

Von Tabus zu CHANCEN:



SEXUALBERATUNG IN DER MODERNEN GESELLSCHAFT

Stellt euch eine Welt vor, in der das Gespräch über Sexualität so alltäglich ist wie der Smalltalk über das Wetter.

Wo ein offener Dialog über Intimität nicht mehr hinter vorgehaltener Hand geführt wird, sondern in den hell erleuchteten Räumen der Aufklärung und des Verständnisses. In dieser Welt gibt es keine peinlichen Pausen oder verlegenen Blicke, wenn das Thema Sexualberatung aufkommt. Stattdessen begegnen wir einer neuen Generation von Berater*innen, die mit Witz und Weisheit ausgestattet sind, um die vielfältigen Facetten menschlicher Sexualität zu beleuchten. Sie sind die Held*innen des Alltags, die mit einem Lächeln und einer Prise Humor die Schamgrenzen überwinden und einen sicheren Raum für ehrliche Gespräche schaffen.

Nehmen wir zum Beispiel Herrn Schmidt, einen fiktiven Sexualberater, der seine Klient*innen mit einer Mischung aus Fachwissen und Anekdoten aus seinem reichhaltigen Erfahrungsschatz berät. Er beginnt jede Sitzung mit einfühlsamem Beziehungsaufbau, der das Eis bricht und eine Atmosphäre des Vertrauens schafft. Seine Praxis ist ein Kaleidoskop der Menschlichkeit, in dem jede*r Klient*in unabhängig von Alter, Geschlecht oder sexueller Orientierung willkommen ist. Herr Schmidt weiß, dass Lachen oft die beste Medizin ist, und nutzt dies gemeinsam mit seinem tiefgreifenden theoretischen Wissen, um komplexe Themen zugänglich und verständlich zu machen.

Die Welt der Sexualberatung ist bunt und vielfältig, und Lebens- und Sozialberater*innen stehen an der vordersten Front, um Licht ins Dunkel zu bringen. Sie sind die Architekten einer neuen Ära, in der sexuelle Gesundheit nicht nur als Teil des physischen Wohlbefindens, sondern auch als integraler Bestandteil der emotionalen und psychischen Gesundheit verstanden wird. Mit jedem Gespräch, jeder Beratungseinheit und jedem Workshop kannst auch du dazu beitragen, das Stigma zu durchbrechen und eine Kultur der Offenheit und Akzeptanz zu fördern.

DIE BEDEUTUNG DER FACHLICHEN QUALIFIKATION

Unsere berufliche Standesvertretung in Fachverband und Fachgruppen hat es erkannt: Eine qualitativ hochwertige Ausbildung im Bereich der Sexualberatung ist weit mehr als nur eine Ansammlung von Fakten und

Seit Anfang 2024 gibt es innerhalb der österreichischen Lebens- und Sozialberatung einen neuen Expert*innenpool: „Sexualberatung“. Ein wichtiges Zeichen für Aufklärung und Akzeptanz in einem immer noch von vielen Missverständnissen und Vorurteilen geprägten Themengebiet.

VON SONJA BRUCKNER *

Theorien. Sie ist eine Investition in die eigene fachliche Kompetenz, die es ermöglicht, auf einer wissenschaftlich fundierten Basis zu agieren und gleichzeitig die Beratungsfähigkeiten auf ein neues Niveau zu heben. Genau deshalb wurde Anfang 2024 der neue Expert*innenpool „Sexualberatung“ ins Leben gerufen.

Ein durch diese Weiterbildung erworbenes Fachwissen bildet das Fundament für einen sicheren Raum, in dem Klient*innen die Möglichkeit haben, sich zu öffnen und persönliches Wachstum zu erfahren. Es ist die Tiefe des Verständnisses und die Breite des Lehrplans, die sicherstellen, dass du als Berater*in mit den aktuellsten Forschungsergebnissen und Methoden ausgestattet bist, um auch die komplexesten Herausforderungen mit Professionalität und Sorgfalt zu meistern.

Durch diese Ausbildung wirst du befähigt, individuell auf die Bedürfnisse jedes*r Klient*in einzugehen, maßgeschneiderte Lösungsansätze zu entwickeln und eine Beratung zu bieten, die nicht nur informiert, sondern auch inspiriert und selbstermächtigt. Es geht darum, eine Brücke zwischen Wissen und menschlicher Erfahrung zu bauen und einen Beitrag zu leisten, der weit über den Beratungsraum hinausreicht. So wird die fachliche Qualifikation zu einem Schlüsselwerkzeug, das es ermöglicht, positive Veränderungen im Leben anderer zu bewirken und gleichzeitig zur eigenen beruflichen Erfüllung beizutragen. Das heißt, die Vertiefung in die Sexualberatung transformiert dein Beratungsangebot von Grund auf. Es ist eine bewusste Entscheidung, die

Die Welt der Sexualberatung ist bunt und vielfältig, und Lebens- und Sozialberater*innen stehen an der vordersten Front, um Licht ins Dunkel zu bringen. ...

... Sie sind die Architekten einer neuen Ära, in der sexuelle Gesundheit nicht nur als Teil des physischen Wohlbefindens, sondern auch als integraler Bestandteil der emotionalen und psychischen Gesundheit verstanden wird.

dich nicht nur mit den Werkzeugen ausstattet, um sensibel und kompetent auf eine Bandbreite sexueller Anliegen einzugehen, sondern verleiht dir auch die Fähigkeit, gemeinsam mit deinem Gegenüber maßgeschneiderte Lösungen zu entwickeln. Mit diesem spezialisierten Wissen kannst du einen Raum des Vertrauens und der Offenheit schaffen, in dem sich Menschen mit ihren intimsten Fragen und Sorgen angenommen fühlen. Ob es um die Navigation in Sexualfragen geht, die Förderung eines gesunden Selbstbildes oder die Unterstützung bei der Entdeckung und Akzeptanz der eigenen Sexualität – du wärst in der Lage, einen Raum zu schaffen, der einen positiven Einfluss auf das Wohlbefinden und die persönliche Entwicklung deiner Klient*innen hat.

PSYCHOSOZIALE INTERVENTIONEN IN DER SEXUALBERATUNG

In der Welt der Sexualberatung sind praktische psychosoziale Interventionen unerlässlich, um Klient*innen beispielsweise dabei zu unterstützen, ihre sexuellen Werte und Wünsche zu erkunden und zu kommunizieren. Das „Werte- und Wünsche-Kartenspiel“ ist eine solche Übung, die nicht nur aufschlussreich, sondern

auch interaktiv ist. Indem Klient*innen Karten, die verschiedene sexuelle Werte und Wünsche repräsentieren, nach ihrer persönlichen Priorität ordnen, entsteht ein Dialog über individuelle sexuelle Präferenzen, der oft in der Beratungssituation fehlt. Diese Methode ermöglicht es den Klient*innen, in einer sicheren und strukturierten Umgebung über Themen zu sprechen, die sonst vielleicht unbesprochen bleiben würden.

Ein weiteres innovatives Werkzeug in der Sexualberatung ist das „Rollenspiel der Perspektiven“. Diese Übung, welche ich gerne unter Trance anbiete, lädt Klient*innen ein, Situationen aus der Sicht ihres Gegenübers zu betrachten und nachzuspielen. Durch diesen Perspektivenwechsel können Klient*innen ein tieferes Verständnis für die Gefühle und Gedanken ihres*r Partners*in entwickeln. Ziel ist es, Empathie zu schaffen und somit die Grundlage für eine verbesserte Kommunikation und Intimität innerhalb der Beziehung. Was in der Folge schon so manche körperliche Symptomatik erleichterte.

Solche Übungen sind jedoch mehr als nur einfache Aktivitäten; sie sind kraftvolle Instrumente, die es Einzelpersonen oder Paaren ermöglichen, Barrieren zu überwinden und eine tiefere Verbindung aufzubauen. Sie fördern nicht nur die Kommunikation über sexuelle Vorlieben, sondern auch das Verständnis und die Akzeptanz der sexuellen Wünsche des Gegenübers.

POSITIVE GESELLSCHAFTLICHE AUSWIRKUNGEN UND DEINE BERUFLICHE ZUFRIEDENHEIT

In der Rolle als Sexualberater*in leistest du einen fundamentalen Beitrag zur Förderung einer gesunden und aufgeklärten Gesellschaft. Indem du Vorurteile und Mythen über Sexualität entkräftest, ermöglichst du es Menschen, sich frei von gesellschaftlichen Zwängen zu entfalten. Deine Arbeit hat somit nicht nur positive Auswirkungen auf das Leben deiner Klient*innen, sondern wirkt auch weitreichend auf das soziale Gefüge. Durch die Diversifizierung deines Angebots, etwa durch Workshops, Vorträge oder Publikationen, erweiterst du deine Reichweite und ermöglichst es einer größeren Anzahl von Menschen, von deinem Fachwissen zu profitieren.

Diese Expansion deines Wirkungskreises trägt dazu bei, das Bewusstsein für sexuelle Gesundheit und Wohlbefinden zu schärfen und eine inklusive Atmosphäre zu schaffen, in der sich jeder unabhängig von seiner Identität oder Orientierung sicher und akzeptiert fühlen kann. Dein Engagement in der Sexualberatung ist somit nicht nur ein Dienst an deinen Klient*innen, sondern auch ein Akt des sozialen Engagements, der zur Verbesserung der öffentlichen Gesundheit beiträgt.

Sexualberatung ist nicht einfach nur eine Karriere, sie ist eine Berufung, die das Leben von Menschen bereichert und die Gesellschaft als Ganzes voranbringt. So trägst du dazu bei, dass die Welt ein wenig mehr Liebe und Verständnis erfährt – und das ist wahrlich eine Leistung, die weit über das Gewöhnliche hinausgeht.

Die Entscheidung, sich in Sexualberatung weiterzubilden, ist ein bedeutender Schritt, der weitreichende positive Auswirkungen haben kann. Als Berater*in schaffst du einen sicheren Raum, in dem Klienten sich verstanden und unterstützt fühlen können. Du ermöglichst ihnen, ihre Bedürfnisse und Wünsche zu erkunden und zu artikulieren, was eine grundlegende Komponente für eine gesunde Sexualität und damit für eine verbesserte Lebensqualität ist. Die Weiterbildung ist auch ein Zeichen des Engagements und der Professionalität, das Vertrauen bei bestehenden und potenziellen Klient*innen stärken kann. In einer Welt, in der das Thema Sexualität immer noch von vielen Missverständnissen und Vorurteilen umgeben ist, setzen Sexualberater*innen ein wichtiges Zeichen für Aufklärung und Akzeptanz! Gestalte die Zukunft der Beratung mit.



* **SONJA BRUCKNER, MSc**, Beratungswissenschaftlerin, Autorin, psychosoziale Beraterin; Studium der Beratungswissenschaften mit dem Schwerpunkt auf psychosozialer Beratung. Nach ihrer Spezialisierung auf Paar- und Sexualberatung eröffnete sie eine eigene Praxis in Linz, Oberösterreich. Neben ihrer Tätigkeit als psychosoziale Beraterin ist sie auch als Supervisorin und Vortragende aktiv. Zusätzlich hat sie ihr Fachwissen und ihre Erfahrungen in zwei Büchern festgehalten, die als wertvolle Ressource für Fachleute und Laien dienen. www.sb-beratung.at

Foto: Kneifinger-Photography

