



Mo, 18.10.2021 | 14:30 Uhr – Mi, 20.10.2021 | 12:30 Uhr Kursgebühr: **350 €**

## **Sexualität und Erotik in der 2. Lebenshälfte - Möglichkeiten der Sexualberatung**

„Mit der Reife wird man immer jünger.“ Hermann Hesse

Der Wunsch nach Zärtlichkeit, körperlicher Intimität und Sexualität begleitet uns durch unser Leben. Auch ältere Klientinnen und Klienten fragen vermehrt in Beratungen um Unterstützung, wenn die gelebte Sexualität schwieriger geworden ist oder einer der Partner das Interesse an der Sexualität scheinbar verloren hat. Die jeweiligen Hintergründe dafür können verschieden sein: manchmal gab es Verunsicherungen in der Folge von Wechseljahren oder körperlichen Erkrankungen, manchmal wurde durch eine zeitweise Überlastung der körperlichen Annäherung und Einstimmung zu wenig Zeit eingeräumt. Häufig geht es darum, passendere Formen sexueller Begegnung miteinander zu suchen oder um den kreativen Umgang mit krankheitsbedingten Einschränkungen. Jedenfalls braucht es Kommunikation und Austausch miteinander, das Interesse an der Sexualität gemeinsam lebendig zu halten und einen „Pannenkoffer“ zu packen, wenn die sexuellen Reaktionen altersbedingt etwas verändert ablaufen.

### **Ziele der Fortbildung:**

- Wie kann ich im Beratungsgespräch wichtige Informationen zur sexuellen Entwicklung und zur jetzigen Sexualität einholen? Was alles gehört zu einer Sexualanamnese?
- Wechseljahre- was verändert sich (manchmal)?
- Welche Hintergründe kann die häufig von einem der Partner beklagte Lustlosigkeit haben? Möglichkeiten der Veränderung?
- Welche Auswirkungen können psychische und körperliche Erkrankungen bzw. deren Behandlung auf die Sexualität haben? Was kann helfen?
- Verbesserung des Attunements (Einstimmung), der Kommunikation und der sexuellen Begegnung- Darstellung eines Beratungsverlaufs
- An einem Videobeispiel wird eine ressourcenorientierte Sexualanamnese gezeigt.

### **Empfohlene Literatur zur Vorbereitung:**

- Sexualberatung, Claus Buddeberg, 2005, 4.Auflage, Thieme- Verlag
- „Sexualität beginnt im Tanz zwischen Eltern und Kind, Der Attunement<sup>1</sup>-fokussierte Ansatz in der Sexualtherapie“, Marianne Eberhard-Kaechele & Ruth Gnirss-Bornet in: Thomas Harms & Manfred Thielen (Hrsg.) (2017): *Körperpsychotherapie und Sexualität. Grundlagen, Perspektiven und Praxis*. Gießen: Psychosozial-Verlag.

### **Zielgruppe**

Berater\*innen aus der Ehe-, Paar- und Lebensberatung sowie Paar- und Sexualtherapeut\*innen, Paar- und Sexualberater\*innen, Fachpersonen aus psychotherapeutischen, medizinischen und

sozialpädagogischen Bereichen.

Dozent\*in(nen): Dr. Ruth Gnirss-Bornet