

## „Phasenmodell der homosexuellen Identitätsbildung“ nach VIVIENNE CASS

Ein Konzept, das uns einen Einblick gibt in die Entwicklung einer homosexuellen Identität, ist das „Phasenmodell der **homosexuellen Identitätsbildung**“ nach **Vivienne Cass**<sup>1</sup> (1979).

Die Australische Psychologin ging in den 80er Jahren der Frage nach, wie eine Person von einem **kongruenten Selbst** („ich bin heterosexuell“) zu einem anderen, ebenfalls übereinstimmenden Selbst („**ich bin homosexuell**“) gelangt.

Die homosexuelle Identitätsbildung wird in diesem Modell als interaktiver Entwicklungsprozess dargestellt zwischen einem innerpsychischen Geschehen und sozialen Erfahrungen, der die Aspekte eines inneren und äußeren Coming-out umfasst.

Cass nimmt an, dass bei einem solchen Prozess 6-Phasen durchlaufen werden müssen, um von einer ursprünglichen **Identitäts-Verwirrung** beim Gewähr-Werden der eigenen nicht heterosexuellen Orientierung zu einer sogenannten **Identitäts-Synthese** zu gelangen, die sowohl die Veröffentlichung der eigenen homosexuellen Identität umfasst als auch die Entwicklung eines eigenen komplexen Selbstbildes und eines passenden Lebensstils. In dem Phasen-Modell wird das Coming-out als dynamische Abfolge verstanden, bei der eine Phase auf der anderen aufbaut.

Ein Mensch kann dennoch auch immer einmal wieder in frühere Phasen „zurückfallen“, wenn er mit kritischen Ereignissen konfrontiert wird wie bspw. Diskriminierung.

Das Phasenmodell beginnt mit der **Identitäts-Verwirrung**

In dieser Phase spüren die Betroffenen erste sexuell-erotisierende eigene Sehnsüchte und Gefühle gegenüber Menschen des gleichen Geschlechts. Sie verstehen sich jedoch NICHT als gleichgeschlechtlich begehrend und präsentieren sich weiter als heterosexuell. In dieser Phase fragen sich die Betroffenen selbst zu ihrer heterosexuellen **Selbstannahme**:

- **Bin ich anders, als ich und alle anderen dachten? Bin ich nicht der, den alle in mir sehen?**

Es entsteht Dissonanz. Wie gehen die Betroffenen damit um?

Homosexuelles Verhalten kann z. B. als „einmaliges Experiment“ oder durch situative Umstände erklärt werden: „*Ich hatte einfach zu viel getrunken, das kann ja mal passieren.*“ Und: Ich bin natürlich heterosexuell!

Wenn eine starke internalisierte Homonegativität besteht, wird das homosexuelle Begehren bzw. Verhalten verdrängt, unterdrückt oder geleugnet: Ich bin ganz sicher nicht homosexuell!

Diese Zeit ist für Spätgeoutete durch vielfältige Ängste und zunehmende Belastungen geprägt, der amerikanische Psychologe Miller nennt diese Zeit „Phase der Geheimhaltung“ – die unterschiedlich lange andauern kann und mitunter bei homosexuellen Männern anders verläuft als bei lesbischen Frauen.

Heterosexuellen Ehefrauen schwuler Männer und heterosexuellen Ehemännern lesbischer Frauen bleibt der Konflikt ihrer Partner\*innen auf der Paarebene in dieser Phase der Geheimhaltung meist verborgen. Und wenn die heterosexuellen Partner\*innen Veränderungen wahrnehmen, führen sie diese „gerne“ auf andere Ursachen zurück (bspw. Stress im Beruf etc.).

In der Regel klopfen die inneren Wünsche und Sehnsüchte immer wieder an die Türe, und verschaffen sich im Laufe der Zeit zunehmend auch Gehör. Je stärker diese werden, umso eher veranlasst dies die Spät Geouteten zu einem Hinterfragen ihrer verinnerlichten Zerrbilder von Homosexualität. Häufig macht sich die jahrelange Verdrängung der Gefühle auch durch zunehmende körperliche Symptome

bemerkbar (bspw. Magengeschwüre, Migräne, Schlaflosigkeit etc.), die eine Auseinandersetzung fordern.

Dies führt in die nächste Phase des Identitätsvergleichs und zur weiteren Auseinandersetzung mit der **Selbstannahme** durch die Frage:

- **Was wäre, wenn ich homosexuell wäre und wenn ihr das wüsstet?**

Es werden nun erste Informationen über lesbisch-schwule Lebensweisen eingeholt. Die homosexuellen Empfindungen werden i. d. R. jedoch immer noch bagatellisiert (bspw. durch Erklärungen wie „*ich bin nur neugierig*“ oder „*es ist nur eine vorübergehende Phase, die mich solche Gefühle spüren lässt*“).

Erst in der nächsten Stufe im Identitätsprozess, der Identitätstoleranz, kommt es vermehrt zu Begegnungen mit anderen Lesben und Schwulen und dem Erkunden der Community. Und diese ist ebenso vielfältig wie die Welt heterosexueller Menschen, es gibt nicht DEN Schwulen oder DIE Lesbe.

Je nach dem eigenen Erleben und der eigenen Bewertungen dieser Begegnungen sowie dem wahrgenommenen Reaktionen im Außen, führt dies zu einer neuen Selbstwahrnehmung. Diese bleibt in dieser Phase meist noch ohne Identifikation mit der homosexuellen Community, die **Selbstannahme** lautet nun:

- **Ich habe homosexuelle Züge, aber ich bin nicht wie die.**

In dieser Phase wird das Spannungsfeld zwischen dem Gefühl innerer Entfremdung und äußerer Isolation besonders belastend erlebt: Die Betroffenen fühlen sich nicht mehr in der heterosexuellen Welt heimisch und sind auch noch nicht in der homosexuellen Welt angekommen.

Betroffene mit einem späten Coming-out fühlen sich in der Phase Hin- und Hergerissen zwischen der Selbstfindung in der homosexuellen Identität einerseits und einer meist langen familiären Bindung andererseits. Sie versuchen ihre Ehe und oder Familie und ihre neuen Gefühle und Sehnsüchte unter einen Hut zu bringen.

Um für sich selbst zu einer klaren Verortung der homosexuellen Identität zu finden und diese dann auch ausdrücken zu können braucht es nach CASS eine Entwicklung der Identitätsakzeptanz.

In dieser Phase wird der Kontakt mit der Community vertieft und zunehmend genossen. Ein differenzierteres Kennenlernen schafft die Basis, Ähnlichkeiten mit homosexuellen Menschen in Facetten der eigenen Persönlichkeit wahrzunehmen. Mit zunehmender innerer Akzeptanz entwickeln sich positive und befreiende Gefühle das zu sein, was „Mann“ oder „Frau“ wirklich ist:

„*Es fühlt sich endlich richtig an!*“ Endlich können auch Bezugspersonen aus dem Freundeskreis und die Familie über die homosexuelle Identität aufgeklärt werden. Dieser Aufklärung liegt in dieser Phase meist die **Selbstannahme** zugrunde:

- **„Ich bin wohl homosexuell, auch wenn es euch nicht passt.“**

Begegnungen mit anderen Homosexuellen gehören nun zunehmend zum Lebensalltag. Kontakte mit Heterosexuellen reduzieren sich (in der Regel vorübergehend) und Identifikationen mit homosexuell lebenden Menschen nehmen zu. Das Vertrauen wächst, die Konsequenzen des AndersSeins tragen zu können.

Dies leitet den Prozess der Selbstannahme ein, die CASS als Phase des Identitätsstolzes beschreibt. Mit dem wachsenden Selbstbewusstsein versuchen Lesben und Schwule mehrheitlich den Widerspruch zu bewältigen zwischen der als positiv wahrgenommenen Besonderheit ihrer homosexuellen Identität

gegenüber einer Abweichung von der gesellschaftlichen Norm. Als **Selbstannahme** drückt sich dies aus durch:

- **„Ich bin stolz homosexuell zu sein, und ihr müsst mich nehmen, wie ich bin.“**

oder wie sich Herr Wowereit 2001 erstmals als aktiver Politiker outete: „Ich bin schwul und das ist auch gut so!“ Reagiert das soziale Umfeld ablehnend und kommt es in dieser Phase zu Diskriminierungen, reagieren die Betroffenen nun in der Regel nicht mehr mit Rückzug, Scham und Schuldgefühlen sondern eher mit Zorn und verstärkter Abwertung der heterosexuellen Mehrheitsgesellschaft. Eine „Wir-gegen-sie“-Philosophie kann entstehen.

CASS geht davon aus, dass irgendwann die sexuelle Identität in ihrer Bedeutung für die Selbstdefinition und Selbstpräsentation in den Hintergrund tritt, d. h. EIN Merkmal von vielen wird. Dieses Stadium nennt CASS **Identitäts-Synthese**. Lesben und Schwule sind sich ihrer sexuellen Identität sicher und die **Selbstannahme** lautet nun:

- **„Meine sexuelle Orientierung ist ein wichtiger Teil meines Selbst – und ich bin darüber hinaus noch mehr.“**

Je sicherer und stärker LSBT\* Menschen sich in ihrem nicht-heterosexuellen Selbstbild fühlen, umso mehr können sie sich von einer Aufwertung der eigenen sexuellen Identität und einer „Homo-gegen-Hetero“-Philosophie lösen. Dann können sowohl die Gemeinsamkeiten zwischen homosexuell lebenden Minderheiten und heterosexuell lebenden Mehrheiten wahrgenommen und auch Individualität und Vielfalt innerhalb der lesbisch-schwulen Community zugelassen werden.

In der Phase der Identitäts-Synthese wird die sexuelle Orientierung stärker in den Kontext eingebettet. Je nach Art der Beziehung und des Gegenübers hat die sexuelle Orientierung eine unterschiedliche Bedeutung.

Der Coming-out Prozess ist ein lebenslanger Prozess. Lesben und Schwule sind beständig gefordert immer wieder kontextabhängig zu entscheiden, ob sie ihre Liebes- und Lebensweise zeigen und nach außen vertreten wollen.

Mit zunehmender Verankerung in der Identitäts-Synthese wächst auch ihre Sicherheit frei zu entscheiden, ob es für sie wirklich relevant ist, an dieser Stelle ihre sexuelle Identität zu veröffentlichen.



<sup>1</sup>vgl. Dr. Vivienne Cass, Psychologin und Beraterin für Lesben und Schwule an der „University of Western Australia“, [http://psychology.pskolojikdanisma.net/vivienne\\_cass.htm](http://psychology.pskolojikdanisma.net/vivienne_cass.htm), letzte Abbruf 12.01.2012