

Coming-out am Arbeitsplatz – soll ich oder soll ich nicht?

Eine Entscheidungshilfe¹

Juli 2013

Sich am Arbeitsplatz als HIV-positiv zu outen, ist ein mutiger Schritt und will wohlüberlegt sein. Immer noch werden Menschen mit HIV im Erwerbsleben ausgegrenzt oder diskriminiert – die Spanne reicht von Klatsch und Tratsch über Mobbing bis hin zu unrechtmäßigen Kündigungen. Um dem entgegenzutreten, brauchen wir aber einen offenen Umgang mit dem Thema HIV. Nur so können wir Kolleg_innen und Arbeitgeber_innen irrationale Ängste nehmen und ihnen klarmachen: HIV ist keine Bedrohung am Arbeitsplatz und auch kein Hinderungsgrund, seinen Beruf auszuüben.

Ein positives Coming-out ist allerdings nicht umkehrbar! Ein gelungenes Coming-out aber ist ein wichtiger Schritt zur Selbstverständlichkeit von HIV am Arbeitsplatz. Nur wenn viele diesen Schritt tun, werden wir diese Selbstverständlichkeit erreichen und das Bild HIV-Positiver in der Arbeitswelt realistisch darstellen.

Die Studie „positive stimmen“² hat gezeigt: Fast jede_r dritte befragte HIV-Positive geht am Arbeitsplatz offen mit der Infektion um. Und die meisten (74 %) haben dabei eine unterstützende oder zumindest neutrale Reaktion ihres Chefs oder ihrer Chefin erlebt.

Damit du leichter entschieden kannst, ob und wie du diesen Schritt gehen willst, haben wir hier einige Informationen für dich zusammengefasst.

Was bringt mir ein positives Coming-out?

Du musst dich nicht mehr vor deinen Kolleg_innen oder deinen Vorgesetzten verstecken. Egal ob du zum Arzt musst oder deine Medikamente während der Arbeitszeit einnimmst, ob du wegen der Infektion oder Therapie mal nicht so leistungsfähig bist oder von deinem Engagement in der Selbsthilfe erzählen möchtest – Heimlichtuereien und Notlügen haben ein Ende. Wer offen mit seiner HIV-Infektion umgeht, braucht kein Doppelleben mehr zu führen. Zudem kannst du mit eventuellen Gerüchten offensiv umgehen und die Flucht nach vorne antreten, wenn du merkst, dass über dich geredet wird.

¹ Redaktion: Interessenvertretung HIV im Erwerbsleben (www.positivarbeiten.de), Silke Eggers, Heike Gronski, Frauke Oppenberg, Holger Sweers

² Im Projekt positive stimmen wurden 1148 Menschen mit HIV in Deutschland zu ihren Erfahrungen mit HIV-bezogener Stigmatisierung und Diskriminierung befragt. Die Ergebnisse dieser Befragung sind unter www.positivestimmen.de veröffentlicht.

Wie umfassend könnte mein Coming-out sein?

Was ist dein Ziel? Willst du das Versteckspiel beenden? Oder Klatsch und Tratsch vorbeugen? Mobbing entgegentreten? Vielleicht willst du auch bewusst mit deiner Infektion an die Öffentlichkeit treten und verfolgst damit eher ein gesellschaftspolitisches Ziel? Die Motivationen zum Coming-out können sehr verschieden sein und die Strategien der Umsetzung auch. Du kannst zum Beispiel nur einem oder wenigen engen Kolleg_innen von deiner Infektion erzählen, deinem/deiner unmittelbaren Vorgesetzten – oder auch den Betriebsarzt oder die Betriebsärztin um Rat fragen.

Betriebsärzt_innen unterliegen der Schweigepflicht und dürfen Dritten eine Diagnose nicht mitteilen. Auch Vorgesetzte müssen den Schutz deiner persönlichen Daten gewährleisten (also das Recht auf informationelle Selbstbestimmung achten) – das gehört auch zu ihrer Fürsorgepflicht dir gegenüber (siehe dazu auch die Frage „Welche Kreise kann ein Coming-out ziehen?“ und das Beispiel am Ende dieses Textes).

Welche Konsequenzen kann ein Coming-out nach sich ziehen?

Das hängt sehr von deinem Arbeitsplatz ab und davon, welches Setting du für dein Coming-out gewählt hast (siehe dazu weiter hinten). Vielleicht freuen sich deine Kolleg_innen über deine Offenheit und sehen sie als Vertrauensbeweis an. Dann wird sich dein mutiger Schritt mit Sicherheit positiv auf das Arbeitsklima auswirken. Es kann aber auch sein, dass sich Kolleg_innen aus irrationalen Infektionsängsten zurückziehen oder dass sie aufgrund deiner Infektion Rückschlüsse auf deinen vermeintlichen Lebenswandel ziehen. Ihnen Informationen über dein Leben mit HIV anzubieten, kann helfen, ihre Vorurteile und Ängste abzubauen.

Welche Kreise kann ein Coming-out ziehen?

Je mehr Menschen von deiner Infektion wissen, desto weniger kannst du kontrollieren, wer noch davon erfährt. Beim Betriebsrat und dem Betriebsarzt oder der Betriebsärztin kannst du dich noch auf ihre Schweigepflicht berufen, aber wem Kolleginnen oder Kollegen von deinem Coming-out erzählen, das entzieht sich deiner Kontrolle. Das solltest du berücksichtigen bei deiner Entscheidung, ob und wem du von deiner HIV-Infektion erzählst.

Auch denken manche Vorgesetzte, sie müssten aufgrund ihrer Fürsorgepflicht deine Kolleg_innen über deine HIV-Infektion informieren. Das ist aber nicht der Fall, da im Arbeitsalltag kein Infektionsrisiko besteht – auch nicht in vermeintlich „HIV-sensiblen“ Bereichen (siehe die nächste Frage). Am besten sollte man dieses Thema direkt ansprechen, wenn man sich gegenüber Vorgesetzten outet.

Arbeite ich in einem vermeintlich „HIV-sensiblen“ Bereich?

Nein! Oft wird behauptet, Menschen mit HIV dürften zum Beispiel in der Pflege, in der Kinder- und Jugendarbeit oder in der Gastronomie nicht arbeiten. Das stimmt nicht! HIV ist schwer übertragbar, und im Arbeitsalltag besteht kein Infektionsrisiko. Daher müssen auch in den vermeintlich sensiblen Bereichen der Pflege, im Labor oder in Küchen keine besonderen Maßnahmen beachtet werden, die über die allgemeinen Hygienevorschriften hinausgehen. Eine Ausnahme bilden Chirurg_innen, die keine verletzungsträchtigen operativen Eingriffe vornehmen dürfen, wenn ihre Viruslast nicht unter der Nachweisgrenze liegt. Dennoch ist in diesen Bereichen mit größeren Ängsten vor HIV und Vorbehalten gegenüber HIV-Infizierten zu rechnen. Wenn du Unterstützung brauchst, um deine Kolleg_innen und Vorgesetzten zum Umgang mit HIV in den jeweiligen Arbeitsumfeldern aufzuklären, bekommst du diese von den lokalen Aidshilfen, den HIV-Schwerpunktärzt_innen oder dem Dachverband Deutsche AIDS-Hilfe.

Welche Bündnispartner_innen habe ich?

Ein Coming-out am Arbeitsplatz kann Kraft und Überwindung kosten und viel in deinem Leben verändern. Dieser Schritt wird leichter, wenn du ihn gemeinsam mit Menschen gehst, die dich unterstützen. Das können befreundete Kolleg_innen sein, deine Familie und Freund_innen, dein Schwerpunktarzt/deine Schwerpunktärztin oder Mitarbeiter_innen der Aidshilfen. Vielleicht findest du auch Unterstützung beim Betriebsrat oder bei einer Gewerkschaft. Suche dir Menschen, denen du vertraust, um dein Coming-out nicht alleine bewältigen zu müssen.

Welcher Zeitpunkt ist für mich der richtige?

Den Zeitpunkt bestimmst ganz alleine du! Bei einem Coming-out am Arbeitsplatz musst du unter Umständen mit negativen Reaktionen rechnen. Daher ist es wichtig, dass du dich selbst gefestigt fühlst und eine selbstbewusste Haltung zu deiner Infektion hast. Es gibt aber auch viele positive Beispiele von einem gelungenen Coming-out am Arbeitsplatz. Bedenke auch deine individuelle Arbeitssituation. Bist du z. B. noch in der Probezeit? Du bist dann ohne Angaben von Gründen kündbar.

Welche Situation wähle ich für mein Coming-out?

Dein Coming-out wird wahrscheinlich bei deinen Kolleg_innen oder Vorgesetzten Gesprächsbedarf hervorrufen. Du solltest daher nicht nebenbei über deine Infektion informieren, sondern eine ruhige, entspannte Situation wählen, in der du auch aufkommende Fragen beantworten kannst. Wenn du von Anfang an dein Arbeitsumfeld über HIV aufklärst, ist die Wahrscheinlichkeit, dass irrationale Ängste aufkommen, geringer. Welche Situation scheint dir für dich passend? Ein persönliches Gespräch? Eine Teamsitzung kann sich ebenfalls anbieten, wenn sie nicht hektisch oder hitzig geführt wird. Wenn du Bedenken hast, dich alleine den Reaktionen deiner Kolleg_innen zu stellen, bitte eine_n Bündnispartner_in, z. B. eine_n Mitarbeiter_in der Aidshilfe, dir dabei zur Seite zu stehen.

Muss ich auf die Firma Rücksicht nehmen?

Ein Coming-out ist erst mal deine ganz persönliche Entscheidung. Trotzdem solltest du vorher mögliche Konsequenzen auch für andere Personen oder die Firma abwägen. Es ist nicht ausgeschlossen, dass sich dein Coming-out negativ auf deine Firma oder deine Einrichtung auswirken kann, zum Beispiel, wenn Kund_innen von deiner Infektion erfahren und mit Ängsten und Vorurteilen reagieren. Das solltest du berücksichtigen und ggf. mit deinen Vorgesetzten besprechen. Sie werden sicherlich dankbar sein, dass du ihre Interessen ernst nimmst.

Was kann ich noch für meine Belange nutzen?

Eine HIV-Infektion zählt zu den chronischen Krankheiten. Viele Firmen und Einrichtungen haben eine Betriebsphilosophie, schriftliche Unternehmenswerte oder Leitbilder, die den Umgang mit chronisch Kranken und Behinderten festlegen. Auf diese Vereinbarungen kannst du dich beziehen und berufen, wenn du dich aufgrund deiner öffentlich gewordenen Infektion diskriminiert fühlst.

Wie könnte ich vorgehen? Ein Beispiel

Zum Schluss möchten wir dir noch am Beispiel „Coming-out bei Vorgesetzten“ aufzeigen, wie du vorgehen könntest:

1. Informiere dich bei der örtlichen Aidshilfe, ob sie bei Bedarf kurzfristig eine Fortbildungsveranstaltung oder ein Informationsgespräch in deinem Betrieb anbieten kann. Besorge dir Informationsbroschüren oder nutze die Informationen auf www.aidshilfe.de (→ Leben mit HIV → HIV und Arbeit) oder unter <https://www.welt-aids-tag.de/presse/pressefeatures.php>.
2. Bitte den Betriebsrat/die Schwerbehindertenvertretung um Unterstützung beim Gespräch mit dem/der Vorgesetzten.
3. Lass dich beim Gespräch mit dem/der Vorgesetzten von einer Vertretung des Betriebsrats oder der Schwerbehindertenvertretung begleiten.
4. Biete dem/der Vorgesetzten die Informationsbroschüren und ein Gespräch mit der lokalen Aidshilfe an.
5. Signalisiere Offenheit für alle aufkommenden Fragen.
6. Sprich offen an, ob und gegebenenfalls an wen diese Information weitergegeben werden kann/darf. Bitte darum, dies zu berücksichtigen. Vorgesetzte haben eine Fürsorgepflicht dir gegenüber und müssen dein Recht auf informationelle Selbstbestimmung schützen. Das Wissen um deine HIV-Infektion löst keine Pflicht aus, die anderen Arbeitnehmer_innen darüber zu informieren. Einige Arbeitgeber_innen könnten das aber so verstehen, daher ist es wichtig, dies anzusprechen und ihnen bei Bedarf Informationen darüber zu geben.