

Sexualität im Alter: (K)ein Tabu?–

Sexualität als Quelle der Lebensfreude und Lebensenergie!

Referentin: Mag. Christine Gappmaier-Jessner: Psychotherapeutin (Konzentrierte Bewegungstherapie), Erziehungswissenschaftlerin, Diplomierte Krankenschwester, Ausbildung: „Personenzentrierte Begleitung, Beratung und Therapie“ in sozialen Dienstleistungsunternehmen.

Berufliche Erfahrungen: Krankenpflege, Arbeit mit alternden Menschen, mit demenziellen Erkrankungen, Menschen mit Kognitiver Beeinträchtigung, Krisenintervention, mehrjährige Leitungserfahrung, Beratungserfahrung zu Themen wie Sexualität im Alter, Menschen mit kognitiver und Mehrfachbeeinträchtigung/Doppeldiagnosen. Derzeitige berufliche Tätigkeit: Psychotherapeutin in der Psychiatrischen Rehaklinik St. Radegund, Tätigkeit in eigener Praxis, Tätigkeit als Referentin

Inhaltliche Beschreibung: Sexualität ist ein Grundrecht jedes Menschen unabhängig von Alter, Geschlecht, der sexuellen Orientierung und des sozialen Standes. Die Entwicklung von Sexualität gestaltet sich in einer Vielzahl von individuellen Lernschritten, die das ganze Leben lang andauern. Das Thema Liebe und Sexualität im Alter, wird in unserer Gesellschaft nach wie vor vernachlässigt – immer wieder auch tabuisiert. Liebe und Sexualität im Alter kann jedoch als wichtige Quelle der Lebensfreude und eine Form von Lebensenergie gesehen werden! Altersbedingte Prozesse auf verschiedenen Ebenen bewirken zwar, dass sich die Voraussetzungen ändern – dies bedeutet aber noch lange nicht den Verzicht auf Sexualität! Das Bedürfnis nach Nähe, Geborgenheit und Berührung bleibt unser ganzes Leben lang erhalten und kann im Alter zum Sinn des Lebens werden.

Lernergebnisse:

Sie als Teilnehmerin kennen:

- Verfügen über fachbezogenes Wissen in Bezug auf mögliche Veränderungen in der Sexualität von alternden Menschen
- Mögliche Herausforderungen und Chancen in Bezug auf das Alter
- Tabus und Sexualmythen in Bezug auf Liebe und Sexualität im Alter

- Methoden und Instrumente, die vor allem im institutionellen Bereich und Pflegeberuf hilfreich sind, um alternde Menschen in ihren körperlichen und emotionalen Bedürfnissen gut begleiten zu können
- Haben einen Überblick über unterschiedliche Aspekte und Theorien der „Alterssexualität“
- Und wissen über die Herausforderungen, die es mitunter in Bezug auf sexuelle Bedürfnisse und Verhaltensweisen speziell auch von beispielsweise an Demenz erkrankten Menschen geben kann Bescheid
- Selbstreflexion der eigenen sexuellen Lerngeschichte
- Möglichkeiten und Methoden, zur Abgrenzung und zum Selbstschutz für Pflegepersonen