hetera – Hilfe für Partnerinnen schwuler Männer

F. Hoesch

Seit einem Jahr engagiert sich die Frauengruppe hetera für Partnerinnen und Kinder von schwulen Männern. Sie berät Betroffene, organisiert Begegnungstage und macht die Öffentlichkeit über eine Homepage (www.hetera.ch) und Medienarbeit auf das bisher tabuisierte Thema aufmerksam. hetera will betroffenen Frauen und Kindern eine Stimme geben.

Eigentlich - so glaubt man - kann es Ehefrauen von schwulen Männern und leibliche Kinder von schwulen Vätern gar nicht geben. Dasselbe gilt für Partner lesbischer Frauen und deren Kinder. Im Bewusstsein der Öffentlichkeit kommen sie jedenfalls nicht vor. Nach unseren Beobachtungen müssen wir aber davon ausgehen, dass in der Schweiz Zehntausende von Frauen und Männern in einer Ehe oder Partnerschaft mit Homosexuellen leben oder gelebt haben und dass es noch mehr Kinder aus diesen Verbindungen gibt. Zahlen haben wir bei einem so tabuisierten Thema natürlich nicht. Die amerikanische Gruppe «Straight Spouse Network» (www.ssntwk.org) schreibt, dass in den USA etwa 2 Millionen Menschen betroffen seien [1]. Wenn man das auf schweizerische Grössen umrechnet, kommt man auf 60 000 Menschen, die fast alle kaum über ihre Geschichte zu sprechen wagen und vermutlich sehr allein damit sind.

Partnerinnen schwuler Männer

Viele betroffene Frauen werden gar nicht wissen, in welcher Situation sie sich befinden, denn ihre Männer leben die homosexuellen Neigungen oft versteckt aus. Sie wagen nicht, zu ihrer schwulen Seite zu stehen, weder gegenüber ihren Frauen, noch unter Hetero-Männern und auch nicht unter Homosexuellen. Für die einen sind sie nicht richtig hetero, für die anderen nicht richtig schwul. Sie fürchten ihre Familie zu verlieren. Sie sind gefangen in ihrem Geheimnis. Eine offene und herzliche Partnerschaft ist dann unmöglich. Mitleidende sind immer die Kinder, denn das Geheimnis vergiftet die Familienatmosphäre.

Betroffene Frauen wenden sich wegen psychosomatischer Beschwerden häufig an ihren Hausarzt, viele sind depressiv oder sogar suizidal. Aber auch mit ihrem Arzt sprechen sie nur selten über die Hintergründe. Sie wissen nicht, wie sie sich ausdrücken sollen, sie schämen sich und sie fürchten, dass man sie nicht ernstnehmen oder ihnen die Schuld am sexuellen Verhalten ihrer Partner geben könnte.

Und umgekehrt ist es für den Arzt heikel nachzufragen, denn wenn man einen heterosexuellen Mann bzw. seine Frau fragt, ob er schwul sei, ist er vielleicht verletzt oder fühlt sich sogar schwer beleidigt. Das Tabu blockiert die ganze Situation.

Kinder schwuler Väter

Kinder und Jugendliche haben es besonders schwer, mit ihren Altersgenossen über ihre Sorgen zu sprechen, denn unter ihnen sind Klischeevorstellungen und Vorurteile noch weiter verbreitet. Der Anpassungsdruck und das Bedürfnis, von Gleichaltrigen akzeptiert zu sein, sind im Mittel- und Oberstufenalter sehr hoch. Das Wort «schwul» wird aber von den Gleichaltrigen häufig als übles Schimpfwort gebraucht. Wie soll ein Kind damit umgehen, wenn es weiss, dass sein Vater schwul ist?

Rückzug und Einsamkeit können die Folge sein. Wenn Schulschwierigkeiten auftreten, ist es nicht leicht zu entscheiden, ob man dem Lehrer, der Lehrerin vom schwulen Partner bzw. Vater erzählen soll. Vielleicht sind die Lehrpersonen selber damit überfordert, denn davon haben viele noch nie etwas gehört und können es deshalb nicht einordnen.

Das Coming-out des Partners ist ein Schock

Ein Zitat aus einem E-Mail, das typisch ist für viele: «Ich bin seit 13 Jahren verheiratet, wir haben zwei Kinder. Im September letzten Jahres hat mir mein Mann erzählt, dass er schwul ist. Ich habe mich gefühlt, wie vom Blitz getroffen. Mittlerweile ist der erste Schock in eine abgrundtiefe Verzweiflung übergegangen. Ich hatte wirklich absolut keine Ahnung. Auch jetzt fühle ich mich noch wie in einem bösen Traum, aus dem ich nicht aufwachen kann.»

Nicht selten kommt das Geständnis: «Ich bin schwul, ich habe Sex mit Männern, ich habe einen Freund» ganz plötzlich und nach sehr langer Ehe. Viele schwule Männer scheinen über

Korrespondenz: Dr. Folma Hoesch Schlösslistrasse 16 CH-8044 Zürich

E-Mail: f.hoesch@datacomm.ch



sehr lange Zeit ein perfektes Doppelleben zu führen, teils weil sie Angst haben, teils weil sie es verdrängt und sich selbst etwas vorgemacht haben und ganz selten auch aus Zynismus. Die Grenze zwischen Hetero- und Homosexualität ist viel fliessender, als man gemeinhin denkt. Das hat schon Kinsey in den Fünfzigerjahren gezeigt. Die Gründe der Männer sind hier nicht unser Thema, sondern die Frage: warum ist das für die Frauen so schockierend?

Was für ihn eine Befreiung ist, bedeutet für sie Verstecken und Gefangensein

Der Partner ringt sich nach einem oft monateoder jahrelangen inneren Kampf dazu durch, die Wahrheit über seine Empfindungen zu sagen. Oder, viel häufiger, sein Doppelleben wird nach einer langen Zeit des Versteckens von seiner Frau entdeckt. Das ist für ihn zunächst eine grosse Befreiung. Manchmal brechen alle Dämme des Schweigens, denn er ist glücklich, seiner Frau endlich alles erzählen zu können.

Die ganze Wucht des Tabus trifft nun sie. Die Gesellschaft denkt auch heute noch: Homosexuelle haben nichts mit Frauen! Das können ja nur irgendwie gestörte Frauen mit einem sehr schwachen Selbstwertgefühl sein, denen das passiert. Sicher sind sie unattraktiv, passiv, irgendwie männlich oder selbst sexuell abartig.

Die Partnerin fühlt sich stigmatisiert und isoliert. Wem kann sie sich anvertrauen? Was wird die eigene Familie, was werden die Nachbarn, die Menschen am Arbeitsplatz über sie denken oder reden? Wie soll sie es ihren Kindern erklären?

Alles ist in Frage gestellt

Ob jemand eine Frau ist oder ein Mann, ob sie/er das andere Geschlecht liebt oder das eigene, die sexuelle Orientierung ist eine der Grundfesten der Persönlichkeit. Eine heterosexuelle Frau geht davon aus, dass ihr Partner ebenfalls heterosexuell ist, meistens ohne dass sie sich dabei viel denkt oder gar Fragen stellt. Nun ist auf einen Schlag alles gestört, nicht nur die Ehe bzw. Partnerschaft, auch das eigene Selbst, die eigene Geschlechterrolle, die Beziehungsfähigkeit und das ganze eigene Leben.

Ist das nicht in heterosexuellen Beziehungen ebenso, wenn einer fremd geht? Vieles ist vergleichbar. Fast alle Menschen sind erschüttert, wenn ihre Ehe zerbricht. Aber die Krise geht tiefer und hält länger an.

Wie war es möglich, dass ich nichts gemerkt habe?

Ein Mann, der ein Doppelleben führt, baut einen Bereich des Schweigens um sich herum auf. Er organisiert das perfekt: Überstunden, Mittagspausen, Weiterbildungen am Wochenende, Sportklubs usw. Und seine Frau gönnt ihm das alles gerne, sie hat Mitleid mit ihm, weil er soviel arbeiten muss, und will ihn nicht auch noch mit Fragen stressen. Frauen finden tausend Erklärungen, warum der Partner sich verändert hat. So entsteht ein Bereich, über den nicht geredet wird.

Eine andere Form des Schweigens ist, dass der Mann besonders nett und aufmerksam ist: Freundlichkeit, Hilfsbereitschaft bei der Pflege der Kinder und im Haus, Verständnis und Einfühlung im Bett. Er vermeidet jede Art von Konflikten. Es könnte ja sein, dass im Streit alles herauskommt. So lebt das Paar die «ideale Ehe», gilt nach aussen hin als Musterpaar. Aber im Innern entsteht eine Tabuzone, ohne dass man es richtig merkt.

Was ist mit mir los, bin ich vielleicht sexuell zu wenig entwickelt?

Welcher Mensch glaubt, dass er/sie im Bett perfekt sei? Wird nicht jede Frau hin und wieder unsicher? Die Entdeckung, dass der Partner homosexuell ist, scheint vielen Frauen zu bestätigen, dass sie sexuell ungenügend sind. Sie zweifeln an ihrer Weiblichkeit, fragen sich, ob sie vielleicht zu wenig anziehend, zu wenig sensibel, zu wenig orgasmusfähig seien. Nicht selten haben ihre schwulen Partner die eigene sexuelle Unlust gerade mit solchen Vorwürfen bemäntelt. Die Frau wird von ihrem Partner sexuell nicht wirklich begehrt, die sexuelle Energie in der Ehe geht verloren. Sie selbst erlebt sich nicht mehr als anziehend. Sie wird unausgesprochen abgewertet und verinnerlicht das. Eine Frau sagt: «Es ist, als ginge das Licht aus und ich nehme mich selbst in meiner Weiblichkeit nicht mehr wahr.» Sie wird nun meistens nur noch als Mutter angesprochen, auch von ihrem Ehemann. Und sie muss sich dafür weiteren Spott von anderen gefallen lassen. Fragen voller versteckter Vorurteile werden auch von aussen gestellt. Mütter fragen, warst du denn auch gut genug im Bett? Therapeuten fragen, was ist denn mit ihnen los? Wo ist ihr eigener homosexueller Anteil? Spätere Partner fragen, bist du denn überhaupt eine richtige Frau? All diese Fragen nagen am Selbstbewusstsein und verwirren die Frau noch mehr.



Eine amerikanische Soziologin, Familienund Sexualtherapeutin ist den vorgefassten Meinungen nachgegangen: Haben Partnerinnen von schwulen Männern ein schwaches Selbstbewusstsein? Haben sie eine spezielle Vorgeschichte? Sind sie in ihrer Sexualität gestört? Sie fand keine signifikanten Unterschiede zu anderen Frauen [2].

Probleme des Partners machen es schwer, an sich selbst zu denken

Auch der schwule Partner ist sich über seine eigenen Gefühle sehr oft nicht im klaren. Er hofft nicht selten, dass er sich durch die Ehe aus dem Dilemma, «anders» zu sein, befreien kann. Viele schwule Ehemänner lehnen Homosexualität zutiefst ab, wollen mit Schwulen nichts zu tun haben, ja finden es ekelhaft und unmoralisch. Homophobie ist unter diesen Homosexuellen weit verbreitet. Das bringt auch sie selbst in eine schwierige Lage, und es ist nicht erstaunlich, dass recht viele Männer daran sehr leiden, depressiv werden, zuviel Alkohol trinken und auch gewalttätig werden. Nicht selten sind sie suizidal und müssen in psychiatrische Behandlung.

Die Frauen spüren das Leiden ihres Partners, haben Mitleid mit ihm und sind bereit, sein Problem grösser zu sehen als das eigene. So wirken sie auch für andere manchmal wie Mütter, die neben den realen Kindern auch noch den Partner wie ein hilfloses Kind behandeln. Auch wenn der Vergleich hinkt, man kann sie am besten mit Co-Abhängigen vergleichen. Sie möchten den Mann, den sie lieben oder geliebt haben, nicht schlecht machen. Sie tun alles, um ihn und die Familie zu stabilisieren, sie helfen mit, nach aussen ein intaktes Familienbild zu bewahren, und sie nehmen sehr viel Schuld auf sich. Das persönliche Glück und die eigenen Gefühle, Wut, Schmerz, Trauer usw. werden zurückgestellt.

Dabei haben auch die Frauen massive Probleme

Die Frauen erzählen uns von sehr gravierenden Beschwerden. Ein häufiges Problem scheint ein starkes prämenstruelles Syndrom zu sein. Aber auch allgemeine Verkrampfungen, Zähneknirschen, Kopfschmerzen, Atembeschwerden bis zu Asthma, Schlafprobleme, Essstörungen, Rückenschmerzen, Niedergeschlagenheit bis hin zu Depression und Selbstmordgedanken können die Folge sein. Nicht selten kommt es vor, dass Frauen mit dem HI-Virus, mit Syphilis oder

Hepatitis B angesteckt werden und erst durch diese Diagnose vom schwulen Doppelleben ihres Mannes erfahren. Die erwähnte amerikanische Studie sagt, dass fast 50% der 33 genau befragten Frauen zeitweilig selbstmordgefährdet waren und dass weder Verwandte noch Therapeuten und Ärzte das wirklich wahrnahmen [2].

Trennen oder zusammenbleiben?

«Muss ich mich jetzt scheiden lassen? Wie schwul ist er eigentlich? Wie wichtig ist Sex mit Männern in seinem Leben? Kann ich damit leben? Mit wieviel? Kann ich dazu stehen?» In diesen Fragen bleiben manche Frauen jahrelang stecken. Oder es beginnt ein schmerzhafter Scheidungsprozess, den auch viele andere Menschen durchmachen müssen. Manche Paare gehen miteinander auf die schwierige Suche nach einer individuellen Lösung, für die es kaum Vorbilder gibt. Und die Gefahr ist gross, dass sie sich überfordern und noch einmal scheitern.

Reden ist Lebens-Not-wendig

So kommt es, dass auch die Frauen schweigen. Sie glauben, die einzigen auf der ganzen Welt zu sein, denen das passiert. Sie haben alle die Klischees verinnerlicht, die in der Gesellschaft herumschwirren. Was aber nicht ausgesprochen werden kann, scheint auch nicht ganz real zu sein. Man kann es nicht glauben und das Nachdenken darüber bewegt sich im Kreis. Es ist lebensnotwendig, dass betroffene Frauen ihren Schmerz, ihre Ohnmacht und ihre Wut ausdrücken können, sie brauchen andere Frauen, mit denen sie ihre Gefühle austauschen können. Aber die sind oft nicht zu finden.

Ein Blick in die Runde an einem hetera-Begegnungstag ist an sich schon heilend, denn dort sitzen gegen ein Dutzend betroffene Frauen und sie sind alle verschieden. Jung und alt, schlank und rund, schick und unauffällig, intellektuell und gefühlsbetont, lustig und traurig, alle menschlichen Variationen sitzen da im Kreis, und alle einfachen Erklärungen sind auf einen Blick erledigt. Es hilft sehr, die Geschichten der anderen zu hören, denn es gibt soviel Neues zu erfahren, was bisher unerhört war, über Homosexualität und Bisexualität. Das ist wichtig. Und ebensoviel lernt die Teilnehmerin über die Variationen des Coming-out, über Reaktionen und Gefühle der Frauen in diesem Moment, über Lösungsversuche und Lebensmöglichkeiten. So kann aus dem Schock, den das Coming-out be-



wirkt, neue Lebenserfahrung wachsen, und nach der grossen Verwirrung können Schritt für Schritt mehr Klarheit und schliesslich ein gangbarer Weg gefunden werden.

hetera – Hilfe für Partnerinnen schwuler Männer

hetera ist aus der Selbsthilfe hervorgegangen. Die Gruppe arbeitet seit einem Jahr und unentgeltlich. Durch ihre Ausbildungen und berufliche Erfahrung in den Gebieten psychologische Beratung, Sozialpädagogik, Informatik und Schule bringen die Gründungsfrauen viel professionelles Wissen für diese Aufgabe mit.

Öffentlichkeitsarbeit

hetera hat eine Homepage aufgebaut (www. hetera.ch), auf der betroffene Frauen ihre Geschichten erzählen können. Alle Geschichten werden unter einem Pseudonym veröffentlicht und so weit verfremdet, dass absolute Anonymität gewährleistet ist. Sie finden dort Erste-Hilfe-Tips, eine Literatur- und Linkliste und Antworten auf oft gestellte Fragen. hetera ist eine Gruppe ausschliesslich von Frauen für Frauen. Es hat sich durch ihre Vermittlung eine Gruppe von Partnern lesbischer Frauen zusammengefunden, mit denen sie zusammenarbeiten (E-Mail: gruppe.hetero@gmx.ch). Im Aufbau begriffen ist eine Seite für betroffene Kinder. Eine «Chronik der laufenden Ereignisse» berichtet über die bisherige Arbeit. Interviews mit Medienschaffenden haben zu diversen Artikeln in Tageszeitungen und Zeitschriften geführt, und Mitglieder der Gruppe waren in der Sendung «Familienrat» auf DRS I zu hören.

Beratung für Betroffene

Ratsuchende können sich telefonisch oder per E-Mail mit hetera in Verbindung setzen. Es melden sich zurzeit etwa vier bis sechs betroffene Frauen pro Monat. Sie haben oft noch mit niemandem über ihre Ängste und Sorgen gesprochen und sind sehr erleichtert. Viermal pro Jahr organisieren und leiten professionell ausgewiesene Frauen von hetera einen Tag für Betroffene im Selbsthilfezentrum Uster. Drei solche Treffen mit insgesamt 30 Teilnehmerinnen haben schon stattgefunden, das Echo war sehr positiv. An drei

Orten: Uster, Bern und Basel haben sich Selbsthilfegruppen gebildet, die hetera z.T. begleitet. hetera will weiter ein Netz aufbauen, das die Isolation durchbricht, Vorurteile abbaut, das Tabu lockert und so viele schmerzhafte und krankmachende Situationen zu verhindern hilft.

Flyer für die Arztpraxis

Leider besteht noch sehr wenig Wissen über dieses komplexe Thema, und Literatur aus dem europäischen Raum liegt noch kaum vor. Aus diesem Grund ist hetera auf Informationen Betroffener und Helfender angewiesen. Ein kurzer Fragebogen ist vorbereitet, mit dem erforscht werden soll, wie häufig und in welchen Kontexten das Thema in der Praxis verschiedener helfender Berufe auftaucht. Für die Arztpraxis hält hetera einen Flyer bereit, der die Internetadresse und die Telefonnummer für Betroffene bekannt macht. Er wird ihnen gerne zugesandt, wenn sie ein adressiertes und möglichst auch frankiertes Couvert an die Autorin schicken.

Hetera ist zu erreichen unter www.hetera.ch bzw. info@hetera.ch oder über das Selbsthilfezentrum Uster, Tel 01 941 71 00.

Weitere Anlaufstellen

Auskunft über die Selbsthilfegruppe in Bern unter Tel. 031 370 34 34 und in Basel, Selbsthilfezentrum Hinterhuus, Tel. 061 692 81 00, in St. Gallen ist eine Selbsthilfegruppe geplant: Tel. 071 222 22 63.

Partner lesbischer Frauen: gruppe.hetero@gmx.ch

Schwule Männer finden Rat bei Pink Cross: www.pinkcross.ch, E-Mail: office@pinkcross.ch

und lesbische Frauen bei LOS: www.los.ch, E-Mail: info@los.ch

Eltern und Freunden von Lesben und Schwulen hilft FELS: www.fels-eltern.ch, E-Mail: fels@fels-eltern.ch

Literatur

- 1 Buxton AP. The Other Side of the Closet. New York: John Wiley & Sons; 1991.
- 2 Gochros JS. When Husbands Come Out of the Closet. Binghamton, NY: Haworth 1989.

