

2020

queer-feminist teen zine

# brav\_a



**Schwerpunkte:**

## Fussball & Polyamorie

**Interviews** mit Polyamorie-Expert\*in Inna Barinberg, Podcaster\*in Miriam Schwarz, Constanze vom DFC Kreuzberg & Sara von Other Nature

Rezensionen & Bücherhinweise

*Psychotest: Wie flexibel bist du?*

**In & Out**  
Was ist angesagt, was nicht?

**FotoLoveStory**  
Cool in Zülpich

**Inklusive Comic-Beilage!**





nach 9 Monaten ist es nun so weit....

**Brava #13**

# Editorial

Liebe Brav\_aist\*innen – es ist vollbracht – eine neue Ausgabe ist fertig und das Inhaltsverzeichnis braucht Seitenzahlen bis in den dreistelligen Bereich. Zusammen mit der Comic-Einlage und all den fantastischen Texten wird aus dem Zine glatt ein Buch.

Wir hoffen, ihr kommt gut durch die Zeit von Abständen, Viren, geplatzten Reiseträumen und endlosen Videokonferenzen.

Diese verrückte Zeit geprägt von Solidarität und Rassismen und ... (dies ist der Bogen von serious things (ernsten Dingen) zu: lass lieber über unser schönes Heftchen reden!)

Thematisch gab – gibt – gäbe es ja eine ganze Menge zu sagen und zu fühlen und zu diskutieren zu den beiden Schwerpunktthemen Fussball und Polyamorie. Das hat uns gefreut.

In der brav\_a-Redaktion lief das Brainstorming dazu wie folgt:

„Polyamorie, gibt’s ja schon länger als (Szene-)Begriff, 2012 oder so? – Joa, wurde viel diskutiert und da wird viel ausprobiert und geschrieben wurde auch so Einiges. Naja und für so einige Kommunikations- und Verhaltensblüten musste „poly“ genauso erhalten.





Poliamory, Poly, Poly-blase, nicht Poligamie, Polymacker\*innen, poliamorös, Polyzene, poli-was, polyester

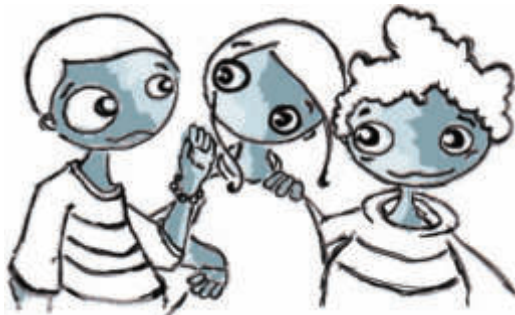
„Ich kann diese 4 vier Buchstaben nicht mehr hören! – Wir können es ja durch Baumarkt ersetzen!“

„Baumarkt - das ist ne Lebenseinstellung! So Baumarkt ist auch ganz schön voraussetzungsvoll – Baumarkt braucht ne Menge Kommunikation, Hierarchie ist im Baumarkt genauso ein Thema wie bei anderen Beziehungen! Im Baumarkt braucht´s Vertrauen. Scheiß Baumarkt – und viel zu kompliziert und im Baumarkt is ständig immer eine\*r eifersüchtig! In welchen Baumarkt geht ihr eigentlich am liebsten? Darf mensch im Baumarkt eigentlich Fußball spielen? Ah äh moment...

Wie immer könnt ihr unwissenschaftlich bestätigt psychotesten, wie flexibel ihr in Beziehungen seid und beim Text zu „Mein erstes Mal“ mit uns in Erinnerung schwelgen. Wir haben die Welt auch wieder in IN und OUT eingeteilt und einige Worte aus dem Heft im Glossar genauer erklärt.

Polaniel Baumarktelle  
Polarys Polyzina und Baulozzy

Graphische Umsetzung, Layout  
und Illustrationen zu grossen Teilen  
von Clara Julia Escalera  
clarajulia.com



# Inhaltsverzeichnis

Wohlfühlfußball schauen	5
Ich spiele doch kein Fußball! (mehr)	8
Enb*y und Fußball	10
Comics aus den letzten Brav_a #12 Lesungen von unseren Fans	13
Über 15 Jahre in Frauenmannschaften oder wieso Mädchen in Jungenmannschaften unwillkommen sind	14
Interview mit Constanze vom Discover Football Club (DFC) Xberg	16
Ein Liebesgedicht an den DFC Kreuzberg	22
Voll Peinlich	24
To me	25
Der Stich	26
Veranstaltungsbericht: Podiumsdiskussion zum Thema Männlichkeit	28
Psychotest: Wie Flexibel bist du?	30
In & Out Liste	40
Other Nature - Interview mit Sara	41
şeffalik transparency (Paper Collage) von Etlepomme	46
Das Abschiedsgeschenk Teil II	47
Zur Intimität und Relevanz des Gesprächs -Interview mit Miriam Schwarz; Podcaster*in bei „Irgendwas mit Männern“	48
Buchhinweise zum Thema Sex Education	54
Fotolovestory: Cool in Zülpich	55
Fortsetzung: Buchhinweise zum Thema Sex Education u.a.	59
An African City	68
Hellgrauzone	70
Frauenkampftag	73
Polyamorie und Mehr - Interview Inna Barinberg	74
Diese Polyscheiße...	80
Warum ich immer noch poly lebe	82
Brezelketten	88
Compersionate Love	92
Von Mono zu Poly	93
Mit. Mensch	96
Was heißt hier romantisch?	98
Wie ich polyamores L(i)eben kennengelernt habe	100
Wir.müssen.reden.	104
Glossar	110

# WOHLFÜHLFUSSBALL SCHAUEN

„Polyamorie und Fußball sind die Themen der nächsten Brav\_a“, lese ich und denke: Wie passend, mit beiden Themen habe ich unmittelbar zu tun. Leider ist es gar nicht so einfach beides in einem Text unterzubringen. Deshalb geht es hier nur um (Männer)Fußball. Kurze Klarstellung zu Beginn: Männerfußball tangiert mich als Fan, nicht als Spielerin. Als cis-Frau habe ich zu Schulzeiten schon ab und an, leider nur zu WM-Zeiten der Männer, gemerkt, dass ich ganz gerne Fußball schaue, hatte aber, höchstwahrscheinlich anders als meine cis-männlichen Mitschüler kein Umfeld, in dem ich gemeinsam mit anderen z.B. Bundesliga oder Champions League hätte schauen können. Hinzu kam, dass beim „Public Viewing“ der Spiele der deutschen Männer-Nationalmannschaft die Stimmung 2006 schon unangenehm nationalistisch war. Beim Spielerwechsel der gegnerischen Mannschaft wurde dem Einlaufenden der Stindefinger gezeigt, es gab „Steht auf, wenn ihr Deutsche seid“ Gesänge, etc. Deshalb war ich dort nur einmal und habe andere Spiele stattdessen in kleinen Gruppen zu Hause oder in Bars geschaut.

Abseits von Events wie Männer-EM oder -WM hatte ich wie gesagt kein Fußball-interessiertes Umfeld, oder zumindest wurde dieses Interesse nie an mich herangetragen (könnte ganz vielleicht etwas damit zu tun haben, dass ich als Frau wahrgenommen wurde, aber das ist sehr an den Haaren herbeigezogen;).

Wenn ich Fußball im Fernsehen sah, habe ich mich oft gefragt, wie es sich wohl anfühlt im Stadion in der singenden Menge zu stehen.

Bestimmt gibt es die ein oder anderen, die Fußball allein in ihrem Kämmerchen schauen, aber für die meisten und so auch für mich, ist es auch ein soziales Ereignis. Wenn ich Fußball im Fernsehen sah, habe ich mich oft gefragt, wie es sich wohl anfühlt im Stadion in der singenden Menge zu stehen. Ein paar Jahre später, ich war ca. 19, erzählte mir eine Freundin wie es im Stadion ist, zumindest für sie als cis-Frau. Gemeinsam mit ei-

ner Freundin war sie bei Eintracht Frankfurt und sagte „Du kannst dich als Frau einfach nicht sicher fühlen im Stadion“. Sie hatten sich dumme Sprüche, sexualisierte Kommentare und ähnliches anhören müssen. Trotzdem ist sie, meinem Wissen nach, weiterhin Fan und geht ins Stadion.

Mich hat diese Geschichte damals abgeschreckt und es hat mich sehr geärgert nicht sicher an einen Ort gehen zu können, wo ich gern mitfeiern und Fußball und Stimmung genießen würde.

Einige Jahre später, als ich gerade ein Praktikum machte, lernte ich

...dies sei das Spiel „Zecken gegen Nazis“ und es gebe bei Babelsberg auch viele Frauen in der Kurve

zwei Kollegen kennen, die nicht viel älter waren als ich. Einer von beiden überredete uns, noch am gleichen Abend mit zu Babelsberg gegen Cottbus zu fahren, mir war damals keiner der beiden Vereine

ein Begriff. Auf meine anfänglichen Bedenken, dass man sich dort Sexismus, Rassismus, Homofeindliche Sprüche etc. geben müsse, wurde mir entgegnet dies sei das Spiel „Zecken gegen Nazis“ und es gebe bei Babelsberg auch viele Frauen in der Kurve. Tatsächlich hat sich das bewahrheitet und ich hatte endlich, mit 24 mein erstes schönes Stadionelebnis, außer dass das Spiel leider verloren wurde.

Inzwischen habe ich eine Dauerkarte für die Heimspiele des SV Babelsberg 03 und gehe auch ab und an zu Auswärtsspielen. Unter den Fans ist selbstverständlich nicht alles perfekt und manchmal kann der Eindruck entstehen, dass „links sein“ manchmal auch eher Lifestyle als Überzeugung ist, etwa wenn einzelne Leute finden, dass Homosexualität nicht so ganz normal ist. Die aktive Fanszene hat zwar cis-Frauen, die große Mehrheit stellen trotzdem auch hier cis-Männer.

Anders als bei manch anderen Vereinen werden hier sowohl vom SVB 03 selbst, als auch von Fanggruppierungen verschiedene antifaschistische Kampagnen und Aktionen gestartet: Diese Saison

Als „Nordkurve“ ist man sich im Großen und Ganzen einig, dass Sexismus, Homofeindlichkeit, Rassismus und andere menschenverachtende Einstellungen im Stadion nichts zu suchen haben

ziert die Trikotbrust der Spieler die Seebrücke, es gab eine Fan-Choreo zum 8. März, die Kampagne „Nazis raus aus den Stadien“, die Inklusionskampagne „alle zusammen voran 03“, es wurden die Namen der Opfer des Attentats von Hanau zu Spielbeginn gezeigt und vieles mehr. Als „Nordkurve“ ist man sich im Großen und Ganzen einig, dass Sexismus, Homofeindlichkeit, Rassismus und andere menschenverachtende Einstellungen im Stadion nichts zu suchen haben und reagiert auch auf Ausfälligkeiten dieser Art entsprechend (Leuten wird gesagt, dass sie Mist reden, etc.). generell nehme ich ebensolche unschönen Vorkommnisse im Stadion sehr selten wahr, obwohl ich stark darauf achte, um wenn nötig selbst reagieren zu können.

Fazit: Ich mag bei Babelsberg, das Fußball- und Stimmungserlebnis

ist schön, wenn natürlich nicht so überwältigend wie im großen Stadion bei St.Pauli (da hab ich es leider erst einmal hingeschafft). Es hat großen Wohlfühlfaktor, z.B. auch, wenn die Nordkurve nach einer Niederlage für die Mannschaft „Wir haben euch trotzdem lieb“ singt.

Abseits von Babelsberg ist auch Tennis Borussia (TeBe) ein netter Anlaufpunkt für Wohlfühlfußball. Lila-Weiß sind die Vereinsfarben und im Merchladen bekommt man Tshirts auf denen „Schwooligan“ steht. Die Fanszene ist hier kleiner als in Babelsberg, Stim-

Es hat großen Wohlfühlfaktor, z.B. auch, wenn die Nordkurve nach einer Niederlage für die Mannschaft „Wir haben euch trotzdem lieb“ singt.

mung gibt es trotzdem und auch das Mommsenstadion ist eines von der hübschen Sorte.

# Ich spiele doch kein Fußball! (mehr)

...entgegnete ich den Daheimgebliebenen.

Daheim, war doch alles Fußball. „Papa Fußball“, habe ich unzählige Male gerufen.

Mein Vater, mein Idol, der Sportler, der tolle Fußballer! Vater, Fußball, Wirtshaus und Bier. Mama, Haushalt, zu Hause und Umsorgen. Meine Mutter, wunderschöne, fürsorgliche und liebevolle Frau. Aber sie steht nur hinter dem Tor, feuert ihn an, bejubelt ihn. Er aber steht im Tor! Nach waghalsigen Paraden wird er gefeiert und nach absolvierter Heldentat, bekommt mein Vater den verdienten Siegerkuss meiner Mutter.

Ich wollte so sein wie Er.

Aber du bist doch ein Mädchen!

Aber Alle sagen doch, ich bin wie er. Immer zu höre ich „du siehst aus wie er, du bist ihm so ähnlich...“

und ich spiele Fußball wie er!!! Warum kann ich also nicht so sein wie er?! Weil du ein Mädchen bist!

Aufgewachsen. Arrangiert mit meinem „Schicksal“, ein Mädchen zu sein. Fußball spielte ich dennoch weiterhin. Frauenfußball. Abgekoppelt vom dominierenden und breit akzeptierten Männerfußball. Ausgelacht, „beschimpft“ und außerdem „Mädchen spielen kein Fußball“. Und trotzdem jede Woche Freiheit für 90 Minuten.

Was ist eigentlich männlich? Was ist eigentlich weiblich? In meinem Daheim gibt es eine einzige Vorstellung davon. Weichst du davon ab, bist du nicht

Norm nicht für jeden Menschen zwingend passend sein muss, setzten sich fest, wurden immer zahlreicher und lauter.

Ich, die überwiegend nur dieses Daheim kannte, die vorgelebten traditionellen Geschlechter- und Rollenbilder, fühlte mich zunehmend allein und unverstanden.

Irgendwann waren jede Woche 90 Minuten Freiheit nicht mehr genug. Die Sehnsucht nach einem Austausch mit Menschen, die ähnlich, denken und fühlen wie ich, wurde immer stärker.

Weg von Daheim! Weg von der Enge, die mir die Luft zum Atmen nimmt! Jetzt bin ich hier.

Und ausgerechnet Fußball, der für mich so untrennbar mit Daheim verbunden ist und damit mit Alldem, was ich hinter mir lassen wollte, eröffnet mir jetzt den Zugang zu einer Gemeinschaft die Rollenzuschreibungen misstraut und das eigene Sein nicht bewertet?!

Ausgerechnet Fußball, hat mich mit faszinierenden, einzigartigen, wunderbaren und so liebevollen Menschen in Verbindung gebracht?!

*Die Antwort ist Ja! Dieser (DFC) Fußball schon!*



von K

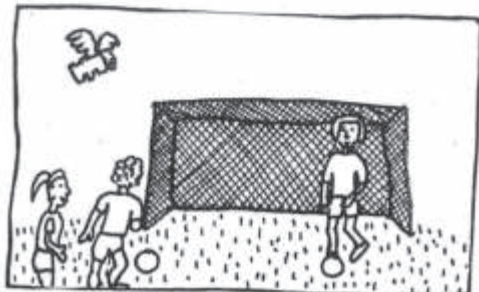


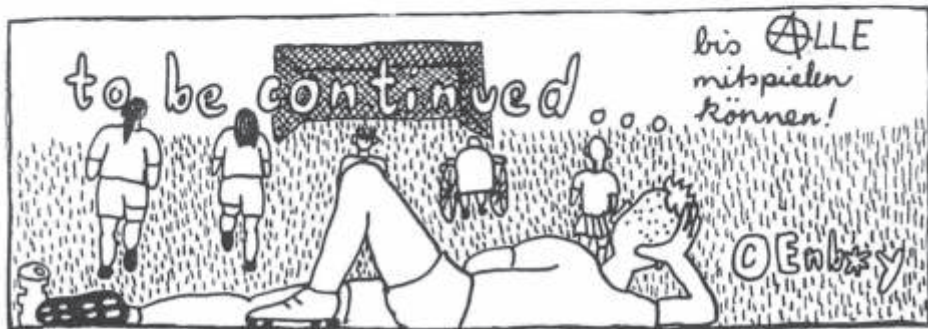
# Emb\* y spielt Fußball





Seit dem 16.11.2019 dürfen sich Personen, die sich nicht männlich oder weiblich verorten, aussuchen, in welchen Teams sie mitspielen. Und Trans\* dürfen während einer Transition in der Liga des gelebten binären Geschlechts antreten. Das hat der Berliner Fußballverband entschieden. Die Regelung gilt für eine einzige Trans\*Person pro Team.










# Über 15 Jahre in Frauen- mann- schaften oder wieso Mädchen in Jungen- teams un- willkommen sind

von: Sofi

Früher habe ich gedacht, ich muss ein Junge sein um gut Fußball spielen zu können. In Steckbriefbeschreibungen in der Schule oder in der Übermittagsbetreuung stand unter „Das wäre ich gerne...“ meine vermutete Antwort „Junge“. Retrospektiv würde ich sagen, das stimmt nicht so ganz – dass ich die rosafarbenen Kleider, die mir meine Tanten schenkten, nicht mochte oder ich während meiner Wilde-Kerle-Phase grimmig in alle Kameras guckte, heißt nur, dass mir vorgelebt wurde, dass nur Jungen richtig Fußball spielen können. Zugegeben, da gibt es bei den Wilde Kerlen Vanessa „die Unerschrockene“, sie will die „erste Frau in der Männernationalmannschaft“ sein. Klar will sie das, für die Frauennationalmannschaft interessierte sich damals schon niemand und zugegebenermaßen hat es sich seit der Frauenfußball-Weltmeisterschaft in Deutschland minimal verbessert, aber seitdem hört man irgendwie auch nichts mehr.

Meine Mutter erzählt gerne, wie ich zu Beginn meiner „Fußballkarriere“ während eines Spiels von meiner Trainerin ermahnt wurde, weil ich stehen geblieben war, um ein Gänseblümchen zu pflücken oder dass sie mir noch jahrelang während des Spiels zurief: „Nicht hüpfen, laufen!!“.



Dieser Instinkt, jedem Ball blind hinterherzurennen, ist mir nicht in die Wiege gelegt worden, den musste ich mir als junge Spielerin durch ein paar blutende Knie, gemeine Gegenspielerinnen und respektlose Zurufe eines Trainers, der bestimmt seit mehr als 20 Jahren keinen Ball mehr geschossen hatte, selbst aneignen. Seit diesem Zeitpunkt aber bin ich froh mein Leben lang in Mädchenmannschaften gespielt zu haben. Ganz ohne Peinlichkeiten kam diese Erkenntnis allerdings dann doch nicht. Als mein Vater mich und eine Mitspielerin einmal zu einem Spiel der unvollständigen, gleichaltrigen Jungenmannschaft fuhr, bei dem wir aushelfen sollten, wurde deutlich, dass das dem Team anscheinend nicht recht war, da wir nicht in das Spiel involviert wurden. Während wir also regelrecht ignoriert wurden, uns aber dazu verpflichtet fühlten besser zu spielen als sonst, brüllte mein Vater vor Zorn, unser einziger Zuschauer, die Jungs von der Außenlinie an: „Das kann doch nicht sein, dass ihr so schlecht seid! Spielt doch zu den Mädchen, die sind frei! Ihr seid doch alles Flaschen! In diesen 90 Minuten wäre ich gerne im Schlammplatz versunken, später dämmerte es mir: Zumindest diese paar Figuren, mit denen wir da auf dem Platz standen, das waren wirklich Flaschen. Anstatt uns den Ball zuzuspielen, anstatt sich zu bedanken oder uns was von ihren Snacks auf dem Weg zurück zu den Autos abzugeben, urden wir keines Blickes mehr gewürdigt.

Mit dem Alter wuchs die Erkenntnis und während ich und meine Teamkolleginnen mehrere Fußbälle, Trikotsätze und Trainingsanzüge bezahlen mussten, gehörte das bei den Jungs zur Standardausrüstung. Begründung: „Die spielen ja viel höher/besser/länger“ oder „Das ist halt einfach so“. Wenn ich mir die paar Teams anschau, bei denen ich ausgeholfen habe, bin ich mir da unsicher. In gemischten Vereinen zahlen alle Mitglieder denselben Beitrag. Einige bekommen einen Teil in Form von Materialien und Trikots zurück, andere müssen draufzahlen. Daher die Message: Frauen, bildet Banden! Wenn ihr in eurem Verein unzufrieden seid, sucht euch Mitstreiter\*innen und gründet einen eigenen Verein, in dem ihr Mitspracherecht über die Entscheidungen und Ausgaben habt. Wenn man möchte, dass mehr Mädchen auch Fußball spielen, muss man ein Angebot schaffen, das in seinen Grundsätzen schon fair und gleichberechtigt ist und das beginnt bei den Trikots.

Für mich ist's sicher der erste Schritt zu Feminismus gewesen und wenn es sein muss, dann kämpfe ich wie ein Mädchen am Frauen\*kampftag für mein Team auf dem Platz, um später – verschwitzt, aber glücklich – mit den Anderen bei der Demo zu skandieren.



# Interview mit Constanze vom Discover Football Club (DFC) Kreuzberg



*Im Folgenden ist D Die Brav\_a Redaktion und C Constanze vom DFC*

**D: Hallo Constanze, schön dass du da bist, schön dass du dir Zeit genommen hast für uns.**

C: Sehr gerne.

**D: Du bist ja beim Discover Football Club (DFC) Kreuzberg, was ist das überhaupt?**

C: Das DFC ist die sportliche Abteilung von „Discover Football“ der NGO, die sich für Frauen\*-Rechte einsetzt – nicht nur im Fußball sondern generell – und Fußball als Tool benutzt, um damit die Ziele und Werte zu spreaden. Viele, die jetzt beim DFC zusammen spielen, halt „Fußballfanats“ waren haben sie gedacht okay, machen wir doch noch auch einen richtigen Fußball-Verein an die NGO mit ran mit Spielbetrieb und allem.

**D: Und du hast als Spielerin angefangen?**

C: Genau, außerdem hab ich als Ehrenamtliche bei „Discover Football“ mitgearbeitet. Aber ich spiele auch immer noch Fußball, bin also verknüpft mit beiden Sachen.

**D: Können alle jungen Menschen zu euch kommen?**

C: Also die offene Trainingsgruppe ist ziemlich gut besucht. Wir sind schon auch ein bisschen berühmt, weil der Verein und die NGO sehr viel in den Medien sind. Aber prinzipiell können alle vorbeikommen, schauen und mitspielen und schauen ob sich ein Platz irgendwo findet. Wir haben ein Großfeldteam (11 Spieler\*innen auf dem Platz), ein Kleinfeldteam (7 Spieler\*innen) und eine offene Trainingsgruppe. Für das Großfeldteam ist es schon cool, wenn man ein bisschen Erfahrung hat aber im Prinzip können



alle erstmal kommen und schauen wie es ist

**D: Um nochmal zu dir zurückzukommen, wann hast du den persönlich angefangen mit dem Fußball und was hat das zu verschiedenen Zeiten für dich bedeutet.**

C: Also so als Kind habe ich mal versucht selber Fußball zu spielen und anzudocken in der Dorfmannschaft. Das hat aber nicht so gut funktioniert, weil ich mich super gegruselt hab vor all in den Leuten. Außerdem war das Training ein bisschen autoritär, da konnte ich nicht so gut mit umgehen. Aber ich habe direkt am Sportplatz gewohnt und konnte danach dann immer beobachten wie sie Fußball spielen und war so: „Mahh.. ich möchte auch!“ Gerade im Winter, wenn das Flutlicht in unser Wohnzimmer leuchtete. Ansonsten habe ich auch manchmal mit meinem Papa halt Fußball gekuckt und dabei Fragen gestellt. Der war aber eher genervt davon. Das Problem als ich ein Kind war, war auf jeden Fall schon dass ich das Gefühl hatte, dass man das als Mädchen nicht macht oder nicht kann. Das waren ja alles nur Jungs die da Fussball gespielt haben; da waren keine Mädchen. So richtig selbst gespielt habe ich dann erst, mit Freund\*innen hier im Park in Berlin. Dann hab ich eine Frau an der Uni kennengelernt, die hatte übers Studium zufällig Kontakt zu Discover Football und so sind wir mitten in die Gründung des DFC hineingeraten. Und da hab ich dann – professionell klingt jetzt zu hoch – aber da habe ich dann angefangen amateurhaft-professionell Fußball zu spielen. Und seitdem hab ich mich ganz schön verbessert finde ich, was so Technik und Kraft angeht.



**D: Wie war das einen Frauen\*-Fußballverein wie den DFC zu gründen? Wie sind die Männervereine mit euch umgegangen?**

C: Als wir den DFC gegründet haben und Platzzeiten wollten, mussten wir dann natürlich auch erstmal schauen, was übrig blieb. Wir wurden dann halt so eingezwängt in das, was da auf dem Platz vermeintlich noch frei war. Weil die ansässigen Vereine, die vorher da waren haben halt so ein Heimrecht, was komplett bescheuert ist. Da gibt es dann Zeiten, wo niemand da ist aber die trotzdem besetzt werden. Und wir haben auch sehr viel Hassle mit den Platzwärter\*innen gehabt und auch mit dem Sportamt und mussten uns auch erst eine Position erkämpfen, bis die uns tatsächlich auch ernst genommen haben. Der eine Platzwart der ist auch bis heute noch etwas voreingenommen, der denkt auch noch „Ihr macht da ja Yoga, aber



ihr spielt doch kein Fußball“. Es gab auch immer wieder, obwohl es ist jetzt schon länger nicht passiert, Jugendlichen oder Leute von anderen Vereinen, die dann einfach während wir trainieren über unseren Platz laufen und was weiß ich, entweder blöde Sprüche klopfen oder den Ball klauen und den dann so lustig hochhalten und dann irgendwo hinschießen. Einmal, während eines Spiels, da habe ich irgendwas gemacht, keine Ahnung was da passiert ist, jedenfalls haben da jugendliche von draußen „Heh du Lesbe, bähbäh“ zugerufen. Also da wird so ganz merkwürdig mit Vorurteilen gespielt. Es passieren schon auch Kacksachen.



**D: Hast du das Gefühl, dass sich in den Verein, in der Vereinsumgebung, in dem Quartier, in unserer Gegend hier, sich mit der Zeit etwas verändert hat? Gibt es mehr Anerkennung?**

C: Also da wo wir jetzt sind auf dem Platz, da würde ich schon sagen, dass wir uns da etabliert haben. Wir dürfen jetzt auch etwas früher auf den Platz und in die Kabinen. Aber darüber hinaus habe ich schon das Gefühl, dass es ist schon auf jeden Fall, ein bisschen mehr Sichtbarkeit und Coolness gibt in letzter Zeit. Eine Sache, die ich zum Beispiel auch wichtig finde ist, dass jetzt durch den Berliner Fußball-Verband, weil sich Leute dafür engagiert haben, ein Trainings-Lehrgang für FLTI\*-Personen eingerichtet wurde. Das ist halt geil, weil mal keine Männer dabei sitzen die Fußball nur als Männersache denken können.

**D: Du bist auch Trainerin, richtig?**

C: Ja ich bin auch Trainerin; ich habe dieses Mädchenttraining bei Seitenwechsel betreut und dort mit aufgebaut. Inzwischen betreue ich unsere regelmäßige Mädchenttrainingsgruppe. Das Training ist eine Kooperation zwischen uns und denen: Die stellen die Orga und das Netzwerk, dass das erst ermöglicht, und wir die Trainerinnen. So ähnlich ist das auch bei „Champions ohne Grenzen“, da kommen auch nochmal Trainerinnen von uns dazu, die mit machen und offene, kostenfreie Fußballtrainings für geflüchtete Frauen, Männer, Jugendliche und Kinder anbieten in verschiedenen Berliner Bezirken.



**D: Was ist deine Motivation Trainings anzubieten; es gibt zwar Honorare für diese Arbeiten, aber diese sind in der Regel recht niedrig, so dass Mensch sowas meist auch noch aus anderen Gründen macht?**

C: Das Geld ist natürlich schon auch geil. Aber, ja, ich finde es ist halt sauschön zu sehen, wenn die Mädchen ankommen, und in dem Rahmen dann sau viel Spaß haben daran, sich zu bewegen und Fußball zu spielen und das man ihnen zeigen kann, „ihr könnt einfach das machen worauf ihr Lust habt, ohne dass irgendjemand euch bewertet, meckert, oder sagt ihr müsst aber so und so sein, so und so aussehen, so und so euch bewegen und nur dann seid ihr ein richtiges Mädchen“ oder sowas. Sondern sie sollen sehen, dass Mädchen alles machen können was sie wollen.

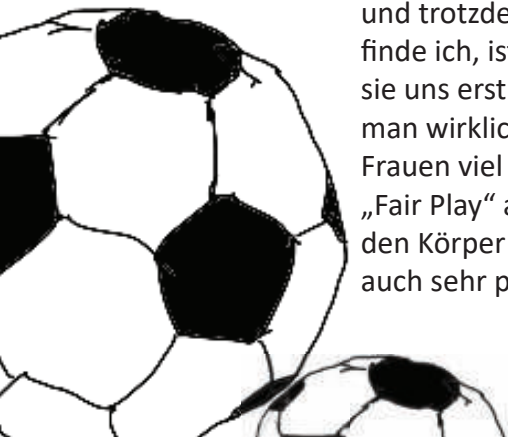
**D: Und gibt es noch bestimmte Sachen, die dir als Trainer\*in wichtig sind?**

C: Wichtig ist auf jeden Fall, dass es auch untereinander fair bleibt. Ich achte darauf, dass sie sich nicht so anzicken. Es kann leider auch schnell passieren, dass sie anfangen sich gegenseitig zu bewerten. Es geht auch darum, dass die sich untereinander Zeit geben und Geduld haben, nicht den Stress von außen mitbringen. Mir ist wichtig, dass sie verstehen, dass was in ihrem Kopf ist wertvoll und wichtig ist und auch dass sie sagen sollen wenn sie irgendwas blöd finden. Sie sollen auf jeden Fall lernen nicht immer klein beizugeben oder zu kuschen.

**D: Ist Fußball eine gute Sportart um solche Sachen zu lernen und zu üben?**

C: Fussball ist schon eine besondere Sportart. Es werden irgendwie alle mitgenommen und das ist cool. Man fühlt sich halt wie so eine starke Gruppe und ich glaub dieser Zusammenhalt gibt einem viel, weil man darin untergehen kann, weil man aber auch sich in der Gruppe zeigen kann. Und das kann Fußball ganz gut, dass Leute darin sich als Teil einer Gruppe sehen können

und trotzdem auch als wichtige Einzelne. Außerdem finde ich, ist es auch eine wichtige Sportart, weil wir sie uns erst aneignen müssen. Beim Fussball kann man wirklich körperlich werden und das wird sonst Frauen viel verwehrt. Klar gibt es die Regeln und das „Fair Play“ aber trotzdem man kann in diesem Sport den Körper ganz anders spüren und das ist glaube ich auch sehr politisch, dass zu erleben.



## **D: Wie sind deine politischen Ansichten mit deiner Arbeit verbunden?**

C: Ich glaube es ist das, was glaube ich die ganze Zeit mitschwingt:

Dieses machen können, darum geht es, weil halt grad vieles auch im Elternhaus und in der Schule nach bestimmten Normen gerichtet ist:

„Wie muss ich dann sein, was muss ich machen, wenn ich groß bin. Die Jugendlichen lernen, dass sie bestimmte Leistungen bringen müssen und so und so auszusehen haben, sich so und so geben müssen, damit sie anerkannt werden. So bestimmte Wertigkeiten, so normative Sachen, würde ich gern, dass sie die hinterfragen. Ich habe zum Beispiel

mit den Mädchen in der Trainingsgruppe mal ausprobiert, dass sie sich eigene Namen geben: sowas wie „fantastische Spagetti“. Und die konnten noch nicht mal selbst sagen, dass sie fantastisch oder cool oder was auch immer sind. Und irgendwie macht es dann bei mir so klick und ich denke so: „Okay, warum ist denn das Selbstbewusstsein da schon so krass runtergefahren?“ Was macht irgendwie so Patriarchat oder auch so Strukturen, die sagen: „Heh du musst so und so aussehen, so und so sein, dich geben“, dass sie sich selbst quasi nicht gern haben oder sich zeigen können. Oder vielleicht können sie sich zeigen, aber eben nur auf eine bestimmte Art und Weise und ich glaube es ist mir einfach sehr wichtig das mit zu geben, dass es nicht so sein muss. Und es hat aber auch mit dem DFC zu tun, der DFC ist für mich auch eine gute Plattform um zu zeigen: „Heh, Welt kann irgendwie auch anders gestaltet werden als man hat seine Kleinfamilie und wohnt in einem Haus und hat Fonds und Bankeinlagen so was meine ich. Geht das so? Mir auch egal!



## **D: Bei der Politik bleibend: Begegnest du vielen Vorurteilen, wenn es um deine Arbeit geht und das was du da tust?**

C: Also die Eltern die die Kinder bringen finden es natürlich cool, weil was passiert. Aber wenn wir auf dem Platz stehen und auch wenn wir gegen andere Frauenteams spielen, da merke ich zwar das es eine starke Solidarität gibt unter Frauen. Aber selbst da wird wenig gesehen, dass es da andere Weiblichkeiten und Lebensentwürfe gibt. Das ist so ein krasses Feld in Sachen Politik und Diskriminierung; also klar viele wenn man das anspricht reagieren schon cool, aber manche sagen auch sowas



wie „oh, da kommt der DFC Kreuzberg, da kommen jetzt wieder die alten Kampflesben“. Und da ist der Prozess bei vielen noch nicht zu Ende, aber es wird besser.

**D: Die letzte Frage, die ich noch hatte: Gehst du zum Fussball ins Stadion?**

C: Ja mache ich. Ich bin ja mal sehr aktiv zu TeBe gegangen. Jetzt ist es ein wenig weniger geworden, weil ich das mit dem eigenen Fußballspielen, mit Arbeiten und so nicht richtig hinbekommen. Aber Heimspiele nehme ich eigentlich so gut wie immer mit, einfach weil der Verein mega cool ist. Sehr gerne selbstironisch und die in der Fanszene, da kann man wirklich sein, wie man ist, es sei den man ist rassistisch. Klar es gibt auch immer noch wenig Frauen, die sich da treffen, aber es wird sich bemüht und ich glaube als ich da ganz am Anfang da war, so 2009, da fand ich es megageil, dass die so ein Banner gegen Antisemitismus und gegen Homophobie und gegen Sexismus hatten. Da ist ja auch diese Kampagne „Fußballfans gegen Homophobie“ entstanden. Und das fand ich halt mega gut, dass die sich so einsetzen. Ansonsten bin ich halt auch oft im Stadion von Turbine gewesen aber auch wenn man bei Turbine am Rand steht, stehen trotzdem immer so zwei Männer hinter dir und erklären, was jetzt halt besser gewesen wäre, wie die Frauen spielen sollten; das ist ein bisschen nervig.

**D: Danke dir für das Interview, gibt es noch etwas, was du vielleicht am Ende noch sagen möchtest?**

C: Ich möchte nochmal sagen, dass es dem DFC sehr wichtig ist sich gegen Sexismus und Homophobie einzusetzen und auch gegen Transphobie und: Dass wir niemals leise sein werden!





# EIN LIEBESGEDICHT AN DEN DFC KREUZBERG

WIR KICKEN GEMEINSAM GEGEN DAS PATRIARCHAT.  
ZEIGEN DER BERLINER FUßBALLLANDSCHAFT EINEN SPAGAT  
ZWISCHEN FREISTOB UND BANNER HISSEN –  
FUßBALL UND POLITIK SIND NIEMALS ZERISSEN!

ZUSAMMEN KÄMPFEN GEGEN SEXISMUS, RASSISMUS UND TRANSPHOBIE.  
WIR MEINEN ES ERNST – RUHIG BLEIBEN WIR NIE!  
WIR HOLEN PUNKTE, POKALE UND UNS BLAUE FLECKEN,  
MIT UNSEREN IDEEN MÜSSEN WIR UNS NICHT VERSTECKEN.

DASS ALLE FUßBALL SPIELER, DIE WOLLEN  
AUSPROBIEREN, HINFALLEN, SCHMOLLEN.  
BITCHES, BUTCHES, DYKES UND DIVAS  
MIT HETERONORMATIVITÄT UND DEM DFC WIRD ES NIE WAS!

OB PFLICHTSPEL, TURNIER ODER TRAININGSTAG,  
FUßBALL UND LIEBE IST, WAS DER DFC MAG.  
UNSER VEREIN STEHT FÜR GANZ VIEL:  
DAS SCHÖNSTE ABER BLEIBT DAS BIER/KÜSSEN!... NACH DEM SPIEL.

UND SIND WIR AUCH KLEIN ODER GROß  
OB KOPFBALL ODER FREISTOB  
WIR SPIELER – EGAL OB ES RASEN ODER BOLZPLATZ IST  
UND SIND DABEI IMMER GIGANTISCH FANTASTISCH!



# Mädchenfußballtraining

Du bist zwischen 8-13 Jahren und  
hast Lust Fußball zu spielen?

Komm vorbei und spiel mit:

jeden Mittwoch  
16:15 - 17:45 Uhr

Turnhalle Oberstufenzentrum  
Lobeckstraße 76 in Kreuzberg

Bei Fragen kannst du dich hier melden:  
fussballbrav@seitenwechsel-berlin.de



## KONTAKT:

FACEBOOK.COM/DFCKREUZBERG  
HTTPS://DFC-KREUZBERG.JIMDOFREE.COM/

INSTAGRAM.COM/DFCKREUZBERG  
KONTAKT@DISCOVERFOOTBALL.DE





# Voll peinlich

Seit Kurzem  
bin ich auf einem dieser  
Online Dating Portale angemeldet.

Ich hab Lust auf neue Menschen, neue Gedankenanstöße, neue Gesichter, Umarmungen und vor allem auf aufregenden Sex. Eigentlich ist es vor allem Lust auf Sex mit neuen Menschen. Natürlich muss alles passen, ich muss mich unterhalten können, die Chemie muss stimmen, alles soll konsensual sein und schön und eben aufregend. Vom vielen nach rechts und wahrscheinlich aus politischen Gründen (oder so?) nach links Wischen und mal hier, mal da auf Profile klicken tun mir schon die Daumen weh. Selten bleib ich hängen und irgendwas lässt mich immer stocken. Gay wär schön und wenns geht queerfeministisch. Und Zack, endlich kommt dann irgendwann ne Person, die mich anspricht vom Bild. Das Profil sagt „Ich will Sex...“ Aha, ja, ich will ja auch Sex. Also bin ich direkt, online ist das ja einfacher: „Du schreibst ja auf deinem Profil sehr klar, was du willst, das passt mit meiner Idee zusammen.“ Und es kommt tatsächlich zurück, dass sich die Person sehr freut. Nice, denke ich, und lese weiter... „ich muss aber ehrlich sagen, dass, wie ich gesagt habe wirklich auf so Butches stehe, das sollte mein Date vielleicht vorher wissen...“. Wie gesagt? Mir hat niemensch was gesagt....also klick ich nochmal ins Profil und da steht genau ein Satz. Ein einziger Satz. „Ich will Sex/ vor allem mit Butches.“ Ich habe vorm Anschreiben nicht geschafft mir den EINEN Satz zuende durchzulesen und hab sofort wild drauf losgeschrieben. Mir ist ja wirklich selten etwas peinlich, das habe ich einfach irgendwann abgelegt, aber dass ich von den sieben Worten im Profil nur geschafft habe drei zu lesen war mir dann doch sehr unangenehm. Kleinlich musste ich zugeben, dass ich offensichtlich nicht lesen kann und dann hab ich halt als NichtButch geoutet.

Nach ner Weile kam nen Smiley zurück...puh!

Wir haben uns dann trotzdem getroffen, die Person fands witzig und wir sind noch immer in Kontakt. Grade so....Kurve gekriegt... :)

Helena

To me

I want my first time to be with myself.

I don't think it's gonna  
make the first time with someone else  
any less special.

they always told me I should  
give

my first time to someone I really care for -  
why not give it to me?

the same goes for you. I'm flattered  
when people want me to be the first person  
they do something with. but my question will always  
be:

have you considered doing it with yourself first?

I want my first time to be with myself.

I don't think it's gonna  
make the first time with someone else  
any less special.

# Der Stich



„Ich will es selbst machen, aber ich will, dass du dabei bist.“  
Wir hatten alles vorbereitet. Waren vorher extra gemeinsam einkaufen gegangen.

„Aber warum gerade ich?“

„Weil du dich auskennst. Weil du's schon oft gemacht hast und weil ich dir vertraue. Ich wollte es mal mit wem anderes machen, aber dann wäre das für immer unwiderruflich meine erste Erinnerung gewesen. Ich bin froh, dass ich es stattdessen mit dir mache.“

„Was ist, wenn du die Erinnerung in ein paar Jahren auch nicht mehr magst?“

Jetzt saßen wir auf dem Sofa in deinem Zimmer. Warst du auch so nervös?

„Das glaub ich nicht. Und wenn schon, ich hab es mir gut überlegt.“  
Du legtest ein Blatt Papier auf den Tisch. Ich sollte eine Zeichnung machen, wie ich es mir vorstellte. Ich nahm den Kugelschreiber und ließ seine Spitze über dem Papier schweben. Der erste Punkt ist immer der schwerste, da kann alles noch wunderschön werden, oder ganz anders als in der Vorstellung. Ein kleines haariges Gesicht sah vom Blatt zu mir auf. Spitze Zähne, freundliche Augen. Ein runder Körper folgte, mit spinnenhaften Gliedmaßen.

„Es macht Kopfstand, aber es ist nicht sehr gut darin“, erklärte ich.  
Du lachtest. Ich übertrug die Zeichnung auf meine Haut.  
Dann hast du einen Faden um eine frische Nähnadel gewickelt und das Ganze in die neue Tasche getaucht.

„Stich mit genug Schwung rein, sodass es – plopp – macht. Nicht zu tief, nicht zu wenig.“ Ich nickte. Vielleicht hätten wir es doch vorher

noch an einer Orange versuchen sollen.

„Das Wichtigste ist, dass ich es mir selbst mache. Ich hab schon so viele erste Male an andere Leute verschenkt, ohne zu wissen, ob mir das, was wir vorhaben, Spaß machen wird...“

Der Ort den ich ausgewählt hatte, war harmlos. Kein Knochen darunter, nur Muskelmasse und strapazierfähige Haut. Trotzdem zögerte ich jetzt. Haut ist so elastisch, sie lässt sich unendlich tief eindrücken, ohne etwas durchzulassen.

„Mehr Schwung!“

Na gut. Ich holte aus und haute mir die Nadel in den Oberschenkel. Da war es. Kein hörbares, sondern ein spürbares Gefühl von - plopp - . Gleich noch einmal. Und noch einmal.



„Ich will mir jetzt selbst was schenken. Meine ersten Male sollen in Zukunft mir gehören und ich werde sie nur mehr teilen, weil ich das will, nicht weil ich glaube, dass es nicht anders geht.“

Nach der Hälfte hast du ein bisschen übernommen. Das Blut hat sich mit der Tusche vermischt und alles begann, anzuschwellen. Deine Stiche waren schnell und präzise, eine

Ahnung davon, dass es bald vorbei sein würde.

„Ich will auch nochmal!“ Langsam stach ich den Körper meines kleinen Monsters zu Ende.

„Sieht gut aus.“ Ich machte ein Foto. Später würde ich es an alle meine Freund\_innen schicken, um zu verkünden:

„Ich habe mein erstes Tattoo!  
Und ich hab' es (zum Teil) selbst gestochen!“  
Danke, dass du dabei warst.

\*P.s. An die Zeichnenden:

Danke für diese tollen Monster, ihr Lieben!



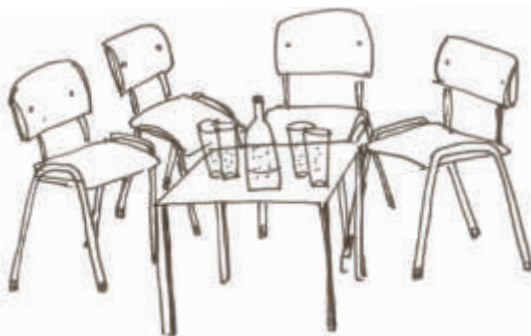
# Veranstaltungsbericht: Podiumsdiskussion zum Thema Männlichkeit

Im Februar fand in Leipzig eine Podiums-Diskussion mit dem Titel „MANN\*-SEIN/ MANN\*-WERDEN“ statt. Laut Ankündigungstext sollte es darum gehen die Fragen zu beantworten „Wie dringt männliches\* Begehren in die Lebensrealität aller ein? Warum muss über Männlichkeit\* gesprochen werden, wenn wir nach fluiden und queeren Formen von Begehren suchen? Wo prallt Queer-Sein auf andere Bestandteile der eigenen Identität?“ Da sie im Kontext einer Performance eines jüdischen Künstlers statt fand, spielte auch Jüdischsein eine Rolle.

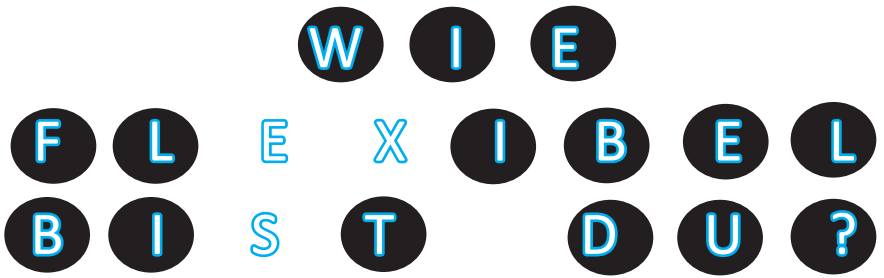
Ich schreibe hier aus meiner absolut subjektiven Perspektive als queer-feministische Frau. Ich weiß nicht wo ich es sonst los werden soll, wo es vielleicht Interessierte erreicht, daher habe ich die Brav\_a als Medium gewählt. Ich nenne keine Namen weil es mir nicht darum geht spezielle Leute zu beschämen.

Ich fand die Veranstaltung sehr schlecht und finde sie kann als Beispiel dafür dienen, wie Diskussionen über das Thema Männlichkeit nicht geführt werden sollten. Nicht nur waren die Fragen unnötig intellektuell formuliert, so dass sie sowohl für die Befragten als auch für das Publikum (zumindest für mich ohne Gender Studies-Abschluss) kaum verständlich waren. Auch die Besetzung des Podiums ließ zu wünschen übrig. Eingeladen war eine weiblich-sozialisierte jüdische Person, die queer-feministische Workshops zum Thema Sexualität gibt. Diese Person war die Einzige, die tatsächlich viel und Interessantes zum Thema zu sagen hatte. Den meisten Redeanteil hatte sie natürlich jedoch nicht. Eine weitere Person war ein Journalist und Mitglied in einem Verein für queere Jüd\*innen. Im Laufe der Diskussion wurde klar, dass er sich mit dem Thema Männlichkeit nicht so richtig auseinandergesetzt hat. Auch schien er sich nicht auf die Veranstaltung vorbereitet zu haben, seine Redebeiträge wirkten so als denke er erst im Moment des Redens darüber nach was er sagen soll. Ein Verhalten was ich leider oft bei männlichen sozialisierten Menschen beobachte und irgendwie teils für den Mut beneide, teils als ZuhörerIn richtig nervig finde. Als es darum ging, dass Männer dazu erzogen werden keine Gefühle wahrzunehmen und Schwä-

chen nicht zu zeigen, erzählte er, dass ihm das auch schon Partner vorgeworfen hätten, aber dass es ja nicht stimmen könne, denn natürlich könne er das. Er habe im Prinzip gar keine Probleme mit Männlichkeit. Doch die dritte Person regte mich am meisten auf. Der selbsternannte Kritische Männlichkeits-Aktivist und Pro\_Feminismus-Experte nahm sich sehr viel Redezeit und dabei reflektierte er fleißig sein männliches Privileg, dass ihm ermöglichte hier auf dem Podium so viel Raum einzunehmen. Mit diesem rhetorischen Trick macht er sich natürlich unangreifbar. Wie soll man ihn noch kritisieren, wenn er sich doch schon so brav selbst kritisiert hat? Was wäre ein besserer Umgang gewesen? Von den Eingangsfrage „Wie dringt männliches\* Begehren in die Lebensrealität aller ein?“ hätte das Panel meiner Meinung nach auch gut nur aus weiblich sozialisierten Menschen und/oder trans-Frauen bestehen können, die sich tagtäglich mit den Konsequenzen von männlichem Begehren auseinandersetzen müssen. Warum wurde der Journalist, der offensichtlich nicht besonders für den Hauptfokus der Veranstaltung qualifiziert ist, eingeladen? Warum hat der Journalist nicht selber reflektiert, dass er sich nicht auskennt, und lieber jemand anders, vielleicht ja eine Frau aus seinem Verein weiterempfehlen können? Wenn es dem Pro\_Feminismus-Menschen ernst gewesen wäre darin, seine eigenen Privilegien zu reflektieren und weniger Raum einzunehmen, hätte er nicht auf die Teilnahme verzichten müssen und statt dessen eine Frau\* empfehlen können? Mir fällt mindestens eine genauso qualifizierte und ihm bekannte cis-Frau mit der gleichen Expertise zum Thema kritische Männlichkeit ein. Was bringt es uns als Frauen\* wenn es es pro\_feminische Männer gibt, die uns trotzdem die Plätze auf den Panels wegnehmen und sich dabei noch geil reflektiert fühlen? Es geht dabei meiner Meinung nach nicht nur um Raum sondern auch um finanzielle Ressourcen wie Honorare für solche Veranstaltungen. Als cis-Mann mit kritischer Männlichkeit Geld zu verdienen und soziale Anerkennung einzuheimsen ist meiner Meinung nach nicht feministisch, sorry.



Von anonym



**Flexibilität ist in aller Munde. Alle finden es gut. Auch in Beziehungskonstellationen kommt es sehr gut an. Aber wie gut gelingt es dir in allen Lebens- und Liebeslagen flexibel zu bleiben? Um das zu beantworten, haben wir uns diesen tollen Test ausgedacht, der ein für alle Mal**

**die Frage klärt: Wie flexibel bist du?**

*Wie ihr euren Flexi-typ findet, steht ihr auf Seite 39*

## 1. Was ist deine Lieblingsyogaübung?

- a** Sukhasana auf der Couch
- b** Der über die Schlüssel gebogene Hund
- c** Selbstoptimierung löst die Weltprobleme auch nicht, aber ich mag das Kamel.
- d** Yoga ist mir zu soft, aber wenn's sein muss mach ich nen Baum.
- e** Wenn dann Akrobatik-Yoga, weil man das zu zweit macht.
- f** Jedes Assana ist Teil eines Prozesses. Namasté!
- g** Gruppenyoga im Park mit guter Absprache und gegenseitiger Rücksichtnahme ist es einfach entspannt. Aber oberkörperfreie Typen werden sofort ausgeschlossen.

## 2. Was für ein Fahrrad fährst du?

- a** Fixed Gear; das ist halt grade in.
- b** Single Speed, komplexe Verschaltungen sind nicht so mein Ding. I drive it my way...
- c** City Bike mit sieben Gängen und einer Ortlieb Tasche
- d** 32 Gang Mountainbike
- e** Ich fahr voll ab auf viele Menschen ;) drum: Bierbike – Muss mensch dabei gewesen sein, um es zu verstehen.
- f** Wir fahren ein Tandem-Fahrrad, wir üben derzeit freihändig um die Kurve zu fahren. Zusammen ist einfach alles schöner. Warum zwei Fahrräder wenn es auch auf einem geht?
- g** In meinem Fahrradkeller stehen unterschiedliche Räder, ein City bike, ein Singlespeed und irgendwo steht auch ein Tandem.



### 3. Wo fährst du lang mit dem Fahrrad?

- a** Ich kann überall hinfahren, egal auf welchem Rad, es darf nur nicht zu lange dauern, den ich hab noch ein paar andere Adressen abzuklappern.
- b** Abwechslungsreiche Strecken mit schöner Aussicht, Hauptsache nicht zu anstrengend. Für den Fall der Fälle: Hab ich auch immer was zu vernaschen dabei.
- c** Ich fahr mit meinem Klapprad auch die krassesten Mountainbike Tours mit, bin dann aber danach super außer Atem und hab Rückenschmerzen und setze auch mal eine Tour aus, warum nicht mal zu zweit an den See fahren?
- d** Ich fahre mit Fahrrad und Bahn eine 5 km Tour zu einem romantischen Ort im Grünen.
- e** Wir fahren überall hin mit unserem Tandem, Hauptsache wir sind zu zweit und glücklich.
- f** So pauschal kann ich das nicht sagen; ich schaue was kommt und lass mich darauf ein, so hat auch die Weltreise schon geklappt.
- br** Ich schaue worauf ich Lust hab, schaue wer mitkommen kann und gehe dann die Route durch; Ein guter Plan ist die halbe Erholung!

### 4. Ihr seid zusammen auf einer Party, deine Partner\*In wird angeflirtet?

- a** Das ist doch total in Ordnung, ich kriege das meist gar nicht mit, weil ich selber schon eingeknutscht bin. Wir sind doch schon zusammen gekommen, wir müssen ja nicht auch noch zusammen gehen, wir sind hier schließlich kein Klammer-Pärchen.
- b** Wir haben natürlich vorab über solche Situationen geredet und einen einverständlichen Umgang damit gefunden. Flirten ja, nach Hause gehen nicht, dass machen wir ja schon, um noch weiter zu diskutieren. Am nächsten Tag sind alle unzufrieden. #HappyPolyLife
- c** Ich versuch damit entspannt zu sein und kippe Unmengen an Alkohol mit einem Lächeln in mich hinein um es zu ertragen. Vielleicht. Klappt ja ein Vierer?
- d** Ich verlasse mich darauf, dass mein\*e Partner\*in damit souverän umgeht. Ich finde Partni gleich noch attraktiver, wenn ich Partnis Wert bestätigt sehe. Mehr als Geflirtete sollte aber nicht werden, sonst muss ich leider sanktionieren.
- e** Haha, das haben wir gar nicht mitbekommen. Kicher. Wir fühlen uns geschmeichelt. Voll süß danke.
- f** Das ist eine schöne Vorstellung; natürlich habe ich auch früher Eifersucht gekannt; doch inzwischen sehe ich, dass in dieser Zuneigung und der möglichen Nähe nur mehr Glück für mein\*e Partner\*in, mich und die aufregende neue Person sich ankündigt.
- br** Also, da ich ja kein\*e Partner\*in habe, kann auch noone mein\*e Partner\*in anflirten; also.. cogito ergo bummswalera.. Es gibt kein Problem. Partner\*in.. sagt das heute überhaupt noch jemand?

## 5. Welche Position spielst du beim Fußball?

- a** Ich bin Allrounder. Ich kann alles spielen und zieh gern auch mal durch bis ganz nach vorne. Ich mache das schon. Mich könnt ihr immer anspielen.
- b** Ich steh am Spielfeldrand und jubel allen zu. Aber nur bei Heimspielen, das ist schon anstrengend genug.
- c** Defensives Mittelfeld – Ich passe auf das die Balance zwischen Defense und Offense stimmt. Oft genug klappt es nicht. Dann muss ich grätschen.
- d** Fussball? Akroyoga, Badminton, Dogdance und Synchronspringen sind unsere Sportarten.
- e** Ich stehe im Tor, ich halte den Ball, ich organisiere die Abwehr.
- f** Das besprechen wir bei jedem Bolzspiel neu, ich hab da Vorlieben, aber muss mich auch nicht festlegen, aber es ist mir schon wichtig achtsam mit dem Spiel und den Mitspieler\*innen umzugehen
- g** Ich seh mich eher so als stürmender Libero; anders formuliert, ich bin eigentlich immer der Star des Teams; am liebsten Spiele ich aber Weltmeister-Modus auf'm Sportplatz, im 1on1 bin ich am besten.

## 6. Was isst du zum Frühstück?

- a** Eine gut ausgewogene Mischung aus Müsli und frischem Obst – Soyajoghurt aber dazu Kaffee.. ganz viel Kaffee..
- b** Ich hab vergessen einzukaufen und bediene mich am WG-Kühlschrank/Am liebsten sneake ich mich in Hotels zum Frühstücksbüffet. Keine Verantwortung und die ultimative Auswahl. Ich sag immer: Wer gut abwaschen kann, soll abwaschen.
- c** Ich esse auch alles, muss aber nach dem Frühstück viel Zeit einräumen, weil ich von dem Durcheinander Blähungen krieg. Meine WG ist auf Frischkornbrei umgestiegen, allerdings kollidiert das mit meiner Glutentoleranz, aber ich komme damit klar; ich finde es beim Zusammenwohnen auch wichtig, auf die Bedürfnisse der Mitbewohnis einzugehen.
- d** Wir essen eigentlich immer das gleiche aus denselben Schüsseln. Es gibt ein eingespieltes Ritual. Wir essen auch abwechslungsreich aber auf dem Teller verlange ich Routine!
- e** Ich esse meistens Frühmittab gegen 13 Uhr; Frühstück, Mittag, Abendessen, das sind doch bürgerliche Kategorien. #normcore #deathbystructure
- f** Kaffee im Bett, wer schneller ist es vorzubereiten bringt von allem zwei identische Portionen auf einem Teller.
- g** Ach das variiert, manchmal gar nicht und dann das was für mich und alle anderen grade gut schmeckt. Es ist wichtig auf seine innere Stimme zu hören.

## 7. Welchen Arbeitsplatz findest du für dich am passendsten?

- a** In einer kleinen einflussreichen NGO, da brauche ich auch ein großes Gehalt und passende Ausstattung; anders geht diese Arbeit überhaupt nicht; für die Balance ist es mir natürlich trotzdem wichtig, nicht mehr als 15 Stunden die Woche zu arbeiten.
- b** Mein foodcorp-Kollektiv ist zwar etwas prekär und die Altaktivisten haben ihre Arbeitsweisen seit 20 Jahren nicht geupdatet, aber in diesen dann entstehenden Konflikten kann ich meine Mediationsfähigkeiten optimal erweitern.
- c** Puh, ich arbeite gern in meinem fair-trade-bio-café-olé Café. Ja, die Arbeitsbedingungen sind anstrengend und ja, die Bezahlung ist ziemlich niedrig und ja, ich habe eigentlich nichts von den Einnahmen außer die Trinkgeldration am Abend, aber heh, ich kann Kaffeetrinken soviel ich will. Und die Leute sind immer soooo nett!
- d** Die Ich-AG; dort kann ich alle meine Fähigkeiten einbringen, so viel arbeiten wie ich will aber auch keinen Schritt mehr; und wenn die Struktur nicht mehr passt kann ich ja immer wechseln. Eeeasy.
- e** Arbeit nervt, aber wenn sie schon nervt, dann will ich davon leben können und für die richtigen Sachen arbeiten. Also Vertrag ja! Aber Seele verkaufen? Niemals!
- f** Ich bin schon früh in dieses Familienunternehmen reingerutscht und ich werde es wahrscheinlich eines Tages übernehmen. Fühle ich mich dadurch eingeengt? Nein! Genieße ich die Familiarität, Intimität und Sicherheit! I guess, I do #yes-wecan #icharbeitegernefürmeinenkonzern
- g** Ich bin Abteilungsleiter der Liebe.

## 8. Dein Chef ruft dich Sonntag an, wie reagierst du?

- a** Ich bin mein eigener Boss; ich kann mich ja nicht selber anrufen, oder? Kapisch? Geht nicht!
- b** Ich gehe ran, es ist sicher wichtig, ich bin wichtig, und ja das ist blöd, aber was soll ich machen; wir sprechen ein andermal über die Gründe hierfür; erstmal löse ich das Problem.
- c** Ich gehe ran und frage was los ist. Einerseits, klar, Sonntag, andererseits gibt es dafür sicher einen wichtigen Grund.
- d** Es gibt eine Arbeit und es gibt ein Privatleben. Und es gibt eine Arbeitswoche und ein arbeitsfreies Wochenende.
- e** Puh, wenn die Arbeit ruft, ruf ich zurück, ist mein Motto. Aber solche Anrufe sind immer abgesprochen vorher.
- f** Ich habe mein Handy nicht immer bei mir am Wochenende; nur die Vorstellung, dass Handy bei sich zu haben, ich meine denkt doch nur an die negativen Auswirkungen auf die privaten und künstlerischen Prozesse; alles an seinem Ort, sage ich immer; Manchmal muss man die Menschen vor Ihren eigenen Dämonen schützen; der Chef braucht doch auch einen Ruhetag.
- g** Wenn ich einen Chef hätte würde ICH den Sonntags anrufen. Aber nicht so um die Mittagszeit, wenn ihr wisst wie ich meine...

## 9. Stell dir vor du bist eine Frucht, welche?

- a Dragonfruit
- b Physalis
- c Kiwi! Ne Goji! Ne Jackfruit! Ne Avocado! Nee, nee, nee, nich Avocado, ich meinte die Ananas, genau! Ananas!
- d Kirschen
- e Monstera
- f Obstsalat
- g Ich finde diese Obstifizierung wirklich unpassend; #Rotkohl#Rotfront

## 10. Es gibt einen Polyamorösen Stammtisch in deiner Stadt, du gehst hin; dort verhältst du dich...

- a Ich weiß zwar schon alles zu Polyamorie, Beziehungsanarchismus und Self-Care, muss also eigentlich nicht hingehen, aber warum nicht, ich kann ja auch mal mein Wissen teilen ;) Dann treffe ich auch die früheren Sexpartnis mal wieder, was ein lustiges Wiedersehen
- b Ich find das Thema gut, aber Stammtisch eigentlich weird. Trotzdem: Solche Stammtische sind wichtig, um sich zu treffen zu vernetzen und auszutauschen und dadurch überhaupt erst in die Lage zu kommen wirkliche polyamouröse Erfahrungen zu machen. Was Leute sonst ohne solche Stammtische unter Polyamorie verstehen ist oft nur schwer zu unterscheiden von #mackermodus
- c Klar gehe ich dahin, aber ich muss das schon echt zeitnah wissen damit ich mich darauf einstellen kann; wahrscheinlich kann ich die Tage vorher schon nicht schlafen, zittere das Treffen durch und will vor allem wissen wie ich mich da reindenken kann, wenn das ganze gar nicht mein Ding ist. Aber da sind ja auch voll die süßen Leute am Start
- d Wir gehen wenn dann da zusammen hin um uns wen aufzureißen.. no biggie
- e IIIH, klingt nach einer schrecklichen Veranstaltung. Wenn mein\*e Partner\*in dahin geht, gehen will oder es auch nur erwähnt TRENNE ICH MICH SOFORT!!!!
- f Ich mag Menschen, ich mag Begegnungen und ich stelle mich umso lieber unbekanntem Gruppen; wer weiß welche schönen, oder unschönen (it is all human!) Erfahrungen ich dort wohl machen kann. Ich bin jetzt schon voller Vorfreude!
- g Polyamoröse Stammtische? Man würde ja auch keinen Krieg befrieden wollen, oder? So etwas freies und wildes wie die Liebe in eine Organisation pressen zu wollen, nein nein, nein; Anarchopolyamorismus4life! #freeallgrooms #freeallbrides

## 11. Welches Buch würdest du allen in Sachen Liebe empfehlen?

- a** The subtle art of not giving a fuck.
- b** Jules und Jim. Read and learn!
- c** The ethical slut
- d** Make love
- e** Hihi. Kamasutra.. Hihi...
- f** Shortbus, oh achso ein Buch; sorry, naja.. alle Medien sind Ausdrücke dergleichen Sprache.
- g** Crashpadseries

## 12. Was ist der wichtigste Wert für dich?

- a** Offenheit
- b** Ausgeglichenheit
- c** Teilhabe
- d** Geborgenheit
- e** Sicherheit
- f** Verbundenheit
- g** Freiheit

## 13. Folgst du in deinem Leben einer goldenen Regel?

- a** Carpe Diem
- b** Keep going
- c** if it's not accessible to the poor, it's neither radical nor revolutionary
- d** Gemeinsam sind wir stärker.
- e** You break my heart I break your leg.
- f** We ebb and flow across time and space—body, to body, to body, to body
- g** Man kann einen Scheißhaufen nicht polieren, aber man kann ihn in ein Glas gestohlenen Champagner tauchen.

## 14. Welche Fotos verschickst du am liebsten?

- a** Selfies
- b** ähh Datenschutz
- c** ich schick grade vor allem kurzvideos
- d** Katzens GIFs sind und bleiben zeitlos
- e** Us-Sies
- f** Pano
- g** Datenschutz ist mir sehr wichtig ;) #sendnudes #nofacenoproblem

## 15. Welche Person bewunderst du?



- a Madonna
- b Deutschelaichen
- c FaulenzA
- d Beyoncé
- e RuPaul
- f Adrienne
- g Band ohne Name

Und nu?

**Jetzt finde her-  
aus welcher Flexityp du  
bist** Rechne nach welchen Ant-  
worttypen du am meisten ange-  
kreuzt hast, um dich deiner Katego-  
rie zuzuornen!



### Hyper-Flexibilistische Polymacker\*in aka Schein-Flexibles Bewegungshinderniss

Manchmal passiert es, dass Menschen denken, was für sie gut ist, ist automatisch auch für alle anderen gut. Und manchmal versuchen Menschen, das anderen Menschen auch so zu vermitteln. Und so ist Polyamorie aber nicht gemeint. Es geht auf jeden Fall um die Gefühle aller Beteiligten. Und wenn du nonstop eine gute Zeit hast, hinter dir sich aber ein Berg trauriger Leute und im Streit geendeter Beziehungen aufzutürmen beginnt, solltest du vielleicht kurz innehalten und nochmal überlegen, was genau wirklich für alle gut lief und vielleicht auch reflektieren, ob du wirklich auch den magischen Polydreiklang aus „Mehr Kommunikation, Mehr Verantwortung, Mehr Spaß!“ im Blick hast oder ob du dein Beziehungskonzept nicht vielleicht doch besser in Polymackertum umbenennen solltest.



### Pro-Flexible Realist\*in

Du kriegst das hin ist dein Lebensmotto. Die RZB ist aus der Mode, die Monstersymbiose keine Option, also warum nicht polyamöres Leben. Klar, mehr care Arbeit und alles, aber du kriegst das hin! Wir finden diesen hands-on-approach natürlich super, aber wollten dir gern noch mit auf den Weg geben: Liebe und Arbeit sind nicht immer dasselbe. Es sollten also auch für dich schöne Momente dabei sein, wo du einfach nur genießt, dass es ist wie es ist, ohne den Spaß vor lauter Funktioniererei zu vernachlässigen. Sich einfach mal irgendwo richtig reinfallen lassen heisst zwar auch so richtig auf die Schnauze fliegen können, aber es gibt ja auch Leute, die dann weiter für dich da sind und dich dann auffangen können. In diesem Sinne: Poly on my dear!

**Szene-Flexibilist\*in**

Poly? Du bist dafür! Aus Prinzip und das ist toll! Wir wollen doch alle gerne Teil von progressiven Jugendbewegungen sein. Leider musst du dabei darauf achten, dass du dich vor lauter Mitmachbereitschaft und Selbstaufopferung nicht komplett aus den Augen verlierst. Du willst auch mal eine ganze Netflix-Serie mit derselben Person durchschauen? Auch wenn es eine zweite Staffel gibt? Du kannst mit ner totalen Offenheit von Beziehungen so wenig umgehen, dass es dir Bauchschmerzen bereitet. Das ist okay, das Bedürfnis nach Mehr Bezugnahme oder Verbindlichkeit ist okay! Hör ruhig auch mal auf dich selbst und nicht nur auf den Szenecode! Nur wenn alle ehrlich für sich klar haben, was sie eigentlich wollen, kann es ein schönes Miteinander geben.

**Fixiert Flexibelist\*in früher bekannt als RZB**

Auf die Flexibilisierung der Beziehungs-Welt reagierst du aufgeschlossen: Du nennst deine RZB jetzt Poly\*-Beziehung und nimmst voller Freude an Unterhaltungen zur schönen neuen Polywelt teil. Aber richtig mit Rumknutschen mit anderen, intensiven Aushandlungen und ÜBERNACHTUNGSBESUCHEN? Nein-nein-nein! Soweit muss der Wahnsinn nicht gehen. Es ist natürlich toll, wenn es dir gut damit geht, aber Polygamie oder -amorie ist dann noch was anderes. Vielleicht hast du ja auch mal Lust kleine Knutschereien in deine Beziehungen zu integrieren. Ansonsten ist monogamie auch eine Entscheidung, für die sich kein Mensch schämen muss....

**Die MONSTERSYMBIOSE**

Poly? Ein klares „ganz sicher nicht!“. Du lebst den Traum deiner Großeltern, du hast die Beziehung aus Beton, Liebe für immer und Zweisamkeit als Lebenshaltung. Richtigerweise hast du erkannt, dass zusammen leichter ist, und Sachen durch zwei Teilen das Schönste auf der Welt? Easy! Wir mahnen zur Vorsicht: Da draußen gibt es mehr als sich immer um die eigene Achse zu drehen, und ein wenig personal time, eigene Aktivitäten und Freundinnen nur für dich können Wunder helfen. Denn es gibt Probleme und Dramen nach dem Film „happy end“, die uns Hollywood verschwiegen hat: Langeweile, Einsamkeit und das endlose Glück will sich auch nicht recht einstellen, wenn du es ausschließlich in einer einzigen anderen Person suchst. Aber wenn du dich doch nochmal umentscheiden willst: Mit deinen ausgeprägten commitment-Fähigkeiten nimmt dich jedes polykül mit Kussband.





**Auflösungstabelle:**  
**Das Symbol, welches du am häufigsten mar-**  
**kiert hast, entspricht deinem**  
**Flexibilitätstyp\* . :)**

Antwort → Frage ↓	A	B	C	D	E	F	G
1	👉	😊	⚙️	👉	☐	📄	👤
2	⚙️	😊	👉	👤	👉	☐	📄
3	👉	😊	⚙️	👉	☐	📄	👤
4	👉	👤	⚙️	👉	☐	📄	😊
5	👉	⚙️	👤	☐	👉	📄	😊
6	👤	👉	⚙️	👉	☐	😊	📄
7	👤	👤	⚙️	👉	👉	☐	😊
8	👉	👤	⚙️	👉	☐	📄	😊
9	👉	👤	⚙️	👉	☐	📄	😊
10	👉	👤	⚙️	👉	☐	📄	😊
11	👉	👤	⚙️	👉	☐	📄	😊
12	👉	👤	⚙️	👉	☐	📄	😊
13	👉	👤	⚙️	👉	☐	📄	😊
14	👉	👤	⚙️	👉	☐	📄	😊
15	👉	👤	⚙️	👉	☐	📄	😊

H a u p t s a c h e  
 e h r l i c h ! !

B r a v \_ a P s y c h o t e s t \*

**Cheers queers**  
**Rot-weiße Basecaps**  
**Homosocken**  
**Korbmaranten**  
**Nippelpiercings**  
**Megan Rapinoe**  
**Geblichte Batikshirts**  
**Blaue Haare**

**Lichterketten als Awarenesssteam -**

**Erkennungsmerkmal**  
**Windhunde mit Rollpullis**  
**Zungenpiercings**  
**Leipzig**

**Wrackspurts (Band)**  
**Emotional Labour Queen**  
**Selbstgenähte Leggings**

**Contra**  
**Profeminismus**

**Algencaviar**  
**Molekularfeminismus**  
**FLINT\* Bands gründen**

**Pony**  
**Hashtags**  
**Tempeh**

**Referentialität**  
**Systemverstörer\*innen**  
**Polyester**



Berlin  
 Kreuzfahrtschiffe  
 Polymacker  
 Kontra  
 Selbstreferentialität  
 Wursthare  
 The L word Generation Q  
 BüroPflanzen  
 Pro  
 Realexistierender Profeminismus  
 Mikroaggressionen  
 Plastikgeschirr  
 Winter ohne Eis  
 Cardigans  
 Vokuhila  
 systemrelevant  
 "Einzeltäter-Ablenkungsbehauptung/ #Einzeltäter seit 1933"  
 Krabbenbrause  
 Pipi-Ente  
 Sojabohnen  
 STI's nicht mitteilen  
 Zähneknirschen  
 Krönchen

**IN UND OUT**

## What exactly you are doing and working and what does this mean?

I own and, along with an amazing team of committed sex educators, run an alternative, feminist, gender-inclusive (but women, nb & trans-oriented), queer (but hetero-friendly), sex-positive, vegan, education-oriented sex shop in Berlin.

What this basically means is that we're a sex shop, and as such are working within various established structures and conventions, but that our values and politics inform our decisions, which ultimately means that our shop looks quite different

their visit, speaking about sex and bodies in an inclusive and non-judgmental way, and offering diverse workshops and events.

As an educational space, Other Nature is an invaluable resource, especially for those who don't otherwise have access to reliable and sex-positive information, support centers and networks. It also means that we spend a lot of time developing content and programmes that help fill the gaps in people's sex ed, and also challenge the sex negative messaging that we're tirelessly getting fed in the media and elsewhere.

Interview mit Sara

alternativer Sexladen  
Other Nature

from mainstream, commercially-driven sex shops. So, for example, our decisions include things like stocking only body-safe products with a less harmful environmental impact, offering a large selection of gender expression gear that folks can try on, creating a welcoming atmosphere by choosing art and décor that is inviting to a wide range of people, having friendly and informed staff to help and support customers throughout

## How did you get to the work you are doing, like what was your biographical journey bringing you there?

(Steps, moments, decision points, lucky incidents and so on)

I was studying English literature at university in Ottawa, when me and my partner at the time fairly spontaneously decided to move to Montreal. I loved Montreal and would

have probably stayed for longer, but I had to move back to Ottawa a year later in order to finish my undergraduate degree.

Back in Ottawa, I ended up renting an apartment around the corner from Venus Envy, the local feminist sex shop. So when I was looking for a part-time job, I decided to apply at my neighbourhood sex shop... because, why not? I knew I desperately wanted to work there, though to this day I don't really understand how or where that seed was planted. I was (and still am) very shy. I had no experience doing sex ed, although I did have tons of customer service and retail experience, having worked since the age of 16 in fast food, at a bakery, a landromat, a gift shop, a cafe, a supermarket, an ice cream shop, and the list goes on. But going from scooping ice cream to talking about sex with strangers never felt like an obvious next step for me, never mind a future career path.

I grew up Catholic in a very loving and supportive family, but we never talked about sex, either before or after I was having it. It was my best friend who bought me my first vibrator and told me about lube. And even after learning about lube (already in my early 20s by then), I felt embarrassed using it – like I was defective or something. (Side note: we sell more

lube at Other Nature than any other product. Lube is amazing! And you are not broken for using it!! Also have you ever heard of nonconcordance? It's a thing! Specifically, it's when the blow flow to your genitals doesn't map onto what you're actually desiring sexually – so you might be all hot and bothered but not wet at all, or you might be really wet but aren't turned on by the thing that triggered your lubrication. Book tip: *Come As You Are* by Emily Nagoski. In it she talks all about arousal nonconcordance.)

OK, back to my fascinating bio... So I applied at Venus Envy and when Shelley (the founder and owner at the time) asked me during my interview if I would be comfortable talking with people about sex, I said that I didn't know... and, actually, I suspected that I'd be the absolute worst at it. So my luckiest – and most career-defining – break was that Shelley saw past the awkward and sometimes stumbling first impression I gave in that interview, and gave me a job. I definitely wouldn't have been able to open Other Nature had it not been for my years of experience working at Venus Envy. It was there that I became both a sex educator and a business woman in the making.

## How are your political opinions and beliefs connected with the work you are doing?

As I explained earlier, our politics and values are woven into the Other Nature fabric. In other words, they are at the core of what we do and how we do it. And this is why we explicitly name our values – so that people know what we’re about. But it’s in no way to say that if you’re not queer, or don’t identify as a feminist, that you’re not welcome at Other Nature. Because, actually, what these values look like to us in practice is a place where everyone is welcome – and as long as you’re respectful of the space and everyone in it, you’ll be shown the same in return.

Personally, I really do believe that by fostering a positive attitude toward sexuality in all its multifaceted amazingness, by creating spaces where people can feel comfortable and supported in their sexuality, and ultimately by encouraging positive human connection, people will be nicer to themselves, more generous with each other, and more conscientious toward the world that we all live in together. In this way, this work is about making the world a less shitty place – which is essential for positive political change.

## Can you live from this job? - How is it to work in a more left/queer/feminist working environment?

If you’re lucky, you can... eventually... well, sort of. Let’s just say that it’s not the type of job where you’ll make lots of money (either as the owner or as an employee.) Luckily, we don’t do it for the money. But, to be honest, earning so little while working so hard can feel demoralizing sometimes.

If we do manage to make more money, it goes directly to paying higher wages to employees. It’s always been that way, and will continue to be that way until all of us are making a decent salary. Whether that day will ever come, I can’t say for sure. But I would definitely encourage people to think about that before they buy their sex toys from Amazon or other big mainstream corporations that only care about their profits, big CEO salaries and shareholders interests.

Despite the pay being what it is, there are lots of benefits to working in a queer/feminist environment – we get to work with other queers and feminists who all genuinely care about each other’s well-being; we get to do meaningful work that actually makes a difference in people’s lives; we don’t have the pressures of salesy retail environments that prioritize selling over the customer’s experience and the employee’s integrity; and we’re

committed to learning and growing and doing things better.

While it's great to work in a left/queer/feminist environment like ours, it's also incredibly challenging that, as a retail shop, we are both at the whims of and in antagonism to the capitalist system. Although we of course only exist in our current form because of this system, as a small, feminist business we nevertheless refuse to fully subscribe to the capitalist growth paradigm – where bigger is better, and making (more and more) money is the ultimate goal. If as a sex shop your goals are social and community-oriented in nature, and you prioritize egalitarian ideals, then you're not going to be the next Dildo King/Queen/Qwing or whatever. If, however, making a tonne of profit IS your ultimate goal, you end up having to compromise on your values, which makes your shop a lot more mainstream than what most feminist sex shops set out to do. So given our unwillingness to make any big compromises on our values at Other Nature, I guess we just have to settle for being bad at profit-making/ global capitalist domination. But we also wouldn't have it any other way... well, except if somebody wanted to give us funding to focus even more on our educational content and programming. That's the dream.

**The topics of our last issue are „ca-re-work“ and „sexual transmittable diseases“? As a sex positive place, how much information/education on std's is happening at other nature?**

We try to make info about STIs and safer sex accessible to our customers in various ways – eg through books, info displayed around the shop, and free pamphlets that folks can take with them. We recently created a resource page in our “Info & Advice” section on our website – there are lots of great pdfs and links to check out there. We also offer workshops on safer sex, both in the shop as well as out in the community.

Generally speaking, our approach to talking about both safer sex and STIs is to normalize and de-stigmatize the conversation so that people feel comfortable asking their questions and sharing their experiences. That said, we don't usually have very in-depth discussions with people about the more medical side of STIs, since our training doesn't include much specialized knowledge about symptoms, studies, or medications. But we're able to point people to resources where they can find this information.

We probably talk about yeast infections and bacterial vaginosis most of all, and we give a lot of info about the different kinds of safer sex barriers that are available, and what are some of their pros and cons. Some

particular things that come up multiple times per day are that oil-based products, like coconut oil, can cause condoms to break (oil isn't safe to use with latex or polyisoprene barriers) and that glycerine (often found in water-based lubricants) can trigger yeast infections. Just a couple of tips for your readers!

In many ways, you could see our project and approach as a form of care work. We spend a lot of time holding space for our customers to share intimate details about their desires, sexualities, and bodies - from young trans folx trying on their first binder or gaffs to 70 year old women buying their first vibrator. Some people might even encounter less psychological (or financial) barriers coming into our shop for a chat than getting an appointment at a counselling service or paying for a sex therapist. In saying that, we by no means want to imply that we are a replacement for either of those things - rather, that this is just another contradictory aspect of our participation in the capitalist system. That is, most people feel more comfortable and more familiar with the customer-shop assistant dynamic than with other dynamics.

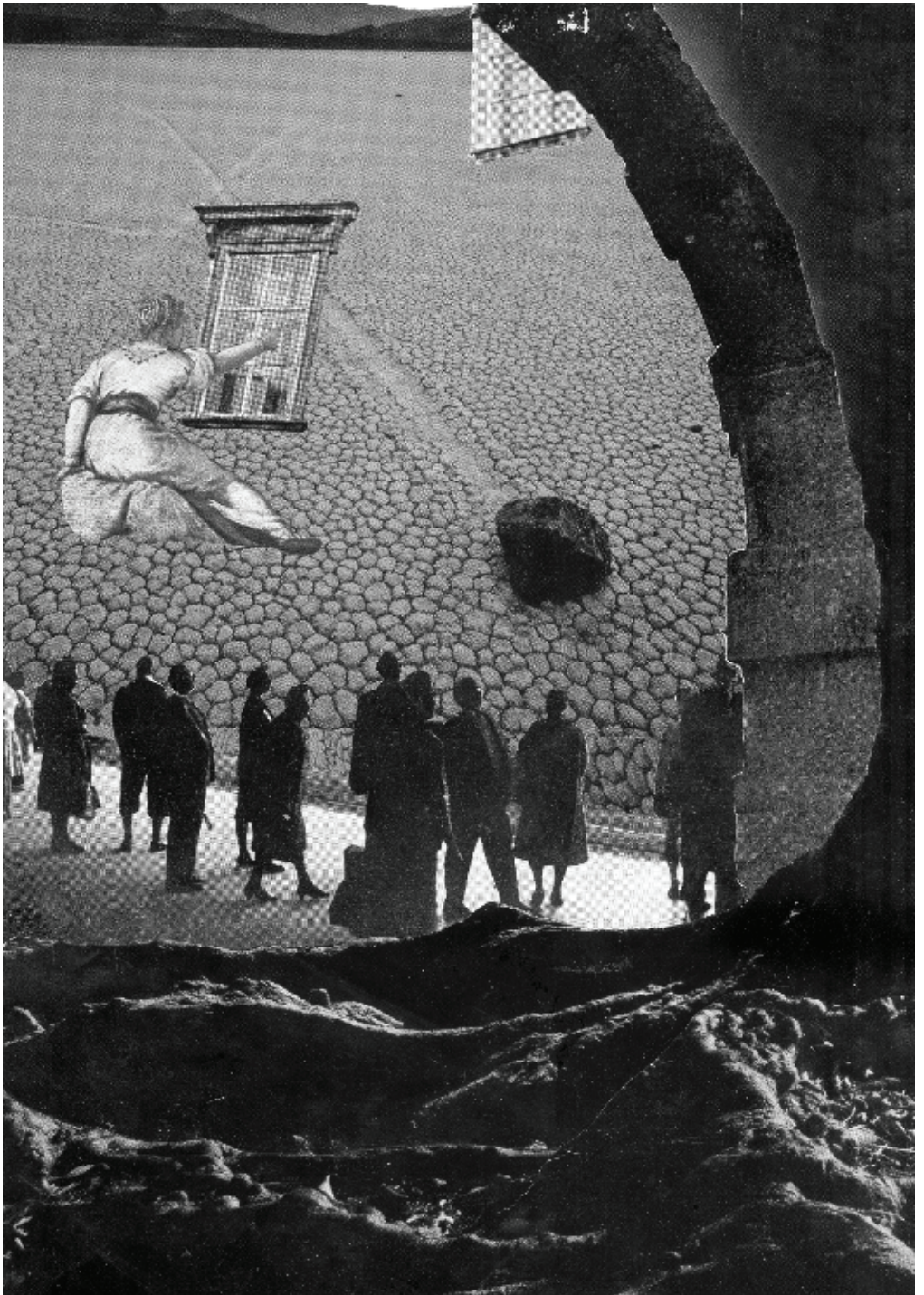
**How is it to be a boss in a left working environment? Are there certain difficulties/problems? How do you organize your work?**

Some people are certainly more

suited than others to being a "boss", whether in a left working environment or not. I think that figuring out what kind of boss I want to be and what kind of boss my team needs me to be has always been a challenge for me. I guess I try not to be too "boss-like" because most of us at Other Nature prefer non-hierarchical structures. But because there is in fact a hierarchy, and when that hierarchy serves the business' and/or the team's needs, that can get confusing. Ultimately though, we organize our work according to what works. If something doesn't work for someone or for the business, we try something else. Unfortunately, there usually aren't any perfect solutions, especially when working with limited resources and overstretched capacities, so the wheels are endlessly turning. Hopefully we won't run out of gas any time soon.







seffaflik transparency (Paper Collage) von Etlepomme

# Das Abschiedsgeschenk Teil II

von Barbara



IN DER LETZTEN BRAV\_A BERICHTETE ICH ZUM THEMA EMOTIONALE ARBEIT IM ARBEITSKONTEXT VON DER WAHREN GESCHICHTE VOM ABSCHIEDSGESCHENK, DAS MEIN KOLLEGE IM NAMEN DES TEAMS FÜR EINE KOLLEGIN BESORGT HATTE. ES WAR EIN GEKNICKTES STÜCK PAPIER, AUF DEM ER DAS VERSPRECHEN EINER EINLADUNG IN EIN MUSEUM SCHRIFTLICH FESTGEHALTEN HATTE. ICH WOLLTE DAMIT ILLUSTRIEREN, DASS DERARTIGE CARE-ARBEIT LEIDER OFT UNGERECHT VERTEILT IST ZWISCHEN MÄNNLICH UND WEIBLICH SOZIALISIERTEN MENSCHEN. NUN MÖCHTE ICH DIE ANEKDOTE NOCH ERGÄNZEN UND EUCH, LIEBE LESER\*INNEN, AM ENDE EINE FRAGE STELLEN.

MONATE SPÄTER SABEN WIR MIT UNSERER NEUEN PERSON IM TEAM BEIM MITTAGESSEN. DER KOLLEGE WAR NICHT DA UND DA ER UNS BALD AUCH VERLASSEN WIRD, ERGRIFF EINE KOLLEGIN DIE GELEGENHEIT ANZUSPRECHEN, WAS WIR ALS TEAM FÜR EIN ABSCHIEDSGESCHENK FÜR DEN KOLLEGEN BESORGEN SOLLTEN. NACH EINIGEM HIN- UND HERÜBERLEGEN ZWISCHEN VERSCHIEDENEN KREATIVEN IDEEN WARF ICH EIN BITTE ZU BEDENKEN, WAS DER KOLLEGE SELBER FÜR EIN ADÄQUATES GESCHENK GEHALTEN HATTE: „EIN GEKNICKTES STÜCK PAPIER“. DA FING DIE NEUE PERSON IM TEAM AN SCHALLEND ZU LACHEN – ER HATTE KURZ ZUVOR DIE BRAV\_A GELESEN UND DAS ZITAT AUS MEINEM (UNTER EINEM PSEUDONYM GESCHRIEBENEN) TEXT WIEDERERKANNT. ICH WÜNSCHTE DIE GESCHICHTE GINGE SO AUS, DASS WIR UNS ZUSAMMEN EIN ÄHNLICH LIEBLOSES GESCHENK FÜR DEN KOLLEGEN AUSGEDACHT HÄTTEN. LEIDER FAND MEINE KOLLEGIN, DASS WIR UNS NICHT AUF DASSELBE NIVEAU WIE ER HINABLASSEN SOLLTEN. HAT SIE RECHT? ICH HABE MICH AUS DEM PROZESS EIN GESCHENK ZU BESORGEN HERAUSGEHALTEN, MIT DEM RESULTAT, DASS MEINE KOLLEGINNEN MEHR KÜMMER-ARBEIT INVESTIEREN MUSSTEN. UND EMOTIONALE ENERGIE HABE ICH DENNOCH INVESTIERT, INDEM ICH MICH MIT DER SITUATION AUSEINANDERSETZ UND MICH GEÄRGERT HABE UND GLEICHZEITIG EIN SCHLECHTES GEWISSEN HATTE. WAS WÄRE ALSO DIE FEMINISTISCH RICHTIGE LÖSUNG GEWESEN? ICH HABE DAS GEFÜHL ES GIBT KEINE GUTE LÖSUNG IN DIESER SITUATION, WEIL DIE ARBEIT DIE MEIN KOLLEGE SICH GEWEIGERT HAT ZU INVESTIEREN, NICHT RÜCKWIRKEND WIEDER AUSGEGLICHEN WERDEN KANN UND EIGENTLICH AUCH NICHT VON FRAUEN\* WIEDER AUSGEGLICHEN WERDEN SOLLTE. WAS MEINT IHR? SCHREIBT EURE MEINUNG GERNE AN DIE BRAV\_A-REDAKTION: BRAV\_A@GMX.DE

# „Irgendwas mit Männern“

## Zur Intimität und Relevanz des Gesprächs Interview mit Miriam Schwarz; Podcaster\*in bei „Irgendwas mit Männern“

Info: „Irgendwas mit Männern“ ist ein Podcastprojekt von Miriam Schwarz und Sina Holst; zwei Freund\*innen und Verfechter\*innen antikapitalistischen Luxuslebens; die beiden leben vorübergehend getrennt und verarbeiten in ihrem Podcast den alltäglichen Status Quo des Patriarchats zwischen London und Berlin. Den Podcast findet ihr unter <https://soundcloud.com/irgendwasmitmaennern>

Clara und Daniel von der Brav\_a haben sich mit Miriam getroffen um zu fragen, wie es zu dem Podcast kam, was die Themen sind und wie genau sie ihn machen.

Brav\_a: Hallo, schön, dass das Gespräch geklappt hat, wir mögen ja den Podcast sehr gern; um

gleich einzusteigen, wie würdest du beschreiben, was ihr da zusammen macht?

Miriam: Alles hat damals damit angefangen, dass Sina und ich darüber gesprochen haben wie wichtig eigentlich Gespräche unter engen Freund\*innen für uns sind; also fürs eigene Lernen und Entwickeln im Leben und wir hatten den Eindruck, dass wir den Unterhaltungen, die wir miteinander haben gern mehr Wichtigkeit schenken wollen. Also es geht nicht unbedingt darum, dass wir unsere Gespräche konkret so wichtig finden, dass alle hieran teilnehmen müssen, sondern als Beispiel eines Gesprächs zwischen Freund\*innen. Deshalb haben wir uns dann entschieden, diesem Ereignis, dass normalerweise zu zweit am Küchentisch passiert, Sichtbarkeit und eine größere

Öffentlichkeit zu geben.

Brav\_a: Bei den Geräuschen die ihr einspielt, dachte ich immer mehr an eine Kneipe?

Miriam: Küche deshalb, weil das der Ort ist wo man eigentlich die wichtigsten Gespräche hat, oder vielleicht die tiefsten Gespräche. Zumindest in meinem Leben ist es da wo ich mit meiner Mutter spreche, mit meinen Freund\*innen, meinen Mitbewohner\*innen, mit meiner Partnerin. Die Küche ist für mich der Ort wo ich mich traue mich zu öffnen. Vielleicht ist das für andere Leute eher die Kneipe, mir scheint diese zu laut und nicht geschützt genug; aber es stimmt, einige der Geräusche, die wir einspielen, sind tatsächlich in einer Kneipe aufgenommen.

Brav\_a: Von allen Freundschaftskonstellationen, wieso mit Sina? Wieso ihr zwei?

Miriam: Ich glaube, es liegt daran, dass ich mit Sina die Art von Gespräch in der Vergangenheit erlebt habe, die uns beiden vorschwebte. Wir hatten immer wieder zusammengewohnt und sind mittlerweile auch eine Weile befreundet. Wahrscheinlich haben wir diese Küchengespräche besonders miteinander erlebt. Später war der Podcast dann

eine gute Form, in Kontakt zu bleiben. Nach meinem Umzug nach England war es etwas, was man gemeinsam aufnehmen konnte online und auch eine Form, wie wir unsere Beziehung weiterentwickeln konnten in der Distanz. Aber es gibt ja durchaus auch Folgen, die wir aufgenommen haben, in denen wir versucht haben diese Form des Gespräches in andere Kontexte mitzubringen. Wir waren letztes Jahr auf Tour in verschiedenen feministischen und linken Zentren und Sina hat auf zwei Festivals an Gesprächen teilgenommen und ich hab auch jemanden hier interviewt. Also wir haben den Podcast auch schon geöffnet und wir freuen uns auch wenn sich noch andere Möglichkeiten ergeben, aber wir erzwingen da nichts, es kommt eher aus dem Alltag raus, so wie der ganze Podcast sehr aus dem Alltag heraus entsteht: Worüber denken wir gerade nach, worüber wollen wir sprechen. Letztendlich ist der Podcast auch entstanden aus unserem Wunsch heraus ein Projekt zu haben, dass auch Teil unserer Fernbeziehung ist.

Brav\_a: Ist es eigentlich awkward die eigene Stimme zu hören?

Miriam: Es ist erstmal seltsam, umso mehr für Menschen, die nicht daran gewöhnt sind, dass ihnen gerne zugehört wird, oder dass ihnen der Raum gegeben wird zu sprechen. Und das hat



erstmal den aufregenden Moment sich darauf einzulassen, seine eigene Stimme zu hören und dann auch noch zu veröffentlichen. Aber: Man gewöhnt sich daran. Man kann üben seine eigene Stimme zu hören und der so viel Wichtigkeit zu geben. Und inzwischen mag ich zum Beispiel meine Stimme sehr viel mehr. Und das ist vielleicht auch ein Tipp den ich hätte für Menschen die Lust haben so etwas auch zu machen: Man muss auch anerkennen, dass diese Scham vor der eigenen Stimme auch etwas Gegendertes ist, was mit Diskriminierung zu tun hat und dass es nicht unbedingt nur ein subjektives Gefühl ist. Meistens wenn ich das anerkenne bringe ich mehr Geduld und Mitgefühl für mich selber auf und schaffe es dann mir länger zuzuhören und mich daran zu gewöhnen.

Brav\_a: Wenn ich so „Podcasts-Machen“ höre, dann stelle ich mir vor, dass das voll kompliziert ist und weiß nicht wie der Ablauf ist. Kannst du da kurz beschreiben wie ihr das macht? Und hast du noch mehr Tipps für Sachen wie Software, Hardware oder Verbreitungswege?

Miriam: Der Podcast baut darauf auf, dass wir über Themen sprechen, die uns beschäftigen. Wir schreiben uns vorher Nachrichten über Dinge, die uns

geschehen und dann entstehen Ideen, worüber wir jetzt im Podcast länger zusammen reden könnten. Dadurch ist der Podcast auch ein Archiv an Dingen, über die wir viel nachdenken. Wenn man sich dann durchklickt durch die ganzen Folgen, sieht man, dass wir viel über feministische und antirassistische Themen sprechen, welche uns auch im Alltag sehr beschäftigen und in diesem politischen Sinne geht es auch darum diesem Alltag eine Wichtigkeit zu geben. Das ist auch ein Punkt, wo wir mit dem Podcast einen politischen Beitrag sehen, wir unterbrechen die harten Trennungen, die wir haben bspw. zwischen privat und öffentlich oder psychologisch und politisch.

In der Regel führen wir kein Vorgespräch weil wir finden, dass die besten Gespräche entstehen, wenn man sich tatsächlich so unterhält wie man sich normalerweise unterhalten würde, also sich gegenseitig was erzählt und dann darauf reagiert, ohne das man sich vorher abspricht. Meistens nehmen wir ungefähr eine Stunde auf. Das Aufnahmeergebnis schneiden wir dann abwechselnd, d.h. jede von uns ist einmal im Monat dran mit Schneiden. Ich glaube was Verbreitung angeht, sind wir relativ faul; das ist so ein Teil mit dem wir uns beide relativ wenig beschäftigt haben. Nachdem wir uns überlegt hatten, was wir gerne wollen, haben wir uns für Soundcloud als Host entschieden.

Der „Host“ ist praktisch der Ort wo der Podcast sich befindet, wo man ihn hochlädt, während „Aggregators“, so Seiten wie Spotify, dann die weitere Verbreitung organisieren. Soundcloud als „Host“ haben wir gewählt, weil es uns damals am sinnvollsten, einfachsten und zugänglichsten vorkam. Ich helfe jetzt gerade jemand anderen einen Podcast zu produzieren und die Person hat sich für podbean.com entschieden, was noch einmal einfacher zu bedienen scheint.

Zum Aufnehmen: wir haben das ursprünglich mit dem Quicktime-Player und Skype gemacht: Das Gespräch lief über Skype und mit dem Player haben wir aufgezeichnet. Jetzt habe ich mir von der Uni eine andere Software bezahlen lassen, die heißt „Piezo“, die ist noch einfacher und schafft bessere Audioqualität. Und wenn wir tatsächlich im gleichen Raum sind nehmen wir mit einem Aufnahmegerät auf. Das würde auch mit einem Handy gehen aber ich habe ein günstiges gebrauchtes Gerät gekauft.

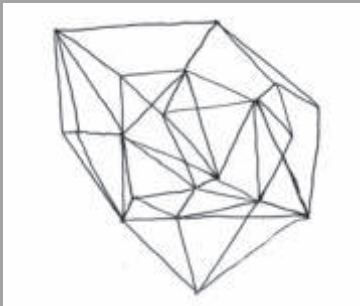
Brav\_a: Das finde ich zum Beispiel eine gute Message die aus so etwas herauskommen kann: Es kostet nicht soviel und ist nicht besonders kompliziert.

Miriam: Es ist tatsächlich relativ günstig. Und die Software mit der wir schneiden „Audacity“ ist auch kostenfrei und ziemlich einfach zu verstehen. Das einzige was ich tatsächlich empfehlen würde ist mit Kopfhörern aufzunehmen und nicht mit dem Mikrofon des Rechners, weil es da tatsächlich ein Echo geben könnte mit der anderen Seite. Für die Hosts muss man in der Regel was bezahlen, wenn man mehr als 3-4 Folgen hochlädt. Im Moment geben wir die zehn Euro im Monat für Soundcloud aus, hinzu kommen die einmaligen Kosten für technische Anschaffungen. Und wir haben durch die Tour auch mal ein kleines Honorar bekommen. Aber am Ende geht es uns nicht darum, davon leben zu können. Es wäre wahrscheinlich noch günstiger eine eigene Website zu haben und da den Podcast hochzuladen, auch für unsere Hörer\*innen, die sich im Moment leider noch Werbung anhören müssen, wenn sie die kostenfreie Version von Soundcloud verwenden. Bisher haben wir das aber noch nicht geschafft, obwohl wir das schon gerne wollen, aber irgendwie ist es für uns eine Schwelle. Falls irgendwelche queer-feministischen Aktivist\*innen gibt, die Lust haben uns eine Website zu bauen und dafür was zu verdienen, die könnten sich gerne bei uns melden. Wir wären darüber sehr glücklich.

Brav\_a: Habt ihr selber Vorbilder? In der Folge 56 spielt ihr bspw. auf einen anderen Podcast an? Gibt es Podcasts an denen ihr euch orientiert, die ihr inspirierend findet?

Miriam: Ich finde das Wort Vorbilder zu stark, weil ich nicht den Eindruck hab, dass ich genau einen Podcast kennen würde, der das tut was wir tun; aber es gibt auf jeden Fall den Podcast den wir immer wieder ansprechen, „Call Your Girlfriend“ (CYG) von Aminatou Sow und Ann Friedman, also ein USA-amerikanischer Podcast, der für mich auf jeden Fall inspirierend war. Also das sind zwei Journalist\*innen und Autor\*innen in den USA die ihre Freundschaft über die Ferne leben und ich fand es spannend wie sie den Podcast als eine Form des in Kontaktbleibens nutzen.

Brav\_a: Euer Podcast heisst „Irgendwas mit Männern“ und obwohl Männlichkeit wiederholt Thema ist, sind Männer es eigentlich nicht.



Miriam: Der Titel ist aus einem Gefühl heraus entstanden, dass oft alles, was irgendwie mit Männern zu tun hat, als etwas Wichtiges gesehen wird oder als etwas, worüber man sprechen sollte, oder wo man zuhören sollte. Das Küchengespräch zwischen zwei als Frauen sozialisierten Menschen scheint uns in der Anerkennung dieser Gesellschaft geradezu so etwas wie das Gegenteil dessen zu sein, so ziemlich das Unwichtigste was man sich vorstellen kann. Wir wollten das mit dem Titel ironisch kommentieren: Das was wir machen ist eigentlich das Gegenteil dessen, was der Titel suggeriert: Es sind nicht Männer die reden, und wir teilen auch nicht so eine biologistische Sicht auf Männer; wir reden über Männlichkeit, aber wir reden nicht über Männer. Wir setzen das intime Küchengespräch ins Zentrum als Kontrast zu den auch so wichtigen Sachen mit Männern.

Brav\_a: Vor kurzem habt ihr jetzt einen weiteren neuen Anfang gesetzt? Was ist damit gemeint?

Miriam: Man gewöhnt sich auch an seine eigene Stimme und man entwickelt auch seine eigene Sprache auf dem Podcast. Das ist etwas Positives, aber auf der anderen Seite heißt es auch, dass man etwas institutionalisiert



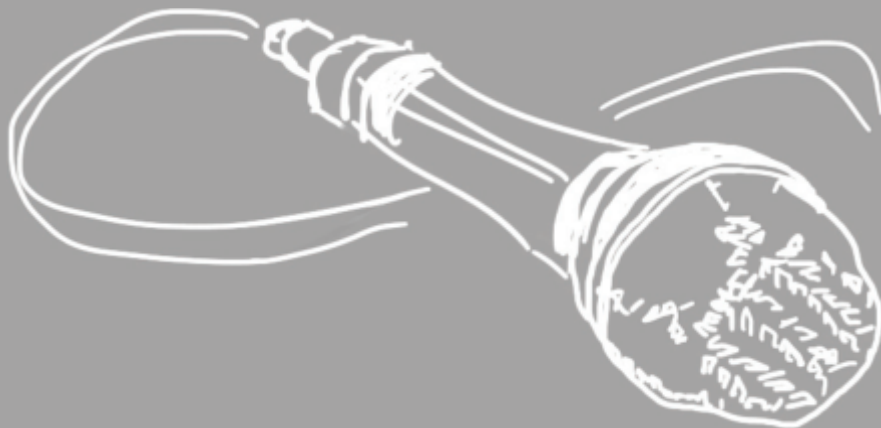
hat, im Sinne dass man eine bestimmte Seite von sich nach vorne gestellt hat. Und wir wollten noch einmal versuchen zu radikalisieren, was wir mit Intimität meinen und erproben ob wir noch ein Stück verletzlicher sein können auch in dem Podcast. Also ob wir es schaffen auch nochmal andere Seiten von uns oder andere Interaktionsweisen zu zeigen. Wir wollten auch gerne noch mehr miteinander streiten. Wir wollten damit diese Chance die wir hatten, dass wir im letzten Sommer dann eine größere Pause gemacht haben nutzen um noch einmal neu anzufangen und nochmal zu überlegen, warum wir eigentlich machen was wir machen und nochmal zu hinterfragen, ob wir eigentlich machen, was wir machen wollen.

Brav\_a: Wir sind eigentlich am Ende unseres Gesprächs, vielen Dank dir! Gibt's noch etwas was du abschließend sagen, weitergeben oder anmerken

möchtest?

Miriam: Für diejenigen die Lust haben einen Podcast zu machen: Mir scheint es ganz besonders wichtig, sich selbst Zeit zu nehmen, dass zu finden, was man damit machen will. Und nicht diese Erwartung zu haben, dass da sofort ein fertiges Konzept steht mit Format und Zielgruppenbeschreibung.

Wir haben wahnsinnig davon profitiert, dass wir uns Zeit gelassen haben. Was ich sehr empfehlen kann als Ausgangspunkt zu nehmen, ist dieser Wunsch an Beziehung zu sich selbst und an Beziehungen zu ändern zu arbeiten und diesen Fokus auf den Prozess und das gemeinsame Lernen zu legen und nicht darauf Inhalte zu vermitteln oder Themen zu erarbeiten, weil diese Trennung zwischen der Person und dem Wissen, ist ja auch eine willkürlich Trennung, die existiert sozusagen nicht unbedingt und es ist wahnsinnig bereichernd sie aufzuheben.





# BUCHHINWEISE

Sexualität ist ein wichtiges und aufregendes Thema – wir haben uns einige neuere Bücher zum Thema Sex Education angeschaut und stellen sie hier vor.

Vielleicht ist ja was dabei, was euch auch interessiert.

P.S. Eigentlich sollten die Buchhinweise in die vorige Ausgabe, aber nun sind sie hier. :)

## *Drawn to Sex - The Basics*

Erika Moen & Matthew Nolan  
eher ab 16

Portland: Limerence Press: 2018, ISBN: 9781620105443

Das comicartig illustrierte englischsprachige Aufklärungsbuch beschäftigt sich, wie der Titel schon vermuten lässt, mit Sex: Sex the concept; Doin' it safely; Doin' it with yourself; Doin' it with other people. Es führt langsam, grundlegend und explizit nicht aus einer heteronormativen Position an das Thema heran. Die Kapitel reichen von der Frage „Am I ready for Sex“, über „Consent“ und „Safer-Sex-Praktiken“ zu „Masturbation- und gemeinsamen Sex-Techniken“. Die Illustrationen sind abwechslungsreich und liebevoll gezeichnet. Die Dialoge sind oft humorvoll, ohne sich lustig zu machen. Dadurch vermittelt das Buch einen entspannten und unverfänglichen Umgang mit dem Thema und macht Lust Dinge auszuprobieren. Wer mit dem Thema Sex noch nicht so viele Erfahrungen gemacht hat, aber neugierig ist, bekommt hier viele Fragen beantwortet und selbst für erfahrenere Menschen sind sicher noch einige Tipps und Tricks dabei. Leider gibt's bisher keine deutsche Übersetzung. Das Buch ist das erste in einer Reihe von Sex-Ed-Büchern, der beiden Autor\*innen. Wem die Comics gefallen, sollte auf jeden Fall auch ihre regelmäßige Serie zu Sextoy Comics anschauen: [www.oh-joysextoy.com](http://www.oh-joysextoy.com).



# COOL IN ZÜLPICH

FOTO LOVE STORY BEI LILA\_BUNT

Maggi ist gerade unzufrieden in der WG. Seitdem die Mitbewohnis ihre exklusive Affaire angefangen haben, dreht sich alles nur noch um die anderen und es gibt wenig Platz für Themen, die Maggi grade selber beschäftigen. Roller Derby, DIY Bastelei, Femismus...

Hmmm Knutschen...



ständig diese knutschenden Mitbewohnis, die den Kühlschrank blockieren. Das nervt!

Oh was is das denn, das passt ja perfekt!

Cooler Flyer!



Maggi muss unbedingt mal raus und findet zufällig einen Flyer von einem queerfeministischen Bildungshaus in Zülpich. Spontan schwingt Maggi sich auf das Tandem und düst los.

Hallihallo!



Ui, die sehn aber nett aus!

Herzlich willkommen bei lila\_bunt!!!



Nach Schnittchen und Likörchen begann auch bald das Eröffnungsplenum vom feministischen Sommercamp mit Empowerment Workshops, Sticken gegen das Patriarchat, vegane Sextoys basteln und vieles mehr...

ich bin total aufgeregt. Was soll ich eigentlich sagen?



...und dann gibt es noch für morgen die Fahrradselbsthilfwerkstatt

wer ist eigentlich diese coole Person mit dem Cappy?



Äh, naja, äh...also wenn ihr wollt, äh, kann ich mir die kaputten Räder mal anschauen... also nur so als Idee...

Ah, wir waren jetzt eigentlich schon beim nächsten Top



Teflon, sag du doch jetzt mal was, das dauert...



Wieso schauen mich denn alle so an? Ich muss was schlaues sagen.



Teflon ist so cool, da perlt alles einfach ab... und was für ne nice Attitude!

Ja krass ey...!



Teflon und Maggi landen im Fahrrad Workshop. Maggi ist Zweiradmechaniker\*in, traut sich aber nicht mit Fachwissen zu protzen. Teflon hat dagegen eigentlich keine Ahnung und versucht das mit Coolness zu überspielen.



Dynamo, Ritzel, Bautenzug, Schlauch, Schaltung...

Boa, Teflon, weisst du eigentlich, was du da sagst?

Och mensch... immer steh ich nur auf die Leute, die so rumposen müssen

Maggi ist frustriert und sucht sich eine Person zum Quatschen.

Ich find Teflon wirklich cool, aber da ist kein Rankommen!



Echt mal, dieses Rumgemacker ist nicht okay. Vielleicht ist Teflon auch nur verunsichert. Sprich Teflon doch einfach mal an.

Aber ich trau' mich das einfach nicht



Guck mal, hier gibt's auch 'nen Abschnitt zu Coolness.

Oh was lesen die denn da...vielleicht ist da auch was für mich dabei?

Gemeinsam schauen sich Maggi und die Person, die immer eine Doppelaxt dabei hat, die Flirttipps aus der *Brav\_a* an.



Achtung, jetzt kommt der deep shit...

Ich hätte gar nicht gedacht, dass du auf so uncoole Sachen wie Klatschspiele stehst.

Ja, das macht voll Spaß!

Maggi ist krass cool!



Ach, dieses Buch über Doppeläxte ist wirklich gut!

Nachdem nun beide geläutert sind, beginnen sich die beiden näher zu kommen. Im Flirtzine stand das zwar gar nicht, aber über Klatschspiele kommen sie sich näher. ...oder wollen die sich etwa umarmen?

## Und so könnte das alles weiter gehen...

A



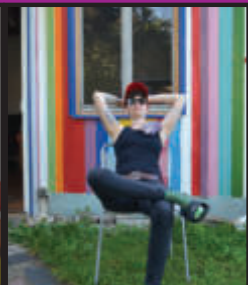
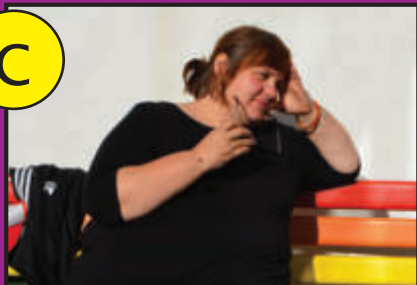
Bei der Party am Abend nimmt Maggi alle Würze zusammen und flirtet Teflon an: „Lass mich dein\*e Geschmacksverstärker\*in sein!“  
lila\_bunte Zeiten beginnen...

Maggi findet in Teflon eine\*n wunderbare\*n Gesprächspartner\*in. Dabei kommt heraus, dass Teflon auch unzufrieden mit der Wohnsituation ist und beide beschließen eine neue WG zu gründen. Ab hier gurken sie mit Maggis Tandem durchs Leben.

B



C



Maggi und Teflon reflektieren sich hart. Teflon bemüht sich weniger cool zu wirken und Unsicherheiten zuzugeben und Maggi erkennt die eigene Coolness.

Mehr Infos zu dem Ort findet ihr unter: <https://lila-bunt-zuelpich.de>

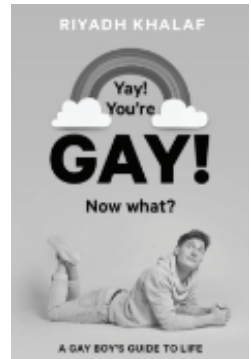


## Yay! You're Gay! Now What?: A Gay Boy's Guide to Life

by Riyadh Khalaf, Melissa McFeeters (Illustrations)  
ab 12

London: Frances Lincoln Children's Books, 2019, ISBN:  
9781786031914

Das poppig gestaltete englischsprachige Aufklärungsbuch ist explizit aus der Perspektive eines schwulen jungen Mannes geschrieben und die einzelnen Kapitel handeln von verschiedenen biographische Erfahrungen. Damit unterscheidet es sich deutlich von einer Vielzahl populärer Aufklärungsbücher, die in der Regel von Heterosexualität als Norm ausgehen und andere Begehrensweisen nur als Zusätze aufnehmen. Dementsprechend anders ist das Buch auch aufgebaut: Es beginnt mit dem Weg zur Selbstidentifizierung als „gay“, bevor dem Coming out ein eigenes Kapitel gewidmet wird. Anschließend geht es um das Finden von friends & love. Es folgen Kapitel zu Körpern und vielfältigen Möglichkeiten Sexualität auszuleben. Am Ende folgen noch nützliche Links- und Informationsangebote. Das Buch ist stark an der Person des Autors ausgerichtet, an einigen Stellen kommen noch andere Stimmen (u.a. auch die Familie von Khalaf) zu Wort. Die Texte sind leicht geschrieben und reich bebildert. Alles in allem ein spannendes Buch.



## UNTENDRUM HERUMREDEN - ALLES ÜBER LIEBE UND SEX

von Hannah Witton, übersetzt von Hanna Christine Fliedner,  
Jennifer Thomas  
ab 12

Hamburg: Carlsen, 2018, ISBN: 9783551317438

Auch das Buch von Hannah Witton ist mit vielen Zeichnungen illustriert. Die Autorin ist viel online auf Twitter und Instagram unterwegs und liefert damit ebenfalls für Interessierte auch online weitere Informationen und Anschlussgedanken. Das Buch selbst ist sowohl bei den Zeichnungen aber auch beim Aufbau deutlich traditioneller unterwegs. Themen sind: „Das erste Mal“, „Selbstbefriedigung“, „Körper und Körperwahrnehmung“, „Sexuell übertragbare Infektionen“ und „Verhütung“. Andererseits finden sich auch Kapitel, die es vor zehn Jahren

so sicher nicht gegeben hätte: „LGBTQ+“, „Gesunde Beziehungen“, „Konsens“, „Pornografie“, „Sexting“ und „Lust am Sex“. Darüber hinaus bringt Hannah neben ihrer eigenen Biographie auch noch andere Perspektiven zusammen. Die Kapitel beginnen oft mit eigenen Erfahrungen und kleinen unterhaltsamen Anekdoten. Trotz der diversen Stimmen steht in diesem Buch vor allem eine cis-weibliche Perspektive im Vordergrund. Insgesamt ist es als Buch für nahezu alle wichtigen Themen rund um Sexualität super spannend und vielfältig.

## »da unten« - Über Vulven und Sexualität.

### Ein Aufklärungscomic

Von Louie (vormals Alica) Läger

Eher ab 12

Münster: Unrast, 2019, ISBN: 9783897713246



Das Buch von Louie Läger ist in deutscher Sprache und verfolgt das Anliegen die Sexualaufklärung anders anzugehen, als die üblichen Bücher, die mehrheitlich oft wenig mehr als Hetero-Normvermittlung, Verhütungsanleitung und Krankheitswarnung leisten. Alica schreibt aus einer cis-weiblichen und feministischen Perspektive heraus und alle Kapitel gehen stark von biographischen Erfahrungen aus. Die einzelnen Kapitel sind mit fantasievollen Zeichnungen versehen, die oftmals kreativen Ideen folgen und auch schon mal abschweifen. Herauszuheben sind wohl vor allem die Kapitel, die sich mit „Menstruation“, „Sex-Positivität“, „Begehren + Lust“, „Consent“ und „Sex Shaming“ beschäftigen. Auch das Thema „Anatomie“ ist bemerkenswert, da Alica mit den oftmals klinisch-abstrakten Zeichnungen anderer Bücher bricht und damit auch gegen die Tabuisierung von Vulven anarbeitet. Ohnehin wird der feministische Anspruch insofern eingelöst, als in vielen Kapiteln Missverständnisse beseitigt, Tabus hinterfragt und gewaltvolle Mythen bearbeitet werden. Auch in Alica's Buch finden sich am Ende des Buches viele nützliche Links zu informativen Webseiten. Insgesamt ein kurzweiliges und durch die Zeichnungen angenehm aufgelockertes Buch, dass sich gut als Geschenk für junge Verwandte eignet.

P.S. Louie ist mit tollen Zeichnungen auch auf Insta zu finden:

@tenderrebellions

# SEX IS A FUNNY WORD: A BOOK ABOUT BODIES, FEELINGS, AND YOU

von Cory Silverberg (Autor), Fiona Smyth (Illustrator)

New York: Random House, 2015, ISBN: 978-1609806064

English, ab 8

Ein weiteres englischsprachiges Buch, das sich mit Sexualität auseinandersetzt und sich diesem Unternehmen unüblich annähert. In diesem Buch begleiten wir eine Gruppe von verschiedenen gezeichneten jungen Menschen, die sich mit dem Thema Sexualität auseinandersetzen. Die verschiedenen Figuren sind nicht nur in charakterlichen Eigenschaften und Selbstverständnissen verschieden, sondern unterscheiden sich vor allem in ihrem Verhalten und emotionalem Umgang mit dem Thema, was es unterhaltsam und überraschend macht, die Kapitel durchzulesen. Durch die Ausrichtung auf eine jüngere Altersgruppe sind die Kapitel auch etwas anders aufgeteilt: „What is Sex“, „Learning about bodies“, „Boys, Girls, All of Us“, „Touch“, „Talking about Sex“, „Crushes, Loves, and Relationships“. Sie sind sehr bunt bebildert und angenehm anzuschauen – ein wenig wie das ebenfalls empfehlenswerte Buch „Wie entsteht ein Baby?“ das für eine jüngere Gruppe gedacht ist. „Sex is a Funny Word“ geht mit einem realistischen Anspruch an das Thema heran und greift verbreitete Annahmen und Missverständnisse auf. Dies scheint der sinnvollere Ansatz zu sein, als Bücher, die so tun, als gäbe es keine Probleme und Schwierigkeiten in diesem so umkämpften Themenbereich. Die verschiedenen Figuren erlauben verschiedenen Leser\*innen sich mit den Inhalten zu identifizieren, was es einerseits für eine größere Gruppen von Leser\*innen attraktiv werden lässt und gleichzeitig Empathie zu vermitteln versucht. Insgesamt schafft es das Buch – wie ein gutes Kinderbuch – sicher auch ältere Leser\*innen zu unterhalten.



## Genderkram – Illustrationen und Stimmen zu Geschlecht (2020)

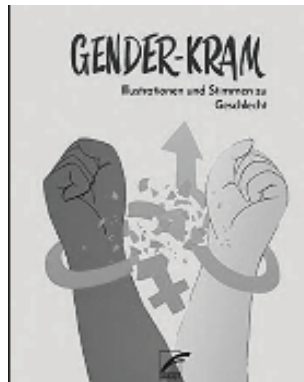
Von Louie Läger

Eher ab 12

Münster: Unrast, 2020, ISBN: 9783897713277

Eigentlich wollten wir diese Textzusammenstellung schon im letzten Heft unterbringen; der Vorteil, dass dies nun nicht geklappt hat liegt darin, dass wir nun auch das zweite illustrierte Buch von Louie Läger mit einbeziehen können. Dieses Buch ist wichtig und interessant, weil es anders als viele andere Bücher aus der Sphäre der Sexualaufklärung sich vor allem dem Thema des sozialen Geschlechts und damit verbundenen Fragen und feministische Debatten widmet. In anderen Büchern wird dieser Bereich zumeist parallel behandelt mit sexuellen Interaktionen und Begehrensweisen. Der Vorteil der Kopplung von beiden ist, dass damit auch mehr Aufmerksamkeit für Genderperformancefragen gegeben ist; der Nachteil: Manchmal geht dieser

Teil dann zugunsten weniger intensiv ge-Kapitel sind folgende: zugeschriebene Ge-soziales Konstrukt“, schlechtsausdruck“, „und jetzt“. Nach Selbstbegrenzung der Läger folgt eine und dann werden in Zeichnungen und feministische und



des ersten etwas unter, wird lesen oder überblättert. Die „Basics“, „Biologie – das schlecht“, „Geschlecht als „Geschlechtsidentität“, „Ge-„Coming out/inviting in“ der Selbstverortung und eigenen Perspektive durch Beschreibung der Inhalte leichten Worten, klaren interessanten Beispielen queere Wissensbestände

dargestellt und beschrieben. Sicherlich ist dies ein nicht zu unterschätzender Schatz an Vermittlungsarbeit, der vielfach genutzt werden kann, um Menschen Begriffe und Zusammenhänge zu erklären. In den späteren Kapiteln werden dann die Schwierigkeiten, aber auch Möglichkeiten von verschiedenen Menschen innerhalb der Gesellschaft beschrieben: Was für Identitäten gibt es, was ist mit diesen gemeint und mit welchen Herausforderungen sind verschiedene Identitäten konfrontiert. Dabei zielt die Gesamtanlage des Buches einerseits auf eine Wiederaneignung des sonst eher abwertend auftauchenden Begriffspaares „Gender-Kram“ und einer wichtigen Popularisierung von wünschenswertem Standardwissen.

## How to Have Feminist Sex: A Fairly Graphic Guide

(English) (2019)

von Flo Perry (Autor) – 144 Seiten

eher ab 16

London: Penguin Books, 2019, ISBN: 9780241391563

Dieses englische Buch nun beschäftigt sich nicht allgemein mit Sexualität, sondern versucht stärker feministische Aspekte in den Vordergrund zu rücken. Dabei werden biographische Erfahrungen der Autor\*in oder anderen Menschen den Vordergrund gerückt; jede thematische Auseinandersetzung steht somit in Bezug zu Erfahrungswissen von Menschen. Außerdem fällt, wie auch bei anderen feministischen Büchern, auf, dass versucht wird möglichst vielfältige Personen zu zeigen und sprechen zu lassen; sei diese Sichtbarkeit nun an Begehren, Körperformen oder anderen Gruppenzugehörigkeiten festgemacht. Die Themenbreite reicht von geschlechtlicher Sozialisation über Dating, Kink, Orgasmusvortäuschung, über Consent bis zum Sprechen über das eigene Begehren. Besonders positiv fällt auf, dass viele aktuellere Themen feministischer Aushandlungen zu Sexualität aufgegriffen werden. Damit ist es anschlussfähig für ältere Feminist\*innen aber eben – trotz der biographischen Begleitung und Anbindung – auch voraussetzungsvoller. Dennoch: Ein cooles Buch, dass wir sehr empfehlen können.



## FAQ YOU - Ein Aufklärungsbuch: FAQ YOU - frequently asked questions about sex and love (2019)

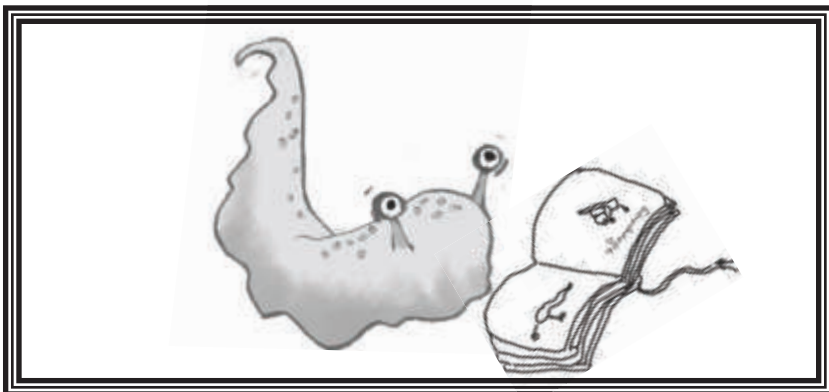
von Jugend gegen AIDS e. V.

eher ab 12

Hamburg: Jugend gegen Aids, 2019, ISBN 978-3-00-064116-9

Dieses Buch ist im Vergleich zu den anderen vorgestellten Büchern sehr präsent, es wird beworben und es wird in vielen Läden vertrieben. Das Buch beginnt mit dem Thema „Ist das Liebe?“ und setzen sich fort mit „Ist das Normal?“, „Ist das safe?“, „Ist das geil?“, „Ist das alles?“, „Ist das okay?“. Es beginnt also mit dem sozialen Rahmen von Sexualität und geht da weiterhin vom romantischen Pärchen aus geht über zu Körper- und Körperentwicklungsfragen bevor es sich der Verhütung widmet. Erst dann kommen verschiedene Formen

des Begehrens zur Sprache. Nach diesem mehr oder weniger standardisierten Teil kommen dann – leider so abgesetzte – Frage zu Geschlechterrollen, sexuellen Identitäten, und vershd. weniger üblichen Themen wie Grenzen der Sexualität, Beziehungskonflikte, „sexuelle – statt vllcht. Besser „sexualisierter“ – Gewalt“ Pornographie, Sexarbeit, Drogen und Sexualität und abschließend Phänomene wie digitale sexualisierte Online-Interaktionen (vor allem das Teilen von Bildern). Zur Bewertung: Ja, es kann empfohlen werden bzw. anders gesagt: die Schwierigkeiten des Buches – über die schon angesprochene Gliederung – liegen eher auf einer abstrakten Ebene: Zunächst ist der Bereich der Repräsentation vergleichsweise weniger breit angelegt als bspw. bei Läger oder Perry. Und es stellt sich die Frage, aus welcher Perspektive hier welcher Inhalt als Wahrheit dargestellt wird. Denn es kommen Prominente, Influencer\*innen und Wissenschaftler\*innen nahezu gleichwertig zu Wort. Dennoch stellt das Buch einen gewaltigen Fortschritt gegenüber vielen älteren Büchern dar: Es mischt die Vermittlung von Kernwissensbestände mit überraschenden und interessanten Fragen von Jugendlichen; es zeigt auch auf, wo wissenschaftliches Wissen und Erfahrungen enden und wo die Freiheit von einzelnen Personen sich selber zu orientieren beginnen und nicht vorgeschrieben werden. Es sammelt breite Expertise und versammelt viel verschiedenes Erfahrungswissen aus diversen Positionierungen; und es ist thematisch systematisch offen und damit weitestgehend spannend und unterhaltsam. Teilweise werden bestimmten Fragen und Konflikten die politische Dimensionen entzogen bzw. diese hierbei nicht herausgestellt. Insgesamt dennoch ein gutes Buch, bei dem ich mich frage, wie diese feministisch inspirierte erfahrungsgesättigte und multiperspektive Machart auf junge Leser\*innen wirkt.







Gisela Pravda: Sushi auf nackten Damen serviert. 264-mal Sexismus aufgespießt, 2020, Schmetterling Verlag ISBN 3-89657-197-4, 19,80 EUR

In 264 kurzen Geschichten dokumentiert und kommentiert Gisela Pravda den omnipräsenten Sexismus – in Erfahrungen aus ihrem eigenen Leben, aus der Geschichte und im aktuellen Weltgeschehen. Als jemand im Alter der durchschnittlichen Brav\_a-Leser\*innen kommen mir einige von

Pravdas Erfahrungen, Jahrgang 1937, zum Glück nur aus Schilderungen meiner Mutter bekannt vor: Die unverhohlene Abwertung von Töchtern gegenüber Söhnen durch die eigene Familie beispielsweise. Viele Formen des Sexismus sind heute subtiler geworden. Viele andere, wie die Bedrohung, Ziel von sexuellen Belästigungen zu sein, eine ständige Bewertung nach Äußerlichkeiten oder die Abwertung der Kompetenzen von Frauen am Arbeitsplatz, sind auch heute noch systemisch. Pravda belässt es nicht bei eigenen Erfahrungen: Die promoviert Genderwissenschaftlerin belegt ihre scharfen Beobachtungen und Analysen ausgiebig mit entsprechenden Studienergebnissen und Literaturhinweisen. Das Buch kann so auch Menschen, die sich noch nie mit dem Thema Sexismus beschäftigt mussten oder wollten, das Ausmaß des Problems klar machen. Trotz der schweren und zum Teil schockierenden Inhalte liest sich das Buch leicht und unterhaltsam.

# „Nennt mich Esteban“

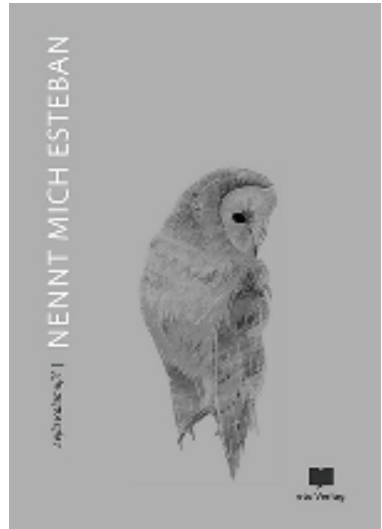
Alpermann (Übersetzerin)

Berlin: eta Verlag, 2020, ISBN 978-3981999853

Den Erzählband von Lejla Kalamujić, einer queeren Autorin aus Sarajevo, könnt ihr erstmals auch auf Deutsch lesen. Er wurde von Marie-Luise Alpermann aus dem Bosnischen übersetzt und ist gerade beim eta Verlag erschienen.

Lejla Kalamujićs zentrale Themen sind Sexualität, Wahnsinn und Tod, wie sie selbst sagt. „Nennt mich Esteban“ ist ihr zweites Buch und das persönlichste, das sie geschrieben hat. Es ist beeindruckend, wie schonungslos direkt sie in der ersten Person über traumatische, schmerzvolle und tabuisierte Erfahrungen wie den Tod enger Verwandte und überstandene Depression in der Psychiatrie berichtet. Sie schafft es, in ihrer einfachen, komprimierten Sprache Geschichten des Alltags zu erzählen, die tief berühren und trotzdem eine humorvolle Leichtigkeit in sich tragen.

Die Szenen der Geschichten umkreisen den Schmerz der Protagonistin über den zu frühen Tod der Mutter. Sie wächst mit den vier Großeltern – allesamt eindruckliche Charaktere – und einem trinkenden Vater auf. Die Mutter taucht in Familienlegenden und Erzählungen der Erwachsenen auf, in kindlichen Phantasien, als Lied aus dem Radio oder Geruch in der Erinnerung an die zahlreichen Friedhofsbesuche mit den Großeltern – aber auch als lässige Gesprächspartnerin in Levi's Jeans, die mit der jugendlichen Lejla rauchend im Park sitzt. Lejla erzählt, wie schwierig das Leben im Krieg während der Belagerung Sarajevos war, aber auch von der absurden und komplizierten postjugoslawischen und gesamteuropäischen Gegenwart. Vor dem Hintergrund des Zerfalls des eigenen Landes und der eigenen Familie spielt die Suche nach Identität eine zentrale Rolle im Buch. Ein Tüpfelchen auf dem I: Von ihrer lesbischen Beziehung erzählt die Ich-Erzählerin Lejla sehr liebevoll und mit einer großen queeren Selbstverständlichkeit – ohne dass es, wie so oft, vor allem um Homofeindlichkeit oder Coming-out geht, aber auch ohne Diskriminierung unsichtbar zu machen. Ein Buch aus Sarajevo, in dem sich bestimmt viele Leser\*innen von egal wo wiederfinden können – und ein Buch, in dem mit wenigen



# FaulenzA

## Reclaim the Stage. Meine Lieder, Gedichte und Geschichten

Münster: edition assemblage, 2019, ISBN 978-396042-069-9

Zum Nachlesen, Neulesen und Nachsingen nehmt euch dieses Buch. Hier kommen FaulenzA Fans voll auf ihre Kosten. Die ca. 250 Seiten fassen eine Ansammlung von Texten, die FaulenzA von 2005 bis 2019 geschrieben hat und unterschiedlich weiterbearbeitet hat. Geschichten wie die über Cäpt'n F\*LINT, der die vegane Torte versteckt und vertonte Gedichte wie das vom rebellierenden Esel stehen neben sehr vielen Songtexten. Wo FaulenzA selbst Bühnen erobert hat und noch erobern wird, lädt sie nun andere ein es ihr gleich zu tun.

Dafür sind die Songtexte da wo es geht mit Akkorden versehen und warten auf Coverversionen.

Ein bisschen ist auch über FaulenzAs persönliche Bezüge zu einzelnen Liedern zu erfahren und so begleiten einige Texte kurze Anekdotchen aus FaulenzAs Leben, über Pfannenpizza vom Bauwagenplatz, über stinkende Klos in Heiligendamm, den vollgesprühten Probenraum in der katholischen Schule und Dank an Personen, die FaulenzA inspiriert haben.

Leider kann ich „Herr Schmidt aus dem Aldi“ nicht nachspielen, weil ich des Rappens nicht mächtig bin und hier keine Tipps zum Covern zu finden sind...aber jetzt weiß ich wenigstens, dass es Herrn Schmidt so oder so ähnlich, wirklich gegeben hat.



# „AN AFRICAN CITY“

Content Note:  
This text deals with  
rape and sexual violence

RAPE ISN'T ALWAYS SOME VIOLENT THING. SOMETIMES IT'S JUST THAT, IT'S JUST GENTLE.

VOR EIN PAAR JAHREN HABE ICH DIE ZWEI STAFFELN DER TV- BZW. YOUTUBE-SERIE „AN AFRICAN CITY“ IN KÜRZESTER ZEIT AUFGEHAUT. ICH WAR SÜCHTIG DANACH, DEN TOLLEN FRAUEN NANA YAA, SADÉ, ZAINAB, MAKENA UND NGOZI IN IHREM ALLTAG ZU FOLGEN. ALLE FÜNF HABEN AFRIKANISCHE WURZELN UND SIND IN DEN USA BZW. IN LONDON AUFGEWACHSEN. SIE HABEN AUSBILDUNGS- UND KARRIERE-TECHNISCH BEEINDRUCKEND ERFOLGREICHE LEBENS-LÄUFE AUFZUWEISEN. UNTERSCHIEDLICHE GRÜNDE HABEN DIE FREUNDINNEN VOR KÜRZERER ODER LÄNGERER ZEIT IN DIE GHANAISCHE HAUPTSTADT ACCRA GEBRACHT, WO SIE NUN LEBEN UND LIEBEN MIT ALLEN HÖHEN UND TIEFEN.

WIESO MICH DIE SERIE SO BEGEISTERT HAT, HAT VIELE GRÜNDE. OHNE HIER JETZT GROB AUF DIESE EINZUGEHEN (ICH KANN EUCH DIE SERIE NUR WÄRMSTENS ANS HERZ LEGEN), MÖCHTE ICH ÜBER EINE FOLGE IM SPEZIELLEN SCHREIBEN, DIE FÜR MICH SEHR PRÄGENDE WAR. UND ZWAR GEHT ES UM EINE GRENZÜBERSCHREITUNG, DIE SO LEISE UND SCHLEICHEND UND IRREFÜHREND VERTRAUT FREUNDLICH DAHERGEKOMMEN IST, DASS ES MAKENA SCHWER FÄLLT, DIESE ALS DAS ZU ERKENNEN, WAS SIE TATSÄCHLICH IST: EINE VERGEWALTIGUNG.

AN AFRICAN CITY, SEASON 2: EPISODE 10 („FORWARDS EVER“)

MAKENA: I MEAN... I ENJOYED THE KISSING AND THE FONDLING, BUT... I DIDN'T EXPECT IT TO GET THERE. IT WASN'T SUPPOSED... TO HAPPEN... NOT... NOT THEN. I SAID „NO“. MY „NO“ DIDN'T MATTER!

NANA YAA: HE FORCED HIMSELF ON YOU?

ZAINAB: IT SOUNDS LIKE FORCED TO ME.

MAKENA: IT DIDN'T FEEL LIKE FORCED. HE WAS, HE WAS SO GENTLE AND... AND SWEET.

NANA YAA: BUT YOU SAID „NO“ LIKE „NO NO“ OR...?

ZAINAB: DON'T GIVE ME THAT „NO CAN MEAN YES“ BULLSHIT! THERE'S ONLY ONE „NO“!

NGOZI: BUT IF YOU WERE SCREAMING „NO“ THEN... THEN WHY WOULDN'T HE STOP?

MAKENA: IT WASN'T SCREAMING, I DIDN'T SCREAM.

ZAINAB: SHE DOESN'T HAVE TO SCREAM „NO“ FOR IT TO BE „NO“.

MAKENA: I THOUGHT ABOUT SCREAMING. I THOUGHT ABOUT HITTING HIM... SLAPPING HIM. THEN I THOUGHT IF I HIT HIM WOULD HE HIT ME BACK. I EVEN STARTED TO THINK THAT IF I HIT HIM WOULD THAT BE TOO DRAMATIC.

ZAINAB: YOU DON'T HAVE TO JUSTIFY ANYTHING OR EXPLAIN ANYTHING TO US. YOU SAID „NO“, THAT'S IT.

NGOZI: HOW COME EVERYTHING THAT YOUR UNCLE SAID IT SOUNDS LIKE SUCH A GREAT GUY.

ZAINAB: WHAT, BECAUSE HE'S HANDSOME AND HAS MONEY, NO, HE'S AN ASSHOLE!

MAKENA: SO GENTLE. SO GENTLE.

NGOZI: BUT IF HE WAS GENTLE THEN... THEN HOW CAN IT BE...?

ZAINAB: HOW CAN IT BE WHAT NGOZI? HOW CAN IT BE RAPE? LET'S BE CLEAR ABOUT THIS, RAPE ISN'T ALWAYS SOME VIOLENT THING. SOMETIMES IT'S JUST THAT, IT'S JUST GENTLE. THE POINT IS SHE SAID „NO“. I DON'T CARE IF SHE SCREAMED IT, WHISPERED IT OR SAID IT IN FUCKING SIGN LANGUAGE.

(...)

ZAINAB: THERE'S NOTHING FOR YOU TO REDEEM. NONE OF THIS IS YOUR FAULT. IT'S HIS FAULT AND HIS FAULT ONLY.

MAKENA: I SAID „NO“. (SHOUTS) I SAID „NO“, I SAID „NO“, I SAID „NO“!

-----

DIESE SZENE WAR FÜR MICH WIE EIN GLAS KALTES WASSER ÜBER MEINEN KOPF, DAS MICH AUS MEINER APATHIE IN ZUSAMMENHANG MIT EINEM VORFALL VOR 15 JAHREN HERAUSREIBT. ICH HATTE DAMALS INTERESSE AN EINEM ARBEITSKOLLEGEN, UND WÄHREND EINER FIRMFESTUNG SIND WIR UNS HÄNDCHENHALTEND NÄHERGEKOMMEN. ICH WAR BETRUNKEN UND MÜDE, UND WOLLTE EINFACH NUR SCHLAFEN. UND NÄHE ERLEBEN, JA. ABER KEINEN SEX. WIR SIND ZU IHM NACH HAUSE GEFahren, WAS ER ALS EINWILLIGUNG IN SEX VERSTANDEN HAT. ICH ERINNERE MICH NOCH GUT AN DEN MOMENT IN SEINEM BETT, ALS AUS DEM KÜSSEN AUF SEINE INITIATIVE HIN MEHR GEWORDEN IST. MEHR ALS ICH WOLLTE. ICH AUF DEM RÜCKEN LIEGEND, ER ÜBER MIR. ALSO DRÜCKTE ICH IHN WEG, MEHRMALS, DOCH ER WAR JEDES MAL STÄRKER. UND DENNOCH WAR ES NICHT GEWALTVOLL. UND DAS IST GENAU DER PUNKT, AN DEM ICH AUS DEM GANZEN KEINEN SINN MEHR MACHEN KONNTE. NICHT MEHR VERSTEHEN KONNTE, WAS DA GERADE PASSIERT UND PASSIERT IST. DOCH ES IST WAS ES IST. VERGEWALTIGUNG IST NICHT IMMER GEWALT-VOLL. MANCHMAL KOMMT SIE SANFT DAHER. VERGEWALTIGUNG IST NICHT IMMER DER UNBEKANNTE FREMDE, DER ÜBERRASCHEND AUS DEM DUNKLEN NICHTS ANGREIFT UND GEWALT ANWENDET. SO WIE ES UNS MEISTENS SUGGERIERT WIRD. VERGEWALTIGUNG IST SOGAR SEHR VIEL ÖFTER DER VERMEINTLICH VERTRAUTE, DER SCHON BEI UNS IM BETT LIEGT. NUR WIRD DAS FAST NIE THEMATISIERT. ABER ES BLEIBT, WAS ES IST. VERGEWALTIGUNG.

# Heiligrazone

Neben den drei Regenbogenstickern seiner Uni klebte da noch einer mit der Aufschrift „feminist“. Er wühlte in der Schreibtischschublade, hielt mir den Gesuchten hin, und meinte, dass er den hier ja auch cool finden würde, aber irgendwie sende die Kombi aus Hochbett und „Nein heißt Nein“-Sticker komische Signale. So als müsste das bei ihm extra betont werden.

Wir hatten uns auf einer DatingApp kennengelernt. Ich war allgemein frustriert, hatte eigentlich geplant dieses eine Treffen durchzuziehen, und dann wieder abzutauchen. Schauen, ob er in echt auch so uninteressiert wirkte wie beim schreiben, hoffen, dass er anders ist, über alles weitere hatte ich nicht nachgedacht. Wir sind spontan lange spazieren gegangen, er hat viel erzählt, ich hatte jemanden der das selbe las wie ich und der mit mir über Musik sprach, jemanden der über Szeneinsider witzeln konnte. Irgendwie unwohl fühlte ich mich trotzdem. Vor allem weil sein Verhalten umschlug. Er schrieb mir oft, wollte sich nochmal treffen, ich nahm nach Tagen meinen Mut zusammen und sagte, dass ich kein romantisches Interesse an ihm hätte. Später schrieb er mir weiter, ich ließ es zu – war er doch wer der im Gegensatz zu meinen Freund\*innen ähnliche Interessen hatte. Manchmal vermisste ich es einfach, über Musik und Politik zu sprechen oder absurde, unterhaltsame „Was-wäre-wenn“-Szenarien durchzuspielen. Traf mich ein zweites Mal, hatte wirklich Spaß, ein drittes Mal, ein viertes, ein fünftes. Wir kochten. Saßen danach stundenlang auf dem Sofa, redeten, hatte das Gefühl, dass das der Anfang einer Freundschaft mit Startschwierigkeiten werden könnte.



Ich fühlte mich so gut dabei, mit ihm zu lachen, dass ich nicht nach Hause gefahren bin. Angebotener Pennplatz auf der Couch halt. Irgendwann hat er mich in seinen Arm gezogen. Es fühlte sich erst so verdammt gut an, endlich wieder die Körperwärme eines anderen Menschen zu spüren.

Im Endeffekt habe ich meine eigenen Grenzen überschritten.

Ich habe Sex\* mit jemandem gehabt, mit dem ich wusste, dass ich es nicht wollte.

Ich habe Sex\* mit jemandem gehabt, der mir gesagt hat, dass ich nichts machen muss, dass ich nicht will; und hab ich nicht geschafft, NEIN zu sagen.

Ich habe Sex\* mit jemandem gehabt, der mir gesagt hat, dass ich sagen soll, wenn mir etwas zu schnell geht; der dann mein „Ich möchte das gerade nicht“ akzeptiert, und dann noch ignoriert hat.

Ich habe Sex\* mit jemandem gehabt, dem ich den „feminist“-Sticker gerne von seinem Bett kratzen würde.

Ich habe Sex\* mit jemandem gehabt, der währenddessen meine Beklommenheit gespürt hat, und trotzdem weitergemacht hat.

Ich habe Sex\* mit jemandem gehabt, der mir im Nachgespräch gesagt hat, dass er mir „ja keine mangelnde sexuelle Erfahrung vorwerfen wolle“, ich aber wirklich nicht sehr enthusiastisch gewesen sei.

Ich habe Sex\* mit jemandem gehabt, der mir die Vorstellung von Sex\* abseits der Norm vergiftet hat.

Wenn ich mir vorstelle, wie er mit seinen Freund\*innen schläft, wenn er mit seine\*r Liebesbeziehung schläft, wie er auf Partys mit Fremden rumknutscht, dann wird mir schlecht. Ich kann mir nicht vorstellen, dass Sex\* mit ihm etwas ist, dass allen Beteiligten Vergnügen bereitet. Ich habe mich gefühlt, wie ein Stempel auf der Sammelkarte über die er sich definiert, ein Auffangbecken für das was sich hinter selbstironischen Witzen versteckt. Ich kann mir gerade nicht vorstellen, noch einmal mit jemandem zu schlafen, und das macht mich so unglaublich wütend, weil ich weiß, dass Sex\* um des Sex\* Willen, etwas krass geiles und bestärkendes sein kann, dass ich gerne auch erleben möchte. Mich macht es so unglaublich wütend und fassungslos, dass jemand mein zögerndes „nicht jetzt“ einfach so wegwischt – gleichzeitig fühle ich mich verantwortlich

gegenüber mir selbst, dass mein NEIN nicht lauter war. Geleckt zu werden hat mich nicht traumatisiert. Ich war bloß perplex, den Beweis spüren zu können, dass sich jemand nicht für meine Grenzen interessiert, dass jemand das was passiert ist damit legitimisiert, dass er Lust darauf hatte. Feminismus am Arsch.

Obwohl wir nicht mehr miteinander sprechen, fühle ich mich unter Druck gesetzt, er, der viel fickt für sein Selbstbild, viele Leute fickt, Spaß beim ficken hat, mit Freund\*innen fickt, mit One Night Stands befreundet bleibt. Mich beeindruckt das Verschwimmen der klar aufgestellten Linien, gleichzeitig schmerzt es so sehr, ihn da drin zu sehen. Ich habe das Gefühl, nicht dazuzugehören, weil ich keine erzwungene Unverbindlichkeit möchte, Verletzlichkeit bei jedem Sex\* nicht wegschieben will und es mir schwer fällt, überhaupt andere Menschen für Sex\* zu finden. Gleichzeitig weiß ich aber auch, dass es so viele unterschiedliche Modelle gibt, wie Menschen Beziehungen aller Art führen, und dass mein Bedürfnis nach Sicherheit, expliziter Einvernehmlichkeit, und meine Unsicherheit, mein Begehren zu verbalisieren, mich nicht weniger radikal oder alternativ machen.

Ich hätte mir einfach gewünscht, offen gefragt zu werden. Ein einfaches „Hey, möchtest du mit mir körperlich werden?“, hätte gereicht. Den Raum zu schaffen, in dem ein NEIN, JA oder etwas dazwischen Platz haben, ist unglaublich wichtig. Hätte ich währenddessen deutlich NEIN gesagt, er hätte aufgehört, denke ich schon, aber es sollte doch gar nicht erst soweit kommen, sich aus einer Situation verbal rausboxen zu müssen. Ich hatte nicht den Raum, das NEIN sagen wollen überhaupt in mir fühlen zu können. Dafür sollte jemand der sich als feministisch sieht auch in der Praxis genug sensibilisiert sein.

Du ekelhafter Macker, warum kannst du Konsens im Plenum, aber nicht beim Sex\*?

Das was passiert ist, schwimmt irgendwo in der Hellgrauzone.

**VON FUCHS**

# frauenkampftag

in meiner badewanne wohnt eine spinne/  
 sie heißt friedrich/  
 gitarrensaiten ziehe ich alleine auf/  
 du willst/ das kind drei tage in der woche/  
 du hast die dreizimmerwohnung/  
 in meinen ohren/ klingt das/  
 überlegen.

am sonntag gratulieren mir/  
 drei freunde  
 einer schickt mir/  
 ein lied, es ist/  
 arbeter froyn/  
 von daniel kahn/  
 es tut mir gut.  
 verwundert bin ich dann/  
 nicht sonderlich/ dass  
 die beiden männer

mit denen ich/  
 ein kind/  
 großzuziehen glaube

nicht gratulieren, ist mein frausein/  
 doch verschwunden/ in den letzten  
 sieben jahren.

entspann dich mal/ mach du doch mal/  
 ne psychotherapie/ zuallererst/  
 kommt/ arbeit/  
 an dir selbst/ du reagierst/  
 ja super krass emotional/  
 und über.

lohnarbeit/  
 ist insgesamt zu kritisieren/ aber  
 bloß die miete/ muss ja trotzdem rein/  
 merk ich an/ und werde nicht gehört.

für mich keine bunten pillen/  
 antidepressiva machen dick/  
 und orgasmen werden schwierig/  
 lieber wär mir unterhalt/

das würde mich dann/  
 perspektivisch/  
 weniger/  
 hysterisch machen.



# Polyamorie und Mehr

## Interview Inna Barinberg

Inna Barinberg arbeitet als Speaker\*in, Workshopleiter\*in und Berater\*in zu Polyamorie, Eifersucht und offenen Beziehungen; bewegt sich auf insta @polyplom und betreibt unter <http://polyplom.de> einen Blog; demnächst erscheint bei Edition Assemblage Innas Buch „Mehr ist mehr – Meine Erfahrungen mit Polyamorie“ <https://www.edition-assemblage.de/buecher/mehr-ist-mehr/>

**Brav\_a:** In der Berliner Bubble bist du eine Person, die viel zu Polyamorie arbeitest. Wie beschreibst du, was du da tust?

**Inna:** Ich würde sagen, ich leiste Unterstützungsarbeit. Als ich angefangen habe, mich zu dem Thema Polyamorie zu äußern kam das aus dem Gefühl heraus, das es wenig gibt von queeren Menschen aus einer nicht so spirituell-esoterischen oder upper class Richtung. Vor allem im deutschsprachigen Raum klafft eine Lücke. Angefangen habe ich damit meine Erfahrungen mit Eifersucht zu teilen. Andere Themen kamen dann nach und nach dazu.

**Brav\_a:** Du hast sozusagen weitergegeben, was du dir erarbeitet hast?

**Inna:** Genau, ich bin von meinen Erfahrungen aber auch von dem was ich mir durch Lesen angeeignet habe ausgegangen. Wenn ich neue Probleme und Herausforderungen sehe, suche ich mir immer erstmal fünf Bücher dazu. Mit Anfang zwanzig habe ich politische Bildungsarbeit gemacht, wo ich ganz viele workshop tools mitbekommen habe. Die habe ich dann angewendet auf meine eigenen Themen. Später habe ich mich außerdem mit systemischer Pädagogik und Beratung beschäftigt und bin in die Richtung gegangen und hab mich ausprobiert, Fortbildungen gemacht und dann auch begonnen Beratungssitzungen anzubieten, auf meiner sliding scale - erst zwischen 20 und 60 und jetzt zwischen 30 und 60 Euro pro Stunde. Ich hab mir also nach und nach meine Skills und meinen Werkzeugkasten entwickelt.

**Brav\_a:** Wie lange machst du das inzwischen schon? Ich habe irgendwo acht Jahre

gelesen?

**Inna:** Ich bin bestimmt jetzt schon im fünften Jahr. Manche Themen fühlen sich sehr lange an. Eifersuchtsworkshops gebe ich nun schon seit 5 Jahren und die haben sich sehr verändert mit der Zeit aber es kommen auch immer wieder neue Themen hinzu, wo ich denke „ah okay, dazu habe ich noch nicht so viel gemacht!“. Acht Jahre praktiziere ich inzwischen schon Polyamorie und offene Beziehungen.

**Brav\_a:** Wie würdest du sagen, verhalten sich deine politischen Überzeugungen zu deiner Arbeit? Und bist du viel mit Vorurteilen konfrontiert dabei?

**Inna:** Ich bin ziemlich wenig mit Vorurteilen konfrontiert. Ich glaube, weil ich mich immer weniger mit Leuten umgebe außerhalb der eigenen Bubble. Das ist oft gut aber jetzt gerade mit der kommenden Elternschaft beunruhigt mich das auch etwas. Unser Kind wird nicht nur in dieser Bubble aufwachsen, da gibt es ja Schule und Kindergarten und den ganzen Mist, mit dem unser Kind zu tun haben wird.

Wegen der politischen Überzeugungen: Manchmal denken Leute Polyamorie ist meine persönliche politische Agenda, und da verstehen sie etwas falsch: Ich beschäftige mich mit Polyamorie aber deswegen will ich nicht alle von Poly überzeugen. Meine politische Haltung wird mehr darin sichtbar, wie ich das Thema vermittele. Es geht es mir darum, grundsätzlich Leute in ihren Bedürfnissen zu unterstützen. Mir ist es nicht wichtig, dass deren Modell am Ende Poly ist; es kann auch eine monogame Beziehung sein.

**Brav\_a:** Wenn wir bei Workshops bleiben: Was für Workshops bittest du den an und was passiert bei diesen?

**Inna:** Aktuell ist alles etwas anders. Durch Corona habe ich angefangen Webinare zu geben, was mir auch echt Spaß macht, wobei ich es auch vermisse mit Leuten in einem Raum zu sein. Meine neue Webinar-Reihe geht damit los, dass ich bespreche wie ein Einstieg in Polyamorie möglich ist: Was ist das eigentlich, was kann das alles sein; was würde ich Leuten mit an die Hand geben, was für mich damals hilfreich war. Dann kommt ein Block zu dem Thema „Wie treffe ich gute Absprachen, die zu mir passen“. Dann mache ich meine zwei Eifersuchtsworkshops und am Ende gibt es einen „Polykül-Talk“, da habe ich meine Beziehungspersonen zusammengebracht und wir sitzen dann zu dritt vor der Kamera und reden ein bisschen über uns und was Leute so interessiert; einfach damit das Ganze nicht immer so theoretisch bleibt. Das letzte

Mal war total schön und Leute haben sich gefreut mal ein praktisches Beispiel zu sehen. Bei dem Workshop gibt es verschiedene Teile: Mal erzähle ich was, dann gibt es Erfahrungsaustauschmöglichkeiten der Teilnehmer\*innen untereinander und dann auch Momente für eigene Reflexion. Insgesamt versuche ich bei meinen Workshops immer verschiedene Methoden einzusetzen, dass nicht immer alles in der großen Gruppe passiert. Es soll auch immer Alternativen, Wahl- und Rückzugsmöglichkeiten geben. Deswegen finde ich gerade diese Webinare so schön, weil es Leuten, die aus unterschiedlichen Gründen nicht zu solchen Workshops gehen würden, erlaubt für sich so einen Raum zu entdecken, wo sie besonders niedrigschwellig das Thema angehen können. Deswegen habe ich mir eigentlich auch gedacht, dass ich in Zukunft eine Kombination aus beiden mag – virtuell und nicht-virtuell.

**Brav\_a:** Könntest du von deiner Arbeit zu Polyamorie leben?

**Inna:** Nee, leben kann ich davon definitiv nicht; meine kleine sliding scale ist im Vergleich zu anderen Beratungsangeboten in dem Bereich, die bis zu 1.000 Euro die Stunde kosten können gar nichts. Aber es geht zusammen mit meiner Arbeit im „other nature“. Vor Corona war ich dort fürs Workshop Programm zuständig: also Workshops geben, Workshops organisieren. Dort können wir Themen angehen, die in der Gesellschaft als nicht so willkommen gelten. Bei Themen die tabuisiert sind, hat man jedes Mal ein bereicherndes Gefühl weil darüber sprechen so befreiend ist. Ich mag es solchen Themen und Fragen Raum zu geben und das macht der „other nature“ ja auch, verschiedenen Leuten Raum zu geben, dass sie einfach Fragen stellen können und nicht verurteilt werden für Dinge, die sie noch nicht wissen.

**Brav\_a:** Du bist als Aktivist\*in auch auf Instagram unterwegs, wo das nochmal anders Thema ist: Hast du schon eine gute Lösung für die Spannung zwischen dir als Person und deiner Rolle als Wissende einerseits aber auch als öffentliche Person andererseits gefunden?

**Inna:** Ich habe Insta für mich entdeckt, weil ich gemerkt habe, dass da eine ganze Community von internationalen Aktivist\*innen und Poly-Leuten unterwegs ist, die ich gern kennenlernen wollte; und es ist als Tool leicht in den Alltag einzubinden. Wegen der Trennung zwischen öffentlicher und privater Person: Ich glaube es wird nur komisch, wenn ich merke, dass es meinen Alltag berührt. Wenn die gleichen Leute,



die mir auf Instagram folgen, plötzlich auf der Straße stehen würden, würde ich ihnen nicht die gleichen Sachen sagen und nicht die gleichen Inhalte mit ihnen teilen. Ich denke manchmal auch nicht so weit, dass Leute sich hinsetzen und über online Inhalte reden, obwohl ich das ja auch häufiger mache. Wenn ich mal was sehe, dann schicke ich das auch mal weiter an Freund\*innen: „Hier das könnte dich doch interessieren!“ Mir ist deswegen wichtig zu schauen, was ist sichtbar für andere und was ist vielleicht auch nicht okay, dass es mit der ganzen Welt geteilt wird. Zum Beispiel auch der Instagram-Post zur Schwangerschaft den habe ich sehr genau vorbereitet, das Timing abgewartet, bis wir es allen erzählt hatten, denen es wichtig war, dass sie es von uns erfahren. Das Foto habe ich auch gegengecheckt mit meinen Beziehungspersonen, ob das okay zu posten ist.

**Brav\_a:** Familienplanung und poly, wie organisiert man das?

**Inna:** Die Beziehungsperson mit der ich seit zehn Jahren zusammen bin und ich wollten schon ewig Kinder haben, auch als wir noch monogam gelebt haben. Dann kam eine neue Beziehungsperson hinzu und dann haben wir ausgehandelt wie wir uns das jeweils vorstellen können. Ich hätte mir zwischenzeitlich gewünscht, dass es weniger lange dauert, gleichzeitig bin ich froh, dass wir uns die Zeit genommen haben. Am längsten hat gedauert eine\*n Spender\*in zu finden. Über die Jahre hinweg hat sich auch ergeben, dass drei von uns, eine primäre Erziehungsrolle einnehmen wollen, also Elternschaft und die vierte Person, mehr als eine Art „Stiefmutter“ agieren möchte. Genau und gerade sind wir dabei zusammen in einer neuen Wohnung einzuziehen. Meine schwangere Beziehungsperson zieht hier im September ein und das Kind kommt dann zwischen Oktober und November. Für uns wird sich jetzt sehr viel verändern und ich glaube, dass ich noch dabei bin, dass zu verarbeiten. Ich merke auch jetzt schon wie wir krass in so einem Familiending landen.

**Brav\_a:** Die Gefahr bei so Zweierbeziehungen ist ja: das Kind ist da, und dann ist keine Möglichkeit für die Leute zu zweit miteinander zu sein, ihre Beziehungskommunikation, ihre Quality Time zu haben. Das ist bei poly vielleicht ein wenig anders?

**Inna:** Ich hätte es mir nicht anders vorstellen können, als mit mehr Leuten Kinder zu kriegen: Der finanzielle Aspekt, der Verantwortungsaspekt, der Aspekt Zeit für mich und meine Beziehung und meine anderen Freund\*Innen oder anderen Beziehungen in meinem Leben zu haben. Wenn alle Leute ein bisschen was haben ist es am Ende doch ein bisschen mehr. Es fühlt sich gerade an wie ein Traum, weil ich es immer anders kenne, dass Leute keine Zeit mehr für sich haben. Deshalb kann ich mir grad noch nicht vorstellen, dass es bei mir anders sein wird. Zum rechtlichen Thema: Es ist beschissen. Also es ist eine große Sache die mich immer wieder frustriert und traurig macht, dass zwei von uns heiraten müssen; es ist nichts was wir besonders gerne machen, aber wir hatten zu viel Angst -- wenn der Haupterziehungsperson was passiert, dann hat man Pech gehabt und dann muss man darauf hoffen, dass das Testament greift. Für sowas bin ich zu unsicher. Deswegen haben wir uns dafür entschieden das zwei Personen heiraten und den Adoptionsprozess auf sich nehmen.

**Brav\_a:** Ich finde die Geschichte des Formens einer Elternbubble wirklich trotz aller Schwierigkeiten sehr schön. Es scheint mir wie ein kleiner utopischer Aspekt von Poly. Aber bevor wir uns den Utopien widmen können: Manchmal haben wir das Gefühl viele finden Poly gut und mögen es theoretisch, aber im real life gibt es oft wenig Spaß, viel Anstrengung und viel Drama, oder?

**Inna:** Ich glaube das die Haltung „Ich-kann-alles-haben-und-wenn-ich-es-nicht-mehr-brauche-schmeiße-ich-es-weg“ sehr toxisch ist im Zusammenhang mit Poly. Neu ist nicht ein Poly Trend, neu ist die Kombination mit diesem neoliberalen Denken, dass dazu beiträgt, dass Menschen schneller von Poly frustriert sind. Kompromisse sind ein notwendiger Teil des Konzepts, wie auch gute Absprachen und Rücksichtnahme und vielleicht auch mal eine Zeit aushalten, dass noch ausprobiert wird und es noch nicht so toll läuft. Alle diese Dinge in Kombination sind ein Widerspruch zu dem was gerade unsere Gesellschaft verordnet.

**Brav\_a:** Du hast mal das Wort „Polymacker“ benutzt, hast du auch das Gefühl, dass das Phänomen verbreitet ist und wird es auch als Problem thematisiert?

**Inna:** Die Leute die die emotionale Arbeit leisten und in meine Workshops kommen, thematisieren es als Problem ihrer Beziehungspersonen und nicht andersrum. Die

Leute die bereit sind emotionale Arbeit zu leisten, sind ganz häufig die, die darunter leiden, dass ihre Beziehungspersonen das nicht sind. Wie häufig ich schon gehört habe, dass jemand sagt: meine Beziehungsperson wollte mal das ich so einen Workshop mache. Eigentlich hätte es in vielen dieser Fälle andersrum sein müssen, dass die andere Beziehungsperson sich damit auseinandersetzt, warum sie das immer so individualisiert und sagt: „du bist die Person die sich mal damit auseinandersetzen soll, weil ich mach doch einfach nur was für mich gut ist.“ Ich treffe Leute, die ich als Polymacker\* bezeichnen würde selten in den Workshops, weil Polymacker\* in der Regel nicht so gerne Rücksicht nehmen wollen auf die Gefühle von anderen.

**Brav\_a:** Was sagst du Leute die keine Polymackerinnen sind, was sie machen sollen mit den Polymackerinnen.

**Inna:** Es kommt immer auf Person und Situation an. Manchmal habe ich das Gefühl, dass Leute so ein bisschen von mir hören wollen, dass das okay ist, dass sie sich trennen. Ich mag es aber nicht so Leuten zu sagen, was sie tun oder lassen sollen. Ich versuche einfach den Leuten zu spiegeln, was ich höre und das ist meistens, dass sie nicht besonders glücklich damit sind, was da gerade passiert.

**Brav\_a:** Wir sind am Ende unseres Gesprächs. Als Ausblicksfrage noch: Worin siehst du das Potential von polyamory im Sinne eines Denkens über andere Formen von Lieben und Zusammenleben?

**Inna:** Ich denke dass Poly\* das Potential in sich birgt, das Menschen mehr den Blick auf sich werfen und anfangen, sich ernsthaft zu fragen, was sie wollen und darin Unterstützung finden. Menschen lernen mit poly, was sie wollen, und wie sie das kommunizieren. Ich glaube das darin das Potential liegt, dass man dieses Denken auf sein ganzes Leben übernimmt. Und ich glaube, das darin auch etwas Antikapitalistisches liegt, zu lernen, wie ich und wie wir mit verschiedenen Bedürfnissen und in verschiedenen Konstellationen gemeinsam gut leben können.

# Diese Polyscheiße...

Gefühlt tun alle immer so, als ob poly das beste Konzept der Welt wäre. Beziehungskonstrukte lieber monogam zu gestalten ist praktisch uncool, konservativ und langweilig. Wenn ich Queer-Feminist\*in bin kommt das also nicht in Frage.

Aber können das eigentlich alle? Wollen alle, die queer sind denn mehrere Liebschaften oder wie auch immer mensch das nennen mag nebeneinander ausleben? Sicher trauen sich das nicht alle und selbst, die es vielleicht wollen, brauchen Mut dafür. Mut ehrlich zu sein. Mut sich auf ein Gefühl einzulassen. Und Mut Verantwortung zu übernehmen. Ja, Verantwortung gehört in eine Polybeziehung genauso mit hinein wie in alle Beziehungen, egal ob Liebesbeziehung oder die, die ich mit meinen Mitbewohnis führe oder meinen Kindern, friends oder Eltern. Ehrlich zu sich selbst sein und nachfolgend auch zu anderen. Ich muss klar haben, wie wo und wann ich wen will und habe in einer Polybeziehung die Verantwortung das ehrlich weiterzugeben. Von Anfang an. Kein „Vielleicht“ und „Mal Sehn“ und „Ich halt mir das mal offen“. Ehrlichkeit ist also die Basis. Keine schonungslose, sondern sanfte, aber gänzliche Ehrlichkeit.

Das klingt so einfach, ist es aber überhaupt nicht. Ich hab schon eine Liebelei und lerne eine weitere Person kennen und ich weiß einfach nicht, wie ich das meinem (ersten) Herzensmenschen erzählen soll. Ich will eine andere Poly-Form, als die, die ich vorher verhandelt habe. Alles kann sich ja irgendwie entwickeln, aber dass die Entwicklung alle Beteiligten gleichzeitig glücklich macht ist vor allem eine schöne Wunschvorstellung. Ein guter Anfang

ist, dass ich mich selbst gut genug kennen muss, damit ich anderen auch kommunizieren kann, wovon sie ausgehen können. Mit meinen Bedürfnissen hinterm Berg zu halten ist im Endeffekt eine Verarschung meiner selbst und der anderen Personen.

Was mach ich denn aber, wenn ich merke, dass ich was anderes will als das, was ich gerade habe? Wie soll ich ehrlich sein, wenn ich weiß, dass es die andere Person verletzt. Und auch andersherum, wie schaffe ich selber ehrlich zu sagen, dass ich verletzt bin ohne der anderen Person Vorwürfe für die eigenen Bedürfnisse zu machen? Es ist wichtig bei sich zu bleiben und gleichzeitig bei den Gefühlen der anderen Personen. Das ist wahnsinnig schwierig. Ausserdem gibt es ja immer unterschiedliche Vorstellungen vom Miteinander...und die sind zwischen zwei, drei, vier Menschen NIE kongruent. Also muss irgendwie immer ein Mittelweg, ein Kompromiss her. Klar sagt etwa die Beziehungsanarchie, dass immer alle alles haben können und das funktionieren kann, aber im praktischen Umgang kann ich damit Menschen so richtig auf die Füße treten, das ist zumindest meine Erfahrung. Manchmal hilft da eben nur die gute alte Trennung.

Ich will poly und ich will mitnehmen, was mir das Leben zu bieten hat, was für mich persönlich heißt, ich will Sex mit immer neuen Menschen, da hab ich einfach Lust drauf. Und ich will Gefühle zu immer neuen Menschen....aber wie ich das mache ohne Beteiligte zu verletzen, habe ich noch nicht herausgefunden und viel Schmerzen bei lieben Menschen verursacht. Das ist beschissen und zeigt mir, dass die Idee super, die Umsetzung aber richtig oft dilettantisch ist und das nicht nur bei/ von mir. Eine Balance aus Gefühl, Verbindung, Freiheit, Verantwortung und Ehrlichkeit hinzukriegen ist ne harte Nuss und genau das ist eben...

der Scheiß an Poly.

Von: Hell\_enna





# Warum ich immer noch poly lebe

Polyamorie ist manchmal wie ein Zauberwort.

Kaum ausgesprochen, verzieht sich das Gesicht des Gegenübers zu einer Fratze. Wahlweise eine der Begeisterung oder der bitteren Enttäuschung. Floskeln von der vorangeschrittenen Zeit beenden plötzlich Gespräche, eine persönliche Abneigung gegen

Hippies wird entschuldigend zum Abschied gemurmelt.

Oder aber: Es erschließt sich ein Horizont an erotischen Abenteuern: im warmen Licht der untergehenden Abendsonne frohlockt die Aussicht auf eine lässig-coole Rolle als Lover...

Deshalb vermeide ich das Wort.

Hinter ihm steht eine lange Geschichte der Missverständnisse und popkulturellen Interpretationen. In meinem eigenen Kopf ploppen Vorurteile auf über Hippies, bindungsunfähige Studis, promiskuitive Jugendliche, hedonistische Partygänger\*innen.

## Das Konzept Poly ist auch ein Menschenbild

Ich möchte mit meinem Konzept von Liebe und mitmenschlichen Beziehungen niemensen in die Flucht schlagen.

Ich möchte damit auch nicht augenblicklich zum bloßen Objekt sexueller Abenteuer schrumpfen.

Poly ist kein Status und keine Szene, kein Mittel, sich der eigenen Coolness und Gelassenheit, wahlweise



Emanzipation zu vergewissern. Polyamorie ist eines unter vielen Konzepten, wie menschlichen Beziehungen um Komponenten wie Liebe (was auch immer damit jeweils gemeint ist), Sexualität, Nähe und Verbindlichkeit beleuchtet.

Ich habe sehr glückliche, bereichernde Poly-Beziehungen geführt, andere, die nur welche sein wollten und keine waren, und solche, die keine sein wollten und trotzdem welche wurden.

Meine Auffassung von Poly umfasst ein Menschenbild, eine Definition von Beziehungen an sich und eine grundlegende Romantikkritik.

Sie ist lang gewachsen und wird sich mit Sicherheit weiter verändern. Damit wird sie immer Ausdruck meiner aktuellen Weltsicht und meiner Bedürfnisse sein.

Zuerst finde ich es wichtig, mit der Unterscheidung zwischen romantischen und freundschaftlichen Beziehungen aufzuräumen.

Ich liebe meine Freund\*innen.

Liebe ist für mich ein sehr intensives Gefühl, das Vertrauen, Fürsorge, Respekt, Neugierde und Nähe vereint.

Sie ist nicht auf romantische Beziehungen oder Familie beschränkt und ihre Aspekte können in unterschiedlicher Intensität und verschiedenen Erscheinungsformen auftreten. Jede

zwischenmenschliche Beziehung ist anders und unvergleichbar: jedes mal steht mir

ein anderer Mensch gegenüber. Die Gefühle, die in einer liebevollen Dynamik entstehen sind einzigartig und können nicht mit einander konkurrieren.

(Im Gegensatz zu den Ressourcen Zeit, Aufmerksamkeit, Präsenz. Die können tatsächlich Gegenstand von Konkurrenz, also konkurrierenden Bedürfnissen sein).

Das Menschenbild, das meinen Überlegungen zugrunde liegt, besagt kurz gefasst, dass Menschen unterschiedliche Bedürfnisse haben, und dass diese sich je nach Lebensphase ändern.

Damit verändern sich auch die Beziehungen zu ihnen – Und es ist nicht nur ok, sondern normal und gesund, sich hin und wieder von einander weg und dann wieder aufeinander zu zu entwickeln.

Das setzt ein Grundvertrauen voraus: Es geht mir um den Menschen. Nicht um seine Funktionen für mich.

Die Person ist und bleibt für mich wertvoll, nah und geliebt, auch wenn sie aktuell keine Funktion (im Sinne von Bedürfnisbefriedigung) erfüllt.

Im Umkehrschluss vertraue ich darauf, dass mein Gegenüber das auch so sieht.

Praktisch bedeutet das zum Beispiel, dass ich den Umzug einer Person in ein anderes Land weder übel nehme noch dass ich Angst habe, die Freundschaft oder (romantische) Liebesbeziehung könnte sich verlieren: Denn ich vertraue darauf, dass ich mit diesem Menschen eine tiefe Bindung habe, und dass ihr liebevoller Kern bestehen bleibt. Ich vertraue, dass wir eine den Umständen angepasste Art und Weise finden, unsere Beziehung auszuleben. Nicht die Umstände, die Erreichbarkeit, die Verfügbarkeit der Person bestimmen unsere Beziehung – Sondern die Tatsache, dass wir irgendeine Form von Liebe für einander empfinden. Das macht solche Beziehungen belastbar: Ich muss nicht um ihren Kern fürchten, ich muss sie gegen nichts verteidigen, ich muss mir keinen Besitz erhalten.

Solange ich mir dessen bewusst bin, das Beziehungsarbeit Arbeit ist, und warum sie mir viel wert ist, kann ich diesen Kern pflegen und von meinem Gegenüber pflegen lassen, ohne in eine Investitionslogik zu verfallen.

Ich akzeptiere die Veränderlichkeit von Beziehungen damit nicht nur, ich schätze sie wert:

Denn sonst lande ich – wie unzählige Menschen um mich und vor mir – im Sumpf der Tristesse, in Kreisel der Routine. Dann verblasst der

Mensch zu einer Selbstverständlichkeit. In einer Illusion von Beständigkeit muss ich verteidigen was war, meistens gegen das, was kommt und sein könnte.

Die Person, mit der ich liebevoll eine Wohnung eingerichtet habe, mit der ich mich abgestimmt habe, mit der ich alles teilen wollte – Die wird langsam selbst zum Wohnungsinventar. Zu einem funktional ins Leben eingebauten Nutzgegenstand, und wehe, sie verwehrt sich ihrer Funktion! Auch das ist eine Erfahrung aus vergangenen Beziehungen.

## Von der Heteronormativität in die Polyamorie?

Polyamorie hebt sich damit nicht nur von Momoamorie ab, sondern ist in ihrer gelebten Form ein Gegenentwurf zur Heteronormativität.

Wichtig ist hier, dass sie eine Form von Widerstand dagegen sein kann – insbesondere, da sie sich einer Verwertungslogik von Menschen widersetzt. Und weil polyamore Beziehungen das Potenzial haben, (patriarchale) Machtstrukturen aufzubrechen.

Sie muss aber kein Akt des Widerstands sein, sondern kann eine von mehreren Optionen darstellen, die eigenen Beziehungen zu Menschen selbstbestimmt zu gestalten.

Dort, wo die Heteronormativität waltet, eingeübte Bilder, festgeschriebene Rollen und klar abgesteckte Machtverhältnisse regieren, ist nie Platz für einen ganzen Menschen.

Irgendwas muss dieser Mensch verdrängen, um hinein zu passen.

Das ist a) langweilig, weil alle irgendwann die Rollenbilder und die eingeschränkten Möglichkeiten ihres Zusammenspiels kennen.

Etwa, wenn ein Haufen Comedians die immer gleichen Witze über ihre Interaktion mit ihren Frauen machen, und Millionen Menschen darüber lachen, weil sie absurder Weise genau die selben Beziehungen mit scheinbar genau den selben Frauen führen und sich wieder erkennen.

b) Macht es Menschen austauschbar: Gerade die individuelle Mischung geht verloren, wenn sich alle zwanghaft in Rollen pressen. Wird es mit einer Person zu anstrengend, findet sich in der Regel eine andere, die eine ähnliche Rolle auch zufriedenstellend erfüllt. Anders gesagt: Die eine ähnliche Funktion erfüllt. Dann wiederum ist auch die Angst, den eigenen Status und die aktuelle Beziehung verteidigen zu müssen, gerechtfertigt, denn es muss sich stets als beste Wahl be-

wiesen werden. Sonst kommt jemand besseres und spannt einen aus.

Und c) ist das Ganze auch gefährlich, denn es ist ungesund, sich stetig selbst einzuschränken und Aspekte seiner selbst zu verleugnen. Nicht selten mündet das in Frust, Aggressionen, Unzufriedenheit, Unsicherheit und Gewalt.

Zudem ist Polyamorie inklusiv, denn in ihr ist Platz für Geschlechtsidentitäten und Liebesformen außerhalb der Heterosexualität: Liebe steht allen offen, egal ob sie nun homosexuell, asexuell<sup>1</sup>, a\*gender<sup>2</sup>, trans\*<sup>3</sup>, aromantisch<sup>4</sup>, demisexuell<sup>5</sup>, pansexuell<sup>6</sup> etc. sind.

Liebe darf selbstbestimmt zwischen Individuen entstehen, und beide entscheiden selbst, ob und inwiefern dabei ihre Geschlechtsidentität und ihr Begehren eine Rolle spielt.

In der praktischen Umsetzung können polyamore Beziehungen oder Beziehungsgeflechte sich damit deutlich sichtbar von heteronormativen Beziehungen absetzen, sie müssen es aber nicht. Der Unterschied liegt oft im Detail, im zwischenmenschlichen Umgang und in den selbst festgelegten Regeln.

Eine Polybeziehung muss nicht aus 3 Menschen aufwärts bestehen. Zweierbeziehungen können poly sein. Es geht nicht um den Wettbewerb, wer wie vielen Menschen in eine

Beziehung oder in ein Beziehungsgeflecht integriert und niemensch muss beweisen, wie poly sie\*er ist: die Anzahl sagt nichts über die Beschaffenheit der Beziehung aus.

(Siehe heteronormatives Pärchen: Das Pärchen bleibt Pärchen, egal wie viele andere Affairen und heimliche Lover die beiden haben.)

Diese Bilder sind am Ende ebenso austauschbare Rollenbilder. Sie fragen nicht nach individuellen Bedürfnissen, sondern nach allgemein anerkannten Regeln und Bestätigung für die Beziehungsführung.

Poly ist ein Label, und verschiedene Menschen verwenden dieses Label mit verschiedenen Bedeutungen und Motivationen.

Unter diesem Label rechtfertigen Menschen unreflektiertes, übergriffiges Sexualverhalten, und mit diesem Label inszenieren sie sich als coole, aufgeklärte Personen und ordnen sich einer Szene zu.

Das passiert mit diversen anderen Liebes- und Lebenskonzepten allerdings auch.

Es liegt bei uns, allen die dazu Lust und Ressourcen haben, aus dem Label einen respektvollen, neugierigen, ehrlichen Lebensstil zu machen.

# Was das Zauberwort kann – und was es nicht kann

Mit anderen Worten:

Polyamorie bleibt ein Zauberwort. Wer es ausspricht, dem tun sich Welten hinter den Begriffen auf.

Wer versucht, seinen Inhalt vorsichtig und bedacht umzusetzen, dem wachsen intensive, zärtliche Gefühle vielleicht bald über den Kopf hinaus, der lernt plötzlich Menschen ganz anders, viel ehrlicher, viel verletzlicher, viel rabiater kennen.

Dem fallen die Ausmalfiguren aus den Rahmen und entfalten sich zu vielschichtigen, komplizierten, unfassbar spannenden Persönlichkeiten.

Liebe kann plötzlich vom Besitzanspruch befreit in andere Beziehungen hinein wachsen, sie muss nicht mehr zwangsläufig mit Sexualität einhergehen.

Nähe und Fürsorge dürfen einfach so sein, ausgelebt werden mit unterschiedlichen Menschen, die einem so über den Weg laufen, ohne mit

Sexualität oder Ewigkeitsversprechen um die Ecke kommen zu müssen. Hinter dem Rahmen des Pärchens tut sich eine Welt auf, in der Nähe mit Freund\*innen, Bekannten, Mitbewohner\*innen, Familienmitgliedern und Fremden sein und schön sein darf.

Aber im eigenen Kopf, in der Zentrale, in der meine Sicht auf die Welt jeden Tag aufs Neue geschmiedet wird – Da kann Polyamorie deshalb ein Zauberwort sein, weil sie ein Symbol für eine offene Denkweise hinter den Zwängen der Heteronormativität sein kann.

Polyamorie ist keine romantische Utopie.

Und keine sexuelle Orientierung, by the way.

Polyamorie ist eine Lebensweise, eine Form, mitmenschliche Beziehungen bewusst, reflektiert und offen anzugehen.

Polybeziehungen sind – Überraschung – Arbeit. Wie alle anderen Beziehungen auch.

Sie können genauso scheitern, verletzen, gewaltvoll oder missbräuchlich sein wie andere Beziehungen zwischen Menschen.

„Ich leben ja poly“ ist kein Zauberwort für gewaltlose, selbstbestimmte Beziehungskonstrukte.

Darauf  
eine  
Orgie!





„Vielleicht verstehen die Leute jetzt, dass es nicht um Sex geht, sondern um Beziehungsnetzwerke“, denkt Mia, als sie dran ist und sich den frisch desinfizierten Einkaufswagen schnappt und in den Edeka schiebt. Immer schön aufmerksam sein und nicht zu nah an Leute ranfahren. Mia ist schon seit ein paar Jahren von ‚Poly‘ als Schlagwort genervt, obwohl sie selbst offene Beziehungen oder

Beziehungen zu mehr als einer Person total sinnvoll und einleuchtend findet, und selbst mehr solche als andere Konstellationen mitgemacht hat. Nur dass sie meist eben in keiner ‚Beziehungs-Beziehung‘ ist, geschweige denn in mehreren. Und Sex? Naja, sie findet, es sollte einfach nicht ausschlaggebend für den Stellenwert einer Beziehung sein, ob man mit einer Person häufig, selten, nur einmal oder nie Sex hat. Mia betritt mit ihrem

riesigen Einkaufswagen den Bereich mit Obst und Gemüse. Auf ihrem Zettel stehen für ihre WG unter anderem Äpfel, Karotten, Bananen und Rote Beete. Malou hat ihre Tage und hat extra ‚Rote Beete‘ fett unterstrichen, aber Mia hätte sie auch so nicht vergessen. Während sie einkauft, macht Malou die WG-Wäsche, Amira ist mit dem Zusammenstellen einer Zu-house-intern-feiern-Playlist beauftragt und Patrick putzt. In



der WG-Familie geben sich alle die größte Mühe, füreinander da zu sein. Manches davon fühlt sich auch gar nicht nach so viel Mühe an. Naja, zumindest nicht mehr als das, was man für sich alleine oder als eigenen Anteil sowieso machen muss. Mia legt noch Zwiebeln und Knoblauch in den Wagen und denkt an das ‚WG-Netzwerk‘, das sie gestern beim Plenum versucht hatten zu skizzieren, um sich einen Überblick über mögliche Infektionsketten oder -kreise oder -bretzeln, oder -bretzelketten zu verschaffen. Auf mehreren aneinandergelegten DIN-A4-Blättern sah es aus, als wären sie mit der halben Stadt verknüpft: eigentlich schön, aber in pandemischen Zeiten ziemlich gefährlich. Seufzend hatten sie sich darauf geeinigt, dass in der nächsten Zeit pro Mitbewohner\_in nur eine feste Person in die WG darf.

Und keine der vier nun kollektiv ‚registrierten‘ Personen war eine ‚Paarbeziehungs-Person‘.

Zwischen den hohen Regalen sucht sich Mia den Weg zum Süßigkeitenregal. Neben Amiras Lieblingschokolade (Marzipan, nun ja) greift Mia noch zu einer Packung bunter Schlangen, die Ann besonders mag. Ihr Bezugskind ist vier und vermisst die Kita sehr; keine Frage, dass sie zumindest Mias WG ab und zu besuchen darf – auch damit ihre Eltern mal ein kleinwenig aufatmen können. Auch wenn Mia ihre Ankerpersonen, ihre langjährigen Freundinnen, die seit mehr als einem Jahrzehnt eine wichtige Konstante in ihrem Leben darstellen, vermisst, kann sie mit ihnen doch über Handy und Internet sprechen. Ann aber braucht Kontakt zu anderen Menschen, muss mit ihnen Kuschtieren- und Lego-spielen, la-

chen, toben, Dinge im Schrank entdecken und in ihrem Lieblingsbuch blättern. Mia entscheidet sich lieber für zwei Packungen der Gummischlangen – wenn Patrick Ann Bücher vorliest, wird er sicher auch welche essen. Patricks beste Freundin Katja, die auch auf der ‚Liste‘ steht, hat letzte Woche noch einen Stapel Bücher vorbeigebracht, die sie von ihrem Bruder geliehen bekommen hat und die Ann hoffentlich die nächsten Wochen ein wenig unterhalten können.

Zwei Gänge weiter kommt die spannende Frage: Klopapier ja oder nein? Spülschwämme hop oder top? Handseife hot or not? Glück gehabt, es scheint gerade nachgeliefert worden zu sein. Die Abgabe von Klopapier ist auf zwei Packungen pro Person und Einkauf beschränkt. Mia hat die Rechnung gemacht: Zuhause sind noch drei

Packungen, da vorletzte Woche alle ihrer Mitbewohner\_innen gleichzeitig vorsorgen wollten, das reicht also noch etwas. Die zwei zugelassenen Packungen kommen auf die Einkaufsstapel für Mitch und Karen. Auch wenn sie zu beiden nicht hinein darf, würde sie gleich mit dem Auto deren Wohnungen abklappern und den Nachschub abgeben. Zu blöd, dass beide in Quarantäne waren (Mitchs Schwester und Karens Kollegin waren positiv getestet worden und nun bleiben sie also zu hause). Umso besser, dass Mia noch durch die Gegend fahren kann. Mit dem Wagen entgegenkommenden Einkaufenden großzügig ausweichend, denkt sie nochmal an das, was Malou – der fast noch ‚Neuzugang‘ in der WG-Familie – gestern beim ‚Netzwerk-Skizzieren‘ gefragt hat. Wie das mit ihrem, Mias, Poly-Dreieck denn

funktionieren würde unter den aktuellen Bedingungen. Und an Amiras knappen Hinweis, dass Mitch und sie doch schon lange nicht mehr zusammen seien. „Sie ist eigentlich Mias Ex“, hatte sie knapp gemeint und auf das Festlegen der ‚erlaubten Besucher\_innen‘ gedrängt, da sie hungrig war und schnell zum Schluss kommen wollte. Mia war von beidem, der Frage wie der Antwort, irritiert und grübelte und grollte einmal mehr über vermeintlich allgemeingültige Bezeichnungen und Beziehungsschubladen. Sie war bisher nicht auf die Idee gekommen, das sensible, aber stabile Beziehungsnetz (oder eher die Kette) zwischen sich, Mitch und Karen als ‚Poly‘ zu bezeichnen. Denn klar, sie war nicht mit Mitch zusammen. Aber sie einfach als ‚Ex‘ zu bezeichnen, war auch nicht richtig. Naja, richtig schon, aber ein-

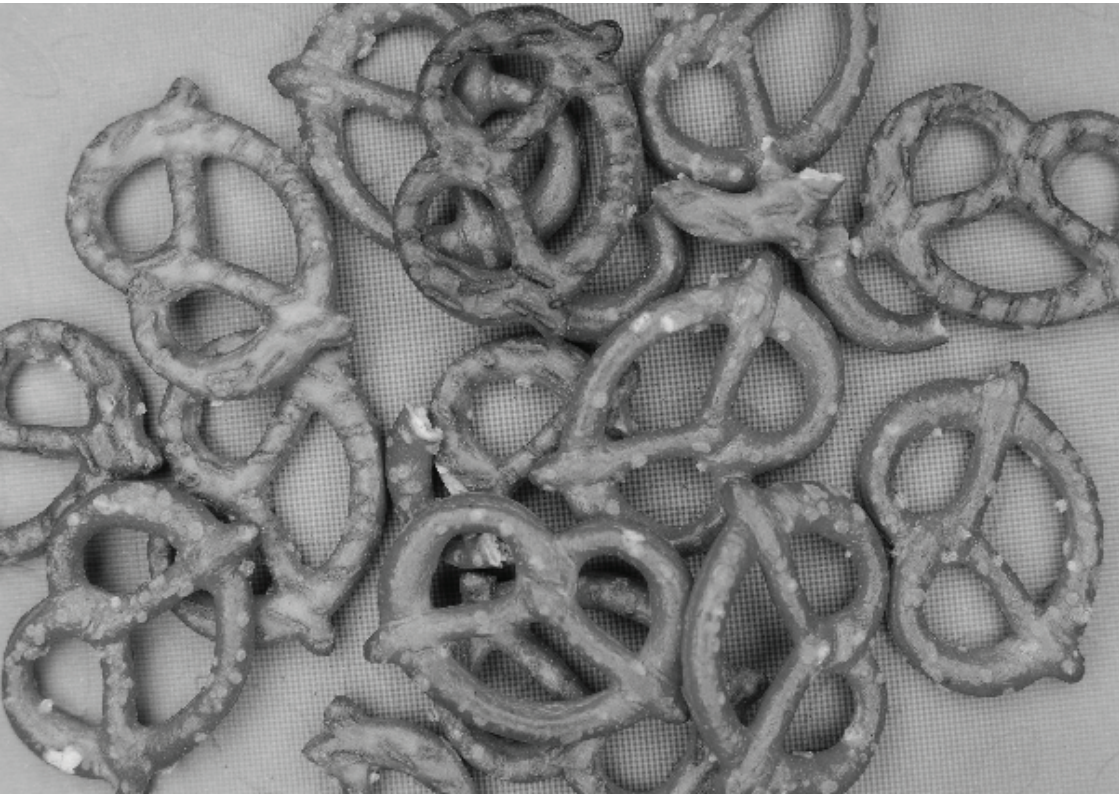
fach nicht zutreffend. Mitch und sie waren sich sehr wichtig und sie teilten viel miteinander. Und Karen und Mitch waren sich sehr wichtig und teilten viel miteinander, auch wenn es vielleicht nicht die gleichen Dinge waren. Mia sah überhaupt nicht ein, das für Andere in geordnete Kisten zu packen. Vor der Auswahl an Müslis grübelt Mia weiter. Soweit sie wusste, mochte Karen keine Rosinen – ah ja, hier gab es Basismüsli ohne. Daneben bei den süßen Brotaufstrichen sucht sie Zartbitteraufstrich – vegan für Mitch. Außerdem Pistazienaufstrich für sich selbst. Wird das Freizeitgeld diesen Monat eben in luxuriöse Frühstücksartikel investiert, statt mit den Anker-Freundinnen Bier trinken zu gehen. Obwohl, ein Sterni vor dem gemeinsamen Video-Fenster war noch drin. So, jetzt nur noch Magen-Darm-Tee und eine alberne Karte

für ein Care-Paket an Alisa, die mit Kotzerei alleine in Hamburg saß und ein paar Bastelutensilien für Esras Geburtstags-Post morgen.

Nachdenklich sieht Mia auf den Berg der Einkäufe in ihrem Kofferraum. Waren der Knoblauch, die Gemüsebrühe, das Klopapier und die Margarine die Materialisierung ihrer Beziehungsnetzwerke? Von Kümmern und ge-

teilter Verantwortung, von Freundschaft, Liebe, Verbündetenschaft, Familie? Wofür stand wohl der Frischkäse und was genau sagte der Apfelsaft über sie selbst aus? Mia lacht bei der Vorstellung, dass ein Tele-Orakel in einer nächtlichen Sendung sagt: ‚Das Olivenöl steht für ihre Seelenverwandtschaft‘, oder ‚Die Spülbürste deutet auf ein einschneidendes Ereignis

im kommenden Juni hin‘. Sie muss grinsen und schüttelt den Kopf. Nein, die Deutung ihrer Infektionsbretzelketten will sie doch lieber selbst bestimmen. Also Kofferraum zu und los geht’s.



Hey! How did you model go?



Hey! Wie war es auf deinem Model?

Oh Peter, I have a total  
blough in Krote.



Oh Peter, Ich hab mich voll in note verknallt.

Awes, my love, that's wonderful!

Did you tell her?



Ah, mein Schatz, das ist ja wunderbar.  
Hast du es ihr gesagt?

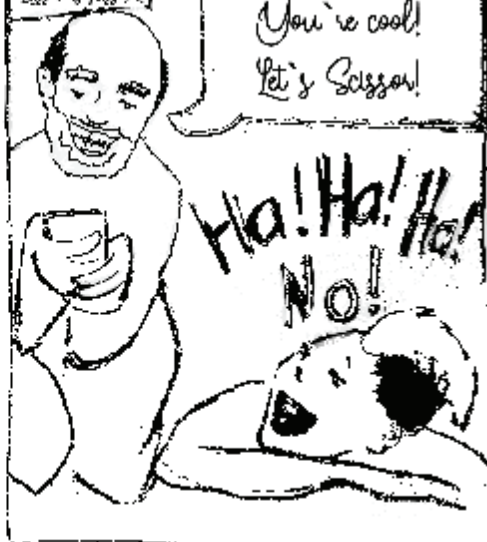
No! I was  
scared.

Well I'll have  
not, nicht  
gerne.



Hey Krote!  
Du bist cool!  
Lass uns scissor.

Hey Krote!  
You're cool!  
Let's Scissor!



Ha! Ha! Ha!  
NO!

But why?  
You are  
Beautiful!  
It me  
tell her  
for you!

Aber warum? Du bist wunderschön!  
Lass mich ihr von dich schreiben!



# VON MONO ZU POLY

## Ein Erfahrungsbericht

Als ich mit 16 oder 17 Jahren das erste Mal in zwei Menschen gleichzeitig verliebt war - eine typische Situation, in der man den\*die alte\*n Partner\*in noch liebt und sich dann gleichzeitig in eine neue Person verliebt - sagte ich zu einem Freund: „Ich liebe zwei Leute gleichzeitig, aber es ist ja nicht möglich, mit zwei Menschen zusammen zu sein“. Ich war ratlos und verzweifelt und musste mich schließlich für einen der beiden Menschen „entscheiden“. Es dauerte mehrere Jahre, bis ich langsam begann, die monogamen Normen zu hinterfragen, die in den meisten Filmen, Magazinen, Büchern etc. vorkommen. Ich hörte zum ersten Mal von anderen Menschen in nicht-monogamen Beziehungen und fand endlich Worte für das, was ich Jahre zuvor empfunden hatte. Langsam verstand ich, dass Monogamie nicht „normaler“ ist als Polyamorie oder andere nicht-monogame Beziehungsformen. Nur ungewöhnlicher.

Mit 20 lernte ich eine Person (Raf) kennen, mit der ich erst einmal eine monogame Beziehung führte. Wir begannen bald damit, unsere Überzeugungen zu diskutieren und ein Punkt kam immer wieder auf: Angenommen, jemand von uns hätte irgendwann Lust auf Sex mit einer anderen Person, obwohl unsere Beziehung noch schön und liebevoll ist - was dann? Wäre es nicht dumm, eine gute Beziehung wegzuworfen, nur weil jemand sexuell offener leben will als andere? Wäre es nicht schade, wenn irgendwann jemand fremdgehen müsste, weil nicht offen über Dinge geredet werden kann? Jahre später öffneten wir die Beziehung schließlich und jede\*r von uns hatte ab und an Sex mit jemand anderem. Unsere Freund\*innen reagierten positiv bis neutral darauf, der Familie mussten wir nichts erzählen, da wir nach außen monogam wirkten.

## Es schien uns immer sinnloser, monogam zu leben.

Eines Tages lernte ich einen meiner heutigen Partner (Micha) kennen.



Er hatte bereits seit Jahren eine feste Partnerin und lebte polyamor. Je näher Micha und ich uns kamen, desto mehr hinterfragten Raf und ich erneut unsere Beziehungsform. Es schien uns immer sinnloser, monogam zu leben. Wieso verzeihen viele Menschen einen Seitensprung nur, „solange keine Gefühle im Spiel waren“? Was ist so schlimm an der Liebe zu anderen?

Natürlich haben wir dabei auch immer wieder mit Verlustängsten gekämpft. Eifersucht spielt, glaube ich, in jeder Beziehung ab und an eine Rolle, auch bei Polys und unter Freunden. Doch im Prinzip war schnell klar: die Regeln und Grenzen in unserer Beziehung bringen uns nicht wirklich weiter.

### **Nach dem Coming-Out verlor ich eine Freundin, die Polyamorie mit Untreue gleichsetzte.**

Die nächsten Jahre war ich mit Raf und Micha gleichzeitig zusammen. Nach außen traten wir nicht mehr als monogames Paar auf, da ich keine Lust hatte, einen meiner Partner zu verheimlichen. Nach dem Coming-Out verlor ich eine Freundin, die Polyamorie mit Untreue gleichsetzte. In meiner Familie kochten die

Vorurteile hoch: Meine Großmutter schlug vor, „so etwas“ doch lieber heimlich zu machen und weigerte sich erst einmal, Micha zu duzen. Meine Mutter unterstützte uns von Anfang an.

Nach zwei Jahren trennten sich Raf und ich.

Kurz darauf lernte ich Degu kennen, der Erfahrung mit einer offenen Beziehung hatte aber der Polyamorie gegenüber ein wenig skeptisch war. Er gab uns zum Glück dennoch eine Chance.

### **Mittlerweile haben wir zu dritt zwei wunderbare Kinder**

Ich habe sie zur Welt gebracht, biologisch gesehen ist eines von Micha und eines von Degu. Die Kinder nennen beide „Papa“. Micha wohnt mit seiner anderen Partnerin eine Stunde entfernt und kommt 2 bis 3 Tage die Woche zu uns, Degu ist den Großteil der Woche bei den Kindern und mir. Michas andere Partnerin ist Patentante, Raf Patenonkel. Bis heute sind wir alle drei mit Raf eng befreundet. Meine Großmutter behält ihre Meinung mittlerweile zumindest für sich und ist gleichermaßen freundlich zu beiden Partnern.



**Poly bedeutet für mich, meinen Partner\*innen zu ermöglichen, sich zu verändern.**

Ich erwarte nicht, dass alles in 10 Jahre noch so sein wird wie es heute ist oder dass meine Partner\*innen immer gleich bleiben. Es schafft ein Gefühl der Freiheit und des Vertrauens für mich.

Natürlich muss entsprechend auch einiges an Energie hineingesteckt werden: alleine die Koordination unserer Kalender nimmt einiges an Zeit in Anspruch. Dafür sind am Ende an anderen Stellen mehr Ressourcen da.

**Ich würde lügen, wenn ich sagen würde, dass eine polyamore Beziehung immer leicht ist.**

Konstant mit monogamen Medien und Normen konfrontiert zu werden ist anstrengend. Die immer wieder gleichen Fragen („Aber seid ihr denn nie eifersüchtig?“) auch. Die rechtliche Ungleichbehandlung ebenso. Alles ist auf monogame Beziehungen ausgerichtet, von der Steuererklärung bis zum Sorgerecht.

**Wichtig ist für mich, dass alle Beteiligten sich grundsätzlich wohl fühlen**

Viele Menschen leben eine Weile lang nicht-monogam und dann wieder monogam, oder andersherum. All das ist okay, finde ich. Jede Beziehungsform hat Vor- und Nachteile. Wichtig ist für mich, dass alle Beteiligten sich grundsätzlich wohl fühlen, Konsens herrscht und nicht nur aus Angst vor Vorurteilen alte Muster gelebt werden. Polyamor zu leben ist eine Entscheidung wie jede andere - und nur du kannst sie für dich treffen.

**von  
Isabel Schwab,  
Therapeutin**

# MIT. MENSCH

Dich nah sein lassen  
Dich erwarten  
Dich überraschen

Morgens, mit starren kalten Fingern und  
Restnacht im Wald  
Wenn ich in der blassen Sonne los muss  
Während du noch weiterschläfst  
Dir Blumen, Birkenblätter in die alten Bierflaschen stellen

Mit dir euphorisch sein, zweifeln,  
Menschen aufregend finden  
Neugierig sein, sich  
Gegenseitig beeindrucken

Dich zeichnen, im Urlaub, im Meer, im  
Unterricht auf die Rückseiten

Dich ziehen lassen, ein  
Bisschen allein gelassen, ein bisschen neidisch  
Ein bisschen in Gedanken bei dir  
Dich verabschieden, dein Foto am  
Türrahmen finden  
Deine Karte lesen, eine einzige verdammte  
Karte in einem Jahr, deinen  
Eltern erzählen wo du bist und was  
Du da erlebst weil wir Zeit zum Telefonieren und  
Du Netz gefunden hast

Von deinen Bekanntschaften hören  
Ihre Namen lernen, ein Bild haben, mich  
Fragen ob du mir Bilder zeigen wirst  
Dir von meinen Bekanntschaften erzählen  
Mit dir darüber staunen, dich  
Beraten, mit dir und ihr mitfühlen, meine  
Aufregung mit dir teilen, seinen Namen

Ganz oft nennen, weil er noch so  
 Süß auf der Zunge schmeckt. Für  
 Dich ein Lied lernen, mit einer deiner  
 Freundinnen tanzen, die  
 Kinder deiner Exfreundin betreuen, dich  
 In deinen Liebschaften wieder  
 Finden, deine Gerichte für ihn kochen.

Dich wiedersehen, dich in den Arm nehmen, mit  
 Dir weinen weil das so nicht geht, dir  
 Vodka mitbringen, das Lied für dich doch  
 Nicht spielen, dich trotz allem nach  
 Hause begleiten, dir mein neues  
 Leben zeigen. Deine Suche nach neuen  
 Menschen sehen, mit dir und ihm über das  
 Suchen reden, sie dir zeigen, ganz rot im  
 Gesicht, schlechtes Gewissen weil  
 Ich dich allein sehe. Sie  
 Kennen lernen und selbst ganz  
 Fasziniert sein, sie sehen und wissen dass  
 Du sie toll finden wirst, euer  
 Spiel beobachten und mich über die  
 Nähe freuen, eure Funkstille  
 Hören. Dir Nähe geben wollen die  
 Mir aber nicht mehr zusteht zu  
 Geben, denke ich.  
 Dir unter Tränen erzählen wie  
 Allein ich wieder bin, mein  
 Zeug bei dir unterstellen, wenig mit  
 Dir zu bereden haben, Gemeinsamkeiten  
 Suchen aber es bleibt seltsam, deinen  
 Schrank in seiner Wohnung  
 Entdecken, sich an  
 Einander gewöhnen, wieder Urlaub  
 Zusammen Wieder Meer und Salz und  
 Tau, Neues an dir entdecken, Neues  
 Das ich mag und Altes vermissen und  
 Neues das mich nervt. Sie mit dir  
 Sehen, darüber grübeln ob ich  
 Gern an ihrer Stelle wäre, mit ihr  
 Zukunft erspinnen, deine Begeisterung  
 Teilen, eure behutsame Bindungen  
 Bewundern, sich  
 Wichtig sein.

„Und jetzt haben Sie also festgestellt, dass so eine Zweierbeziehung als Hauptbezugspunkt nicht so Ihr Ding ist“, sagt sie und blickt mich aufmerksam an. „Nee, das war mir eigentlich schon immer klar!“, entgegne ich leicht brüskiert und schüttele verwundert den Kopf.

„Ah ja“, sie richtet ihrerseits leicht irritiert ihre Brille zurecht und hakt dann nach: „Was an der Vorstellung so einer Zweierbeziehung passt Ihnen denn nicht so ganz? Welche anderen Wünsche haben Sie denn?“ Ich rücke unruhig auf meinem Sessel hin und her und ziehe ungeduldig am Bendel meiner Kapuze während ich mich ermahne, sie aussprechen zu lassen. „Na, mir kam das ganze Konzept total weird vor!“, platzt es dann förmlich aus mir heraus. Mein Gegenüber scheint leicht verwirrt und ich beeile mich, jahrelange feministische Auseinandersetzung in ein paar prägnante, gutverständliche Sätze zu komprimieren: „Na, einer einzelnen Person alle sozialen emotionalen Bedürfnisse aufzuhalsen und was Sozialkontakte angeht alles auf eine Karte zu setzen – das ist doch ein total hirnrissiges Konzept! Das kann doch fast nur schiefgehen und wenn's soweit ist, steht man ganz schön blöd da! Und selbst wenn es nicht total gegen die Wand fährt – nur eine Person als Bezugsperson?! Um Gottes Willen!“ Ich habe mich ein kleinwenig in Rage geredet und würde am liebsten aufspringen und eine Runde durchs Zimmer laufen, um meiner Aufregung etwas Luft zu machen, aber ich befinde es als zu unhöflich und bleibe sitzen. Mit den Augen verfolge ich eine Fliege, die gerade aufgeflogen ist – vielleicht aufgeschreckt durch meinen plötzlichen Wortschwall – und die sich jetzt auf die Lehne des gegenüberliegenden Sessels setzt.

Was heißt  
hier  
romantisch?!  
(Marie Strobel)

Mein Gegenüber bleibt ruhig, aber aus ihrer ausbleibenden Zustimmung schließe ich, dass sie wohl keine feministischen Comics von Liv Strömquist liest und wohl in ihrem engen Umfeld nicht viele Leute über 30 hat, die sich außerhalb von Paarkonstellationen, Elternrollen oder Karrierewegen verorten. Naja, ich wollte hier jetzt auch keinen feminist conscience workshop abhalten.

„Ich will mein Leben mit anderen, mehreren Erwachsenen zusammen gestalten. Und mit mehreren Erwachsenen zusammenwohnen, von mir aus können da auch Kinder dabei sein, egal. In der Stadt!“, sprudelt es weiter aus mir heraus. Die Fliege schwirrt wieder vor meinem Gesicht, ich wedle mit der Hand vor mir herum, sie setzt sich auf mein Knie, ich verscheuche sie erneut, sie fliegt aus meiner Reichweite und schwirrt weiter scheinbar ziellos im Zimmer umher.

„Ah ja“, mein Gegenüber lächelt nachsichtig, „das ist ja eine romantische Vorstellung. Wie in einer Kommune.“ Ich lasse das Insekt aus den Augen und richte meinen entsetzten Blick wieder gradeaus. Romantisch? Kommune?! Spreche ich so unverständlich, ist meine Lebenswelt so weit von der Norm entfernt, dass meine Worte nur als hippieskes Zerrbild meine Gesprächspartnerin erreichen können? Oder hat eine von uns doch einen Sonnenstich?

„Nein, doch keine Kommune! Meinetwegen ein Hausprojekt, wenn ich darin auch meine Ruhe haben kann... Und was heißt hier romantisch, also, eigentlich hab ich das ja alles schon!“ Ich komme mir vor wie der verrückte Märchenonkel, dabei spreche ich nur von meinem Alltag. Hm, jetzt denke ich an meinen Onkel. Vielleicht ging es dem auch immer so – kein Mensch weiß, was genau er eigentlich macht und wo in der Welt er gerade unterwegs ist, aber er scheint damit recht zufrieden zu sein. Ich nehme mir vor, ihn mal danach zu fragen. Naja.

Ich schaue der Fliege nach, die am Vorhang herumsummt und vielleicht gleich entdeckt, dass das Fenster gekippt ist. Vielleicht müssen einen ja nicht alle verstehen. Irgendwer muss auch das bunte Schaf in der Familie sein. Ich kann mich gerne auf den Job bewerben.

# Wie ich polyamores L(i)eben kennengelernt habe

Ich führe quasi mehrere romantische Beziehungen gleichzeitig.

Quasi schreibe ich, weil ich mir nicht sicher bin, was dieses „romantisch“ überhaupt sein soll. Vor wenigen Jahren habe ich mich noch als aromantisch bezeichnet, weil ich dachte, dieses Label würde einen Teil von mir beschreiben. Doch dann traf ich eine Person, in die ich mich Hals über Kopf verliebte. Auf den ersten Blick sozusagen. Von da an fand ich mich unter dem Begriff aromantisch nicht mehr wieder und ich hörte auf, dieses Label zu benutzen.

Genannte Person und ich führten eine leidenschaftlich-romantische Beziehung, die irgendwann wieder zu Ende ging. Ich kann nicht benennen, was an unserer Beziehung romantisch war und warum vorangegangene und nachfolgende Verbindungen mit Personen es nicht waren. Es ist einfach so ein Gefühl, welches ich

habe: Diese eine Beziehung – sie fühlte sich ganz klar romantisch an.

Alle anderen Beziehungen irgendwie anders.

Ich führe Bekanntschaften, Freund\*innenschaften und enge Freund\*innenschaften. Und es gibt wenige Menschen in meinem Leben, die nenne ich Partner\*innen. Ob ich und meine Partner\*innen jetzt romantische, queerplatonische und/oder quasiplatonische Beziehungen führen, vermag ich nicht zu sagen. Am wohlsten fühle ich mich bisher damit, diese Frage offen zu lassen.

Komme ich in die Situation, Menschen außerhalb des queeren Kreises, in dem ich mich bewege, über meine Beziehungen aufzuklären, sage ich: Ich führe mehrere romantische Beziehungen gleichzeitig. Meistens erkläre ich dann noch, dass das kein Betrügen ist, weil alle Beteiligten davon wissen und das



auch so möchten. Den Teil meiner Beziehungsgestaltung, welcher sich auf dem aromantischen Spektrum bewegt, lasse ich dann bewusst weg, um nicht noch mehr erklären zu müssen.

Ich bin sehr zufrieden mit den Freund\*innenschaften und Partner\*innenschaften, die ich zurzeit pflege. Das war nicht immer so. Als ich als

Teenager anfang, mit Leuten anzubandeln, die sich für mich interessierten, bezog ich meinen Selbstwert darüber, wie viele Menschen mich beehrten. Funktionierte etwas nicht so, wie ich es mir ausgemalt hatte, war ich schnell sehr enttäuscht und redete mir ein, ich sei es nicht wert, geliebt zu werden. Nachdem ich mich emotional einigermaßen erholt hatte, hielt ich nach der nächsten Person Ausschau.

Mittlerweile kann ich auch ohne Partner\*innen auskommen. Ich mag meine momentanen Partner\*innenschaften, aber ich könnte ohne sie leben, falls sich unsere Wege eines Tages trennen.

Polyamore Beziehungsgestaltung ist etwas, das mich schon länger begleitet. Etwas, das einfach immer wieder an unterschiedlichen Stellen auftauchte und schließlich wie von selbst Teil meines Lebens wurde. Ich

hatte nie eine Ja/Nein Haltung bezüglich Monogamie und Polyamorie. Es hat sich schlichtweg so ergeben und wenn ich nicht gerade versuche, normatives Voraussetzen von Monogamie bei Leuten aufzubrechen, denke ich nicht allzu viel darüber nach.

Das erste Mal erfuhr ich von Polyamorie am Küchentisch meiner Großeltern, als ich fünf Jahre alt war. Wir haben Verwandte, die ich nur durch die Geschichten meiner Eltern und Großeltern kenne und bei jedem Besuch wurden Neuigkeiten und alte Anekdoten ausgepackt.

Der Sohn der Tante meiner Oma hatte zwei Frauen und insgesamt drei Kinder. Sie alle hatten zusammen in einem Haus gelebt, bis die Kinder erwachsen geworden und ausgezogen waren. Seine erste Frau und ihre Kinder unten, seine zweite Frau und ihr Kind oben. Meiner Oma war das suspekt erschienen und sie wurde nicht müde, dies stets aufs Neue zu betonen, wenn sie von ihrem Cousin sprach. Sie fand es „rückständig“, dass er sich nicht für eine der beiden entscheiden konnte.

Abgesehen davon gab es innerhalb meiner Familie verschiedene Konstellationen, in denen Monogamie zwar offiziell titulierte, jedoch was

anderes praktiziert wurde. Hinter vorgehaltener Hand redete jede\*r darüber und selbstverständlich bekamen wir als Kinder genug davon mit. Es gab Ehepaare, die sich stillschweigend darauf geeinigt hatten, keine Fragen zu stellen, was die Affären des jeweils anderen anging. Es gab eine Großcousine, die verschiedene Männer gleichzeitig traf: Einen, den sie zu Hochzeiten und Familienzusammenkünften mitnahm. Einen, der Geld hatte und mit dem sie in teure Restaurants gehen konnte. Einen, mit dem sie Abenteuer erlebte. Und so weiter. Vermutlich gab es auch offene Beziehungen zwischen nicht-heterosexuellen Menschen und Dinge, die nicht zu meinen Großeltern mütterlicherseits vorgezogen waren.

Argumentativ musste ich mich in der Schule mit dem Thema auseinandersetzen, als wir im Philosophie-Unterricht eine Doppelstunde damit verbrachten, über Monogamie zu diskutieren. Es gab einen klassischen pro/contra Austausch und es ging viel um „Biologie“ und „(Un)Natürlichkeit“. Wir debattierten über die Urmenschen und wann wohl die Ehe

erfunden wurde. It was a mess. Doch am Ende gingen der pro Monogamie Gruppe die Argumente aus. Als ich meiner Mutter von meinem Schultag erzählte, war sie nicht sonderlich begeistert. Sie fand es schade, dass „die Jugend nicht mehr an die eine große Liebe glaubte“.

Mit siebzehn hatte ich Freund\*innen, die polyam waren und dies nicht verschwiegen. Und da ich eine von ihnen regelmäßig traf und wir miteinander knutschten, war ich dann irgendwie auch polyam, obwohl ich mich damals mit dem Begriff nicht wirklich identifizieren konnte. Durch meine Freund\*innen lernte ich nämlich eine bestimmte Art von polyamorer Konstellation kennen, die nicht dem entsprach, was ich mir von meinen Beziehungen wünschte; Stabilität und Verlässlichkeit.

Innerhalb meines Freund\*innenkreises hielten Beziehungen nämlich bis auf einzelne Ausnahmen nur für wenige Monate und zerbrachen dann aufgrund von Konflikten. Es gab Dramen, Streits und ständig veränderte sich etwas in den Beziehungsgeflechten um mich herum, sodass ich Mühe hatte, auf dem aktuellen Stand zu bleiben. Waren Freund\*innen

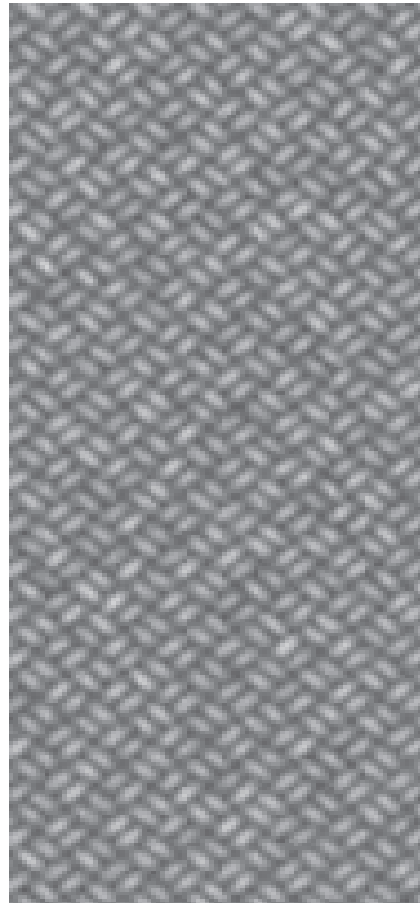
emotional aufgewühlt, übertrug sich dies auf meine Gemütslage, was mich stresste und auslaugte. Dafür lernten die Leute in meinem Umfeld schnell wieder neue interessante Menschen kennen, mit denen sie dann etwas angingen. Sie verknallten sich schnell und heftig. Menschen standen Schlange, um sie zu begehren – so empfand ich dies zumindest. Im Vergleich mit ihnen kam ich mir unattraktiv vor. Die Anzahl meiner Sexualpartner\*innen lag bei Null, doch ich verschwieg meine Unerfahrenheit, weil sie mir peinlich war.

Außerhalb meines polyam Kreises sprachen Leute davon, wie faszinierend sie dieses Konzept fanden. Manche probierten Nicht-Monogamie dann selbst aus, andere verblieben in der theoretischen Auseinandersetzung. Wieder andere – meist gut bürgerliche Personen – sprachen von Trend. Es sei so ein neumodisches Ding, diese Polyamorie, die jungen Leute würden das ausprobieren, weil sie aus Langeweile auf bescheuerte Ideen kämen.

Rückblickend finde ich es ganz interessant, dass meine jungen, hippen, linken, mehrheitlich weißen Freund\*innen nach Meinung der Mehrheitsgesellschaft als „neumodisch“ gelten, wohingegen mein alter, sozialistischer Großonkel x-ten Grades, der in Deutschland nicht als

weiß durchgehen würde, angeblich „rückständig“ sein soll. Als mir diese ungleiche Wahrnehmung bewusst wurde, wurde ich feinfühlicher dafür, dass polyamores L(i)eben sehr unterschiedlich bewertet wird und das sich meine Beziehungsgestaltung nicht von meinen Privilegien trennen lässt.

**von  
A.J. Taube**





# Wir müssen

Cishet nicht-monogame Beziehungen und der struggle, kein Arschloch zu sein (oder sich wie eins zu fühlen)

Meine erste Beziehung ever ging ich mit jemandem ein, der zu dieser Zeit in einem polyamoren Beziehungsnetz verstrickt war. Er hatte eine Freundin, die wiederum noch einen anderen Freund hatte und alle trafen sich ab und zu mit anderen. Ich war zunächst absolut fasziniert von diesem Beziehungsmodell. Als wir zu daten begannen, kam ich mir vor wie in einem Bertolucci-Film: Wir, die Avantgardisten der Liebe, die coole urbane Bohème! Monogamie? Pah! Von vorgestern! Nur für Verklemmte! Nie zuvor hab ich mich so frei, so unabhängig, so progressiv und so feministisch gefühlt.

Von gemeinsamen Freund\*innen und Bekannten erfuhr ich dann, dass sein Beziehungsgeflecht scheinbar eine ziemliche Katastrophe sei, durchtränkt von Kontrollwahn, Eifersucht und emotionaler Abhängigkeit, Verlustängsten, Manipulation und Schuldkomplexen. Die toxische Dimension der Beziehung(en) wurde dabei von außen stets allein durch die Non-Monogamie begründet - nach dem Motto: Da sieht man mal wieder, dass offene Beziehungen einfach nicht funktionieren! Dementsprechend nervös war ich also, als es mit uns dann langsam ernster wurde und er mich fragte, ob wir uns einmal zu dritt mit seiner Freundin treffen könnten, als eine Geste des gegenseitigen Respekts und der Offenheit aller Beteiligten zueinander. Ich willigte schließlich

# reden.

ein, und das Treffen verlief erstaunlich gut. Wir alle waren on our best behaviour, einfühlsam, freundlich und aufmerksam zueinander. Am Ende des Abends gingen wir alle drei getrennt nach Hause und ich fühlte mich gut und befreit.

Von nun an sprach ich von ihm offiziell als meinem „Freund“ und war im siebten Himmel. Meine Freund\*innen hatten hierzu jedoch ihre ganz eigenen Meinungen: Von „Du hast gewonnen, die andere wird bald abserviert“ bis „Hmm du weißt aber schon, dass sie die Ehefrau ist und du die Sekretärin zum Zeitvertreib“ blieb kaum ein Klischee aus.

Ich war absolut frustriert und fühlte mich unverstanden, als würde ich gegen Wände reden mit meinen Versuchen, unsere Liebe und unser Arrangement zu erklären und zu verteidigen. Genau, verteidigen – plötzlich war ich in der totalen Defensive, redete mich um Kopf und Kragen aus der Rolle des homewreckers oder des delusional Naivchens raus - die beiden hartnäckigsten Stereotype, die das Patriarchat für heterosexuelle Frauen in nicht-monogamen Beziehungen übrig hat. Die verstehen mich nicht, weil die halt alle scheinbar nicht so open minded sind wie ich, beschloss ich schließlich, und versuchte mir mein neu gewonnenes Romance-Glück nicht verderben zu lassen.

Doch so ganz konnte ich diese kleinen Stimmen im Kopf nicht ausschalten – denn es waren nicht nur die meiner Freund\*innen, sondern die sämtlicher Narrative, die ich mir in Form von sexistischen Mädchen-Zeitschriften, frauenfeindlichen Romanen, stupiden Rom-Coms und billig produzierten unoriginellen Vorabendserien mein ganzes Leben lang reingezogen hatte: Der Mann verlässt immer früher oder später seine treue Frau für eine andere, jüngere oder hübschere oder interessantere, und entweder bist du die sitzengelassene Ehefrau oder die b\*tch, die sich an den vergebenen Mann ranmacht. Und tatsächlich zerbrach seine Beziehung zu der anderen Freundin nach einiger Zeit.

Die beiden hatten schon lange eine ungesunde Dynamik miteinander entwickelt, die irgendwann einfach nicht mehr zu retten war, sodass sie sich einvernehmlich trennten. Ich wusste, dass diese Trennung auch ohne mich früher oder später passiert wäre. Und dennoch fühlte ich mich schuldig. War ich jetzt also doch der homewrecker? Die Frau, die einer anderen Frau den Freund „stiehlt“? Hatte ich mich dazwischen gedrängt und ihr dadurch Leid zugefügt?

Nach der Trennung von seiner anderen Freundin waren mein Freund und ich fortan sozusagen das center couple, hielten jedoch auf Grund unserer beider Überzeugung, dass Liebe frei sein muss, am Modell der offenen Beziehung fest. Wir trafen beide ab und zu andere, hatten Dates, Sex und kleine romantische Affären mit anderen Personen, alles offen und ethical und stets darauf bedacht, nichts zu machen, was eine beteiligte Person verletzen würde. Das war toll. Aber es blieb nicht für immer so.

Ich muss an dieser Stelle erwähnen, dass wir zwischenzeitlich eine Fernbeziehung führten. Und obwohl wir immer wieder theoretisch darüber redeten, dass er wieder zurück nach Berlin ziehen würde, tat sich da einfach nichts. Ich fühlte mich irgendwann hingehalten. Natürlich konnte ich ihn zu nichts zwingen und wollte ihn auch nicht drängen. Aber diese quälende Verunsicherung meinerseits blieb und wurde stärker. Und dann lernte er jemanden kennen.

Scheinbar eine absolut tolle Frau. So interessant! So witzig! So into kink! Wir arbeiten jetzt immer an neuen Film-Projekten zusammen!

OMG. Puuuuh, tief durchatmen.

Die Eifersucht kam schleichend, dann bohrend, dann stechend. Ich konnte nicht aufhören, jede Minute darüber nachzudenken, ob die beiden nun gerade zusammen sind, was sie machen, es schien nur eine Frage der Zeit, wann das erste Mal was zwischen ihnen läuft und dann, so war ich schließlich überzeugt, war es auch nur noch eine Frage der Zeit, bis er sich überlegte, wozu er mich überhaupt noch brauchte. Nun gab es eine Frau, die ihn total faszinierte, mit der zusammen arbeiten konnte und die direkt in seiner Nachbarschaft wohnte und nicht wie ich zwei Stunden schäbiger Ryanair-Flug weit entfernt. Natürlich versuchte ich zunächst lässig zu reagieren. Hey, cool bleiben, schließlich liebt er dich doch und



du ihn. Du solltest dich für ihn freuen. Ist doch super, wenn er wen gefunden hat, die diejenigen Interessen von ihm teilt, mit denen du eigentlich nicht so viel anfangen kannst! Alles absolut ok, kein Problem!

Ich bin (im Gegensatz zu ihr) keine besonders gute Schauspielerin. Ich weiß, dass ich verkrampfe und man mir sofort anmerkt, dass ich mich unwohl fühle. Ich versuche trotzdem hartnäckig, relaxed zu sein. Wir sexten. Und auf einmal bringt er Fantasien ein, die offensichtlich nichts mit mir zu tun haben, sondern mit der anderen Frau. Obwohl er mich anspricht und meinen Namen nennt, kenne ich ihn gut genug, um zu wissen, dass er an sie denkt und nicht an mich.

Ich halte es einfach nicht aus. Sogar die armselige Online-Kommunikation, auf die sich unser Kontakt wegen der physischen Trennung beschränkt, ist nun von Gedanken an sie durchtränkt. Ich bin wie in Schockstarre, antworte nicht mehr, irgendwie traumatisiert. Er fragt, was los ist. Ich breche in Tränen aus und lasse alles raus. Offene Beziehungen brauchen schließlich Ehrlichkeit, oder? Wenn ich eifersüchtig bin, sollte ich das auch kommunizieren dürfen, oder? Wir führen endlose Skype-Gespräche, in denen er mich zu beruhigen versucht und mir versichert, dass niemand mich plötzlich „ersetzen“ könne, dass unsere Liebe echt und tief und dauerhaft sei und ich mir keine Sorgen machen solle. Ich schlucke und nicke. Und fühle mich erneut schuldig, diesmal dafür, dass ich ihm seine beflügelnde neue Verliebtheit kaputt mache und es einfach nicht schaffe, mich für ihn zu freuen. Sondern stattdessen von Verlustängsten verfressen werde.

Ich dachte an das Bertolucci-Film-Gefühl und sehnte mich danach zurück. Wann war mir mein free spirit abhanden gekommen? Warum konnte ich nicht mehr so locker und selbstsicher sein wie früher? Verbissen versuchte ich, wieder das cool chick von damals zu werden, als das ich mir selbst so gut gefallen hatte. Was war nur passiert? Ich war todunglücklich und verzweifelt. Ich versuchte meine Eifersucht zu ignorieren, zu unterdrücken und zu überspielen, doch das machte alles nur noch schlimmer. War ich jetzt die „Ehefrau“ geworden, die demnächst für eine interessantere oder einfach unkompliziertere Person verlassen werden würde?

Ich kürze die Geschichte an dieser Stelle ab: Er ist mittlerweile wieder zurück nach Berlin gezogen. Mit der besagten anderen Frau ist im Endeffekt nie was gelaufen. Im Nachhinein wünschte ich, es wäre etwas passiert, damit ich die Erfahrung hätte machen können, dass er, auch wenn er on top of everything auch noch superheißen Sex mit ihr gehabt hätte, trotzdem etwas in unserer Beziehung und in mir sieht, dass er mit ihr nicht teilen könnte. Vielleicht wäre das die Medizin gewesen, die ich nötiger gebraucht hätte, um wirklich zu heilen. So bleibt sie nun wohl für immer die perfekte Fantasie, und damit umzugehen macht es fast noch schwerer. Ich habe manchmal Angst, dass er mir insgeheim vorwirft, dass ich ihn um die Erfahrung mit ihr gebracht habe. Dass er irgendwann verbittert darüber ist, dass er aus Rücksicht auf mein fadenglasfragiles Selbstwertgefühl vielleicht eine potenziell tolle Romanze verpasst hat. Damit muss ich nun leben.

Es ist nicht leicht, zu unlearnen, was man sein ganzes Leben lang eingetrichtert bekommen hat. Als cis-hetero Frau mit einer sonst ziemlich normativen dating history habe ich in nicht-monogamen Beziehungen andere Erfahrungen gemacht als queere Freund\*innen und Bekannte von mir, die sowieso ständig und überall gegen Heteronormativität ankämpfen müssen. Ich finde es oft schwierig, hetero und nonkonform zu lieben: Will ich nicht vielleicht insgeheim doch einfach für immer und ewig nur den einen, so wie es alle von mir erwarten? Zeigt meine Eifersucht nicht, dass das alles einfach doch nix für mich ist? Oder bin ich vielleicht einfach nicht stark genug, um Non-Monogamie auszuhalten und sollte deshalb einfach gleich aus dem feministisch-lieben-Rennen aussteigen?

Zu Beginn meiner ersten Erfahrungen mit Non-Monogamie habe ich nur die positiven Seiten gesehen. Ich schaute fast abschätzig-überheblich auf all die Monogamis, die mir ständig sagten: „Also, ich könnte das ja nicht!“ und bildete mir ein, tja well, ihr seid halt nicht herrschaftskritisch genug. Haltet an eurer Monogamie fest als sei sie naturgegeben und durchblickt das ganze patriarchale Konstrukt dahinter nicht. Not me! Ich hab das alles hinter mir gelassen. Gender roles? Beziehungsnormen? Please. Ich weiß doch, dass das alles soziokulturelle Luftschlösser sind!

Umso schmerzhafter war und ist es für mich jedes Mal zu merken, wie sehr ich patriarchale und sexistische Geschlechter- und Beziehungsnor-

men jahrzehntelang verinnerlicht habe und diese eben leider nicht ganz einfach so über Bord werfen kann.

Gerade deshalb ist es so wichtig, unsere Erfahrungen anzuerkennen und sie mit anderen zu teilen. Und zwar ohne Angst davor, aus der Cool Kids Clique rauszufliegen, sobald man nämlich nicht mehr nur locker und easy, sondern vielleicht auch mal verunsichert und neurotisch ist und genderbedingte Identitätskonflikte, Minderwertigkeitsgefühle und Verlustängste offen formuliert. Weniger Wannabe, mehr Tacheles - auch wenn es manchmal weh tut. Ich wünsche mir, dass sich auch und vielleicht gerade cishet people mit mehr Neugier, aber auch mit mehr Ehrlichkeit und mehr ernstgemeintem emotionalem Engagement mit alternativen Beziehungskonzepten auseinandersetzen, um so ein besseres, aufrichtigeres und sensibilisierteres Leben und Lieben zu ermöglichen.

von anonym



# Glossar

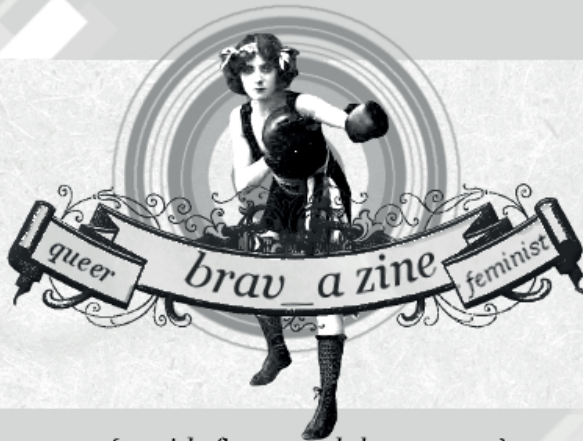
<u>aromantisch</u>	kein Bedürfnis haben mit anderen Menschen eine romantische Beziehung zu haben
<u>Butch</u>	maskulin auftretende / gestylte Frau*
<u>Care-Arbeit / Sorgearbeit</u>	Arbeitsbereich der nicht produziert sondern reproduziert und gesellschaftlich als minderwertig angesehen wird, zB. Hausarbeit, Kinderbetreuung, Pflege. Hat auch eine emotionale Arbeitskomponente.
<u>center couple</u>	Hauptbeziehung in einem poly-Netzwerk
<u>cis/cisgender</u>	als Gegensatz zu trans sind damit Menschen gemeint, die sich mit dem Geschlecht identifizieren, dem sie bei ihrer Geburt zugeordnet wurden
<u>cisnet</u>	cisgender und heterosexuelle Menschen
<u>Coming Out</u>	von "Coming out of the closet", zum schwul/lesbisch/bi/.. sein bekennen. (... sich nicht weiter im Schrank verstecken...)
<u>Emotional Labour / Emotionale Arbeit</u>	Damit ist die mentale Arbeit gemeint, die verrichtet wird, wenn Menschen sich um andere kümmern und beispielweise für das Funktionieren einer Beziehung sorgen, indem Konflikte angesprochen und gelöst werden. Wie Sorge-Arbeit wird sie in Hetero-Konstellationen meist wie selbstverständlich und unausgesprochen von Frauen* übernommen.
<u>FLTI* bzw. FLINT*</u>	Frauen, Lesben, trans*- und intergeschlechtliche Personen, sowie Nonbinary
<u>Frauen* kampftag</u>	Am 8. März, den Internationaler Frauentag, gehen Frauen* und solidarische Personen auf die Straße um für Gleichberechtigung in allen Lebensbereichen zu demonstrieren
<u>Hetero- normativität</u>	Weltanschauung, in der eine binäre Geschlechterordnung von Mann und Frau angenommen wird, in welcher das biologische Geschlecht mit Geschlechtsidentität, Geschlechtsrolle und sexueller Orientierung gleichgesetzt wird
<u>homewrecker</u>	jemand die*der dafür verantwortlich ist eine andere Beziehung zu zerstören
<u>Inklusion</u>	Einschluss von allen Menschen in die Gesellschaft
<u>Konsens / Consent</u>	Einwilligung zu etwas
<u>LGBTIO*</u>	Lesbian Gay Trans Inter Queer and more

<u>Mikroaggressionen</u>	Kurze, alltägliche Äußerung, die an die adressierte Person abwertende Botschaften senden, welche sich auf deren Gruppenzugehörigkeit beziehen.
<u>nb / non-binary / nicht-binär</u>	die Geschlechtsidentität befindet sich außerhalb des zweigeteilten Geschlechtssystems "Mann"/"Frau"
<u>neoliberal</u>	Neoliberalismus ist eine Ideologie, die jegliche staatliche Regulation der Wirtschaft ablehnt und Privatisierung staatlichen Eigentums anstrebt. Der Sozialstaat wird abgelehnt und Phänomene wie Armut der "Eigenverantwortung" zugeschoben.
<u>NGO</u>	non-governmental organisation, Nichtregierungsorganisationen sind nicht-staatliche zivilgesellschaftliche Organisationen wie Vereine
<u>Non-Monogamie</u>	alle Beziehungsformen die nicht monogam sind, also aus mehr als zwei Leuten bestehen
<u>Patriarchat</u>	Gesellschaftssystem das von Vätern und Männern geprägt, kontrolliert und repräsentiert wird
<u>poly_Polyamorie</u>	Liebeskonzept, bei dem Liebe (potenziell) nicht auf eine Person/Beziehung beschränkt ist. Dies geschieht im vollen Wissen und Einverständnis aller Akteur_innen.
<u>Profeminismus</u>	Strömung der Männerbewegung, welche die Gleichstellungsziele des Feminismus begrüßt und sich für seine Ziele einsetzt
<u>queer / Queer-Feminismus</u>	Neubesetzung eines ursprünglich negativ besetzten Begriffes dar: "queer", wörtlich "schräg" oder "seltsam", wird im Englischen häufig als Schimpfwort für "Homosexuelle" verwendet. Das Wort ist aber nicht nur als (auch wenn es u.U. so verwendet wird), sondern wendet sich gegen klar voneinander abgrenzbare Kategorien von Geschlecht und Sexualität. Stellt ein Beispiel für die Aneignung und Kurzform für "schwul/lesbisch" zu verstehen Weit gefasst können mit „queer“ auch alle möglichen Abweichungen von der Norm bezeichnet werden – wichtig ist (für uns) dabei jedoch immer die positive Bewertung und die Praxis der Selbst-, statt Fremdbezeichnung. PS: Die coolen Kids nennen sich jetzt aber pervers, weil das radikaler ist.
<u>queerplatonisch</u>	Beziehungen die nicht romantisch sind, aber den gleichen Stellenwert und die gleiche Intimität haben

<u>Selbstverortung</u>	Beschreibung der eigenen Position in der Gesellschaft, z.B. ob menschen bestimmte Privilegien besitzt oder von Diskriminierungsformen betroffen ist. Hilft anderen zu verstehen aus welcher Perspektive gesprochen oder geschrieben wird; ist oft auf Identität bzw. Identifizierung bezogen.
<u>Sex-Positivität</u>	Das Konzept zielt ab auf eine empowernde Haltung zum eigenen Begehren. Als Gegensatz zu einer feministischen Bewegung, die Pornographie im Mittelpunkt der Unterdrückung der Frau* hatte, lehnt sexpositiver Feminismus jegliche Beschränkung von einvernehmlicher Sexualität zwischen Erwachsenen ab.
<u>sliding scale</u>	Wenn der Preis für etwas nicht fix ist, sondern vom Einkommen oder Bankkonto der bezahlenden Person - oft nach ihrer eigenen Selbsteinschätzung - abhängt
<u>Unterstrich-Form / Sternchen-Form</u>	Leser_in / Leser*in- Der Unterstrich bzw. das Sternchen soll über das strikte Zwei-Geschlechter-System hinausweisen und auch Menschen Raum geben, die sich nicht (ausschließlich) dem „männlichen“ oder „weiblichen“ Geschlecht zuordnen wollen oder können.
<u>STIs</u>	Sexually transmitted infections - sexuell übertragbare Krankheiten
<u>trans*</u>	Offene Begriffe für Menschen, die nicht (oder nicht ausschließlich) in dem Geschlecht leben wollen oder können, dem sie bei ihrer Geburt zugeordnet wurden. Dazu können z.B. Transsexuelle, Drags, Transidenten oder Cross-Dresser zählen - und viele mehr.
<u>Zecke</u>	entstanden aus dem rechtextremen Sprachgebrauch, der andersdenkende als sogenannte "Volksschädlinge" mit Parasiten gleichsetzt, heute auch als neubesetzte Selbstbezeichnung linker Personen







{spanish: fierce, rough, brave, angry}

## Impressum

**Kontakt:** [brav\\_a@gmx.de](mailto:brav_a@gmx.de)

**Blog:** [brava.blogspot.de](http://brava.blogspot.de)

**Twitter:** [@brav\\_a](https://twitter.com/brav_a)

**Instagram:** [@brav\\_a](https://www.instagram.com/brav_a)

**Redakteur\*innen :** Clara, Daniel, Isabelle, Janina und Lissy

**Druck:** Pegasus Druck und Verlag // [pegasusdruck.de](http://pegasusdruck.de)

**Cover:** Vielen Dank !!! Constanze

**Unterstützung:** Vielen Dank an das Referat für Queer\_Feminismus der HU

Bitte frag die Autor\_innen / Künstler\_innen um Erlaubnis, bevor du ihre Texte / Kunstwerke etc. außerhalb dieses Zines kopierst / weiter verbreitest. Wenn du zu der nächsten Brav\_a beitragen möchtest, schreib uns! Wenn du die Brav\_a in deinem Infoladen / Buchladen / etc. anbieten möchtest, würden wir uns auch über eine E-Mail freuen!

Please ask for permission of the authors before copying / distributing their texts / artwork outside of this zine. If you want to participate on the next issue of Brav\_a, write to us! If you want to distribute Brav\_a in your infoshop / book store / etc. we would also be happy about an e-mail!



Quwazy kiccks.

Achs, leck  
mich doch!

Ich bin zu faul für  
Polyamorie.

L34  
BLEIBT  
IN KASBEREN  
2014

POLYAMORIE GEHT FÜR  
MICH GLATT!!!

I'M A CHLAMYDIA, FLOWTING  
UNDER A PANDA

