

Psychisch krank durch Homophobie

*Diskriminierung verändert die Hormonregulation bei Homosexuellen.
Das kann zu Depressionen und Selbstmordgedanken führen*

Die Entdeckung, homosexuell zu sein, bedeutet für viele junge Menschen Stress und manchmal auch seelisches Leid. Konflikte mit Eltern oder Freunden, Mobbing, Diskriminierungen – all das kann die Folge eines offenen Bekenntnisses zur eigenen Homosexualität sein. Welche Auswirkungen solche Erlebnisse nicht nur auf die Psyche, sondern auch auf den Körper haben können, zeigt eine Doktorarbeit an der kanadischen Concordia-Universität.

Der Psychologe Michael Benibgui ging dabei der Frage nach, wie biologische, psychologische und soziale Faktoren auf die psychische Gesundheit von jungen homo- oder bisexuellen Erwachsenen wirken. Ein besonderes Augenmerk legte Benibgui auf die sogenannte internalisierte Homophobie – das sind negative Einstellungen, Gedanken und Gefühle in Bezug auf die eigene Homosexualität. 63 junge Erwachsene aus Montreal, die homo- oder bisexuell waren, füllten dafür verschiedene Fragebögen aus, die unter anderem Symptome für Angst und Depressionen, Suizidalität, Selbstwertgefühl, negative Einstellungen zur eigenen Homosexualität, Diskriminierungen sowie die Unterstützung aus dem sozialen Umfeld erfassten. Zudem sollten die Teilnehmer Speichelproben abgeben, um den Wert des Stresshormons Kortisol zu bestimmen.

Es stellte sich heraus, dass die Probanden, die aufgrund ihrer Sexualität besonders viel Stress erlebt hatten – zum Beispiel durch Konflikte in ihrem persönlichen Umfeld oder weil sie gemobbt wurden –, auch eine höhere internalisierte Homophobie aufwiesen. Sie schämten sich häufiger und hatten ein geringes Selbstwertgefühl. Zudem war ihr Kortisolspiegel erhöht, und sie zeigten verstärkt Symptome von Depressionen, hatten häufiger Ängste und Selbstmordgedanken. Junge Erwachsene, die nur wenig Unterstützung aus ihrem sozialen Umfeld erhielten, schienen besonders gefährdet: So zeigte sich ein Zusammenhang zwischen mangelnder Unterstützung der Eltern und einem höheren Maß an Selbstmordgedanken oder -versuchen. Verständnisvolle Eltern wirk-



Der Stress der Ausgrenzung: Intoleranz macht Homosexuelle krank

ten hingegen als Schutzfaktor vor einer hohen internalisierten Homophobie sowie vor Depressionen und Ängsten.

Benibgui schließt aus den Ergebnissen, dass der Stress, den homosexuelle Menschen aufgrund von Diskriminierungen und Konflikten erfahren, die Hormonregulation beeinflussen kann – und damit psychische Krankheiten begünstigt. Besonders alarmierend sei dieser Zusammenhang, da die Teilnehmer aus einem relativ toleranten, städtischen Umfeld kamen und in den drei Monaten zuvor eher wenig Stress aufgrund ihrer Homosexualität erfahren hatten – hier schienen also weiter zurückliegende Erlebnisse nachzuwirken. Programme, die beispielsweise an Schulen gegen Mobbing von Homosexuellen vorbeugen, sollten daher, so Benibgui, möglichst früh ansetzen. Zudem sollte die Toleranz gegenüber Homosexuellen auf allen Ebenen der Gesellschaft weiter ausgebaut werden.

■ PATRICIA THIVISSEN

Michael Benibgui: Mental health challenges and resilience in lesbian, gay and bisexual young adults: Biological and psychological internalization of minority stress and victimization. Concordia University 2010, unveröffentlichtes Manuskript