

# Abstract

Sexualität ist ein zentraler Bestandteil menschlicher Identität und spielt in psychotherapeutischen Prozessen eine bedeutsame Rolle. Im personenzentrierten Ansatz stellt der Umgang mit sexuellen Themen besondere Anforderungen an die therapeutische Haltung, insbesondere im Hinblick auf Kongruenz, Selbstwahrnehmung und Beziehungsgestaltung.

Die vorliegende Arbeit untersucht, wie Sexualität im Rahmen personenzentrierter Psychotherapie theoretisch verstanden werden kann und welche Bedeutung Kongruenz im therapeutischen Umgang mit sexuellen Inhalten hat.

Die vorliegende Arbeit stützt sich auf Erkenntnisse aus meiner im Rahmen des Masterstudiums durchgeführten Masterarbeit sowie aus der zugehörigen qualitativen Untersuchung mit dem Titel „*Sexualität in der Psychotherapie: Kongruenz aus der Perspektive von personenzentrierten Psychotherapeut:innen in Ausbildung unter Supervision*“. Diese Ergebnisse werden nicht erneut empirisch überprüft, sondern theoretisch herangezogen und in einem eigenen Reflexionsteil aus der Perspektive meiner Ausbildung und Praxis persönlich reflektiert.

Ein Schwerpunkt dieser Arbeit liegt auf der Rolle der Selbsterfahrung der Therapeut:innen, die im personenzentrierten Verständnis Voraussetzung für Kongruenz und eine authentische, sichere Beziehungsgestaltung ist. Im persönlichen Reflexionsteil werden eigene Erfahrungen im Umgang mit sexuellen Themen reflektiert, um zu zeigen, wie Selbstwahrnehmung, Sprache, Resonanz und Geschlechtlichkeit das therapeutische Feld beeinflussen.

Die Arbeit argumentiert, dass eine reflektierte, kongruente Haltung gegenüber Sexualität wesentlich dazu beiträgt, einen offenen, wertschätzenden und entwicklungsfördernden therapeutischen Raum zu schaffen.