

Neuanfang nach ChemSex

GEMEINSAM WEGE FINDEN



SANDRA JUNKER

Sandra Junker ist Psychotherapeutin (VT) und verbindet ihre suchttherapeutische Erfahrung mit dem ACT-Ansatz, um Betroffene bei der Rückkehr zu innerer Klarheit und Selbstbestimmung zu unterstützen. Mehr Infos unter sandrajunker.berlin



LIAN HÜNTELMANN

Lian Hüntelmann ist Psychotherapeut (VT) und Systemischer Therapeut. Er arbeitet schwerpunktmäßig zu Themen wie Identität, Transitionsbegleitung, Beziehungen, Ängste, Sucht und Sexualität. Mehr Infos unter psychotherapie-selbstbestimmung.de

KONTAKT & ANMELDUNG

kontakt@sandrajunker.berlin
therapie_huentelmann@riseup.net

Ambulante Gruppentherapie für queere Menschen

Langfristig zufrieden abstinent zu bleiben ist eine große Herausforderung. Wie kann ein Leben aussehen, das sich ohne Substanzen erfüllt, stabil und echt anfühlt? Abstinenz im Bereich ChemSex erfordert zudem oft eine Neuausrichtung der eigenen Sexualität. Diesen Veränderungsprozess zu gestalten ist ein entscheidender Schritt hin zu einer stabilen und zufriedenen Abstinenz.

Unsere neue Therapiegruppe bietet dir einen Rahmen, um das gemeinsam mit anderen queeren Personen zu tun und mit ihnen zusammen deinen Weg zu gestalten.

Was dich erwartet

In der Gruppe arbeiten wir an Themen, die für dein neues, abstinentes Leben zentral sind:

- Abstinenz festigen: Sicherheit im Alltag gewinnen und stabil bleiben.
- Craving verstehen: Strategien entwickeln, um mit Suchtdruck und Rückfallrisiken umzugehen.
- Queer & Clean: Identitätsarbeit im Spannungsfeld von Sexualität, Community und Sucht.
- Neue Verbindungen: Wie sehen erfüllende soziale und sexuelle Beziehungen ohne Konsum aus?
- Selbstfürsorge: Aufbau eines Alltags mit Sinn und Freude.

Auf einen Blick

Die Gruppe wird von zwei Therapeut*innen mit Erfahrung im Suchtbereich geleitet, die selbst Teil der queeren Community sind und eine klare, diskriminierungssensible Haltung auf Augenhöhe vertreten.

- Start: Sommer 2026
- Termin: Wöchentlich mittwochs, 18:15 – 20:00 Uhr
- Dauer: ca. 1 Jahr (40 Sitzungen)
- Ort: Gneisenaustraße 114, Berlin (U Mehringdamm)
- Kosten: Übernahme durch die gesetzliche Krankenversicherung
- Voraussetzungen: Abstinenz seit mind. 3 Monaten; Offenheit für Therapie in der Gruppe

Du hast Interesse?

Wenn du dich angesprochen fühlst und Unterstützung bei deiner weiteren Lebensgestaltung suchst, melde dich bei uns. In einem kostenlosen Erstgespräch klären wir gemeinsam, ob die Gruppe das Richtige für dich ist.

Wir freuen uns darauf, dich auf deinem Weg zu begleiten!