

Stärken, Verstehen, Verbinden: Queere Perspektiven in Therapie, Beratung und Gesellschaft

VLSP*-Fachtreffen, 11.04.–13.04.2025, Akademie Waldschlösschen

Workshopbericht

Fabelhaft, sassy & unaufhaltsam:

Ein Selbsterfahrungsworkshop zu Stärke, Glitzer und Verbundenheit

M.Sc. Psych. Janis Renner

Der Workshop „Fabelhaft, sassy & unaufhaltsam“ bot Fachpersonen aus psychosozialen Feldern – schwul, trans*, lesbisch, bi+, nonbinär, queer und proud – einen kreativen, erlebensorientierten Raum zur Stärkung von Selbstwert, Ausdruckskraft und Gemeinschaftsgefühl. Über körperbasierte Selbsterfahrung, symbolische Übungen und systemische Impulse erkundeten die Teilnehmenden vielfältige Facetten ihres queeren Selbst.

Im Zentrum stand die kulturelle Bedeutung von „Sassiness“: als queere Widerstandspraxis, als feierliche Rebellion gegen normative Einschränkungen und als spielerische, stolze Verkörperung von Identität. Systemisch fundierte Methoden wie Ressourcenaktivierung, Arbeit mit inneren Anteilen und symbolische Verkörperungsübungen trafen auf kreative Reflexionsimpulse und körperorientierte Selbsterfahrung.

Der Workshop förderte Empowerment, lustvollen Selbstausdruck und die bewusste Sichtbarmachung von Stärken innerhalb einer unterstützenden Gemeinschaft. Bewegungsreisen, affirmierende Gruppenprozesse und kreative Aufgaben ermöglichten es, queere Ausdrucksformen von Stärke, Verletzlichkeit und Extravaganz lebendig werden zu lassen.

In einer abschließenden Integrationsphase wurden persönliche Erkenntnisse in alltagswirksame Ressourcen übersetzt. So wurde die lebendige Tradition queerer Kultur – als Überleben, Glanz und Widerstand zugleich – systemisch, kreativ und gemeinschaftlich erfahrbar gemacht.

Personenbeschreibung

Janis Renner, M.Sc. Psych., absolviert die Approbationsausbildung in Psychologischer Psychotherapie mit dem Vertiefungsverfahren Systemische Therapie und bringt langjährige Erfahrung in sexualpädagogischer Arbeit sowie Online-Beratung mit. Am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf forscht Janis zu innovativen E-Health-Lösungen in der Trans-Gesundheitsversorgung. Darüber hinaus engagiert sich Janis in der Deutschen Gesellschaft für Sexualforschung (DGfS) als Mitglied des Fort- und Bildungsausschusses und ist im Vorstand des VLSP* aktiv.

<https://www.melanie-buettner.de/janisrenner/>

https://www.instagram.com/jan_is.listening/