

Regeln der **Sex&60⁺**-Gesprächsgruppe

Für jeden Teilnehmenden gilt:

1. Wir reden miteinander und zueinander, um unsere Lebensfreude zu erhalten oder zu fördern.
2. Wir reden nicht übereinander, schon gar nicht über Abwesende, es sei denn freundlich, positiv und zumindest verständnisvoll.
3. Wer konkrete Verhaltensweisen als inakzeptabel empfindet, formuliert das als Ich-Botschaft: "Ich mach nicht, wenn jemand..."
4. Wir betrachten unsere Sexualität nicht nur als eine wichtige Quelle von Lebensfreude, sondern auch als Bindemittel in der menschlichen Begegnung.
5. Unabhängig von Geschlecht und sexueller Orientierung treten wir tolerant, respektvoll und empathisch in den gegenseitigen Austausch.
Damit bereichern wir zu diesem Thema unsere
 - Haltung,
 - Erfahrung,
 - Wissen und
 - Aufmerksamkeit
6. Wir bemühen uns, die Dinge mit Humor zu betrachten. Als Ausdruck der Lebensfreude lachen wir auch gerne über uns selbst.
7. Jeder von uns ist für sich selbst verantwortlich und erwägt sorgfältig, was er von sich an intimen Details bekannt gibt.
8. Wir reden uns mit Vornamen und du an. Weitere Details zur Person – mit Ausnahme der E-Mail-Adresse – kennt der Moderator, der sie aber nicht unautorisiert weitergibt. Wir bestimmen selber, wer unsere übrigen persönlichen Daten bekommt.
9. Um **das gegenseitige Vertrauen aufrecht zu erhalten** unterliegen unsere Kenntnisse zu intimen Details anderer (auch außerhalb der Gruppe) der Schweigepflicht.
10. Um einen gruppendynamischen Gedankenaustausch zu bewirken, bemühen wir uns, unsere Gedanken auf den Punkt zu bringen, lassen uns aber in diesem Rahmen (!) jeweils ausreden.
11. Wir sind keine Therapiegruppe, d.h. selbst unter fachlicher Gruppenleitung, empfehlen wir im Einzelfall – insbesondere bei ungelösten Paarkonflikten – sich Hilfe bei einem professionellen Berater bzw. Therapeuten zu holen und schließen das entsprechende Thema damit ab.
12. Um dem Gesprächsbedürfnis der übrigen gerecht zu werden, erwarten wir vom Moderierenden, Dauerrednern das Wort zu entziehen und im Extremfall des Raumes zu verweisen. Dito bei unvermittelt ausbrechenden Paarkonflikten.
13. Ergebnisse unserer Treffen, die wir von allgemeinem Interesse erachten, publizieren wir so, dass kein Rückschluss auf uns möglich ist – beispielsweise in einer sich nach Themen und Unterthemen usw. gliedernden MindMap).
14. Wir werben nicht für von uns individuell erbrachte Dienstleistungen (z.B. als Heilpraktiker) oder Produkte (z.B. Vibratoren).