



NACHGEFRAGT: Heike Niemeier, Sexberaterin

von Marieke

„Guten Tag, ich bin Sexberaterin.“ So in etwa lautet es, wenn Heike Niemeier sich vorstellt. Was sie von Sextoys und Valentins-Dinner hält und wie man Leidenschaft (auch trotz Kinder) in den Alltag bekommt, verrät sie uns – und euch. Happy Valentine! Habt euch lieb!

Valentinstag – let's talk about Sex

Heute ist Valentinstag. Der Tag der Liebe. Muss man am heutigen Tag zwingend miteinander schlafen? Ist es Liebe (genug), wenn wir einen gemütlichen Abend miteinander verbringen? Einen, an dem das Handy mal zur Seite gelegt, Blickkontakt gesucht wird und man sich mal wieder so richtig Zeit füreinander nimmt?

Sexberatung: Kein No-Go

Dating-Apps, Cyber-Liebe und virtuelle Sexspielzeuge sind Segen und Fluch unserer heutigen Gesellschaft. Dabei klaffen digitale und reale Welt weit auseinander.

Die Folgen wirken sich auf alle Lebensbereiche aus – Irritation, Sprachlosigkeit, Verängstigung, Leistungsdruck und Vieles mehr.

Belastende Prozesse zu erkennen und aufzulösen, um zu einer Leichtigkeit zurückzufinden, ist das Ziel meiner Sexberatung in Berlin.

HEIKE NIEMEIER, SEXBERATUNG BERLIN

Wir bitten die Sexberaterin Heike Niemeier zum Interview

Name: Heike Niemeier

Alter: 59

Beruf: Sexberaterin

Wohnort: Berlin

Lieblingsspruch: Unnötige Konsequenz ist der Kobold im Nacken kleiner Geister



Mich, eine zufriedene Ü50 Frau

2 // Was liebst du an dir?

Meine Authentizität

3 // Was ist dein bisher größter Erfolg?

Unglaublich zauberhafte Freunde zu haben, zwei wunderbare Patenkinder und mein Mut, aus dem Hamsterrad auszusteigen. In einem Vortrag spreche ich über diesen beruflichen Wandel

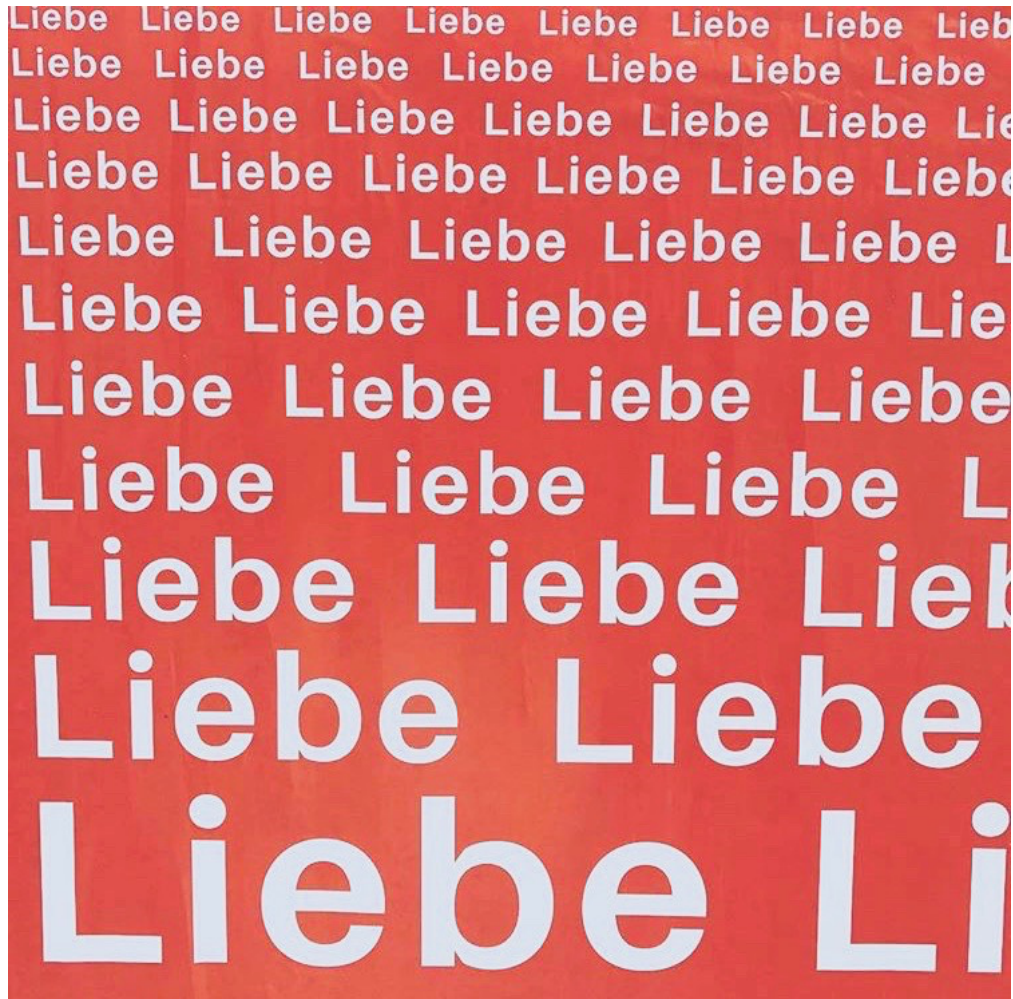
4 // Was möchtest du noch unbedingt in deinem Leben erreichen?

Ich möchte ein Sexhaus aufbauen mit vielen Kollegen und unterschiedlichen Angeboten, um wieder Leichtigkeit in die Sexualität der Menschen zu bringen.

Und ich wünsche mir von Herzen mit Jugendlichen arbeiten zu können. Ein Konzept dazu habe ich gerade erarbeitet. Wer daran Interesse hat, bitte gern bei mir melden.

5 // Was bedeutet Liebe für dich?

Die Begegnung zweier freier Individuen.



6 // Was würdest du kochen, wenn du zum Valentins-Dinner einlädst?

Ganz ehrlich... nichts. Ich kann nämlich nicht gut kochen. Aber da ich eine American Bartender Ausbildung habe würde ich Drinks mixen und anbieten. Und somit kann jeden Tag Valentinstag sein.

7 // Wie kriegt man trotz Kinder noch Leidenschaft in die Beziehung?

Indem sich die Partner Zeit zu zweit einplanen und diese eingeplante Zeit auch realisieren. Ohne Ausreden, ohne ja aber.... Und die kleinen, sinnlichen, sexuellen Teaser kann man sich trotz Kindern senden. Wozu denn haben wir digitale Medien? Eine sexy Whatsapp am Morgen kann den ganzen Tag beflügeln und lässt Raum für Fantasien...



Du
bist so toll,
ich
flipp'
gleich
aus.

8 // Sextoys sind Bestandteile der jetzigen Zeit. Fluch oder Segen?

Diese Frage ist nicht so oder so zu beantworten, und ich habe überlegt, ob ich sie streiche. In Kürze: in großen Mengen genossen Fluch, in kleinen Mengen genossen durchaus Segen. Aber ich empfehle Berührungen von Hand zu Hand, von Haut zu Haut, von Hand zu Haut, auch bei der Selbstbefriedigung. In Länge: gern in einem weiteren Beitrag.

9 // Hand aufs Herz: Wie reagiert dein Umfeld, wenn es erfährt, dass du Sexberaterin bist?

Die Reaktionen waren bislang alle positiv, da die Meinung vorherrscht, diese Aufgabe würde sehr gut zu mir passen. Finde ich übrigens auch.

10 // Welche Superkraft hättest du gerne?

Ich würde gerne mehr Respekt einführen, ein freundliches, höflicheres Klima schaffen.

11 // Welches Reiseziel hat dich am meisten beeindruckt?

In jedem Land der Welt, in dem ich war hatte ich es mir zur Regel gemacht einmal zum Friseur und einmal in einen Club zu gehen. Ich habe damit die schönsten Begegnungen in Ländern wie Korea, Vietnam und der Mongolei gemacht. Aber am meisten hat mich Kasachstan beeindruckt. Hier habe ich mich in kasachischen Clubs in Almaty, und damit meine ich keine Hotelclubs, ohne ein Wort der Landessprache in die Herzen der Kasachen getanzt und diese sich in meines. Zauberhaft. Und der Haarschnitt war natürlich auch großartig.

12 // In unserem Blog geht es darum, sich das Leben (egal wie) schön zu machen. Wie machst du es dir schön?

Ein gutes Buch, ein Bad, ein Gespräch mit Freunden, eine Nougatkugel (ja da bin ich manchmal addicted) und vieles mehr.

Aber am wichtigsten: Indem ich die kleinen und schönen Begegnungen und Dinge, die mir jeden Tag über den Weg laufen wahrnehme und verinnerliche. Diese kleinen Dinge lassen mich nur allzu oft vor Glück schreien. Und wenn ein Tag mal richtig schlecht läuft und meine Laune ebenfalls schlecht ist, dann höre ich Marvin Gaye und Tammi Terrell mit „*Ain't no mountain high enough*“ und tanze durch mein Wohnzimmer. Und dann ist die Welt schon wieder schöner.

13 // Dein Wort zum Sonntag?

Packt doch mal die Smartphones weg und spricht miteinander und berührt Eure/n Partner/In so oft, wie Ihr täglich Eure Smartphones toucht. Ihr dürft gespannt sein, was dann passiert. In diesem Sinne auf die



DANKE, Heike!

! [Mehr zu Heike findet ihr auf www.heike-niemeier.de](http://www.heike-niemeier.de)

Fotocredit von Heikes Porträt-Aufnahmen: Stefan Zeitz

VALENTINSTAG: Die einen lieben ihn, die anderen hassen ihn. Wie auch immer du es siehst – wir wünschen dir einen schönen 14. Februar – und ein liebevolles und leidenschaftliches Leben.

MACH'S DIR SCHÖN
Adebars Töchter

Redaktioneller Artikel. Jegliche Nennungen von Marken, Orten oder Personen sind freiwillig, unbezahlt und unbeauftragt. Werbung wird in unseren Beiträgen als solche deutlich markiert.