

Thomas Lang

1990

Thesen zum  
Coming-out-Gruppen-Konzept  
der Rosa Hilfe e. V. Freiburg

Handlungsorientierte Arbeit  
Ausgangspunkt ist die Bestimmung der...  
politisch orientierte Schwule...  
Auftrag...  
Handlungsorientierte Arbeit...  
Handlungsorientierte Arbeit...  
Handlungsorientierte Arbeit...

**Thesen zum  
Coming-out-Gruppen-Konzept  
der Rosa Hilfe e. V. Freiburg**

Handlungsorientierte Arbeit  
Ausgangspunkt ist die Bestimmung der...  
politisch orientierte Schwule...  
Auftrag...  
Handlungsorientierte Arbeit...  
Handlungsorientierte Arbeit...  
Handlungsorientierte Arbeit...

Alle drei Begriffe...  
zusammen und bedingen sich...  
Zusammenhang...  
Zusammenhang...

politisch orientierte Schwule  
Handlungsorientierte Arbeit...  
in die...  
Gruppen...  
Gruppen...

Schwule selbst  
Definition...  
zu wenig...  
im Spannungsfeld...  
der Mitglieder...  
stellt...  
Partizipation...  
einen...  
Sozialisation...  
bildet...  
verbundenen...  
aus...  
Angebot...  
sozial...  
nach...  
Gruppe...

Vorgelegt von  
**Philipp Fehrenbach**  
**Freiburg Martini 1990**

## Thesen: Coming-out-Gruppe

1

I.

### Vorbemerkung

Im folgenden wird auf inhaltliche Bestimmung politischer Ziele der Rosa Hilfe ebenso verzichtet wie auf die inhaltliche Festlegung von Begriffen wie Emanzipation, Aufklärung, Demokratie usw. Diese Arbeit wird geleistet von der Gesamtgruppe im Rahmen ihres Handelns nach innen und außen. Ihre Formulierung müßte, von einer Beschreibung dieses Handelns ausgehend, erfolgen. Im Rahmen dieses Textes ist dies nicht zu leisten. Im Vordergrund stehen handlungsorientierte Überlegungen.

II.

### Thesen zur Arbeit mit Coming-out-Gruppen

#### Handlungsbestimmende Werte:

Ausgangspunkt ist die Bestimmung der Rosa Hilfe als politisch orientierte Schwulenselbsthilfegruppe, deren Auftrag weitgehend mit Emanzipation umschrieben werden kann. Zu klären sind:

- politisch
- Schwulenselbsthilfegruppe
- Emanzipation

Alle drei Begriffskomplexe hängen eng miteinander zusammen und bedingen sich im hier diskutierten Zusammenhang gegenseitig.

politisch: *Therapie + Bewahrung d. St.*

Handlungsorientiertes und zielgerichtetes Verhalten in die umgebende Gesellschaft zur Realisation der Gruppeninteressen.

Schwulenselbsthilfegruppe: *Kampfschutz!*

Definition noch schwierig, weil innerhalb der Gruppe zu wenig diskutiert. Sie muß sich allerdings bewegen im Spannungsfeld von formulierten Einzelbedürfnissen der Mitglieder und formulierten Gruppenzielen. Damit stellt sich die Forderung nach Transparenz von und Partizipation an Entscheidungsprozessen sowie nach einem dies gewährleistenden Vertrauensklima. Die Sozialisation insbesondere die von schwulen Männern gebildet den Umgang mit dieser Spannung und den damit verbundenen Ängsten nicht als soziale Fertigkeit aus. Daraus bestimmt sich ein Lernbedarf unter dem Aspekt der Selbsthilfe. Implizit angesprochen sind damit Fragen schwuler Identität innerhalb und außerhalb der Gruppe, nach Hilfsmöglichkeiten der Gruppe

für Mitglieder und umgekehrt. Brisanz entsteht durch den Zusatz "poltisch", er stellt die dialektische Verknüpfung von individuellem und gesellschaftlichem Handeln im Gruppenkontext her.

#### Emanzipation:

Betont sei hier, die Fähigkeit Grenzen zu ziehen, individuell in der Gruppe (s. Einzeldedürfnis) als Gruppe (s. Gruppenziele) und die Fähigkeit diese Grenzen flexibel zu gestalten, ohne die eigene Identität ständig als bedroht zu erleben (Stichwort: Rollenhaftigkeit).

Die skizzierten Inhalte entwickeln eine Dynamik, die geladen ist mit Auseinandersetzung nach innen (Gruppe, Mitglied) und außen (Gesellschaft), daraus leitet sich die Legitimation für Coming-out-Arbeit ab, speziell das Angebot von Coming-out-Gruppen.

### III.

#### Coming-out:

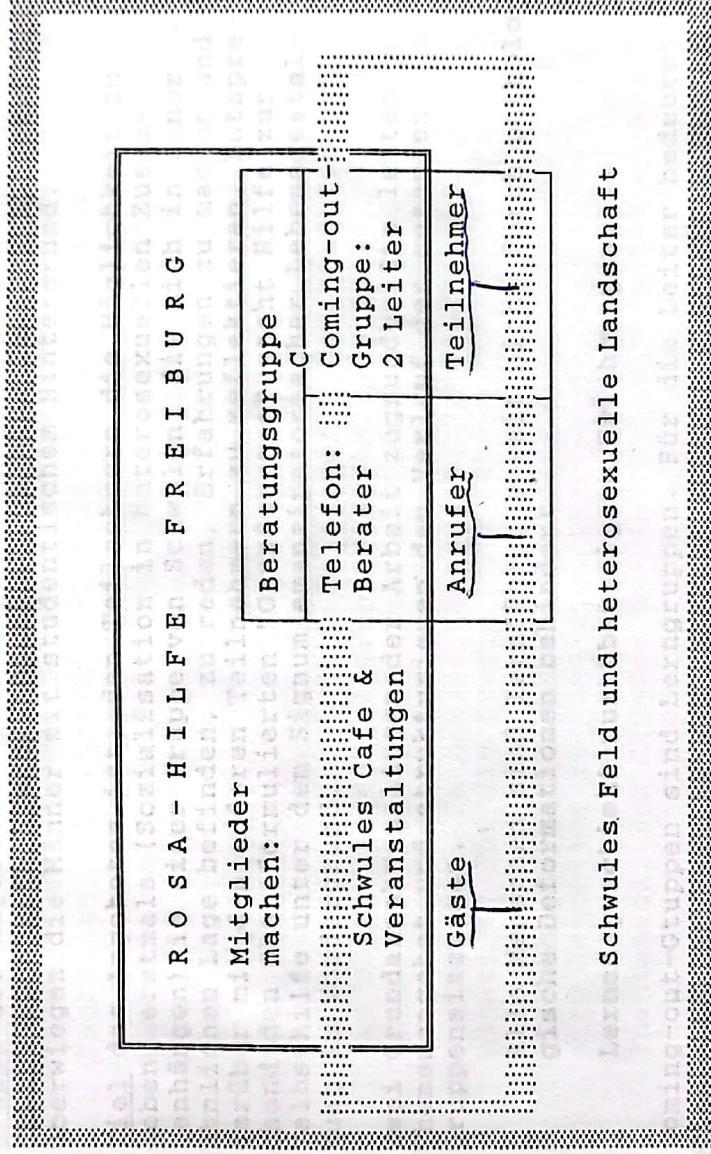
Der Prozeß der Selbstakzeptanz als schwuler Mann mit seinen Folgen resultierend aus der Bestimmung und Kenntlichmachung des eigenen Standortes als Schwuler in der Gesellschaft wird als der große Prozeß des Coming-out bezeichnet. Unter dieser Bestimmung handelt es sich um einen lebenslangen Prozeß, dessen erste heiße Phase im weiteren kurz mit Coming-out bezeichnet wird. Diese Phase beinhaltet die ersten Schritte nach außen (Ich sag es meiner Familie, meinen Freunden) und die Suche nach anderen Schwulen, die einem als Orientierungspunkte dienen können.

Die Coming-out-Arbeit unter beiden oben beschriebenen Aspekten findet derzeit in der Rosa Hilfe Freiburg auf verschiedenen Ebenen nach innen und außen statt:

- Mitgliedschaft und Mitarbeit bei der Rosa Hilfe
- Schwules Cafe und Veranstaltungen
- Telefon- und Einzelberatung
- Angebot von Coming-out-Gruppen

Deutlich markierter Schwerpunkt bildet nach außen das Angebot von Coming-out-Gruppen. Sie umfassen einen Zyklus von etwa zwölf Abenden und beginnen jeweils mit Start der Vorlesungen im Sommer- bzw. Wintersemester, damit wird den lokalen Bedingungen in Freiburg Rechnung getragen.

Modellhaft läßt sich die Arbeit der Rosa Hilfe mit folgendem Bild veranschaulichen.



Die Coming-out-Gruppen der Rosa Hilfe Freiburg

Den ersten Coming-out-Gruppen der Rosa Hilfe lag das Konzept von "Martin Siems: Coming Out, Reinbeck 1980" zugrunde. Mittlerweile hat sich das Repertoire an Übungen zu den verschiedensten Themen sehr erweitert (s.u. Bemerkungen zur Kompetenz). Dabei ist der persönliche Stil der Leiter eine wichtige Leitlinie.

Coming-out-Gruppen werden von der Rosa Hilfe seit 1986 angeboten, derzeit läuft die neunte. Sie werden geleitet von zwei Mitgliedern der Rosa Hilfe, die in die Beratungsgruppe eingebunden sind. Ihre Kompetenz ergibt sich aus der Mitarbeit in der Gesamtgruppe, den gesammelten Erfahrungen in der Arbeit, aus Weiterbildung und -qualifizierung (Supervision mit

## Thesen: Coming-out-Gruppe

4

der Beratungs- und Gesamtgruppe, Literaturstudium, Fort- und Weiterbildungskurse etc.) und der Reflexion dieser Punkte in der Beratungsgruppe. Die Mitarbeit in der Gesamtgruppe macht diese Kompetenz anfragbar und nutzbar aber auch kritikfähig auf dem Hintergrund der Gruppenziele, dadurch wird der Selbsthilfecharakter unterstrichen und gestärkt.

Schwule Männer in der heißen Phase ihres Coming-out sind Zielgruppe des Angebotes der Rosa Hilfe. Alter und beruflicher Status sind kein Hinderungsgrund für eine Teilnahme, dennoch überwiegen die Männer mit studentischem Hintergrund.

Ziel des Angebotes ist, den Teilnehmern die Möglichkeit zu geben, erstmals (Sozialisation in heterosexuellen Zusammenhängen) in einer Gruppe von Schwulen, die sich in einer ähnlichen Lage befinden, zu reden, Erfahrungen zu machen und darüber mit den anderen Teilnehmern zu reflektieren. Entsprechend den oben formulierten "Grundwerten" steht Hilfe zur Selbsthilfe unter dem Signum emanzipatorischer Lebensgestaltung im Vordergrund.

Zwei Grundannahmen liegen der Arbeit zugrunde. Sie leiten Themenangebot und strukturieren den Verlauf der gesamten Gruppensitzungen.

Alle Menschen sind lernfähig, soweit nicht durch pathologische Deformationen behindert.

Lernen geschieht nur über eigene Erfahrungen.

Coming-out-Gruppen sind Lerngruppen. Für die Leiter bedeutet dies zunächst, sie müssen bestrebt sein in der Gruppe Bedingungen zu fördern, die ein Lernklima entstehen lassen, in dem bisheriges Gruppenverhalten wahrgenommen und kritisch auf seine Tauglichkeit überprüft werden kann. Dabei steht im Vordergrund die Frage nach der eigenen schwulen Identität. Handlungsalternativen und deren Erprobung in der Gruppe sind zentrales Anliegen.

### Das Setting:

Zwei gleichrangige Leiter aus den Reihen der Rosa Hilfe bieten reaktiv zum Gruppengeschehen und -bedarf Themenpenübungen oder Rollenspielen etc. Eine Gruppe hat einen Anfang und ein (genau) bestimmtes Ende (12 Sitzungen), jede Sitzung dauert zwischen 150 und 210 Minuten, empfehlenswert ist ein vorher festgesetztes Ende (längstens 3 Stunden Dauer).

Die Teilnehmerzahl sollte nicht weniger als acht und nicht mehr als zwölf betragen. Der zur Verfügung stehende Raum sollte mindestens so groß sein, daß sich alle Gruppenmitglieder bequem und unbehindert auf den Boden legen können. Vorherige Anmeldung hat sich nicht als günstig erwiesen.

Die Teilnehmer werden zur Verschwiegenheit verpflichtet, es sei denn die Gesamtgruppe beschließt im Einzelfall anderes. Diese Regel ist unabdingbare Voraussetzung, damit ein Vertrauensklima entstehen kann.

Hauptthema ist zunächst immer: Wie gewinnen wir Vertrauen zueinander? Da dies in der Regel nur über gemeinsam gemachte Erfahrungen möglich ist, dafür aber oftmals Vertrauen eingefordert wird, ist dies nach den bisherigen Erfahrungen einer der heikelsten Punkte im Gruppenleben. Dabei kann ein Ansatzpunkt sein die gemeinsamen Ängste als gemeinsame Erfahrungen zu erleben. Vielleicht gleichgewichtig mit der der Vertrauensfrage ist die Anfrage an die Rolle der Leiter, wenn auch in der Regel nicht direkt formuliert.

#### Die Rolle der Leiter:

Die beiden Leiter planen und konzeptionieren den Gruppenablauf und die einzelnen Sitzungen. Sie analysieren und reflektieren das Gruppengeschehen und ihr eigenes Verhalten darin während und nach den einzelnen Sitzungen. Sie legen ihre Rollen jeweils fest (aktiv leitender und Beobachter). Je besser ihr persönlicher Kontakt, desto günstiger für die Gruppe. *→ (Rang, Beruf, etc.)*

Sie sind Mitglieder der Gruppe und deren Leiter. Ihnen wird Autorität zu- und abgesprochen je nach Situation. Sie dienen als Projektionsfläche für Aggressionen und Phantasien. Aus Gründen des Selbstschutzes kalten sie sich weitgehend vom informellen Gruppengeschehen fern, insbesondere Sonderbeziehungen werden nicht aufgenommen.

Die Leiter bieten Themen an, die sich aus dem Entwicklungsstand der Gruppe ergeben, dabei behalten sie die oben formulierten Ziele im Auge. An diesen Zielen orientieren sie auch ihre Interventionen. Dabei kann es sich um Themen handeln, die offen angesprochen werden, häufig sind allerdings gerade die Themen entscheidend, die vermieden werden (Aids, Sympathie und Antipathie in der Gruppe).

Die Leiter sollten die Rollenhaftigkeit ihres Jobs durchschauen lernen. Der Leitungsstil muß mit der jeweiligen Leiterpersönlichkeit übereinstimmen, sonst treten bei der Gruppe Irritationen auf.

Wichtige Voraussetzung für die Leitung einer Gruppe ist der Rückhalt in einer funktionierenden Schwulengruppe (s.o.).

Die eigene Motivation sollte einer gründlichen Reflexion unterzogen werden, bevor jemand Leiter einer Coming-out-Gruppe wird.

Literatur:

- Siems, Martin:  
Coming out. Hilfen zur homosexuellen Emanzipation,  
Reinbeck 1980.
- Antons, Klaus:  
Praxis der Gruppendynamik. Übungen und Techniken, 4.  
Auflage, Göttingen 1976.
- Gudjons, Herbert/Pieper, Marianne/Wagener, Birgit:  
Auf meinen Spuren. Das Entdecken der eigenen Lebensge-  
schichte, Reinbeck 1986.
- Langmack, Barbara/Braune-Krickau, Michael:  
Wie die Gruppe laufen lernt. Anregungen zum Planen und  
Leiten von Gruppen, 3. Auflage, München 1989.
- Stevens, John O.:  
Die Kunst der Wahrnehmung. Übungen der Gestalt-Therapie,  
München 1986.