

## **Workshop: Personenzentrierung und Sexualität**

Die Personenzentrierung umfasst die ganzheitliche Wahrnehmung und Wertschätzung der individuellen Identität eines Menschen, wobei die Sexualität als ein wichtiger Bestandteil der Identität zu sehen ist.

Nachfolgend einige Links zur weiteren Unterstützung und Begleitung des Prozesses:

Eine detaillierte Literaturliste zum Thema „Sexualität und Behinderung“ ist von Profamilia NRW zusammengestellt worden

### Literaturliste Sexualität und Behinderung

[https://www.profamilia.de/fileadmin/landesverband/lv\\_nordrhein-westfalen/nrw-sexualpaedagogik/Literaturliste\\_Sexualitaet\\_und\\_Behinderung\\_ueberarbeitet\\_August\\_2018.pdf](https://www.profamilia.de/fileadmin/landesverband/lv_nordrhein-westfalen/nrw-sexualpaedagogik/Literaturliste_Sexualitaet_und_Behinderung_ueberarbeitet_August_2018.pdf)

oder:

<https://www.familienplanungszentrum.de/lese-tipps-in-leichter-sprache/>

Erklär- Videos:

[„Pausengeflüster“ – ein sexualpädagogisches Videoprojekt \(fpz-berlin.de\)](#)

[Einleitung - Sexualität, das ist Dein Recht - YouTube](#)

<https://pinkstinks.de/10-zarte-fakten-zum-penis/>

<https://pinkstinks.deauf-vulva-entdeckungstour/>

<https://www.fpz-berlin.de/Pausengefluester-ein-sexualpaedagogisches-Videoprojekt-974039.html>

Dating Möglichkeiten:

<https://www.herzenssache.net/>

[Handicap Love - Die Singlebörs für Menschen mit Behinderungen - seriös und kostenlos \(handicap-love.de\)](#)

[Handicap Kontaktanzeigen mit Chat für Menschen mit Behinderung - Seriös und Anonym \(flirt-projekt.de\)](#)

[Partnervermittlung für Behinderte und Nicht-Behinderte | Partnersuche auf gleichklang.de](#)

Mut-Mach Videos in leichter Sprache gegen Gewalt:

[Unsere Idee zu Mut-Mach-Videos - YouTube](#)

Trauma:

<https://www.kraft-rucksack.at/>

<https://www.suse-hilft.de/de>

<https://www.selbstlaut.otg.>

<https://www.sichere-orte-schaffen.de>

APP: BODY2BRAIN (kostenlos)

Sexualbegleitung:

<https://www.sexualbegleitung.com/html/deutschland/html>

APP:

<https://klarundeinfach.ch/sex/was-ist-sex/> (kostenlos)

weitere interessante Links zu Materialien:

[www.herzfroh.loveline.de](http://www.herzfroh.loveline.de)

[www.bildungloveline.de](http://www.bildungloveline.de)

[www.vielma.at](http://www.vielma.at)

[www.paomi.de](http://www.paomi.de)

[www.petze-institut.de](http://www.petze-institut.de)

[Schöne und blöde Berührungen – Selbstlaut](#)

Links zu kostenlosen Piktogrammen und Bildern:

[www.canva.com](http://www.canva.com)

[www.traseproject.com](http://www.traseproject.com)

[www.pictoselector.eu](http://www.pictoselector.eu)

[www.zanzu.de](http://www.zanzu.de)

ReWiKs Medienpaket erhältlich über die BIÖG (Bundesinstitut für öffentliche Gesundheit)



„Sexuelle Gesundheit ist untrennbar mit Gesundheit insgesamt, mit Wohlbefinden und Lebensqualität verbunden.“

Sie ist ein Zustand des körperlichen, emotionalen, mentalen und sozialen Wohlbefindens in Bezug auf die Sexualität und nicht nur das Fehlen von Krankheit, Funktionsstörungen oder Gebrechen.

Sexuelle Gesundheit setzt eine positive und respektvolle Haltung zu Sexualität und sexuellen Beziehungen voraus sowie die Möglichkeit, angenehme und sichere sexuelle Erfahrungen zu machen, und zwar frei von Zwang, Diskriminierung und Gewalt.

**Sexuelle Gesundheit lässt sich nur erlangen und erhalten, wenn die sexuellen Rechte aller Menschen geachtet, geschützt und erfüllt werden.“**

WHO, 2006