

## Das Hamburger Modell der Sexualtherapie

Basistool A

### Sprechen über Sexualität

Microanalyse der sexuellen Erfahrungen als  
therapeutische Intervention

April 2015

Margret Hauch

## Zunächst Fragen nach Verhalten/“Fakten“:

- Was?
- Wann?
- Wo?
- Wie?

©margret hauch

2

## Warum?

- Fragen nach Verhalten sind oft einfacher zu beantworten als solche nach dem Erleben
- Angaben zum Erleben sind i.d.R. (diagnostisch) sinnvoll nur interpretierbar, wenn frau/man weiß, worauf es sich bezieht

©margret hauch

3

## Typische Fallen bei der Sexualanamnese:

ganz allgemeine Fragen wie

- Wie geht es ihnen denn so sexuell?
- Wie sieht es denn bei Ihnen mit der Sexualität aus?

©margret hauch

4

## Konkrete Fragen, z.B.

- „Wann hatten Sie das letzte Mal sexuellen Kontakt mit einem Partner oder einer Partnerin?“
- „Wie oft hatten sie im letzten Viertel Jahr sexuelle Kontakte?“

©margret hauch

5

## Wichtige Themen bei der Sexualanamnese

- Aktuelle sexuelle Situation (Frequenz, Ablauf, sexuelle Funktion, Erleben)
- Psychosexuelle Entwicklung (einschließlich Körper- und Bedürfnisgeschichte)
- Erfahrungen in sexuellen Beziehungen
- Entwicklung in der aktuellen Beziehung

©margret hauch

6

## Differenzierte Sexualanamnese (2)

### Detaillierte Erhebung der genitalphysiologischen Reaktionen:

- Frau: Erregung subjektiv und Lubrikation, Orgasmus, Schmerzen bei (genitalen)Berührungen/GV, Scheidenkrampf
- Mann: Erregung subjektiv und Erektion, Ejakulation, Orgasmuserleben, Schmerzen

©magret hauch

7

## Microanalyse der aktuellen sexuellen Situation kann Ressourcen sichtbar machen

- z.B. „Bei uns läuft sexuell gar nichts mehr“ – es stellt sich heraus, dass regelmäßig Körperkontakt stattfindet (z.B. Kuscheln), der genossen werden kann/ regelmäßige Masturbation wird lustvoll und funktionell intakt praktiziert etc.

©magret hauch

8

## Über Sexualität sprechen

- In der Therapie/Beratung der „Goldstandart“
- In der Beziehung oft genug Lust- und Nerv - tötend

©magret hauch

9

## Vorteile konkreter Nachfragen:

- Sind für PatientInnen leichter zu beantworten
- Können den PatientInnen dabei helfen, ihre aktuelle Situation realistischer einzuschätzen (z.B. bei Eingangsstatement wie „Bei uns klappt sexuell nix mehr“)
- Schützen PatientInnen und TherapeutInnen vor überbordender Phantasieproduktion auf TherapeutInnenseite

©magret hauch

10

## Sexuelle Sprachen

- Kindersprache
- Alltagssprache
- „Fach“sprache

©magret hauch

11

## Kindersprache

- Wird gelegentlich von PatientInnen benutzt – oft Ausdruck von Unsicherheit
- Meine Erfahrung: versachlichende Begriffe aus der Alltagssprache ( z.B. Penis statt Pullermann) werden i.d.R. gerne aufgegriffen (Kompetenzgewinn und Entlastung)

©magret hauch

12

## Alltagssprache

- i.d.R. sehr geprägt vom jeweiligen kulturellen Umfeld
- Derb (Fotze/ficken) bis blumig (Muschi/sein bester Freund)- zum Teil ungenau und mißverständlich
- Umfaßt aber auch **Schnittmengen mit der Fachsprache**: Penis/Scheide/Orgasmus etc sind in den Alltagssprachegebrauch eingegangen

©Margret hauch

13

## Exkurs zum Sprachgebrauch

- Der Begriff „**Höhepunkt**“ wird im Deutschen oft synonym mit dem Begriff „**Orgasmus**“ gebraucht

Problematisch:

Damit wird ein verbreiteter Erlebnisimperativ verstärkt

**Erlebnisimperativ:**

Orgasmus ist das Beste am Sex, das Ziel von Sex etc

Menschen, die das anders erleben, können verunsichert werden

©Margret hauch

14

## Zwischenformen

### Impotenz /Frigidität

- **Impotenz** als Synonym für Erektionsstörung: der Mann wird auf das „**Partialereignis Erektion**“ reduziert
- **Frigidität**: spricht der betreffenden Frau jegliche sexuelle Erlebnisfähigkeit ab- wird auch als Schimpfwort gebraucht („**frigide Ziege**“)

©Margret hauch

15

## Fachsprache: Übersetzungsvorschläge

- **Erektile Dysfunction** – Probleme dabei, ein steifes Glied zu bekommen
- **Dyspareunie**- Schmerzen bei genitalen Berührungen
- **Vaginismus** –Verkrampfung der Scheidenringmuskulatur/Scheidenkrampf

©Margret hauch

16

## Von zentraler Bedeutung:

- Die **Therapeutin/der Therapeut muß für sich eine Sprache finden, mit der sie/er sich im therapeutischen Gespräch wohlfühlt**
- Das geht über ausprobieren/Versuch und Irrtum
- **Rollenspiele, z.B. im Rahmen von Interventionsgruppen/Qualitätszirkeln oder entsprechenden Workshops können hilfreich sein**

©Margret hauch

17

## Literaturhinweis

Einen ausführlichen Leitfaden zur Erhebung einer Sexualanamnese finden sie in:

Hauch, M. (Hg): **Paartherapie bei sexuellen Störungen. Das Hamburger Modell. Konzept und Technik.** Thieme (2. unveränderte Auflage )2013

18