



HI,
ICH BIN
BI+



Was ist eigentlich Bi+?

Bi+sexualität ist eine sexuelle Orientierung und umfasst Personen, die sich körperlich-sexuell zu mehr als einem Geschlecht hingezogen fühlen.

Bi+romantik hingegen ist eine romantische Orientierung. Bi+romantische Personen fühlen sich emotional-romantisch zu mehr als einem Geschlecht hingezogen.

Das Pluszeichen symbolisiert, dass "Bi+" als Überbegriff funktioniert und alle sexuellen/romantischen Orientierungen umfasst, denen eine Person Menschen von mehr als einem Geschlecht körperlich und/oder romantisch anziehend finden kann. Unter die Bezeichnung „Bi+sexualität“ fallen also beispielsweise bisexuell, pansexuell, omnisexuell, polysexuell und/oder bi-curious (bi-neugierig).

Bin ich bi+?

- * Manche Menschen wissen schon früh, dass sie bi+ sind. Andere entdecken ihre sexuelle/romantische Orientierung aber auch erst in späteren Jahren oder trauen sich lange nicht, diese offen zu leben. Sexualität und romantisches Interesse können sich außerdem auch über die Jahre hinweg verändern.
- * Sich damit auseinanderzusetzen, erfordert Zeit, Verständnis für sich selbst, Gespräche mit Vertrauenspersonen und Geduld. Was Bi+sein für eine*n bedeutet, kann jede*r nur für sich selbst herausfinden. Das ist ein Prozess und kann individuell sowohl als Stress als auch als Bereicherung gesehen werden.

Wir als bi+ Menschen können Interesse an Menschen unseres Geschlechts und einem weiteren oder auch an mehreren oder allen Geschlechtern haben. Das Pluszeichen macht diese Vielfalt innerhalb unserer Identitäten sichtbar.



Bi+ ist nicht binär!

Auf Grund der Begriffsähnlichkeit kann leicht der Eindruck entstehen, dass Bi+ ein binäres Verständnis von Geschlecht (also die Annahme, dass es nur zwei Geschlechter gibt) beinhaltet. Zwar kann dies auf manche bisexuelle Personen zutreffen, viele bi+ Menschen lehnen eine solche binäre Vorstellung jedoch ab. Es gibt eine Vielzahl an Geschlechtern, an denen bi+ Personen Interesse haben können. So haben etwa pansexuelle/-romantische Personen Interesse an allen Geschlechtern bzw. sexuelles/romantisches Interesse ganz unabhängig vom Geschlecht. Bi+sein bedeutet also lediglich, an mehr als einem Geschlecht Interesse zu haben, also nicht monosexuell zu sein, nicht aber, dass es nur zwei Geschlechter gibt.

Bi+sein ist keine Phase!

- * Oft wird bi+ Menschen nachgesagt, dass sie sich nur nicht entscheiden könnten, ob sie nun hetero oder schwul/lesbisch seien. Sie wären also in einer Phase der Verwirrung oder würden sich (noch) nicht trauen, zu ihrer Homosexualität zu stehen.
- * Das ist ein Vorurteil, das leider sehr verbreitet ist und Bi+ als eigene sexuelle/romantische Orientierung verleugnet. Während sich sexuelles/romantisches Interesse zwar verändern kann, ist Bi+sein trotzdem keine Phase, sondern eine eigenständige sexuelle und/oder romantische Orientierung.

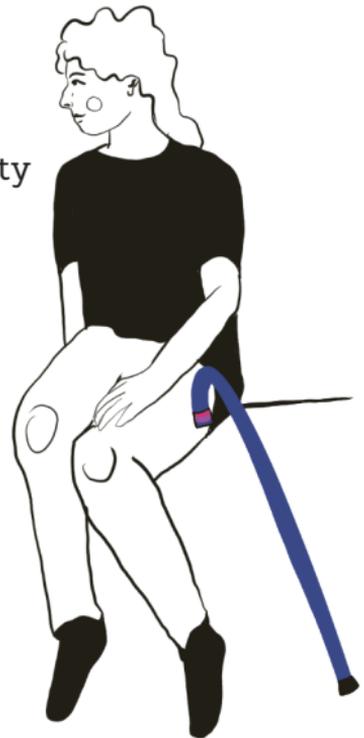


Die Sorge, aufgrund von solchen Vorurteilen nicht ernst genommen zu werden, macht es uns bi+ Menschen oft schwer, zu unserer Orientierung zu stehen.

Bin ich überhaupt queer genug? Darf ich mich so nennen?

- * “Queer” ist ein Überbegriff für Menschen, die nicht der gesellschaftlichen Norm in Bezug auf Sexualität oder Geschlecht entsprechen - dazu zählen auch bi+ Personen.
- * Gerade bi+ Personen haben jedoch oft die Befürchtung nicht “queer genug” zu sein. Insbesondere dann, wenn sie in einer von außen heterosexuell wahrgenommenen Beziehung sind.
- * Das nennt sich auch “Queeres Imposter-Syndrom”: Das Gefühl, sich nicht der queeren Community zuordnen zu dürfen, aus Sorge, einem gesellschaftlichen Bild von queeren Personen nicht genügend zu entsprechen.

Es gibt jedoch keine Messlatte für Queerness. Wichtig ist, dass wir die Selbstbezeichnungen und Begriffe finden, mit denen wir uns wohlfühlen. Ob wir bi+ sind, können wir nur für uns selbst herausfinden und entscheiden.



Bi+ & Beziehungsformen

- * Die sexuelle/romantische Orientierung, so auch Bi+, sagt erst einmal nichts darüber aus, welche Beziehungsform eine Person bevorzugt.
- * Es gibt bi+ Menschen, die monogam leben (nur eine*n exklusive*n Partner*in haben) oder in offenen Beziehungen sind, also eine Beziehungsperson haben, aber auch mit anderen sexuell aktiv sein können. Es gibt bi+ Personen, die polyamor sind (sich in mehrere Menschen gleichzeitig verlieben können) oder aromantisch sind, also kein Interesse an romantischen Beziehungen haben.



Welche Beziehungsform für uns die beste ist, entscheiden wir alle selbst oder gemeinsam mit Beziehungsperson(en).

Wie geht's weiter?

Bist du selbst bi+ oder fragst dich, was deine sexuelle/romantische Orientierung ist? Oder möchtest du bi+ Menschen in deinem Umfeld unterstützen? Hier findest du weitere Informationen und Anlaufstellen:



www.libs-ffm.de

Herausgeber*in:

QuB- Queer-feministische Beratung und Bildung

Text: Claudia Tassotti, Lou Witte

Illustration: Pat Hansen

Layout: Elo Oulaeva

2. Auflage Dezember 2024

QuB- Ein Bereich von LIBS e.V.

Alte Gasse 38

60313 Frankfurt am Main

Telefon: 069 - 28 28 83

Email: qub@libs-ffm.de

www.qub.libs-ffm.de



Gefördert durch:



VIELFALT SCHÄTZEN

Antidiskriminierungsstelle

Hessisches Ministerium für
Arbeit, Integration, Jugend und Soziales

HESSEN

