

[Mein  
Partner  
ist

positiv ]  
[Ich  
liebe  
ihn]



Deutsche AIDS-Hilfe e.V.

Dieffenbachstraße 33

10967 Berlin

Internet: <http://www.aidshilfe.de>

E-Mail: [dah@aidshilfe.de](mailto:dah@aidshilfe.de)

Text: Uli Meurer

Stefan Baune

Redaktion: Klaus-Dieter Beißwenger

Christine Höpfner

Graphik, Satz, Layout: Edmundo Galindo

Fotografie: Sandra Ullmann

Druck: Frank Seidel

alle Berlin

Dezember 1997

Spendenkonto: Berliner Sparkasse

Konto 220 220 220 (BLZ 100 500 00)

Die DAH ist als gemeinnützig und besonders  
förderungswürdig anerkannt. Spenden sind daher  
steuerabzugsfähig.



## HIV verändert unser Leben...

Die Symptome waren deutlich. Oft hatte ich gehört, daß sie auf eine HIV-Infektion hinweisen können.

Der Test brachte letzte Gewißheit. **HIV-positiv.**

Im Freundes- und Bekanntenkreis ist HIV und AIDS zwar häufig ein Thema gewesen. Doch diesmal ist es viel näher an mir dran. Es geht um meinen Partner.

[ Mein Partner ist **positiv.** ]

[ Ich **liebe** ihn. ]

Leere, Ratlosigkeit und Angst stellen sich ein. Was soll jetzt werden? Tausend Fragen schießen mir durch den Kopf: Woher hat er es? Hab' ich mich vielleicht angesteckt? Was wird aus unserer Beziehung? Haben wir noch eine gemeinsame Zukunft? Werde ich 's aushalten, wenn er leiden muß? Will ich mich jetzt noch auf ihn einlassen? Kann ich ihm geben, was er braucht? Anfangs fiel es mir schwer, diese Fragen zuzulassen. Aber mit ihm konnte ich schon gar nicht darüber reden. Ihn beschäftigten ganz andere Fragen, auf die er Antworten finden mußte. Ich war durcheinander, völlig hilflos.

Er hat sich entschlossen, nur unsere engsten Freunde einzuweihen, sonst niemanden. Ich akzeptiere das, auch wenn ich vielleicht offener damit umgehen würde. Er will zudem möglichst lange auf jede ärztliche Hilfe verzichten. Ich schlucke sogar diesen Brocken, so schwer es mir auch fällt.

All dies greift aber ebenso in mein Leben ein. Auch ich muß versuchen, mit der neuen Situation klarzukommen. Es braucht einige Zeit, bis wir uns wieder mit anderen Dingen befassen können. Trotzdem bleibt der Alltag überschattet. Vor allem ich bin es, der alle neuen Meldungen rund um HIV und AIDS gierig aufnimmt.

Seine Lebensperspektiven werden sich vielleicht ändern, und damit auch seine Pläne für die Zukunft. Beruf, Wohnung, Reisen: all das betrifft mich, den Partner, ebenso. Deshalb wollen wir gemeinsam einen Weg finden, der den Bedürfnissen und Wünschen von uns beiden am ehesten gerecht wird.

## ... und trotzdem ist noch vieles so wie früher

Wir versuchen, so oft wie möglich miteinander zu sprechen. Ich möchte zu ihm stehen und ihm Kraft geben können. Das heißt nicht, daß ich, der **"Nicht-Infizierte"**, immer der Starke sein muß. Das kann ich auch gar nicht. Wir versuchen deshalb, uns gegenseitig zu stützen, und manchmal gelingt es uns sogar. Eigentlich gehen wir heute fast genauso miteinander um wie früher.

HIV zu haben heißt nicht, hilflos und von anderen abhängig zu sein. Mein Partner entscheidet das, was ihn und sein Leben betrifft, nach wie vor selbst. Und ich versuche, ihn dabei zu unterstützen.



## Ich versuche, auch auf meine Bedürfnisse zu achten

Manchmal ertappe ich mich dabei, ihn bevormunden zu wollen. Dann setzt er sich zur Wehr, und das ist gut so. Ich will ja nicht, daß wegen **HIV** unsere gleichberechtigte Beziehung verlorengeht. Und weil er ein gleichberechtigter Partner ist, trägt er auch die gleiche Verantwortung. Ich will ihn darin nicht beschneiden, obwohl es mir manchmal doch recht schwerfällt.

**HIV** ist auch kein Grund, Probleme unter den Teppich zu kehren, um Streit zu vermeiden. **HIV** macht meinen Partner nicht zum **"Heiligen"**, verleiht ihm keinen Sonderstatus. Das muß ich mir immer wieder klarmachen.

Ich bemühe mich, auf die Ängste meines Partners einzugehen. Mittlerweile gelingt es mir auch, eigene Sorgen und Nöte anzusprechen. Ich versuche, mich soweit auf ihn zu konzentrieren, wie ich es gerade schaffe. Dabei bringe ich keine **"Opfer"**. Ich mache mir immer wieder bewußt, daß meine Fähigkeit zu geben Grenzen hat. Es nützt uns beiden nichts,

wenn ich nur auf seine Bedürfnisse achte und meine vernachlässige. Das ist leichter gesagt als befolgt, und noch schwerer ist es zu sagen, **"wo Schluß ist"**. Sofort kommt dann der Gedanke: **"Er ist schließlich HIV-positiv, nicht ich."** Wenn wir aber möchten, daß unsere Beziehung hält, müssen wir beide darauf achten, daß sich Geben und Nehmen die Waage halten.



## Ich entlaste mich, um ihn besser unterstützen zu können

Der Austausch mit unseren Freunden ist sehr wichtig für mich. Sie bauen mich auf, wenn ich schlecht drauf bin, und helfen mir, wenn ich mit meinem Partner nicht mehr weiterkomme. Bei ihnen kann ich meinen Seelenmüll ablassen. Sie hören mir zu, wenn ich mich beschwere, daß er so gleichgültig ist, was seine Gesundheit angeht, und so übervorsichtig bei Dingen, die mir unwichtig erscheinen. Entlasten könnte ich mich auch in Gruppen und Einzelberatungen, die die AIDS-Hilfe anbietet, riet mir unlängst eine gute Freundin. Wenn es nötig wird, werde ich davon Gebrauch machen. Vorher werde ich mit meinem Partner darüber reden und ihm sagen, daß ich etwas für mich tun muß, damit ich ihn möglichst gut unterstützen kann. Somit wird auch er davon profitieren.

## Wir informieren uns, um besser entscheiden zu können

Das positive Testergebnis ist nicht das Aus. Wir werden unser gewohntes Leben noch lange weiterführen können. Wenn es zu Veränderungen kommt, werden wir versuchen, uns gemeinsam darauf einzustellen. Was **HIV**, den Krankheitsverlauf und die Behandlungsmöglichkeiten angeht, halten wir uns beide auf dem Laufenden.

Denn wer gut informiert ist, kann besser entscheiden und hat weniger Angst vor dem, was möglicherweise kommt. Wenn wir Fragen haben, wenden wir uns an die

**AIDS-Hilfe**

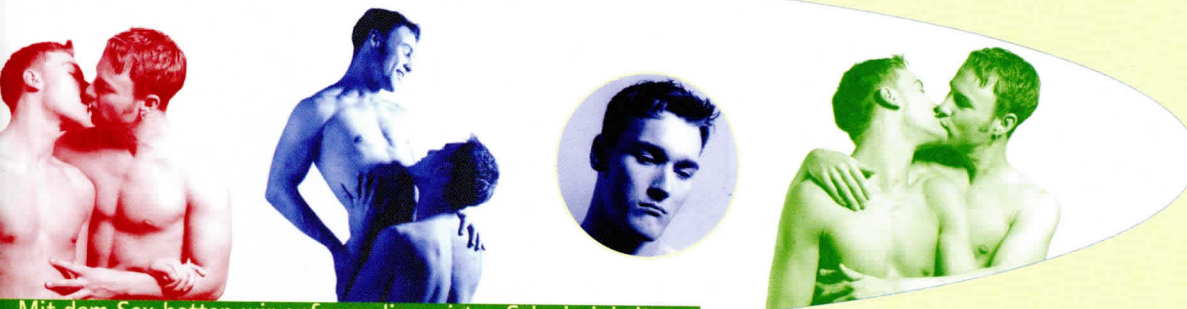
oder an eine andere

**AIDS - Beratungsstelle.**



Die neuen medizinischen Therapien, z.B. die "Kombitherapie", ermöglichen vielen HIV-Positiven ein längeres Leben ohne gesundheitliche Einschränkungen. Wir sind inzwischen beim Arzt gewesen, um eine Behandlungsstrategie zu besprechen. Vorher informierten wir uns durch Broschüren, die wir bei der AIDS-Hilfe erhalten hatten. Das half uns sehr bei der Entscheidungsfindung und gab uns größere Sicherheit beim Gespräch mit dem Arzt. Auch bei der Arztwahl hat uns die AIDS-Hilfe unterstützt.

Wir sind sicherer geworden. Es hat sich gelohnt, daß wir uns dafür soviel Zeit genommen haben. Es war auch nicht einfach, plötzlich über Sex reden zu müssen, über etwas, das vorher so selbstverständlich "lief". Aber gerade das Reden hat uns geholfen. Das Begehren und die Lust sind unverändert. Verändert hat sich nur der Umgang miteinander: Uns ist stärker bewußt geworden, daß wir füreinander Verantwortung tragen.



Ich  
glaube  
heute  
fest  
daran,  
daß  
wir  
auch  
mit  
HIV  
eine  
gemeinsame  
Zukunft  
haben.

### Mit dem Sex hatten wir anfangs die meisten Schwierigkeiten...

In den ersten Wochen nach seinem positiven Testergebnis passierte gar nichts. Mein Partner sah sich nur als Bedrohung, und auch ich hatte Angst und war sehr verunsichert. Klar, Safer Sex war für uns kein Neuland, weder theoretisch noch praktisch. Aber in unserer Beziehung hatte er bisher keinen Platz gehabt. Jetzt war zwischen uns das Virus und Latex, und mir ging nicht aus dem Kopf, daß dieser Mann, den ich so begehre, sich körperlich vielleicht verändern wird. Wie werde ich mich dann verhalten? Werde ich ihn immer noch begehren? Allmählich kamen wir uns wieder näher. Es gelang uns, unseren gemeinsamen Sex neu zu entwickeln. Heute spielt er wieder eine wichtige Rolle in unserem Leben.

