**Anhang 8.1**

|  |
| --- |
| Informationen mit einfarbiger Füllung Wichtiger Hinweis:  Bei diesem Text handelt es sich um einen Beispieltext. Viele Formulierungen sind als Empfehlungen oder Anregungen zu verstehen. Der Text muss individuell auf die Rahmenbedingungen der eigenen Kirchengemeinde (Dekanatsbezirk, Einrichtung) angepasst werden. Dabei ist darauf zu achten, dass nicht eine unrealistische Maximalforderung beschrieben wird, sondern alltagstaugliche Regelungen, die zu Ihren Bedingungen vor Ort passen. |

**„Checkliste“ – wodurch ist meine Sexualität geprägt?**

Wir alle sammeln im Laufe unseres Lebens unterschiedliche Prägungen und Erfahrungen. Diese schlagen sich in unseren persönlichen Haltungen, im Umgang mit Sexualität, in Werten und Normen nieder. Um mit dem Thema Sexualität gut und professionell umzugehen, ist es hilfreich, die eigene Prägung zu reflektieren. Folgende Fragen können dabei helfen:

* Was hat mich im Umgang mit meinem Körper geprägt?
* Wie wurde in meiner Familie mit Nacktheit, Fragen zu Sexualität und Lust umgegangen?
* Habe ich viele prägende Beziehungsabbrüche erlebt? Was vermittle ich in meiner (ehrenamtlichen) Arbeit über den Themenbereich Beziehungen?
* Wie wurden Geschlechterrollen und -zuschreibungen in meiner Herkunftsfamilie gelebt? Wie lebe ich sie heute?
* Was vermeide ich eher beim Thema Sexualität, was befördere ich? – Im Umgang mit mir und anderen?
* Bin ich mir meiner eigenen Toleranzgrenzen im Sexuellen bewusst?
* Kann ich meine persönlichen Grenzen setzen und verteidigen?
* Bin ich mir über die Wirkung meiner Person auf andere bewusst?
* Welche Akzeptanz habe ich gegenüber verschiedenen individuellen sexuellen Neigungen und Identitäten?
* Welche Werte und Normen habe ich in Bezug auf Sexualität?
* Reflektiere ich eigene Regel- und Normverletzungen?

Und im Bezug auf unsere Kirchengemeinde (Einrichtung, Dekanatsbezirk):

* Werden Abhängigkeitsverhältnisse in Beziehungen thematisiert?
* Vermitteln wir Mut, Gewalterfahrungen verschiedenster Art zum Thema zu machen?