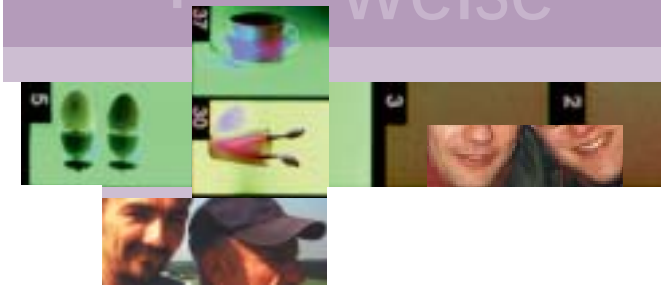
Vorweg

paarweise



Warum macht die AIDS-Hilfe jetzt eine spezielle Broschüre für schwule Paare? Was soll bei Safer Sex in festen Partnerschaften anders sein als außerhalb von Beziehungen? Und überhaupt: Unsere Beziehung ist doch der sichere Hafen. Man kennt sich, man liebt sich, man vertraut sich. Da kann doch nichts schief gehen, oder?
Schön wär's! Tatsächlich ereignet sich ein guter Teil der HIV-Infektionen bei schwulen und bisexuellen Männern in festen Partnerschaften. Grund genug also, sich mit diesem Thema zu beschäftigen.

Gute Ratschläge gibt es viele: Redet miteinander über eure sexuellen Bedürfnisse! Trefft klare Abmachungen beim Sex oder besser: vor dem Sex! Lasst euch testen, und wenn ihr beide negativ seid, dann könnt ihr das Kondom weglassen.

Aber so einfach ist das nicht. Wir wollen deshalb mit dieser Broschüre keine Ratschläge erteilen. Wir lassen stattdessen verschiedene Männer erzählen, wie sie ihre Partner kennen gelernt haben, wie sie ihre Beziehungen gestalten und welche Probleme dabei auftauchen können. Auch um ihre Wünsche geht es, darum, welche Absprachen sie treffen und wie sie mit dem HIV-Risiko umgehen.

Vielen Dank für die Offenheit und Ehrlichkeit (und für die Fotos, so könnt ihr euch nämlich auch ein Bild von ihnen machen…)!

Florian (30) und Arne (28)

Gipfeltreffen

Arne wohnt in Köln, Florian in Bonn. Die beiden haben sich vor zwei Jahren bei einer Wanderung im Siebengebirge kennen gelernt. Arne hatte da gerade eine viereinhalbjährige Beziehung hinter sich, Florian einen mehrwöchigen „Beziehungsversuch".

Arne: Ich hatte spontan beschlossen, im Siebengebirge wandern zu gehen, weil das Wetter so schön war. Und Florian hat offenbar das Gleiche beschlossen. Ich bin die eine Seite des Berges hochgewandert und er die andere, und auf dem Gipfel haben wir uns kennen gelernt, da stand er plötzlich. Irgendwie habe ich gleich gedacht, dass er schwul ist. Und dann habe ich ihn angesprochen und gefragt: „Wo geht's denn da hin, wo du herkommst?" Na, jedenfalls haben wir uns nett unterhalten. Und dann hat er mir gezeigt, wo er herkommt – direkt bis in seine Wohnung…

Florian: Ja, das war echt gut. Arne ist aber nach Hause gefahren, wir hatten beide schon was anderes vor. Und dann haben wir uns erst mal 'ne Woche lang nicht wieder gesprochen.

Arne: Wir haben auch noch nicht gepoppt am ersten Abend, weil wir eben beide schon verabredet waren. Ich weiß nicht, ob sich sonst was entwickelt hätte. Wir saßen da aber immerhin schon aufm Sofa und haben so'n bisschen Körperkontakt aufgenommen…

Florian: Ich hatte ja so ein bisschen auf die andere Verabredung gesetzt oder gehofft. Das mit Arne kam also ziemlich unverhofft (lacht).

Arne: Ein paar Wochen später durfte ich dann erfahren, dass er mit dem ins Bett gegangen ist, obwohl er mich an dem Abend kennen gelernt hat.

Die Beziehung von Arne und Florian lässt es zu, Sex mit anderen zu haben. Und sie sind übereingekommen, sowohl innerhalb als auch außerhalb der Beziehung Safer Sex zu machen. Gefühlsmäßig ist das

nicht immer leicht. Es tauchen auch manchmal Ängste auf, den Partner zu verlieren. Wenn sie sich darüber unterhalten, dreht es sich um die Fragen: Was darfst du? Was darf ich? und: Was sind meine Regeln, was sind deine?

Arne: Also es geht nicht grundsätzlich darum, mit andern Männern was zu machen, das wäre scheiße, da sind wir uns schon einig. Wobei es halt in der Anfangszeit unserer Beziehung so war, dass ich öfter mal an den Baggersee gefahren bin, oder ins Grüne. Da lief nicht unbedingt was, aber ich bin halt hingefahren und hab es potenziell in Kauf genommen. Und Florian, so hab ich das zumindest mitgekriegt, hätte sich das für sich auch gewünscht, konnte das aber nicht so wie ich umsetzen.

Florian: Das hatte aber auch was mit meinen Arbeitszeiten zu tun, manchmal musste ich um drei Uhr nachts aufstehen. Und in Bonn ist es auch was anderes als in Köln. Da kann man zwar auch cruisen, aber da knubbelt sich alles an einer ganz kleinen Stelle, und jeder kennt jeden. Ich muss mir da wirklich sagen: „Also, jetzt fahr ich nach Köln und stell mich mal da hin, oder geh in die Sauna und so." Teilweise war das auch Frust, wenn ich den ganzen Tag gearbeitet hatte, müde war und abends Arne anrief, und er sagt mir: „Och, ich war am Baggersee."

Arne: Florian meint, er kann nicht eben mal so zehn Minuten im Busch cruisen gehen wie andere. Er braucht es, dass sich was anbahnt. Aber damit hab ich dann ein bisschen Probleme. Das kann auf 'ne Affäre hinauslaufen, und ich finde das für 'ne Beziehung schwierig.

Florian: Wenn ich mit jemandem Sex habe, möchte ich schon wissen, wie der heißt, und mit dem vorher drei Sätze geredet haben oder so. Da tausche ich dann auch schon mal die Telefonnummern aus.

Arne: Wobei ich finde, dass das für eine Beziehung ja schon belastend ist. Also, Florian wird es nie erleben, dass jemand anruft, wenn er hier ist, und meint: „Och, es war doch so schön vorgestern, wollen wir uns nicht mal wiedersehen" oder so. Ich fände das belastend, das mitzukriegen, und denke auch: Warum soll man die Telefonnummer weitergeben, wenn man eh nicht vorhat, noch mal miteinander ins Bett zu gehen?

Florian: Ich hab halt 'ne andere Einstellung, ich hab meine Grenze später gesetzt. Wenn's mal so weit ist, dass jemand ankommt und sagt, „Hier, ich will noch mal", mache ich eben dann klar, dass ich das nicht vorhätte. Ich sehe da keinen Punkt, wo die Beziehung akut gefährdet ist.

Arne: Na ja, Florian hat mal auf einem Seminar jemanden kennen gelernt, wo ich von Anfang an dachte: Da ist was im Busch. Den hat er dann auch besucht. Und als wir uns wieder trafen, wurde das plötzlich ganz schwierig, weil Florian sehr zurückhaltend von ihm erzählt hat. Bei mir haben natürlich die Alarmglocken geschrillt, und ich dachte: „Was ist denn das jetzt? Wenn er jemand Nettes kennen gelernt hat, kann er das erzählen." Florian fühlte sich ziemlich in die Ecke gedrängt durch meine Fragen, und dann stellt sich raus, dass dieser Mann seine Beziehung vielleicht gerade beenden will. Ich meinte nur: „Ja, und jetzt überlegst du, ob du noch mit mir zusammenbleiben willst oder lieber mit dem anderen, oder wie?" Das musste Florian schon zugeben, und ich hab dann totale Angst gekriegt. **Dass die Beziehung so aus heiterem Himmel auf dem Prüfstand war, konnte ich überhaupt nicht nachvollziehen.**

Florian: Ich glaube, das war damals für mich so eine Art Coming-out, ein Abschied von althergebrachten eingetrichterten moralischen Vorstellungen. **Wenn mich jemand fragt, ob der, mit dem ich zusammen bin, der letzte Sexpartner für mich ist, dann ist die Antwort eindeutig: Nein!** Entweder ist dann eine monogame Beziehung beendet, oder es gibt eine Beziehung, wo das möglich ist.

Arne: Um die Beziehung nicht zu gefährden, habe ich eigene Regeln. Ich suche mir zum Beispiel beim Cruisen keine Leute, die ich total geil finde. Sondern ich hab festgestellt, dass ich's auch ähnlich befriedigend finde, wenn die Situation geil ist. Das heißt: Wenn ich auf der grünen Wiese liege, und da kommt jemand mit langen Schritten zu mir angestiefelt und dann wichsen wir ein bisschen, find ich das geil. Und 'ne andere Regel für mich ist, dass ich keine Telefonnummern austausche, und meistens küsse ich auch nicht, weil ich das zu intim finde. Komischerweise intimer, als miteinander zu wichsen. Ich mache auch nichts, was übers Wichsen hinausgeht. **Ein paar Sachen sind tabu, weil ich halt 'ne Beziehung hab.** Und Florian muss eben seine Regeln auch finden. Das können auch andere sein als die, die ich habe, und da liegt genau die Schwierigkeit: Es wäre natürlich schön, wenn wir uns wer weiß wie ausleben könnten und uns trotzdem heiß und innig liebten, ohne dass das die Beziehung irgendwie belastet. Nur, erfahrungsgemäß ist das leider anders. Und ich finde, Eifersucht ist ohnehin dabei im Spiel, das kann man nicht leugnen. Nur – das muss man nicht groß schüren, oder eben aushalten.

Arne: Also, wir poppen nur mit Kondom. Wenn ich mit anderen was mache, dann blase ich auch nicht, bei Florian aber schon. Blasen ist für mich genau dieses „safer" und nicht „safe", wo ich dann doch ein bisschen Skrupel habe bei Leuten, die ich nicht kenne.

Florian: Ich hab drei Jahre lang 'ne Freundin gehabt, mit der hab ich's unsafe gemacht, weil Safer Sex damals im reinen Hetero-Bereich noch nicht so angesagt war. Aber das war meine einzige Sexpartnerin, und seitdem das vorbei war, gehörte das Kondom für mich immer dazu. Ich hab das richtig gut integriert und kann ehrlich gesagt nicht nachvollziehen, wenn jemand sagt: „Äh, wenn das Kondom neben dem Bett liegt, isses bei mir vorbei." Sondern ganz im Gegenteil: Wenn's ans Rüberrollen geht, dann freu ich mich und denk immer: „Schön, jetzt geht's los!"

Arne: Ich hab vor Jahren 'nen Test gemacht, nach 'ner Affäre mit einem HIV-Infizierten. Wir hatten nur Safer Sex, aber trotzdem bin ich danach ein bisschen unruhig gewesen und dachte: „Kannste ja mal zum Anlass nehmen..."

Florian: Ich hab 'nen HIV-Test gemacht, als mir im Ausland mal was passiert ist. Da hat mir jemand in den Mund abgespritzt, und das war für mich natürlich ein ziemlicher Schock, und ich hab zum ersten Mal gedacht: „Jetzt war's wirklich riskant." Die Anspannung und Angst hat dann aber etwas abgenommen, und irgendwann hab ich mich dann testen lassen. Das Testergebnis war negativ, und seitdem war für mich eigentlich klar, dass ich so was nicht noch mal erleben will. Klar, manchmal passiert einfach was, vor längerer Zeit hat mir zum Beispiel mal jemand ins Auge gespritzt. **So was passiert einfach.** Aber ich kann Safer Sex machen und damit das Risiko vermindern, und damit geht's mir dann gut. Vor unserer Beziehung hab ich mal jemanden aus der Sauna mit nach Hause genommen und mit dem 'ne Nacht verbracht, und als ich ihn dann Wochen später wiedergesehen habe, hat der mir unter größten Anstrengungen – wirklich mit allem, was er aufbringen konnte – erzählt, dass er positiv ist. Da hab ich gemerkt, wie schlimm das für den war. Und er hat sich gleichzeitig ganz groß entschuldigt, dass er's nicht vorher gesagt hat, aber er hätte halt so oft die Erfahrung gemacht, dass dann nichts mehr läuft. Ich hab noch kurz abge-

checkt, ob wir was Unsafes gemacht hatten, aber die Antwort war: Nein. Also ist es in Ordnung. **Safer Sex heißt Safer Sex eben grad in dem Sinne, dass man den auch mit Positiven haben kann.**

Jörg (33) und Niels (30)

Schwules Leben in einer Kleinstadt

Jörg und Niels genießen die Überschaubarkeit und familiäre Atmosphäre der schwulen Szene in ihrer Stadt. Mit ihrem Schwulsein haben sie dort keine Probleme, aber manchmal haben sie Probleme miteinander: Sie sind ein streitbares Paar und tragen ihre Konflikte aktiv aus, auch wenn sie dabei den anderen manchmal verletzen.

Niels: Letzte Woche hätten wir das Interview gar nicht führen können, weil wir uns gezankt hatten. Der Auslöser war, dass er mit einer Bronchitis im Bett lag. Rein zufällig hab also mal ich den Briefkasten geleert und eine Telefonrechnung über mehrere hundert Mark gefunden, und auf dem Einzelverbindungsnachweis standen nur 0190er-Nummern. Da war ich sauer, weil ich das schlimmer find, wenn ich mit einem Geist betrogen werde (zeigt an die Stirn) als mit dem Körper. Wenn er jetzt heute Abend in der Kneipe jemanden kennen lernt und mit dem nach Hause geht, ist das nicht so schlimm, als wenn er vorsätzlich jeden Tag irgendwelche Kontakte sucht.

Jörg: Tja, wir sind schon beide ziemliche Typen, die sich sehr gut streiten können. Was ich für sehr gut halte, und ich sag ihm auch, wenn mir was nicht passt. Wenn man so lange zusammen ist, kann das natürlich auch gefährlich sein, weil wir beide genau wissen, womit wir den anderen verletzen können. Wir sind da auch ziemlich unterschiedlich: Niels findet es zum Beispiel wichtig, dass ich ihm alles bis ins kleinste Detail erzähle. Aber wenn er jetzt mit jemand anderem was hätte, möchte ich das gar nicht wissen, weil ich sehr eifersüchtig bin. Vom Verstand her finde ich vieles okay, aber ich weiß, dass ich's vom Gefühl her nicht okay finde, und darum sag ich mir halt: Ich will's gar nicht wissen. Und auch wenn wir ziemlich monogam sind, finden wir, dass sexuelle Treue eigentlich gar nicht so wichtig ist. **Wir sind der Meinung, wenn etwas passiert, ist es nicht so schlimm, aber man sollte es nicht darauf anlegen.**

Niels: Das kommt auf die Situation an. Also, eigentlich hab ich den Standpunkt: Wenn ich jemanden liebe, und der geht heute Abend los, trinkt einen und vögelt dann mit jemandem, dann versteh ich nicht, wie man ihm morgen sagen kann, man liebt ihn nicht mehr. Es sei denn, es passiert so was Gravierendes, dass man sagt, man hat sich in dem Menschen total getäuscht.

Jörg: Wenn ich außerhalb der Beziehung mit jemandem Sex hätte, auf einer Party oder so, da würde ich, glaube ich, sowieso nicht ficken. Was weiß ich, man knutscht mit jemandem rum und flirtet, und vielleicht passiert auch ein bisschen mehr oder so.

Niels: Bei uns gibt es keine Absprachen von wegen Safer Sex. Das ist doch ganz klar, da muss man sich nicht drüber unterhalten. Also, wir schützen uns außerhalb der Beziehung. Und wenn dann doch mal was schief geht, dann ist das Schicksal. **Ein gewisses Restrisiko gibt's schließlich immer, oder?** Mir fällt noch was zum „Restrisiko" ein: Am ersten Abend, als ich bei Jörg zu Hause war, hatte er unheimliches Zahnfleischbluten. Wir haben geknutscht, und dann hatte ich einen richtigen Riss in der Lippe, alles war voller Blut. Da haben wir gesagt: Wenn, dann ist es jetzt eh zu spät.

Jörg: Kurz bevor ich Niels kennen lernte, war ich beim Test. Ich hab mich damals ziemlich schlecht gefühlt, weil ich jemanden kennen gelernt hatte und mich in den verliebt hatte und er sich auch in mich. Aber dann hat er mir halt erzählt, dass er AIDS hat, und ich hab die Beziehung deswegen beendet. Ich hatte ein total schlechtes Gewissen und hab mir natürlich Gedanken gemacht über mein Verhalten. Aber mir war eigentlich klar, dass ich keine Beziehung mit jemandem eingehen würde, der positiv ist – okay, vielleicht noch mit 'nem Positiven, aber nicht mit jemandem, der schon krank ist. Was anderes wäre das, wenn Niels todkrank wäre; das wäre 'ne völlig andere Situation, weil ich schon mit ihm zusammen bin und die Beziehung gefestigt ist.

paar weise

Christoph (44) und Werner (53)

Beziehung ist harte Arbeit...

Christoph und Werner haben beide AIDS. Während Christoph schon lange offen schwul lebt, hat sich Werner erst sehr spät geoutet. Die beiden leben seit fast zwei Jahren in einer monogamen Beziehung.

Christoph: Unsere erste Begegnung war schon ungewöhnlich. Ich hätte nicht gedacht, dass ich mal in einem Pornokino einen Freund finden würde (lacht). Ich bin da hingegangen, um nach anderthalb Jahren endlich mal wieder Sex zu haben. Mein Freund hatte sich immer dagegen gesträubt, aber damals war mir noch nicht bewusst, dass es wohl mit uns zu Ende gehen würde.

Werner: Ich hab ihn aus den Augenwinkeln gesehen und gleich eine Anziehung gespürt und mir gewünscht, dass er zu mir rüberkommt. Das war dann ja auch so, und wir haben uns ziemlich lange unterhalten. Im Unterbewusstsein war es wohl so, dass ich wieder einen Freund suchte. Mein letzter Freund war damals schon sechs Jahre tot, an AIDS gestorben. Danach wollte ich erst mal keine feste Bindung mehr haben. Wenn sich mal was entwickelt hat und es mir zu eng wurde, hab ich abgeblockt und Schluss gemacht. Ich hätte mich offenbaren müssen, dass ich positiv bin, und das wollte ich die ganzen Jahre nicht.

Christoph: Das war schon verrückt: Als wir zum ersten Mal miteinander schlafen wollten, beziehungsweise als das anstand, habe ich mir vorgenommen: Bevor das passiert, sage ich ihm, dass ich AIDS habe, damit er sich dafür oder dagegen entscheiden kann. Das war mir sehr wichtig, aber das ist mir auch sehr schwer gefallen, weil ich Angst hatte, dass er mich dann verlässt oder sagt, er fängt mit mir gar nicht erst richtig was an. Beim ersten Treffen in meiner Wohnung hatte ich schon mal vorgefühlt: „Was würdest du machen, wenn du noch mal jemanden kennen lernst, der AIDS hat?“ Er hatte mir nämlich schon erzählt, dass sein Freund an AIDS gestorben ist.

Er hat sehr positiv reagiert damals, so dass ich dann auch den Mut hatte, ihm das zu sagen. Ich wusste ja noch nichts von ihm (lacht). Erst am nächsten Tag hat er sich dann auch getraut, es mir zu sagen, und das war für mich ’ne große Erleichterung. Nicht, weil er auch AIDS hat, sondern weil ich jetzt einen Freund hatte oder jemanden kennen gelernt hatte, der auch an dieser Krankheit leidet. Und weil für uns dann halt viele Dinge einfacher sind, denkt man zumindest: einfacher. Also ’ne göttliche Fügung, dass ich nach dem Schmerz der Trennung, die ich da endlich hinter mir hatte, plötzlich in eine neue Geschichte reingeriet, die mir vollkommen neue Perspektiven eröffnete.

Werner: Für mich war das auch ziemlich neu. Ich war’s damals überhaupt nicht gewöhnt, über mein Schwulsein in der Öffentlichkeit zu sprechen, und schon gar nicht darüber, dass ich HIV-positiv bin. Es hat mich ganz schön gequält, dass ich mit niemandem offen darüber reden konnte. Und vielleicht war’s auch das, was mich dann so unwahrscheinlich angezogen hat: dass er total offen schwul lebt.

Christoph: Für mich war ziemlich schnell klar, dass das mehr als nur eine flüchtige Bekanntschaft ist (lacht). Es wurde einfach auch sehr intim und intensiv. Ich hatte das Gefühl: Da ist jemand, mit dem ich jetzt mein Schicksal teilen kann, und das hat mich sehr glücklich gemacht. Ich habe meine Krankheit auch mittlerweile so weit integriert in mein Leben, dass ich das einfach so akzeptiere, wie's ist – und damit lebe und sehr glücklich damit bin, so wie alles ist. Im Moment bin ich auch gesund. Vor vier Jahren ging's mir aber mal ziemlich schlecht. Da habe ich sehr viele Entscheidungen getroffen und mein Leben und mich selbst verändert – wie ich finde, positiv verändert. **Ich kann heute besser unterscheiden, was mir wichtig ist und was nicht.** Zum Beispiel lege ich sehr großen Wert auf meine Freunde. Auch zu meinem Ex-Freund habe ich noch ein sehr gutes, freundschaftliches Verhältnis.

Werner: Das ist so eine Sache, wo ich sehr eifersüchtig war. Die Beziehung war ja gerade vorbei, und ich dachte: Dann isses auch vorbei. Dem war aber nicht so. Sein Ex war auch viel jünger als ich, und am Anfang war ich eben total eifersüchtig und hatte Minderwertigkeitskomplexe.

Christoph: Nun übertreib mal nicht, er ist nur neun Jahre jünger. Ich konnte das gar nicht nachvollziehen, und ich habe ihm auch gesagt: Da ist nichts und da ist auch kein Interesse. Im Gegenteil. Die letzte Beziehung war einfach problematisch gewesen, auch wegen des Altersunterschiedes. Und ich bin froh, jetzt mit Werner zusammen zu sein, der älter ist, oder von meinem Gefühl her gleichwertig. Ich kann viele Dinge mit dem Werner zusammen erleben, die vorher nicht möglich waren, und das find ich toll. Okay, wenn ich mal nach Jüngeren gucke, fällt mir vielleicht auf, dass die attraktiv sind oder so, aber deswegen will ich mit denen noch lange nicht in irgendeine Beziehung reinkommen. Meinem letzten Freund bin ich einfach immer noch sehr dankbar, weil er mich während meiner Krankheit unheimlich liebevoll unterstützt hat. Dass er mich verlassen hat und dann einen anderen hatte, das war schmerzhaft, aber es ist eben seine Entscheidung gewesen.

Werner: Mein Vertrauen ist mittlerweile auch gewachsen. Diese Eifersuchtsgefühle sind irgendwann zerplatzt wie Seifenblasen.

Christoph: Wir leben eine treue, monogame Beziehung, weil wir das beide wollen. Ich habe eben meine Vorstellung von einer Beziehung, dass die monogam ist, und ich kann das heute selber leben, was ich früher nicht konnte. Alles andere würde mich außerdem viel zu sehr belasten. Den Stress, der damit verbunden ist, könnte ich heute gar nicht mehr ertragen. **Wenn ich mit der Beziehung nicht mehr einverstanden wäre, würde ich sie erst beenden, bevor ich was Neues anfange.**

Werner: Beziehung ist auch harte Arbeit, das hätte ich mir früher nie so vorgestellt. Wenn ich bedenke, wie oft wir schon bis morgens um halb sechs in der Küche gesessen haben, um über irgendein Problem zwischen uns beiden zu reden, um herauszufinden: „Ja, warum handle ich so, warum äußere ich mich so, und was macht das mit mir, woher kommt das?“ Ich hatte vorher noch nie solche Unterhaltungen geführt. Aber ich werde gefordert, ich muss Farbe bekennen, was nicht immer leicht ist. Und ich hab Erkenntnis gewonnen, über mich, aber auch über ihn. Und wir können uns viel besser akzeptieren.

Christoph: Das ist auch etwas, was ich sehr schön finde, weil das auf beiden Seiten so ist. Und manchmal ist es halt in Beziehungen anstrengend, denk ich mir. **Ganz wichtig ist dabei für mich, dass da Liebe sein muss. Sonst könnte ich das nicht aushalten.**

Christoph und Werner erzählen, wie sie erfahren haben, dass sie HIV-positiv sind, und wie sie mit dem Testergebnis und ihrer Erkrankung umgegangen sind.

Werner: Ich hab's in meiner letzten Beziehung erfahren. Mein damaliger Freund ist plötzlich morgens umgefallen. Der Arzt hat ihm dann Blut abgenommen und ohne sein Wissen 'nen HIV-Test gemacht. Dann hat er meinen Freund zu sich bestellt und ihm gesagt, dass der Test positiv war und was er machen könne. Mich hat er dann auch zu sich bestellt zum Test, und ich hab 'ne Nacht drüber geschlafen und mich testen lassen. Als ich das positive Ergebnis bekam, ist für mich 'ne Welt zusammengebrochen, auch wenn ich mir schon was gedacht hatte. Wir hatten ja nur ungeschützten Sex gehabt, das war gar kein Thema zwischen uns, weil wir mittlerweile ja auch schon fünf Jahre zusammen waren. Und dann kam bei mir die Schuldfrage auf. Von mir konnte er's nicht haben. Also hatte er mich angesteckt. Und wieso wusste er das nicht? Es war eine völlige Unkenntnis bei mir, ich hatte mich ja gar nicht um AIDS und das alles gekümmert.

Christoph: AIDS haben eben immer die andern.

Werner: Mit der Zeit ist mir klar geworden: Du kannst ihm überhaupt keine Schuld geben, er wusste ja gar nichts davon. Es hatte mich eben getroffen. Als ich mein positives Ergebnis bekam, hab ich noch versteckt schwul gelebt. In der Firma wusste keiner was davon, das

paarweise

war 'ne schwere Situation. Die Krankheit ist bei meinem Freund schnell vorangeschritten. Ich habe ihn bis zum Schluss gepflegt und dachte, dass ich ihm schnell folgen würde. Ich habe mir höchstens noch zwei Jahre gegeben und dem entsprechend gelebt. War Kettenraucher und musste dann wegen 'ner Verschlusskrankheit operiert werden. Und vor dieser Operation dachte ich auf einmal: „Mensch, du lebst ja noch. Du lebst schon so lange mit diesen Medikamenten, und dir geht's doch einigermaßen gut. Warum willst du denn jetzt alles aufgeben? Lass die Operation machen und lebe!“ Das war der erste Schritt, und der zweite Schritt war dann Christoph.

Christoph: Ich bin seit 1992 positiv, angesteckt durch meinen Ex-Freund – sechzehn Jahre jünger als ich. Ich hätte es wissen müssen, hab es aber nicht wahrhaben wollen und bin deswegen selbst verantwortlich, so sehe ich das. Ich war einer der ersten, die von AIDS was wussten, schon ‘81 haben wir politisch dazu gearbeitet, und ich hab immer andere gewarnt. Niemand in meinem Umfeld hätte gedacht, dass ich das selber mal kriegen würde, ich selber am wenigsten (lacht). Und irgendwann war ich dann doch reif. Ich hab’s lang verdrängt, hab Medikamente genommen, bin aber immer schwächer und träger geworden. Bis 1996 bekam ich ’ne Monotherapie, und als dann die Dreierkombination auf den Markt kam, meinte mein Arzt: Das bringt bei dir nichts mehr, weil du zu lange vorbehandelt bist. Dann hatte ich plötzlich Durchfälle, über sechs Monate, und der Arzt hat nicht erkannt, dass das ’ne Cytomegalie-Virus-Infektion war. Wirklich erst im letzten Augenblick, ich wog nur noch 57 Kilo und hatte schon fast mein Augenlicht verloren, habe ich dann den Arzt gewechselt, aufgrund der Intervention meiner Eltern, meiner Freunde, meines damaligen Freundes und seiner Eltern. Der hat mich dann sofort mit einer Dreierkombination behandelt. Ich bin also dem Tod von der Schippe gesprungen. Meine Viruslast ist jetzt schon seit vier Jahren unter der Nachweisgrenze, und auch die Helferzellen liegen im Normbereich.

Bert (44) und Chris (26)*

*auf Wunsch eines Interviewten nachträglich anonymisiert

Zwischen Wunsch und Wirklichkeiten...

Bert und Chris studieren in verschiedenen Städten und führen eine offene „Telefon- und Wochenendbeziehung“. Kennen gelernt haben sie sich auf einer Fortbildungsveranstaltung.

Chris: Das war von Anfang an irgendwie so Wolke Sieben. Ich hatte ja schon ein paar Beziehungen, aber ich war noch nie so verknallt. Wir haben uns da super unterhalten und hatten halt total viele ähnliche Themen. Er hat sich für mein Studium interessiert und ich mich für sein Studium und seine politische Arbeit, und das war dann eben so, oder ist jetzt auch so, dass diese Interessen halt übereinstimmen.

Bert: Joa. Faust aufs Auge (lacht).

Chris: Trotzdem ist es sicher ein Vorteil, dass wir nicht zusammen wohnen.

Bert: Ich glaub, das ist ganz schwierig, mit mir zusammen zu wohnen.

Chris: Oft war es so, dass wir uns am Wochenende angepflaumt haben und dann beide froh waren, erst mal unsere Ruhe zu haben, und unheimlich viel telefonieren. Wir sind eine Telefon-/Wochenendbeziehung. Wenn wir uns am Wochenende sehen, dann schlafen wir ganz lange, dann frühstücken wir ganz lange...

Bert: ...und lesen die Zeitung durch. Wir streiten uns um die Teile und rauchen uns gegenseitig unsere Zigarettenschachteln leer.

Bert ist bisexuell. Es gibt zwar ein Abkommen zwischen den beiden, eine offene Beziehung zu leben – gefühlsmäßig ist das aber nicht unproblematisch.

Bert: Also, ich bezeichne mich als schwulen Mann, der sich auch in Frauen verliebt, hatte aber seit anderthalb Jahren keinen Sex mehr mit Frauen. Ich will das wieder machen, aber aktuell steht das nicht an. Also, wir haben eigentlich ein Abkommen, dass wir ’ne offene Beziehung leben, also Sex mit anderen möglich ist. Aber das ist gar

nicht so einfach. Wenn Chris mit anderen Männern Sex hat, gibt mir das schon ’nen Stich. Ich finde das durchaus in Ordnung, weil es unsere Beziehung nicht in Frage stellt. Aber: **Da gibt’s einen Widerspruch zwischen den eigenen Wünschen oder Wertvorstellungen: Ich will nicht eifersüchtig sein, bin aber irgendwie schon beunruhigt.**

Chris: Also, in unserem Urlaub haben wir uns gestritten, weil er noch ’ne Zeit weiter mit seiner Ex-Freundin schlafen wollte, mit der er zusammen wohnt. Damit hatte ich ziemliche Probleme, weil ich halt hier bin und nicht mit ihm zusammen lebe, sie aber wohl. Da fühlte ich mich schon bedroht. Und dann kam die Kritik: „Du kommst nicht damit klar, dass ich mit Frauen schlafe.“ Das haben wir dann zehn Tage lang diskutiert, und irgendwie haben wir das gebacken gekriegt. Ich weiß auch nicht, ob sich das eingeschleift hatte, oder durch gute Argumente, oder wahrscheinlich durch Vertrauen. Ich habe gesagt: „Ja gut, dann schlaf halt auch mit ihr, wenn du möchtest“, auch wenn ich’s scheiße fand. Schließlich überlege ich mir

immer zwölfmal, ob ich jetzt mit einem anderen Mann… Bei mir sind das nur One-Night-Stands, und ich hab noch nicht mal Sex im Darkroom oder so was. Eigentlich hab ich beschlossen, nichts zu machen, weil es hinterher immer Stress gibt. Aber manchmal passiert halt was aus einer Situation heraus, obwohl ich das eigentlich gar nicht geplant und gewollt habe. Und in dem Moment denke ich: „Okay, ist ja erlaubt.“ Bei Bert ist das anders, der hat halt nicht so schnell anonymen Sex. Wenn er mit jemandem schläft, ist das schon mehr. Wir hatten zwar mal gesagt: Sex nur miteinander. Aber dann meinte Bert halt plötzlich im Urlaub: „Ich will auch mit Frauen schlafen, wir müssen das jetzt auflösen, es tut mir Leid, aber jetzt machen wir wieder eine offene Beziehung.“ Und ich war stinksauer.

Bert: Also, am Anfang war klar, dass wir nur Safer Sex machen, egal ob miteinander oder mit anderen Partnern. Das war selbstverständlich, ich glaub, wir haben nur kurz drüber geredet.

Chris: Aber irgendwann standest du mit so einem Glanz in den Augen und einem rolligen Blick vor mir und sagtest: „Ich möchte es unsafe machen.“ Und seitdem machen wir das.

Bert: **Das war für mich selbst wie ein Tabubruch, Unsafe Sex zu wollen.**

Chris: Na ja, wir kannten beide unseren Serostatus, und insofern war das dann auch okay für mich. Ich fand’s ja auch netter. Und irgendwie ging’s auch ziemlich ab. Erst Sperma geschluckt, dann hab ich dich gefickt, und plötzlich lag ich irgendwie auf dem Schreibtisch, und du hast mich gefickt (lacht). Ich finde, wir haben das super im Griff. Wir machen es also in der Beziehung unsafe und außerhalb der Beziehung safer.

Chris: **Manchmal gibt’s aber Situationen, wo ich mit ’nem Mann schlafe und hinterher voll die Paranoia kriege: „Jetzt haste dir was geholt!“** Obwohl da gar nichts hätte sein können, aber manchmal denkt man eben: „Und wenn doch?“ Dann lass ich drei Monate später brav einen Test machen, aber da war nie was.

Bert: Das kenne ich auch. Ich hatte mal ’ne Toxoplasmose und hab mich testen lassen, weil ich richtige Panik hatte. Und das, obwohl

es keine Situation gab, wo ich mich hätte infizieren können. Da wundere ich mich auch über mich selbst: Eigentlich weiß ich über Übertragungswege gut Bescheid, und trotzdem ist da so ein mythisches Verständnis da.

Chris: Ich find das total legitim, ab und zu mal einen Test machen zu lassen, um da ein bisschen Ruhe zu haben und um sich auch sicher zu sein.

Chris: Bert ist der Mann, mit dem ich leben will, mit dem ich zusammen sein will und dem ich vertrauen will und der mir vertrauen soll. Das kann ich mit keinem andern haben, das werde ich nur mit ihm haben. Und Bert ist auch der Mann, mit dem ich schlafen möchte. Und wenn ich zwischendurch mal was mit einem andern Mann hab – das ist nicht oft –, dann stellt das überhaupt nichts in Frage. Das ist für mich Treue, auch 'ne Form von sexueller Treue, aber keine Ausschließlichkeit.

Bert: Das würde ich genauso sagen. **Ich würde nur anstatt von Treue lieber von Verantwortung und Vertrauen sprechen.** Also, es ist mir nicht so wichtig, wie oft was passiert, ich will wissen, welche Bedeutung die andern Personen haben. Das Vertrauen in der Kommunikation, das ist das Allerwichtigste.

Andreas (33) und Philipp (26)

„Sex und Liebe sind zwei völlig getrennte Dinge“

Philipp und Andreas hatten zu Beginn ihrer Beziehung ziemliche finanzielle Probleme. Zum Zeitpunkt des Interviews lebten sie in einer Einraumwohnung in Ostdeutschland. Mittlerweile haben beide ein Einkommen und gerade einen Mietvertrag für eine größere Wohnung unterschrieben.

Philipp: Wir haben uns in Erfurt kennen gelernt. Andreas hat damals in einem schwulen Chor in Leipzig gesungen. Und als die mal in Erfurt aufgetreten sind, da habe ich ihn zum ersten Mal gesehen und mich gleich in ihn verguckt. Ein halbes Jahr später habe ich in Weimar eine Benefiz-Disko veranstaltet und seinen Chor dazu eingeladen.

Andreas: Ich bin damals eher schlecht gelaunt und völlig gelangweilt nach Weimar gefahren. Es war Wochenende, und man hätte eigentlich ganz andere Sachen machen können, als in die Provinz zu fahren. Und da steht dann so 'ne schweinegeile Sau in der Tür und sagt: „Kommt rein“, dreht sich um und wackelt mit seinem Prachthintern vor uns her. Da musste mich dann ein Sangesbruder schon mächtig am Schlafittchen packen und zurückhalten, dass ich da keine Sachen mache, die mir vielleicht später Leid tun könnten (lacht).

Philipp: Das Ende vom Lied war, dass Andreas dann bei mir übernachtet hat. Ich war damals zwar noch mit meinem Freund zusammen, aber das war eigentlich nur noch eine Zweckgemeinschaft. Na ja, am drauf folgenden Wochenende bin ich nach Leipzig gefahren und hab Andreas besucht.

Andreas: Ich war damals 'ne ziemlich lange Zeit alleine gewesen, hatte zwar keine Probleme, regelmäßig Sex zu haben, aber mir hat eben 'ne Herzensangelegenheit gefehlt. Ich hatte auch tolle Männer, die mich sexuell und intellektuell stimulieren konnten und für meine Be-

griffe genau richtig passten. Aber die waren immer in einer Beziehung. Und nun wieder genau dieselbe Geschichte. Ich war fürchterlich verliebt, und Philipp steckte eben in 'ner Beziehung, und da war ich stinkesauer. Nun begab es sich aber... (lacht)

Philipp: Das ging eigentlich alles sehr schnell. Ich wollte an dem Wochenende rausfinden, ob wir zusammenpassen und ob du das auch so findest. Und irgendwie haben wir uns derartig ineinander verliebt, dass das für mich gar keine Frage mehr gewesen ist. Ich habe mich dann auch zwei Tage später endgültig von meinem Freund getrennt und bin in Weimar in eine eigene Wohnung gezogen. Weimar und Leipzig ist 'ne Entfernung, die sich gut bewältigen lässt, und wir haben uns dann jedes Wochenende gesehen, wobei die meisten Wochenenden manchmal auch von Donnerstag bis Dienstag dauerten (lacht).

Andreas: Das ging ein ganzes Jahr so, war eben 'ne Fernbeziehung.

Philipp: Wirtschaftlich war das ziemlich schwierig, weil wir beide in dieser Zeit fast kein Geld hatten.

Andreas: Ich hatte wegen Studium und so total meine Finanzen vernachlässigt und 'ne Zeit lang einfach in den Tag hinein gelebt. Und habe dabei überhaupt nicht realisiert, dass man sich auch kümmern muss, dass die Miete bezahlt werden muss und so weiter. Und deswegen habe ich dann auch eine Zeit lang in einer Unterkunft für Wohnungslose gewohnt. Also, ich glaube, wenn ich den Philipp nicht gehabt hätte, dann hätte durchaus die Gefahr bestanden, dass ich daran zerbrochen wäre. **Dass ich den Kopf immer wieder ausm Sumpf bekomme, hab ich eigentlich dem Philipp zu verdanken, oder der Beziehung zu verdanken.**

Philipp: Dass wir irgendwann zusammenziehen wollen, war uns eigentlich immer klar. Ich hatte mein Studium Sozialwesen und musste immer von Leipzig nach Erfurt pendeln. Das war ganz schön belastend, auch finanziell. Und dann auch noch die Pendelei zwischen Leipzig und Weimar: Ich war ständig unterwegs, hatte aber nur 'ne Basis-Finanzierung für das Studium. Ich habe dann beschlossen, nach Leipzig zu ziehen, und wollte finanziell unabhängig werden, weil ich keine Lust mehr hatte, irgendjemandem Rechenschaft ablegen zu müssen, was ich mit meiner Zeit und mit meinem Leben und mit meinem Geld anstelle. Und da bot sich die Möglichkeit, in einem lesbischwulen Verein in Leipzig zu arbeiten und von da aus mein Studium als Fernstudium fortzuführen. Wir sind dann zusammen in eine Einraumwohnung in Leipzig gezogen, was sich als weitere Bewährungsprobe rausstellte. Diesmal nicht wegen der Entfernung, sondern wegen der Nähe (lacht).

Andreas: Ist es nach wie vor. Und jetzt ist halt der Zustand eingetreten, dass wir gesagt haben: Stopp. Und da hab ich im September die Wohnung gekündigt, und letzte Woche haben wir Mietverträge für 'ne Dreiraumwohnung unterschrieben.

Philipp: Wobei man dazusagen muss, dass sich unsere soziale Lage auf einen Schlag gebessert hat, weil wir beide einen Job bekommen haben. Ich konnte übergangslos weiter arbeiten, und Andreas hat halt auch in der Firma angefangen, so dass wir jetzt also beide ein

geregeltes Einkommen haben und uns die Wohnung dann hoffentlich auch leisten können. Wir freuen uns jetzt schon sehr drauf. Unsere Beziehung besteht jetzt schon zwei Jahre, und das ist, als ob sie noch mal von vorne begänne.

Andreas: Es war von Anfang an Liebe, die musste gelebt werden, und daraus ist dann eben 'ne Beziehung geworden. Meine vorherige Beziehung war nicht so sehr von Offenheit und Miteinander geprägt, sondern später eher von einem Gegeneinander. Wir haben uns fürchterlich oft gestritten, meistens in Gegenwart anderer Leute. Diese Beziehung war von Anfang an auf Monogamie angelegt, Seitensprünge wurden quasi nicht toleriert. Und wenn ich mal was hatte, dann habe ich natürlich nichts gesagt. Wenn doch was rausgekommen ist, hatte ich immer nervende Tage, um das einigermaßen wieder in die Gänge zu kriegen. **Und wenn man lügen muss, nur damit die Beziehung hält, dann ist das eigentlich schon ein Maß, dann irgendwann mal Schluss zu machen.**

Philipp: Also, anlügen oder uns irgendetwas vorenthalten, das brauchen wir in unserer Beziehung einfach nicht, und das ist mir auch ziemlich wichtig. Und wir haben dann auch gleich geklärt, dass wir – zumindest in sexueller Hinsicht – 'ne offene Beziehung führen.

Andreas: Ich glaube, das war überhaupt das Grandioseste, was wir beschlossen haben.

Philipp: Wir kannten uns eben beide gut genug, um zu wissen, dass das anders gar nicht geht. Für mich sind Sex und Liebe zwei völlig getrennte Dinge, die aber letztendlich doch nicht so voneinander getrennt sind (lacht). Ich kann mit Bekannten oder auch anonym geilen Sex haben, aber das hat nur was mit körperlichem Spaß und nichts mit Liebe zu tun. Während – wenn wir miteinander Sex haben, dann kommt da noch 'ne andere Qualität dazu, weil da Liebe dabei ist, insofern hat das schon was miteinander zu tun.

Andreas: Und ich glaub, auch der Philipp, wir sind eher so der Meinung, dass Sex 'ne ziemlich wichtige Angelegenheit ist. Es ist ja auch ganz einfach so, dass man mit jedem neue Erfahrungen sammelt, neue Sachen lernt, mit neuen Dingen konfrontiert wird. Und das bereichert unsere Beziehung. Und ich muss auch noch mal sagen, dass der Sex zwischen mir und Philipp 'ne gänzlich andere und auch viel grandiosere Sache ist als das, was ich mit andern Leuten mache.

Philipp: Also, wir gehen beide davon aus, dass wir negativ sind, wissen das aber nicht genau. Es gab bisher keine Anzeichen, dass das anders sein könnte. Und wir nehmen uns eigentlich, seit wir uns kennen gelernt haben, vor, einen Test zu machen, um das definitiv festzustellen, und werden das demnächst auch tun. Solange wir das noch nicht gemacht haben, haben wir sowohl untereinander als auch mit andern Leuten nur Safer Sex. Wenn wir tatsächlich beide negativ getestet werden sollten, dann wollen wir aber innerhalb unserer Beziehung auf Safer Sex verzichten. Allerdings ist das nur möglich aufgrund eben dieser Offenheit, die unsere Beziehung hat. Dadurch, dass wir sowieso ganz offen darüber reden, wann, was, wie, wo, mit wem Spaß gemacht hat, was nicht Spaß gemacht hat und so. Wenn also einem von uns irgendein Versehen oder ein Unglück oder weiß ich was passieren würde, dann wäre das überhaupt kein Problem, zu sagen, wir verzichten jetzt mal zwölf Wochen auf den unsafen Sex und warten ein neues Testergebnis ab. **Und das Vertrauen haben wir zueinander, dass außerhalb der Beziehung wirklich nur Safer Sex betrieben wird.**

paarweise

„Ausgehandelte Sicherheit“ – Was ist das eigentlich?

Was Philipp hier anspricht, könnte man „ausgehandelte Sicherheit“ nennen: Partner, die das Risiko einer HIV-Infektion vermindern wollen, treffen Verabredungen darüber, wie sie sich sowohl miteinander als auch mit anderen (sofern ihre Beziehung „offen“ ist) sexuell verhalten.

Wenn sie zwei HIV-Tests im Abstand von drei Monaten machen und die Ergebnisse negativ sind, dann können sie innerhalb der Beziehung auf das Kondom verzichten („Bilanztest“, „Verlobungstest“). In den drei Monaten darf natürlich nichts Unsafes passieren.

Dann müssen sie

- übereinkommen, außerhalb der Partnerschaft nur Safer Sex zu machen, z.B. nur mit Kondom zu ficken
- ihren Partner darüber informieren, falls das aus irgendeinem Grund nicht geschehen ist oder falls was passiert ist (z.B. Kondom reißt oder rutscht ab). Dann heißt es wieder, die Test-Prozedur ablaufen zu lassen. Bis zum Ergebnis ist natürlich auch in der Beziehung wieder das Kondom angesagt.

Zu solchen gemeinsamen Absprachen zu kommen und sie dann auch einzuhalten, ist oft nicht einfach. Wenn nämlich das Konzept funktionieren soll, dann sollte man

- über genaue Safer-Sex-Informationen verfügen
- den eigenen HIV-Status und den des Partners kennen
- sich absolut an die gemeinsamen Regeln halten
- ehrlich sein und die Verantwortung für sich selbst und den Partner ernst nehmen.

Für gemeinsame Absprachen nimmt man sich am besten genügend Zeit, um mit dem Partner über die eigenen und seine Wünsche, Schwierigkeiten und Bedenken zu reden. Das kann nur gelingen, wenn ihr keine Angst haben müsst, euch zu verlieren, wenn die Einhaltung der Absprache mal nicht geklappt hat.

Jürgen (41) und Jean-Luc (54)

Gegensätze ziehen sich an...

Jean-Luc und Jürgen haben sich vor zehn Jahren bei einem bundesweiten Treffen von Mitarbeitern der Rosa-Hilfe-Telefone kennen gelernt. Jean-Luc ist HIV-positiv, Jürgen HIV-negativ.

Jean-Luc: Nachdem wir uns kennen gelernt hatten, kam irgendwann die Frage auf: **„Sage ich's ihm oder nicht?“** Ja, und da ich gut bei mir war, hab ich gesagt: „Ja, also, hm – Okay, ich bin positiv.“ Er hat mich in die Arme genommen und gesagt: „Lass mir ein bisschen Zeit, das zu verdauen.“ Damit hatte ich nicht gerechnet, also, es war schon sehr rührend.

Jürgen: Im ersten Moment war ich schon bestürzt, habe dann aber auch gesagt: „Na ja, was soll's?“ Das hat im Grunde genommen der Stimmung an dem Abend keinen Abbruch getan. Durch meine Arbeit beim Rosa-Hilfe-Telefon hatte ich mich schon mit dieser Thematik auseinander gesetzt. Ich hatte sehr wohl Angst davor, dachte aber auch: „Moment, das ist doch Blödsinn.“

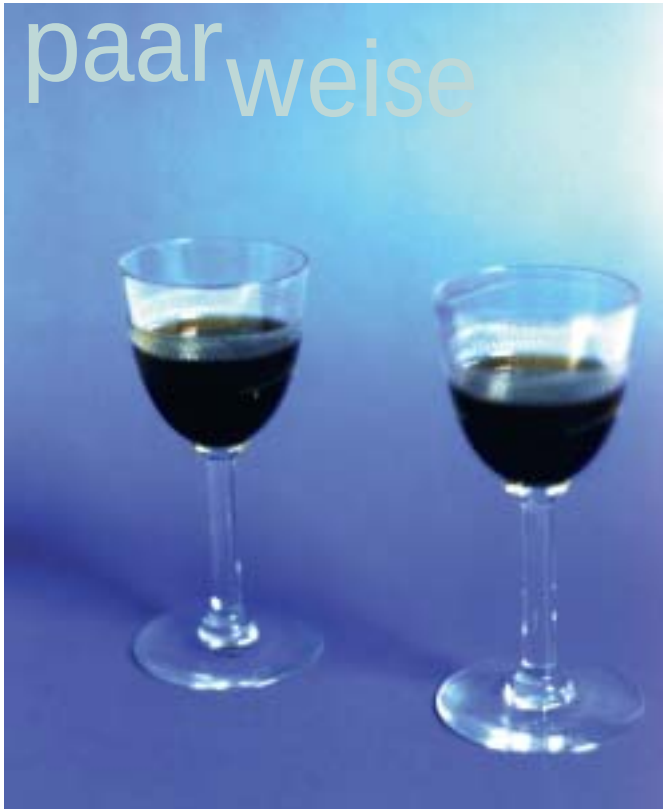
Jean-Luc: Als du mich kennen gelernt hast, sind die Ängste ein bisschen näher gekommen.

Jürgen: Ja, sogar sehr nahe. Es war auch nicht so die Liebe auf den ersten Blick – nach dem Motto: „Und jetzt heiraten wir.“ Eher im Gegenteil, weil wir merkten, wir passen so gar nicht zusammen (lacht). Du bist ja der erste Freund, der älter ist, und vom Äußeren entsprichst du so gar nicht meinem Bild von einem Traummann.

Jean-Luc: Och!? (lacht)

Jürgen: Weißt du, wenn man auf große Schwarzhaarige steht und man trifft einen etwa einen Kopf kleineren Weißhaarigen... (lacht). Und er arbeitete damals in der Entwicklungshilfe, ich bankmäßig. Auch unsere Interessengebiete und unsere sozialen Interessen waren diametral entgegengesetzt. Jean-Luc ist Vegetarier, bei mir hieß die

Devise: „Fleisch ist das beste Gemüse.“ Aber es gab auch 'ne ganze Menge, was uns aneinander interessierte. Das war damals zwei Jahre nach meinem Coming-out, und ich hatte etliche kurze Beziehungen hinter mir, die immer schnell auch wieder in die Brüche gegangen waren, mal von der anderen Seite, mal von mir aus.



Jürgen: Dass wir ein Paar waren, wurde das erste Mal klar, denke ich, als Jean-Luc anfing, eifersüchtig zu werden. Da haben wir gemerkt, dass das nicht mehr unverbindlich war.

Jean-Luc: Ja, das ist richtig. Bei mir war das eine andere Situation als bei Jürgen. Ich habe mein Coming-out ziemlich spät gehabt und hatte erst mit 34 Jahren eine erste etwas längere Beziehung. Fünf Jahre ging die, mit Ralf. Nach drei Jahren Beziehung habe ich erfahren, dass ich positiv bin. Und ich dachte sofort, ich hätte ihn auch infiziert, aber Gott sei Dank ist das nicht passiert. Als ich dann nach neun Monaten ohne Beziehung Jürgen kennen gelernt habe, war mir schnell klar: Ja, das ist ein Mann, mit dem ich mir vorstellen kann zu leben. Und dann habe ich meine Gefühle nicht runtergespielt, sondern habe gesagt: **Ich kann nicht damit leben, einen Mann zu haben, der in meiner Anwesenheit mit andern flirtet – Gefühle lassen sich nicht diskutieren.**

Jürgen: Ja, das hat dann auch nicht lange gedauert, bis ich eifersüchtig wurde und auf einmal auch Verlustängste hatte. Da kam nämlich der Ex-Freund von Jean-Luc aus Amerika zurück und rief an, und Jean-Luc meinte nur noch: Ja, Ralf kommt wieder, große Freude, und ich hab jetzt keine Zeit und tschüss – so ungefähr (lacht). Und ich saß da und dachte: „Jetzt bist du abgeschrieben." Und da merkte ich, dass er mir auch sehr wichtig geworden war.

Jean-Luc: Also, ich war auch nicht mehr verliebt in meinen Ex-Freund, ich habe mich halt gefreut, weil er zurückgekommen ist aus Amerika, und wenn du fünf Jahre mit einem Menschen gelebt hast, dann ist das kein Fremder mehr. Und ich habe ihn als Freund, nicht als Liebhaber empfangen. Ich hatte ja die Beziehung mit Jürgen und habe da gar keinen Zweifel gehabt, dass Jürgen der richtige Partner für mich ist.

Jürgen: Als ich Jean-Luc kennen lernte und er mir gleich sagte, dass er positiv ist, da hatte ich eigentlich keine Angst, mich anzustecken, aber große Angst davor, dass er sterben würde, dass ich ihn verlieren würde. Ich hab damals mit einem guten Freund telefoniert, und der meinte: „Weißt du was: Mach schön Safer Sex mit ihm, alles andere wird sich regeln." Und das hat damals die Tragik rausgenommen: Lebe einfach in den Tag rein und gucke mal, aber pass auf dich auf, dass du dich nicht ansteckst. In der Anfangsphase unserer Beziehung spielte das Thema Ansteckung also eigentlich keine Rolle. Irgendwann kam dann aber doch die Befürchtung: Hat das alles hingehauen? Ist das richtig? Auf der einen Seite war mir klar, dass ich mich bei ihm nicht angesteckt haben konnte. Wir haben Safer Sex gemacht, und da war keine Situation, wo irgendwas hätte schief laufen können. Aber auf der andern Seite: Kann man dem wirklich trauen? Ich hab damals überlegt, ob ich mich testen lasse, hab dann aber gedacht: Wenn ich jetzt positiv wär, könnte ich auch nichts mehr ändern. Entweder ich schaffe es, Vertrauen in Safer Sex aufzubauen, oder ich mach mich verrückt und laufe alle drei Monate zum Test. Ich hab mich dann erst im letzten Jahr testen lassen – negativ –, da waren wir fast zehn Jahre zusammen. Ich hatte immer wieder gesagt: Jetzt möchte ich es aber doch einmal wissen. Und mittlerweile sind einfach die Therapiemethoden ganz andere, da wollte ich schon wissen, welchen Immunstatus ich habe, damit ich im Fall des Falles was machen kann. **Also, von daher macht es heutzutage schon Sinn, sich testen zu lassen, denke ich – wenn ein Grund vorliegt.**

Jean-Luc: Wir machen sehr konsequent Safer Sex. Analverkehr selten, und wenn, dann mit zwei Kondomen. Und sogar Blasen mit Kondom. Wir haben in dem Film „AIDS ist nicht gleich Tod" mitgemacht, und da hab ich im Interview gesagt: Safer Sex gibt mir einfach dieses Sicherheitsgefühl. Und kein Safer Sex wäre wie nackt durch die Fußgängerzone laufen. Natürlich ist das auch belastend, und ich merke, dass es mir schwerer fällt als am Anfang, dass ich jetzt mehr darunter leide und das als etwas Trennendes, als was Lästiges empfinde. Aber ich trage ja auch nicht das Risiko, sondern mein Freund – ich hab's.

Jürgen: Am Anfang haben wir gesagt, wir sind uns treu. Aber auf der andern Seite kamen dann schon immer wieder diese – ja, wie soll man sagen? – Verführungen, Angebote. Und da merkte ich, dass ich das für mich nicht unter einen Hut kriegte, so nach dem Motto: **Auf der einen Seite treu, und auf der andern Seite doch die Lust, auch ein Abenteuer zu haben.** Wir mussten also eine Möglichkeit finden, das auch mal auszuleben, oder wir müssten uns trennen. Das hat viele Tränen gekostet – auf beiden Seiten. Aber wir haben dann unseren ganz persönlichen Weg gefunden, wie wir damit umgehen. Und ich denke, eins ist dabei ganz wichtig, dass wir nie dazu übergegangen sind, den anderen zu belügen.

Jean-Luc: **Man muss schon wissen, woran man ist. Ich brauche Sicherheit, mein Partner auch.** Wir wollen alle eine gewisse Art von Sicherheit und Vertrauen. Wenn ich nicht weiß, woran ich bin, dann ist das für mich unerträglich. Wir haben immer wieder darüber gesprochen. Das hat sich auch entwickelt mit der Zeit, wie und in welchem Ausmaß wir Kontakt mit anderen Männern haben. Ich glaube nämlich, wenn es plötzlich mehr Sex mit anderen Männern als mit deinem Partner gibt, dann stimmt etwas nicht mehr. Zumindest wäre das eine Situation, wo wieder eine neue Vereinbarung oder Klärung notwendig wäre. Es ist und bleibt ein Thema mit Spannung. Ich glaube nicht, dass man das ein für allemal regeln kann.

Jürgen: Zwangsläufig gibt es immer wieder Situationen, wo man in den Bereich oder in die Bedürfnisse oder in die Ängste des anderen eindringt, und das ist dann immer wieder auch ein Konfliktthema. Das gehört irgendwie dazu. Und sagen wir mal so: Das macht's ja auch irgendwo spannend, dass es nicht immer das Gleiche ist. Denn gerade in diesen Konflikten, wenn man wirklich die Decke hochgeht, gerade dann merkt man, dass man in diesen Situationen wächst, und auch die Beziehung wächst.

Jean-Luc: Ich glaub, solange das Vertrauen die Basis der Beziehung ist, können wir viele Schwierigkeiten überwinden. Aber wenn dieses Grundvertrauen verschwindet, würde ich an mir zweifeln und an der Beziehung. Wir gucken, wohin wir gehen können und wo die Grenze ist. Es gibt nämlich auch Grenzen für uns. Und ich glaub, die sind anders als bei anderen Paaren. **Jedes Paar hat seine Grenze, du musst erst einmal austesten, wo die jetzt ist.** Und eine neue Krise kann die Grenze noch mal anders stecken.

paar weise

Jean-Luc: Ich habe mehr als zwei Jahre Crixivan genommen, und das hat unseren Alltag ziemlich belastet: Dreimal am Tag einnehmen, zwei Stunden vorher nichts essen, eine Stunde nachher nichts essen… Das verlangt eine sehr – ja, zwanghafte Lebensführung. Vor fünf Monaten habe ich dann meine Medikamente gewechselt, so dass diese Regelmäßigkeit der Nahrungsaufnahme nicht mehr so eine Rolle spielt. Ich meine, wenn es die einzige Möglichkeit zum Überleben gewesen wäre, hätte ich das noch weitergemacht, bis ich an was anderem sterbe (lacht). Na ja, dann diese Tests alle drei, vier Monate. Und das Warten auf die Anrufe: Wie sind die Werte? Die sind zwar wieder gut, seitdem ich diese Medikamente nehme, aber da ist immer diese Spannung. Und die Nebenwirkungen. Die sind auch nicht unbedingt angenehm, auch für Jürgen nicht. Seit ich die neuen Medikamente nehme, schwitze ich wie ein Ochse, und dann muss ich mich mitten in der Nacht umziehen, es riecht... (lacht). Ja, das ist der Preis, das ist nicht gratis. Aber dass es eine große Belastung für unsere Beziehung ist, das glaub ich nicht.

Jürgen: Wir haben uns auch von Anfang an mit der ganzen Sache auseinander gesetzt.

Jean-Luc: Ja, das machen wir. Wir versuchen, mindestens einmal im Jahr zu Seminaren zu gehen, mit anderen Paaren zu reden und zu gucken, wie die das regeln. Und manchmal entdecken wir neue Spannungsfelder, die uns vielleicht nicht so bewusst waren.

Jürgen: Ich denke auch, eins ist ganz wichtig: Dass du durch deine Mitarbeit in der AIDS-Hilfe ein positives Verhältnis zu deinem Positiv-Sein bekommen konntest, und vor allem: offen damit umgehen konntest. Und – da kann ich glaube ich für uns beide sprechen: **Wir haben deine Krankheit sozusagen in unsere Beziehung integriert, sie ist ein Teil davon geworden.**

Jean-Luc: Also, wenn Jürgen das so erzählt, versteht man vielleicht auch besser, warum ich so offen mit meiner Krankheit umgehen kann, auch in der Öffentlichkeit. Das ist eine Lebenshilfe, und viele haben verstanden, wie das helfen kann, wenn man dazu steht und sich nicht versteckt. Aber natürlich hilft dabei eine Beziehung, wo der Partner das mitträgt. Und das ist auch Zement für unsere Beziehung. Für mich ist AIDS eine Krise, die wir beide überwinden – nicht überwunden haben, weil immer noch mal Ängste hochkommen oder sich eine neue Situation einstellt. Das ist nicht zu ändern.

Jürgen: Vielleicht kann das jemand, der nicht davon betroffen ist, gar nicht so verstehen. Aber ich denke, es ist ein Teil unserer Persönlichkeit geworden, wir haben das integriert, und das ist so was Ähnliches wie ein zweites Coming-out. Das ging mir doch vor meinem Coming-out als Schwuler genauso, dass ich gedacht habe: „Du hast nur dieses eine Leben, warum muss ausgerechnet dir das passieren? Hätte das nicht jemand anderen treffen können?“ Und heute denk ich: „Mensch, das ist zwar nicht mein Hauptgewinn, aber das ist meine Eigenart, das bin ich.“ Und ich kann heute auf mein Schwulsein stolz sein, froh sein darüber, über den Weg, den ich damit gegangen bin. Das zweite Coming-out ist, mit AIDS offen umzugehen, und durch diese Offenheit ist das dann keine Bedrohung mehr, niemand kann mich mehr erpressen.

Jean-Luc: Die Frage ist doch immer noch aktuell: Wie viele Leute haben mit HIV oder mit ihrem Schwulsein totale Angst. Da kenn ich mich durch meine Beratungstätigkeit gut aus. Heutzutage, wo öffentlich diskutiert wird, ob Schwule heiraten dürfen oder nicht (lacht), da haben immer noch viele eine wahnsinnige Angst: „Was würde der Nachbar denken, wenn ich sage, ich bin schwul?“ **Meine Erfahrung ist, dass Offenheit eine Hilfe ist.**

Jürgen: Ich wüsste niemanden – und man kriegt ja mit, was so geredet wird –, der sagt: „Da gehen wir nicht mehr hin, die laden wir nicht mehr ein, weil Jean-Luc positiv ist“ oder so etwas. Und wenn man so in die Welt schaut, die glücklichen Familien wie in der Werbung und es ist alles toll: Irgendwo hat doch jeder seine Leiche im Keller und versucht, das so weit wie möglich versteckt zu halten. Habe ich ja früher genauso gemacht. Aber dann habe ich gemerkt, wie gut das ist, diese Leiche sozusagen richtig zu begraben, seine Gefühle zu zeigen, authentisch zu sein – wie viel einfacher das danach ist. Dass man dann viel mehr Energie für die wirklich wichtigen Fragen des Lebens hat. Deshalb machen wir auch dieses Interview, um anderen zu zeigen: Es geht auch anders. Um ’nen Kontrapunkt zu setzen zu all den Leuten, die nur schön und glücklich sind.

Schwule Paare in der Forschung

Wie sehen eigentlich schwule Beziehungen bei uns in Deutschland heute aus, in Zeiten von HIV/AIDS und Safer Sex?
*Der Sozialforscher Michael Bochow ist zu folgenden Ergebnissen gekommen:**

paarweise

* *Schwule Männer, AIDS und Safer Sex. Neue Entwicklungen. AIDS-FORUM DAH, herausgegeben von der Deutschen AIDS-Hilfe e.V., Band 40, Berlin 2001. Die Studie könnt ihr kostenlos bei der DAH bekommen.*

- Ca. 70% der Befragten wollen eine feste Zweierbeziehung, sei es in einer gemeinsamen Wohnung oder ohne gemeinsame Wohnung, aber nur ungefähr die Hälfte lebt tatsächlich in einer festen Beziehung mit einem Mann.
- 50 % dieser Beziehungen bezeichnen sich als „offen“, die andere Hälfte bezeichnet sich als „monogam“ – wobei sich monogame Beziehungen häufig zu offenen entwickeln.
- Viele der befragten „Monogamen“ sind nicht so monogam, wie sie angeben: Sie bezeichnen sich zwar als treu, haben aber trotzdem mehr als einen Sexualpartner im Jahr.
- Die Möglichkeit, Sexualkontakte außerhalb der Zweierbeziehung zu haben, wird von den Befragten eher als Chance und weniger als Bedrohung der Beziehung verstanden.
- Ein Großteil der Risikokontakte (z.B. ungeschützter Analverkehr) erfolgt in festen Beziehungen (das ist allerdings nicht der Fall bei Männern, die wissen, dass sie infiziert sind): 12,7 % aller Befragten geben ungeschützte anal-genitale Kontakte mit dem festen Freund an, von dem sie nicht definitiv wissen, ob er HIV-positiv oder HIV-negativ ist. 5,9 % aller Befragten haben solche Risikokontakte jeden Monat oder häufiger.
- 36 % der Befragten, die in einer festen Beziehung leben, geben an, keine Information über den HIV-Status des Partners zu haben – keine optimale Grundlage für eine Infektionsvermeidung.
- 13 % der schon einmal negativ gestesteten Männer in Paarbeziehungen zweifeln, ob dieses Testergebnis noch gültig ist.
- Mit dem festen Freund haben 62% der negativ und 64% der positiv getesteten Männer über ihr Testergebnis geredet. Je offener die Männer in ihrem Umfeld mit ihrer Sexualität umgehen können, desto eher ist auch eine Thematisierung des Testergebnisses möglich.

Simon (16)

Zwischen Beziehungen: Hat alles Vor- und Nachteile

Simon wohnt in der Nähe von Hannover. Er ist noch Schüler, hatte vor einem Jahr sein Coming-out und hat erste Erfahrungen gesammelt. Zur Zeit ist er (wieder) Single.

Simon: Mein Coming-out und meine erste Beziehung liegen noch gar nicht so lange zurück. Ich hatte es meinen besten Freundinnen auf einer Abschlussfahrt letztes Jahr im September gesagt. Die kamen damit auch ganz gut klar. Na gut, dann hab ich es halt immer mehr Leuten erzählt, denen ich vertrauen konnte. Aber mein richtiges Coming-out hatte ich, als ich es meinen Eltern erzählt habe, einen Tag, nachdem ich meinen ersten Freund kennen gelernt hatte. Es war aber auch vorher schon mal was passiert. Das war so 'ne Geschichte, dass ich jemanden kennen gelernt hatte kurz vor Silvester. Na ja, war ganz interessant; war schon 30, auch schwul. Mit dem hatte ich dann mehr oder weniger was, und das ging alles so'n bisschen drunter und drüber, weil ich auch nicht nach Hause gekommen bin und so. Irgendwann hab ich dann zu meinen Eltern gesagt „Wir müssen uns mal unterhalten." Das hat dann fast fünf Stunden gedauert. Und irgendwann hat mich mein Vater ganz direkt gefragt, ob ich schwul wäre. „Joa." Meine Mutter hat sich's gar nicht vorstellen können. Mein Vater hat erst überlegt und meinte dann, es wäre genau so, als ob ich 'ne Freundin hätte. Es wäre ihm zwar nicht egal, aber er findet's okay. Und meine Mutter hat sich mittlerweile auch damit abgefunden. Also, wir haben da so 'ne Beratung in der Schule – hab ich sie einfach mal mitgenommen, hatte sie halt jemanden zum Sprechen. Und kurze Zeit danach hat sie's auch ihrer besten Freundin erzählt, und ich glaub, mittlerweile kommt sie eigentlich ganz gut damit klar…

Ein paar Tage später habe ich gleich meinen ersten Freund mitgebracht, der hat auch gleich die Nacht bei mir gepennt. Er war 26, bzw. ist es halt immer noch (lacht). Das heißt: zehn Jahre älter, und,

na, ja, das war schon ein bisschen komisch. Er ist irgendwie auf mich eingegangen, er hat mich nicht ausgenutzt, wie einige das dann gleich denken. Während unserer Beziehung ist mir dann auch noch auf irgendeiner Party ein Missgeschick passiert. Denn: **Obwohl ich eigentlich derjenige war, der immer so voll sagt „Ja, Treue", habe ich halt bei einem anderen Typen übernachtet.** Da ist aber nicht viel vorgefallen, und ich habe es meinem Freund auch gleich am nächsten Tag erzählt. Ich fand, das war ich ihm schuldig, weil er das nicht wert ist, dass ich ihn irgendwie verarsche oder so. Er fand das natürlich nicht toll, aber er hat gesagt, das hätte ihm auch passieren können und das würde jetzt auch nichts ändern…

Treue ist für mich, dass man irgendwie auch zusammenhält und es gleich dem Partner sagt, wenn halt was anderes passiert – auch wenn man weiß, dass das Stress geben könnte. Na ja, mit meinem ersten Freund war ich jedenfalls viereinhalb Monate zusammen. Die Zeit war eigentlich ganz gut. Vor allen Dingen, erfahrungsmäßig kann ich nur sagen, dass es mir extrem viel gebracht hat…

Groß gesprochen über Safer Sex haben wir nicht. **Für mich ist es eigentlich Voraussetzung, dass man da nicht nur darüber Bescheid weiß, sondern halt auch Kondome benutzt.** Und von daher rede ich eigentlich immer gar nicht viel drüber – ich würde dann jemanden natürlich drauf hinweisen. Ich sehe das halt so, vor allem, wenn man sich noch nicht lange kennt, sollte man da auf jeden Fall drauf achten. Also, es gibt ja diese so genannten offenen Beziehungen, dass man halt... – Gut: Knutschen mit andern Leuten geht noch, aber was drüber hinaus geht, da hätte ich ein Problem mit, glaub ich. Es ist so'n bisschen schwierig, das kann man auch nicht immer so genau sagen. Ich hatte ja selber diesen Ausrutscher und war mir da ja auch irgendwie untreu in meiner Meinung. Normal denke ich aber, dass mehr als Küssen mit einem anderen Typen nicht sein soll…

Testen muss man sich ja nicht, wenn man Safer Sex lebt, aber das weiß man doch eigentlich nie, oder? Ich meine, ich kann mich ja auch irgendwie anders angesteckt haben. Weiß ich das? **Restrisiko? Ich meine, das ist wahrscheinlich eher unwahrscheinlich.** Auf jeden Fall würde ich sagen, bevor man irgendwie nicht mehr safer in der Beziehung ist, dass man schon 'nen Test machen sollte...

Ich möchte schon gerne wieder einen Freund haben, aber ich bin jetzt nicht auf der Suche oder so. Also ich mach eigentlich nicht unbedingt was für 'ne Nacht oder so – eigentlich! Ich habe natürlich auch so 'ne Vorstellung von einem Traummann. Aber meistens ist das dann gar nicht so (lacht). Natürlich hat es auch Vorteile jetzt, dass ich halt jederzeit mit meinen Kumpeln was unternehmen kann. Oder dass ich auf irgendeiner Party ganz ohne Gedanken irgendwem nachgucken kann (lacht). Das ist halt so der Vorteil, wenn man Single ist. Aber sonst halt auch ein großer Nachteil – wenn man meinetwegen in der Woche alleine ist und gerne mal einen romantischen Film sehen will, na ja, alleine ist das nicht wirklich toll (lacht).

paar weise

Rainer (29) und Kai (33)

Wir sind eben doch zwei treue Schluffen...

Kai und Rainer kennen sich schon sehr lange, und aus Freundschaft wurde irgendwann Liebe. Während Rainer ungetestet ist, hat Kai sich testen lassen. Für beide ist es wichtig, in der Beziehung ihre Unabhängigkeit zu behalten.

Rainer: Irgendwann war mir plötzlich sonnenklar, dass ich total verliebt bin in Kai. Ich hatte alle Symptome: vermehrten Speichelfluss, die klassischen Anfälle. Umarmen und Küsschen waren auch damals schon normal bei uns, aber ich hab dann mehr probiert und fing zum Beispiel an, ihn in den Nacken zu beißen und so. Aber Kai war irgendwie gar nicht begeistert davon, und das war mir dann total peinlich.

Kai: Er hat mich richtig ein bisschen überfallen, und ich konnte anfangs überhaupt nichts damit anfangen. Wir haben dann abgemacht: „Na, wir wollen gute Freunde sein“, und sind auch noch mal als gute Freunde so in einen gemeinsamen Urlaub gefahren. Ich habe also zu dem Zeitpunkt überhaupt nicht gewusst, dass ich eigentlich total in Rainer verliebt bin. Das war mir überhaupt nicht klar. Ich dachte: „Wir sind gute Freunde, und das ist wunderbar so.“ Und deshalb wollte ich auch so recht nicht weiter, weil ich dachte, dann könnte man diese Freundschaft verlieren. Ich dachte immer, naja, die kann ein Leben lang halten, ne, und Beziehungen, Liebe und so – da war ich mir da sehr unsicher, da dachte ich, da wird vielleicht mehr verloren gehen als dabei gewonnen wird. Irgendwie ist das dann aber doch ganz schnell gegangen.

Rainer: Den Begriff „Beziehung“ halte ich auch für problematisch, weil da so viel von außen mitschwingt, Verpflichtungen, die man da so übergestülpt bekommt, Besitzansprüche, sexuelle Treue...

Kai: …man gehört dem anderen, ist nur noch für den andern da. Und deshalb wollten wir das gar nicht so nennen, auch wenn es im Grunde schon längst eine Beziehung war (lacht). Ich hab vorher nie in so einer Beziehung gelebt, wo mir der andere so nah gewesen wäre. Das war nur so ’ne abstrakte Vorstellung bei mir.

Rainer: Mir ist diese Geschichte mit den Beziehungen irgendwie immer zum Verhängnis geworden bei früheren Freundschaften beziehungsweise Beziehungen. Da kam von der anderen Seite: „Wir haben jetzt ’ne Beziehung“, und ich hab mich dann drauf eingelassen. Hab dann aber auch so meine schlechten Erfahrungen damit gemacht. **Und jetzt möchte ich nicht das Gefühl haben, dass Kai auf irgendetwas verzichtet zugunsten unserer Zweierbeziehung, weil es da so etwas wie ein „Wir“ geben müsste.** Ich fühle mich ihm schon wahnsinnig nahe, aber ich find es ganz wichtig, zu respektieren, dass Kai dabei immer ’ne eigene Person bleibt.

Kai: Ich find das schon erstaunlich, dass wir im Grunde ein gemeinsames Leben leben, aber dass das überhaupt nichts Bedrohliches ist. Ich hab mir das immer so schlimm vorgestellt, dass man dann alleine irgendwie nicht mehr vollständig wäre.

Rainer: Bei One-Night-Stands und Affären und was weiß ich haben wir unterschiedliche Entwicklungen durchgemacht. Ich hab mein Coming-out erst spät gehabt und dann immer mehr oder weniger „seriell monogam“ gelebt, auch mal mit ’nem kurzen Abenteuer. So richtig anonyme Geschichten hab ich aber nie gehabt und bin trotzdem „richtig schwul“. **Richtig schwul gibt’s sowieso nicht, und das finde ich sehr beruhigend.** Ich bin auf dem Weg, mich von schwulen Klischees zu entfernen, und kann für mich sagen: Es ist okay, dass ich das anders empfinde als andere, dass ich nicht das Bedürfnis habe, drei verschiedene Männer am Wochenende abschleppen zu müssen.

Kai: Was Safer Sex angeht: Das Thema Infektionsvermeidung war auch vorher schon immer da, bevor wir Sex miteinander gehabt haben. Wir haben ja voneinander gewusst, dass wir HIV-negativ sind.

Rainer: Also, ich weiß es von mir nicht, Entschuldigung.

Kai: Ich hab’s dir aber gesagt.

Rainer: Also, ich bin ungetestet, und das schon seit längerem. **Ich kann mit 90%iger Wahrscheinlichkeit davon ausgehen, dass ich nicht positiv bin.** Und Kai hat mir schon vor unserer Beziehung erzählt, wenn er irgendwelche Geschichten hatte, und er hat natürlich auch an meinem Leben teilgenommen. Wir wussten schon was von der Sexualität des anderen.

Kai: Und davon, was für ’ne Art von Leben wir leben, ob sehr riskant oder nicht. Das ist natürlich ein Vorteil, wenn man sich schon so lange kennt.

Rainer: Natürlich gibt’s keine Garantien. Ich hab auch bei anderen Beziehungen Safer Sex nie direkt thematisiert, das war nicht mein Ding. Aber da war auch nie die Notwendigkeit. Bei einem Ex-Freund war es zum Beispiel so, dass wir anfänglich nur Dinge gemacht haben, die ohne Gummi safe sind. Und dadurch, was er erzählt hat, war mir klar, dass es für ihn ganz wichtig war, dass nebenbei nichts passiert. Ich war zu dem Zeitpunkt auch total verliebt und hatte überhaupt kein Interesse an Dingen nebenbei, und im Laufe der Zeit haben wir dann natürlich auch gefickt. Bei meiner letzten Beziehung wusste ich von vornherein, dass er HIV-positiv ist. Da musste ich dann auch nicht darüber sprechen, da war ganz klar Safer Sex angesagt.

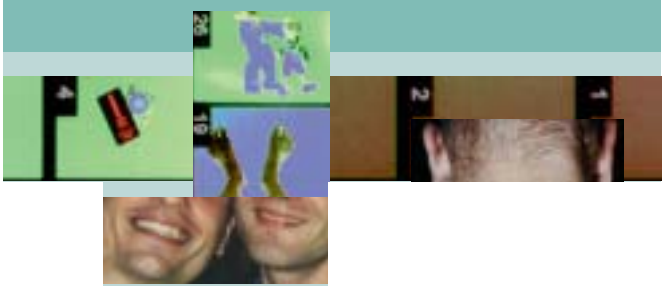
Kai: Also, wir haben schon von daher gewusst, dass das Risiko gering war. Und der Test bei meiner Einstellungsuntersuchung ist auch noch nicht so lange her, der war negativ, keine besondere Überraschung. Wir haben halt auch nicht so riskant gelebt – also zum Beispiel mit völlig Fremden Sex gehabt, von denen man überhaupt nichts weiß und die einem alles Mögliche sagen können. Ich hab gesehen, wie Rainer gelebt hat, über Jahre, und umgekehrt auch. Und deshalb ist das Risiko kalkulierbar, es besteht nicht der Handlungsbedarf.

Rainer: Nein, das war so aus dem Bauch raus klar, dass das überhaupt kein Thema ist. Trotzdem gab’s bei mir zwei, drei Fälle, wo ich außerhalb der Beziehung ein Abenteuer hatte, und die waren nicht safe. Ich hab gedacht: „Das ist jetzt meine Verantwortung, und ich will das im Moment auch gar nicht anders.“ Kai kann sich da also wesentlich sicherer sein als ich.

Kai: Wir haben uns eben auch nicht groß die Treue geschworen, das ist einfach so. Wir machen uns da nichts vor: **Absprachen kann man viele treffen, aber hält man sich auch dran?**

Rainer: Und wir sind so treue Schluffen, das ist über die Jahre so gereift. Und für den Fall, dass doch mal was passieren würde, wäre ich mir sicher, dass Kai Safer Sex macht. Weil ich genau weiß, dass Kai nichts tun würde, was mich in irgendeiner Art und Weise verletzen könnte. Wir sind noch in dieser Phase der akuten Verliebtheit – Was weiß ich, was in einem Jahr ist, aber ich bin da sehr optimistisch, dass wir darüber reden würden, falls sich da etwas ändert.

Liebe verlangt Vertrauen



Jede Beziehung ist anders. Die einen sind „treu“, die anderen leben in einer „offenen“ Beziehung. Die einen haben sich gerade kennen gelernt, die anderen sind schon „ewig“ zusammen. Bei einem Paar sind beide negativ getestet, bei einem anderen ist einer positiv, manchmal beide, und oft sind beide ungetestet.

Was den Schutz vor Infektionen angeht: Es gibt nicht „den“ richtigen Weg, jedes Paar muss seinen eigenen Weg, seine eigenen Regeln finden. Bei Sex außerhalb von festen Beziehungen ist die Sache eindeutig. Wer HIV-negativ ist (oder sich dafür hält) und mit einem unbekannten Partner ungeschützten Sex hat, geht ein hohes Risiko ein (vor allem beim Analverkehr ohne Gummi).

Bei Beziehungen ist das schon komplizierter. Arne und Florian zum Beispiel haben sich dafür entschieden, innerhalb und außerhalb der Beziehung nur mit Kondom zu ficken. Jörg und Niels schützen sich, wenn sie mal Sex mit einem anderen haben. Christoph und Werner wiederum haben sich gemeinsam entschieden, keinen Sex außerhalb der Beziehung zu haben. Bert und Chris haben zunächst beim Sex Kondome benutzt, auch in der Beziehung. Da beide vom negativen Testergebnis des anderen wussten, haben sie aber irgendwann in einer geilen Situation begonnen, die Kondome wegzulassen: „Wir machen

es in der Beziehung unsafe und außerhalb safe.“ Andreas und Philipp sind ungetestet, gehen aber davon aus, HIV-negativ zu sein. Da sie sich aber nicht hundertprozentig sicher sind, machen sie nur Safer Sex; sie wollen sich aber in nächster Zeit testen lassen. Jean-Luc ist positiv und macht mit seinem Freund und auch mit anderen Sexpartnern „sehr konsequent“ Safer Sex. Und auch sein Freund Jürgen achtet bei flüchtigen Sexabenteuern darauf, dass ihm nichts passieren kann. Rainer geht „mit 90%iger Wahrscheinlichkeit“ davon aus, nicht HIV-positiv zu sein, sein Freund Kai hat gerade erst ein negatives Testergebnis bekommen. Ansonsten sind sie „treue Schluppen“, so Rainer, „und falls sich das mal ändern sollte, bin ich sehr optimistisch, dass wir dann auch darüber reden würden.“

Tja, darüber reden – gar nicht immer so einfach. Ebenso wenig, wie zu klaren Absprachen zu kommen (und die dann auch einzuhalten). Das „ausgehandelte Fremdgehen“ kann zu einer Bewährungsprobe für die Beziehung werden. Verlustängste und Eifersucht – das ist deutlich geworden – begleiten den Entwicklungsprozess jedes Paares. Wohl keiner kann damit leben, ständig seine Beziehung in Frage zu stellen. Es gibt bestimmte Ansprüche auf Offenheit, Vertrauen, Sicherheit, Wahrhaftigkeit, Rücksichtnahme und Gleichwertigkeit. Und selbst, wenn man Safer Sex macht: „Garantien gibt’s dabei nicht“, „Ein gewisses Restrisiko gibt’s immer“ – nur zwei Aussagen zu diesem Thema von unseren Interviewpartnern. Sie berichten von Situation, bei denen sie nicht sicher waren, ob sie sich hätten infizieren können. Wichtig ist, dann mit seinem Partner zu reden und die Sicherheit neu auszuhandeln.

Wie gesagt: das ist manchmal einfacher gesagt als getan. Wenn du dir unsicher bist, ob du eine riskante Situation hattest, und wenn du dann nicht mit deinem Partner sprechen willst oder kannst: Ruf doch mal bei einer AIDS-Hilfe in deiner Nähe an (Adressen und Telefonnummern findest du im Telefonbuch oder bei der DAH), die helfen dir auch bei Fragen zu Safer Sex, zu HIV und AIDS weiter. Und wenn du das Gefühl hast, ihr könnt eigentlich gar nicht mehr miteinander reden: Auch bei dir in der Nähe gibt’s sicher eine Schwulenberatungsstelle, die Gesprächsangebote machen oder im Bedarfsfall an erfahrene Therapeuten verweisen kann.