHRT WURDE:

**31%** der befragten Regenbogenfamilien haben Kinder aus einer früheren heterosexuellen Beziehung.

**75%** von ihnen befürchten, dass ihr Kind nach ihrem Coming-out Vorurteilen ausgesetzt sein wird.

## Tipps für ein erfolgreiches Coming-out als Eltern

... nehmen Sie sich Zeit, in Ihrer heterosexuellen Beziehung darüber zu sprechen – im Interesse des Kindes und der Beziehung, die doch einige Zeit geführt wurde: «Du kannst nichts dafür, eine andere sexuelle Orientierung zu haben.»



... seien Sie mit sich selbst im Reinen, akzeptieren Sie, wer Sie sind (manchmal mit psychologischer Unterstützung), bevor Sie darüber sprechen.

... vermeiden Sie impulsive und allzu direkte Bekanntmachungen, erklären Sie die Dinge und stellen Sie für das Kind einen Zusammenhang her. Nehmen Sie sich Zeit, um seine Fragen zu beantworten.

schützen.» Mirabelle hatte kurzzeitig einen schweren Stand auf dem Pausenplatz: «Ich wollte es meinen Freundinnen nicht direkt erzählen. Aber meine beste Freundin merkte, dass mich etwas beschäftigte. Da sie nicht aufhörte zu fragen, habe ich es ihr schliesslich erklärt – und sie hat es brühend warm gleich allen weitererzählt. Ich hatte selbst noch keine Zeit gehabt, die Neuigkeit zu verdauen. Also habe ich allen bloss gesagt, dass das stimmen würde. Wäre es möglich gewesen, hätte ich es aber lieber nicht auf diese Weise der ganzen Schule mitgeteilt – das war echt hart.» Joe hatte da mehr Glück: «Damals wurde ich in der Schule manchmal gemobbt, also war ich sowieso recht verschlossen. Als ich dann in die OS kam, freundete ich mich mit vielen neuen Leuten an. Dort war es einfacher, darüber zu reden. Ich habe mich aber nie geschämt. Wenn jemand ein Problem damit hat, soll er mit mir entweder über etwas anderes sprechen oder mich in Ruhe lassen.» Inzwischen stellt er Paul und Arthur als seine «zwei Papas» vor.

## «Na und?»

Für Arthur war es nicht ganz so leicht: «In meiner Jugend war ich «die kleine Schwuchtel im Dorf». Ich konnte nie darüber sprechen und habe meine Homosexualität immer als einen Schandfleck, als eine Krankheit empfunden. In der Pubertät hatten meine Fantasien immer mit Männern zu tun. Ich habe es aber nie geschafft, mit jemandem darüber zu reden oder es auszuleben.» Er geht Beziehungen mit Mädchen ein, «weil ich mehr wollte, als nur Freundschaft: Zärtlichkeit, bei ihnen schlafen – aber Sex, das ging einfach nicht. Ich hatte Schuldgefühle, weil sich die Mädchen mit mir zusammen nicht entfalten konnten.» Letzten Endes heiratet er, wird sogar Vater, «noch vor all denen, die mich immer gehänselt hatten! Das war meine kleine Rache! Doch ich spielte bloss eine Rolle in einem Theaterstück...» Eines Tages verliebt er sich in einer Bar Hals über Kopf in einen Mann. «Wieder zuhause war ich komplett neben der Spur. So sehr, dass mein Sohn mich fragte, ob ich verliebt sei. Das war für mich der Auslöser, um eine Therapie anzufangen. Ich

wusste, dass ich es schaffen musste, «es» klar in Worte zu fassen, um wirklich dazu zu stehen. Ich setzte mich also vor den Psychologen hin und sagte – unendlich nervös – «Ich bin schwul.» Er antwortete: «Na und?» Da stürzte das ganze Kartenhaus aus Angst, das ich jahrelang aufgebaut hatte, einfach so ein! An diesem Tag begann ich neu zu leben.» Endlich schafft er es, seine Sehnsucht in Worte zu fassen: «Die erste Person, der ich die Wahrheit erzählte, war mein Sohn – damals viereinhalb Jahre alt (heute ist er 29). Ich bin eines Tages aufgewacht und wusste: Heute ist DER Tag. Ich war ganz ruhig, es war klar, dass ich da jetzt einfach durchmusste. Ich habe es ihm in ganz einfachen Worten erklärt: «Menschen verlieben und lieben sich. Häufig sind das ein Mann und eine Frau, manchmal liebt eine Frau eine andere Frau und manchmal ein Mann einen anderen Mann. Und ich, ich liebe Männer.» Mein Sohn schaute mich nur an und sagte: «Ja, ich weiss.» Dann ging er in seinem Zimmer weiterspielen. Ich war total perplex.»

## Mit wem und wie darüber sprechen

Ein Coming-out ist keine leichte Sache. Paul findet: «Es ist wichtig, sich genau zu überlegen, wem man es sagen will. Und wie. Reichen Andeutungen, oder muss man Klartext reden? Soll man von seinem Partner sprechen oder einfach sagen «Ich bin schwul?»» Arthur weist darauf hin, wie wichtig es sei, Geduld zu üben: «Bei einem Coming-out dürfen wir nicht vergessen, wie lange es für uns selbst gedauert hat, uns jemandem anzuvertrauen. Darum müssen wir auch unseren Familien die Zeit lassen, diese Information zu verdauen.» Arthur und Paul bereuen nichts. Ihr Coming-out war für beide eine enorme Erleichterung. Paul beendet das Gespräch mit diesen Worten: «Die Scheidung von meiner Frau hat mich sehr traurig gemacht. Jetzt, da ich all das aber hinter mir habe, ist mein Leben schöner als ich es mir je erhofft hätte. Auch das familiäre Gleichgewicht und die Beziehung zu meinen Kindern und meiner Ex-Frau sind besser denn je.»

\*Namen der Redaktion bekannt

## QUEERWALLIS

Der Verein QueerWallis setzt sich für die Oberwalliser Queer-Community ein. Er ist eine Anlaufstelle für lesbische, schwule, bisexuelle / biromantische, asexuelle / aromantische, pansexuelle / panromantische, polysexuelle / polyamouröse, transgeschlechtliche, intergeschlechtliche und queere Menschen. Die Programme und Initiativen von QueerWallis sollen impulsgebend für die Gemeinschaft sein.

QueerWallis begleitet dich auf dem Weg zu deinem Coming-Out, deiner Transition sowie weiteren Lebensprozessen. QueerWallis ist zudem Ansprechperson für Eltern und Friends der Community. Ein bis zwei Mal im Monat findet ein Queer-Anlass statt.

QueerWallis beantwortet gerne offene Fragen zum Thema LGBTQIAPP+: [www.queerwallis.ch](http://www.queerwallis.ch)

Weitere Infos auch unter [www.regenbogenfamilien.ch](http://www.regenbogenfamilien.ch)

## Gesundheit: die Ombudsstelle informiert

### SAGEN SIE MAL ...

LUDIVINE DÉTIENNE  
LEITERIN DER OMBUDSSTELLE



## Werden im Wallis Daten zu Krebserkrankungen gesammelt?

Die Ärzte\*, Spitäler und Institutionen, die Krebserkrankungen diagnostizieren oder behandeln, sind seit dem 1. Januar 2020 verpflichtet, die Daten über ihre Patienten an die Nationale Krebsregistrierungsstelle zu übermitteln. Dabei handelt es sich um Basisdaten wie Name und Geburtsdatum und/oder Zusatzdaten zum Krankheitsverlauf und zur Behandlung. Im Wallis werden diese Daten an das Walliser Krebsregister und bei Kindern an das Schweizer Kinderkrebsregister übermittelt. Der Patient hat das Recht, detaillierte Informationen über diese Datenerhebung zu erhalten (Welche seiner Daten werden übermittelt? Wozu?) und auch das Recht, allenfalls Widerspruch einzulegen. Patienten, die zum ersten Mal mit dieser Frage konfrontiert sind, muss nach der Diagnosestellung eine Überlegungsfrist von drei Monaten eingeräumt werden. Der Patient hat das Recht, jederzeit auf seine eigenen Daten in diesen Registern zuzugreifen. [www.ovs.ch/de](http://www.ovs.ch/de)

\*Jede Personenbezeichnung gilt für Frauen und Männer gleichermaßen.

**ombudsman**

## Partner

LIGUE PULMONAIRE VALAISANNE  
LUNGENLIGA WALLIS

[www.lungenliga-ws.ch](http://www.lungenliga-ws.ch)

Gesundheitsförderung  
Wallis

[www.gesundheitsförderungwallis.ch](http://www.gesundheitsförderungwallis.ch)

CANTON DU VALAIS  
KANTON WALLIS

[www.vs.ch/gesundheit](http://www.vs.ch/gesundheit)

