

Inhaltsverzeichnis

Vorwort: Der Schauspieler leidet	Seite 5
Was hat eigentlich Sex mit dem Job zu tun?	Seite 7
Was ist Homophobie?	Seite 7
Was sind Transgender?	Seite 9
Was sind Bisexuelle?	Seite 10
Immer noch diskriminierend	Seite 11
Ältere beneiden selbstbewusste Jüngere	Seite 11
Deutliches Stadt-Land-Gefälle	Seite 12
Kulturelle Barrieren	Seite 13
Es lebt sich befreiter	Seite 13
Danach ist man wie ausgewechselt	Seite 14
Ist Homosexualität nur eine Episode und heilbar?	Seite 15
Gibt es genetische Ursachen?	Seite 15
Ab wann ist man schwul oder lesbisch?	Seite 16
Die frühe Klarheit?	Seite 17
Nehmen Sie sich ein Beispiel!	Seite 17
Schwule Väter und lesbische Mütter	Seite 20
Coming out-Tag	Seite 21
Inneres Coming out und äußeres Coming out	Seite 22
Welche Faktoren beeinflussen das Coming out?	Seite 23
Vorbereitung fürs Coming out	Seite 23
Auch Kinder haben eine Intimsphäre!	Seite 25
Gibt es einen günstigen Zeitpunkt?	Seite 26
Strategisch vorgehen, aber wie?	Seite 27
„Ich bin schwul, und das ist auch gut so!“	Seite 28
Wie sage ich es meinen Eltern?	Seite 29
Wie sage ich es meinen Verwandten?	Seite 30
Wie sage ich es meinen Kindern?	Seite 32

Wie sage ich es meiner Frau/meinem Mann?	Seite 33
Wie sage ich es meinen Freunden?	Seite 34
Wie sage ich es meinen Arbeitskollegen?	Seite 35
Wie sage ich es meinen Vereinskameraden?	Seite 38
Welche Hilfen finde ich wo, wenn es platzt?	Seite 41
Hilfen am Arbeitsplatz	Seite 41
Hilfen in der Schule	Seite 42
Hilfen für junge Menschen	Seite 42
Hilfen in der Familie	Seite 43
Beratungsstellen und Hilfe im Internet	Seite 43
Auch Bücher und Filme helfen	Seite 44
Verpassen Sie nicht Ihren Traumpartner	Seite 45
Leben Sie für sich oder für andere?	Seite 45
Lebst Du schon oder wartest Du noch?	Seite 46
Die Typenlehre kann weiterhelfen	Seite 47
„Ich nehme nur Heteros!“	Seite 49
Grenzen des Coming out	Seite 50
Coming out für Ältere	Seite 51
Schlusswort	Seite 52