

**pro familia Bielefeld e.V.** ist eine Beratungsstelle für Sexual- und Familienplanungsberatung. Das Beratungsangebot richtet sich sowohl an Eltern, als auch an Kinder und Jugendliche. Je nach Einschätzung der Mitarbeitenden, kann ein Termin für eine sexualpädagogische oder eine psychotherapeutische Beratung vereinbart werden.

Stapenhorststr. 5, Bielefeld  
Tel. 0521 124073  
www.profamilia-bielefeld.de  
bielefeld@profamilia.de

Das Angebot der **Beratungsstelle des Mädchenhaus Bielefeld e.V.** richtet sich an Mädchen ab 12 Jahren, sowie an deren Eltern und an Fachkräfte aus dem sozialen Bereich. Eltern haben die Möglichkeit, telefonisch und online beraten zu werden oder ggf. einen persönlichen Termin zu vereinbaren. Die Beratung ist auch in anderen Sprachen möglich.

Renteistr. 14, Bielefeld  
Tel. 0521 173016  
www.maedchenhaus-bielefeld.de  
beratungsstelle@maedchenhaus-bielefeld.de

Die **Aidshilfe Bielefeld e.V.** bietet Beratung für Eltern von schwulen, bisexuellen und trans\* Jugendlichen. Ein Schwerpunkt der Beratung liegt im Bereich der sexuellen Gesundheit.

Ehlentruper Weg 45 a, Bielefeld  
Tel. 0521 133388  
www.aidshilfe-bielefeld.de  
info@aidshilfe-bielefeld.de

Die **Psychologische Frauenberatung e.V.** berät Mütter\* von lesbischen, schwulen, bisexuellen, trans\*, inter\* oder queeren Kindern und Jugendlichen sowie Fachkräfte aus dem sozialen Bereich. In den offenen Sprechzeiten ist es möglich, sich ohne Termin persönlich oder telefonisch beraten zu lassen. Über die Homepage der Frauenberatung besteht außerdem die Möglichkeit einer E-Mail- oder Chatberatung. Neben Deutsch wird auch in türkischer, kurdischer, russischer, polnischer, englischer und französischer Sprache beraten.

Ernst-Rein-Str. 33, Bielefeld  
Tel 0521 121597  
www.frauenberatung-bielefeld.de  
info@frauenberatung-bielefeld.de  
Online-Beratung: frauenberatung-bi.beranet.info

Der **Kinder- und jugendpsychiatrischer Dienst der Stadt Bielefeld** ist eine kleine interdisziplinär arbeitende Beratungsstelle für Kinder und Jugendliche, Eltern und Familien sowie des sozialen Umfeldes. Beratung und Unterstützung bei

- psychischen Schwierigkeiten und Problemen der Kinder und Jugendlichen
- Trans\* Beratung für Minderjährige und deren Angehörige

Nikolaus-Dürkopp-Str. 5 – 9, Bielefeld  
Sekretariat Tel. 0521 51-6713

**Impressum**  
Herausgegeben von:



**Stadt Bielefeld**  
Gleichstellungsstelle

**Verantwortlich für den Inhalt:** Monika Kruse  
**Texte:** Gleichstellungsstelle  
**Foto:** Friederike Vogt  
**Stand:** 08/2020



## Stadt Bielefeld Coming-out und dann?!

 [www.bielefeld.de](http://www.bielefeld.de)

**Informationen für Eltern  
von lesbischen, schwulen,  
bisexuellen, trans\*, inter\*  
oder queeren Kindern und  
Jugendlichen**



*Ich bin lesbisch – Ich bin schwul – Ich bin queer  
- Ich bin trans\* bzw. Ich fühle mich nicht dem  
Geschlecht zugehörig, als das ich geboren  
wurde –*

Liebe Eltern,  
der Prozess des „Coming-outs“, der Klärung der  
eigenen Gefühle und Bedürfnisse kann für  
Jugendliche eine zeitlang dauern. Die Suche  
nach der sexuellen und geschlechtlichen Identität  
ist für viele eine schwierige und schmerzhaft  
Phase. **Lassen Sie sich und Ihrem Kind Zeit  
zur Verarbeitung der neuen Situation.**

Auch Sie müssen sich jetzt erstmal mit der  
neuen Situation und Ihren eigenen Gefühlen  
beschäftigen.

- Vielleicht sind Sie überrascht.
- Vielleicht hatten Sie sich für Ihr Kind etwas  
anderes vorgestellt.
- Vielleicht machen Sie sich selbst Vorwürfe,  
etwas in der Erziehung falsch gemacht zu  
haben.
- Vielleicht fürchten Sie Benachteiligungen für  
das künftige Leben Ihres Kindes.
- Vielleicht befürchten Sie, Ihr Kind könnte eine  
nicht rückgängig zu machende medizinische  
Behandlung beginnen.

Vielen Eltern in dieser Situation geht das so.  
Wir möchten ganz deutlich sagen: **Ihre Erzie-  
hung beeinflusst weder die geschlechtliche  
Identität noch die sexuelle Orientierung Ihres  
Kindes.**

**Wichtig ist aber, dass Sie für Ihr Kind da sind,  
es lieben und unterstützen, so, wie es ist.**

Sie sind nicht alleine! Sie können Kontakt zu  
Elterngruppen aufnehmen oder sich professio-  
nelle Unterstützung holen. Zögern Sie nicht, tun  
Sie auch etwas für sich selbst!

Die Informationen im Flyer sollen Sie auf Ihrem  
Weg unterstützen.

Sie können als Eltern Hilfestellung, Informatio-  
nen und Beratung bekommen, wenn

- Ihnen der Umgang mit dem Coming-out Ihres  
Kindes Probleme bereitet,
- Sie Fragen haben oder Unterstützung brau-  
chen,
- Sie nicht wissen, wie Sie mit Ihren gemisch-  
ten Gefühlen umgehen sollen,
- Sie den Kontakt zu Ihrem Kind nicht verlieren  
wollen und nach einem Weg suchen, mitein-  
ander ins Gespräch zu kommen,
- Sie damit beschäftigt sind, wie Sie Ihrem Kind  
verständnisvoll begegnen können,
- Sie Ihr Kind unterstützen wollen und kompe-  
tente Berater\*innen suchen.

**Die Beratung ist für Sie freiwillig, kosten-  
los, auf Wunsch anonym und unterliegt der  
Schweigepflicht.**

Nehmen Sie sich Zeit, mit der neuen Situation  
zurechtzukommen und holen Sie sich Unterstüt-  
zung in einer Beratungsstelle.

Darüber hinaus gibt es zwei Elterngruppen zu  
denen Sie herzlich eingeladen sind:

Die **Elterngruppe OWL Eltern homosexueller  
Töchter und Söhne** wendet sich an Mütter  
und Väter. Eltern teilen ihre Sorgen und dis-  
kutieren grundsätzliche Fragen und sollen  
gestärkt – und im wahrsten Sinne des Wortes  
„unverschämt“ werden. Besonders in der Zeit  
der Identitätsfindung und des Coming-outs  
brauchen Kinder die Unterstützung ihrer  
Eltern im Kampf um Anerkennung und recht-  
liche Gleichstellung.

Ansprechpartnerin:  
Heidrun Pape Tel. 0177 8319226  
elterngruppe.gt@gmx.de

**Eltern und Angehörige von Trans\* Kindern  
und Jugendlichen** treffen sich in einer siche-  
ren Atmosphäre und tauschen sich entspannt  
mit Gleichgesinnten aus.

Das Treffen ist immer am 2. Donnerstag im  
Monat um 20:00 Uhr. In den geraden Monaten  
sind auch die Kinder, egal welchen Alters, mit  
dabei – wenn sie möchten.

Informationen:  
Friederike Vogt  
Gleichstellungsstelle der Stadt Bielefeld  
Tel. 0521 51-6334  
Friederike.vogt@bielefeld.de  
Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld,  
Gruppenraum 2, Stapenhorststr. 5, Bielefeld