

Montag, 10. Juli 2023

Region

«Sex ist lernbar»

Die 32-jährige Lea Eugster ist studierte Sexologin. Einmal pro Woche berät sie in Aarberg lustlose Paare und Frauen. Sie erzählt von ihren eigenen Erfahrungen, falschen Vorstellungen und warum ihr Beruf selten ist.

Deborah Balmer

Immer am Freitag bin ich im Stedli Aarberg, wo ich in der Praxis Impuls Menschen mit ihren Anliegen und Fragen rund ums Thema Sexualität berate und unterstütze. Dabei mache ich sowohl Einzel- und Paarberatungen als auch Gruppenevents – insbesondere für Frauen und Paare. Es geht vor allem um die sexuelle Lust, respektive die Abwesenheit davon. Entweder, weil sie gar nie da war, oder weil sie mit der Zeit verloren ging, was zum Beispiel bei Paaren, die lange zusammen sind, öfters vorkommt.

Serie
Mein Montag

Immer am Montag erzählen Menschen aus der Region, wie sie ihren Alltag erleben

Oft sind es jüngere Frauen, die meine Praxis aufsuchen. Vielleicht, weil ich auch jung bin. Doch eigentlich ist dem Thema keine Altersgrenze gesetzt.

Es ist faszinierend, wie viel sich verändern kann, wenn man sich mit der eigenen Lust beschäftigt. Sex ist lernbar, wie anderes auch. Wie beispielsweise beim Erlernen einer Sprache müssen sich die richtigen Synapsen verschalten. Und wenn man sich nicht mit dem eigenen Körper und der Lust beschäftigt, bleibt sie eben weg.

Die Leute haben manchmal ganz falsche Vorstellungen davon, was in einer Beratung oder an einem Gruppenevent geschieht. Doch es bleibt jeder angezogen, es finden auch keine Berührungen zwischen mir und den Klientinnen und Klienten statt. Es soll sich jede und jeder zu jeder Zeit immer wohlfühlen. Und es soll auch Spass machen und genussvoll sein, dazu arbeite ich oft mit Musik und Bewegung.

Ich gebe auch Online-Beratungen, bald auch Online-Kurse, viele entdecken mich über Instagram oder hören von Bekannten von mir, die bereits in einer Beratung oder an einem Kurs waren. Geht es um sexuelle Unlust, spreche ich aus eigener Erfahrung. Als junge Frau war ich in einer Beziehung, in der die Initiative zum Sex nie von mir ausging. Ich litt selbst unter jahrelanger Lustlosigkeit, was ich auf meiner Website und meinem Instagram-Kanal pimperella.ch auch ganz offen schreibe. Erst später kam eine Zeit des intensiven Entdeckens und des Entfaltens meiner Lust. Es geht mir darum, authentisch und inspirierend zu sein. Mir selbst haben damals solche Personen gefehlt.

Heute bin ich überzeugt, dass jede Frau zur Pimperella heranwachsen und eine genussvolle Sexualität erlernen kann. Wichtig ist mir, dass die Menschen, die zu mir kommen, auch erfahren,



Lea Eugster nennt sich Pimperella und hilft Frauen und Paaren, ihre sexuelle Lust zu finden. Seit Februar ist sie in Aarberg aktiv. Sie litt selbst jahrelang unter Lustlosigkeit.

Bild: Matthias Käser

dass alles normal ist und sie nicht krank sind. Ich nenne mich deshalb auch nicht gerne Therapeutin, sondern Sexualberaterin oder Sexologin.

Aufgewachsen bin ich in der Nähe von Luzern, was man noch immer hört an meinem Dialekt. Nach meinem ersten Bildungsweg in der Kommunikationswissenschaft in Freiburg und Bern habe ich in Zürich meinen Master in Sexologie abgeschlossen.

Ich besitze zwei Pferde, ein Islandpferd und ein Shetlandpony. Sie haben mich in einen Stall nach Frauchwil gebracht, das von Aarberg eine knappe Viertelstunde entfernt ist. Als neben dem Pferdestall die Wohnung frei wurde, bin ich hingezogen. Das habe ich bis heute nie bereut. Sowieso: In Aarberg und dem Seeland fühle ich mich heute mehr daheim als in Luzern. Ich mag die Menschen hier und lie-

be die Natur und die flache Landschaft. Mein Partner lebt in Lyss.

Neben meiner Tätigkeit als Sexologin, ich arbeite neben Aarberg auch in Bern in einer Praxis, bin ich beim Bundesamt für Sport angestellt. An der Hochschule für Sport bin ich Dozentin für zwischenmenschliche Kommunikation, was ich nicht aufgeben möchte. Mein Ziel ist es allerdings, die selbstständige Tätigkeit als Sexologin zu erhöhen und der Hauptort soll Aarberg werden.

Ich bin überrascht und erfreut, wie gross die Nachfrage ist. Schon immer habe ich gerne eigenständig gearbeitet. Wichtig ist natürlich, dass man sich nicht übernimmt. Sich Ruhezeiten gönnt und wieder in den Körper kommt. Dabei hilft mir mein Wissen als Sexologin.

Sexologie habe ich in Zürich am Institut für Sexualpädagogik

und Sexualtherapie in Kooperation mit der Hochschule Merseburg studiert, das ist ein dreieinhalbjähriger Ausbildungsgang, den ich mit dem Master of Arts in Sexologie abschloss. Einige arbeiten danach in der Forschung oder Lehre, andere in der Sexualpädagogik. Ich habe mich für die Beratung entschieden.

Als Sexologin ist man noch immer eine Ausnahme, es ist immer noch ein exotischer Beruf. Doch noch nie habe ich erlebt, dass jemand seltsam reagiert, wenn ich sage, was ich beruflich mache. Natürlich entwickelt sich dann nicht immer ein Gespräch, jemand sagt vielleicht: ah, interessant! Und das war es dann. Viele sind aber offen und stellen mir Fragen.

Sexualität ist in unserer Gesellschaft noch immer ein Tabu. Viele, die an meine Kurse oder in meine Beratungen kommen,

«Ich bin überzeugt, dass jede Frau eine genussvolle Sexualität erlernen kann.»

fühlen sich deshalb oft zuerst einmal gehemmt oder unsicher. Gleichzeitig erlebe ich, dass die Offenheit gegenüber dem Thema grösser wird.

Die sexuelle Gesundheit ist ein wichtiger Teil unserer Gesamtsundheit. Eine Enttabuisierung wäre so wichtig. Oftmals werden wir in unserer sexuellen Entwicklung nicht gefördert – weder zu Hause noch in der Schule. Es fehlt meistens an beiden Orten an Wissen und offener Auseinandersetzung mit diesen Themen.

Ich habe zahlreiche Ideen, die ich noch realisieren möchte, um Leute zu inspirieren, die Neugier zu entfachen und sie in ihrem Wunsch nach einer lustvollen Sexualität optimal zu unterstützen.

Ich habe viel Herzblut für meine Arbeit und ich freue mich auf alles, was noch kommt.

Tankstelle überfallen

Biel An der Badhausstrasse 19 in Biel, in der Nähe der Schiffplände, ist am Samstagmorgen ein Tankstellenshop überfallen worden. Das teilte die Kantonspolizei gestern mit.

Demnach hat ein Mann gegen 7.10 Uhr den Shop betreten, eine Angestellte mit einem Gegenstand bedroht und die Herausgabe von Geld gefordert.

Als die Frau der Aufforderung nachgekommen ist, flüchtete der Täter mit der Beute zu Fuss auf der Ländtestrasse, heisst es weiter.

Die Angestellte wurde beim Raubüberfall nicht verletzt. Die Kantonspolizei Bern nahm Ermittlungen auf und konnte einen mutmasslichen Täter, einen 32-jährigen Mann, verhaften, wie sie mitteilt. Weitere Ermittlungen seien im Gang.

Wie viel Bargeld der Mann entwendet hat und um welchen Gegenstand es sich handelt, mit dem er die Angestellte bedroht hatte, wird nicht bekanntgegeben. (mha/pkb)

Raubversuch aufs Kino Rex

Biel Am Samstagabend hat in Biel ein Unbekannter versucht, die Kasse des Bieler Kinos Rex auszurauben.

Die Meldung war bei der Kantonspolizei Bern kurz nach 20.20 Uhr eingegangen. Gemäss ersten Erkenntnissen betrat der Mann das Kino am Unteren Quai, bedrohte eine Angestellte mit einem gefährlichen Gegenstand und forderte die Herausgabe von Bargeld.

Der Unbekannte schlug die Frau mit dem Gegenstand auf den Kopf und flüchtete anschliessend ohne Beute zu Fuss in unbekannt Richtung. Das Opfer wurde beim Überfall leicht verletzt. Ein weiterer Mitarbeiter des Kinos blieb unverletzt, wie die Kantonspolizei gestern in einer Medienmitteilung schrieb. (pkb)

Autofahrer gestorben

Berner Jura In der Nacht auf Samstag ist es im Berner Jura zu einem Selbstunfall mit tödlichen Folgen gekommen. Die Meldung über den schweren Unfall ging bei der Berner Kantonspolizei gegen 3.30 Uhr ein, wie sie am Samstag mitteilte.

Gemäss aktuellen Erkenntnissen war ein Auto von Corgé mont herkommend in Richtung St. Imier unterwegs gewesen, als es aus noch zu klärenden Gründen am Ortseingang von Cortébert rechts von der Strasse abkam und frontal mit einer Betonmauer kollidierte.

Trotz der umgehenden Rettungsmassnahmen der aufgebotenen Einsatzkräfte verstarb der Autolenker noch auf der Unfallstelle. Es handelt sich um einen 34-jährigen Schweizer aus dem Kanton Bern. (pam/pkb)