

Weiterbildung Sexualtherapie

Sexuelle Probleme und Störungen sind sehr häufig und stellen ein „hochrelevantes Problem der Gesundheitsversorgung“ dar (Studie zu Gesundheit und Sexualität in Deutschland). Sie treten vielfach in Zusammenhang mit anderen organischen und psychischen Krankheiten auf und/oder sind die Folge von medikamentösen Therapien oder chirurgischen Eingriffen.

Die Behandlungsmöglichkeiten für Menschen mit sexuellen Problemen und Störungen in Deutschland sind bisher noch unzureichend und stellen ein wichtiges Feld psychotherapeutischen Handelns dar. In den anerkannten Psychotherapie-Ausbildungsgängen kommt die Behandlung sexueller Probleme und Störungen zu kurz.

Mit dem Angebot fachgerechter Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten im Rahmen von qualifizierten Curricula zu unterschiedlichen Themenfeldern der Sexualität will die DGfS die sexualtherapeutische, sexualmedizinische und sexualberaterische Versorgungslage in Deutschland verbessern. Aufbau und Inhalte DGfS-zertifizierter Curricula orientieren sich jeweils an den neuesten Entwicklungen wissenschaftlich fundierter Sexualtherapie, Sexualmedizin und Sexualberatung.

Die sexualtherapeutische Weiterbildung kann berufsbegleitend erworben und mit einem Zertifikat „Sexualtherapie DGfS“ abgeschlossen werden.

1. Eingangsvoraussetzungen

An der Weiterbildung kann teilnehmen, wer

- eine psychotherapeutische Ausbildung oder äquivalente Qualifikation besitzt und
- die Möglichkeit hat, die erworbenen Kompetenzen in der Berufspraxis anzuwenden, z. B. in Form einer aktuellen, kursbegleitenden psychotherapeutischen Tätigkeit.

Zusätzlich kann die Weiterbildungsleitung weitere spezifische Eingangsvoraussetzungen zur Teilnahme an der Fortbildung verlangen (z. B. ein Aufnahmegespräch).

Der Erwerb des DGfS-Zertifikats ist an weitere Kriterien gebunden (siehe Punkt 6. „Anerkennung durch die DGfS“).

2. Ziel

Sexualtherapeutische Qualifikation von Menschen in psychotherapeutischen Berufen. Dabei sollen vor allem Fertigkeiten in folgenden Bereichen vermittelt werden:

- Sprechen über Sexualität und sexuelle Probleme
- Erkennen und diagnostische Einordnung sexueller Probleme und Störungen
- Indikationsstellung
- Vermittlungs- und Überweisungskompetenz
- Beratungskompetenz
- Sexualtherapeutische Kompetenz

3. Umfang

Die Weiterbildung erfolgt über einen Zeitraum von ca. 2 Jahren berufsbegleitend und umfasst insgesamt 200 Stunden. Davon sind ...

- 110 Stunden Theorie,
- 30 Stunden themenzentrierte Selbsterfahrung und
- 60 Stunden Supervision der praktischen Tätigkeit.

4. Inhalte

4.1 Theorie

4.1.1 Grundlagen

- Sexuelle Gesundheit
- Vielfalt sexueller und geschlechtlicher Lebenswelten und Identitäten, inkl. Varianten der
 - Sexualitätskonzepte
 - sexuellen Vorlieben
 - Geschlechtsrollen und Geschlechtsidentitäten
 - Geschlechtsmerkmale
 - sexuellen Orientierung
 - Beziehungsgestaltung
- Anatomie, Physiologie und Endokrinologie
- Psychosexuelle Entwicklung und Sexualität über die Lebensspanne (von der Jugend bis ins hohe Alter) unter Berücksichtigung von
 - Beziehungserfahrungen in Kindheit, Jugend und Erwachsenenalter
 - gesellschaftlichen und kulturellen Aspekten, z. B.
 - Tabus und Verboten
 - Sexualfeindlichkeit vs. Sexpositivismus
 - Leistungs- und Selbstoptimierungsdruck
 - Einfluss von Medien und Internet
 - Geschlechterungleichheit und Geschlechtermythen
 - Cis-Heteronormativität und Queernormativität
 - Patriarchat und Feminismus
- Psychodynamische, lerntheoretische, systemische und psychotraumatologische Erklärungsmodelle im Hinblick auf Individuen, Paare und Beziehungsgefüge.

4.1.2 Sexuelle Störungen, Probleme und Fragestellungen

- Dysfunktionen
 - verminderten sexuellen Verlangens
 - sexueller Erregung
 - des Orgasmus
 - der Ejakulation
- Sexuelle Schmerzen
- Geschlechtsinkongruenz und -dysphorie

- Süchtige und zwanghafte Sexualität
- Sexuelle Traumafolgen
 - Posttraumatische Belastungsstörung, komplexe posttraumatische Belastungsstörung und Dissoziation in der Sexualität
 - Schutzlosigkeit gegenüber sexueller Retraumatisierung und Reviktimisierung
 - Umgang mit erlebter sexueller Gewalt und anderen traumatischen Erfahrungen, die die Sexualität berühren
- Risikosexualität
- Paraphilie und paraphile Störungen
- Sexuelle Übergriffigkeit und Sexualdelinquenz
- Sexualität bei
 - psychischen und körperlichen Belastungen und Erkrankungen
 - medizinischen Behandlungen (medikamentös, operativ etc.)
 - Kinderwunsch, in der Schwangerschaft, nach einer Geburt oder Fehl-/Totgeburt, nach Schwangerschaftsabbruch
- STI, inklusive HIV und AIDS

4.1.3 Therapeutische Kompetenzen und Verfahren

- Haltung: z. B. wertneutral, ergebnisoffen
- Beziehungsaufbau, Beziehungsgestaltung und Beziehungsdynamik
- Gesprächsführung, einschließlich
 - herausfordernder Gesprächssituationen für Patient:innen und/oder Therapeut:innen, z. B. bei Scham, traumatischen Erfahrungen, emotionaler Überforderung, Dissoziation, Erotisierung oder Grenzüberschreitung.
 - Besonderheiten im Präsenz- und Onlinesetting
- Anamnese
- Diagnostik, ggf. unter fachlicher Mitbeurteilung, z. B. gynäkologisch, urologisch, andrologisch, Beckenbodenphysiotherapeutisch
- Problemverständnis und Hypothesenbildung
- Indikationsstellung
- Sexualberatung
- Sexualpsychotherapie
 - Anwendung vorhandener psychotherapeutischer Kompetenzen auf die Behandlung sexueller Probleme und Störungen
 - Vertiefung in einem sexualtherapeutischen Verfahren
 - Informationen über und ggf. Integration von verschiedenen spezifischen sexualtherapeutischen Verfahren und Schwerpunkten, z. B.
 - Sensate Focus
 - Paartherapie nach dem Hamburger Modell
 - Systemische Sexualtherapie
 - Differenzierungsbasierte Sexual- und Paartherapie
 - Sexocorporel
 - Therapie bei Geschlechtsinkongruenz und -dysphorie
 - Therapie sexueller Traumafolgen
 - Therapie bei paraphilen Störungen und Sexualdelinquenz
- Grenzen und Möglichkeiten des eigenen Handelns und Settings, z. B. bei schwierigen Therapiesituationen und Krisen
- Vermittlung und Überweisung in ergänzende oder alternative Therapien, einschließlich medizinischer und physiotherapeutischer Behandlungen

4.1.4 Rechtliche Fragen im Zusammenhang mit Sexualität

- Gesetze zur sexuellen Selbstbestimmung
- Gesetze des Sexualstrafrechts

- Schweigepflicht (z. B. bei Sexualdelinquenz)
- Gesetz über die Selbstbestimmung in Bezug auf den Geschlechtseintrag und Transsexuellengesetz

4.2 Praxis

4.2.1 Themenzentrierte Selbsterfahrung

Auseinandersetzung mit

- der eigenen Sexualität
- der eigenen psychosexuellen Entwicklung
- der Wirkung persönlicher sexueller Erfahrungen auf die sexualtherapeutische Haltung und Tätigkeit
- der Wirkung der sexualtherapeutischen Tätigkeit auf die persönliche Sexualität

4.2.2 Anwendung des Erlernten im eigenen Praxisfeld unter Supervision

- Erstgespräche
- Beratungsgespräche
- Sexualtherapie

Die Gespräche können mit Einzelpersonen, Paaren oder Menschen in anderen Beziehungskonstellationen geführt werden.

5. Durchführung und Didaktik

Die Weiterbildung sollte in Präsenz und Online stattfinden, wobei der Präsenzanteil mindestens 60 % betragen sollte.

Folgende Lernmethoden sollten Berücksichtigung finden:

- Theoretischer Input
- Diskussion
- Fallbesprechungen
- Kleingruppenarbeit
- Rollenspiele
- Übungen
- Demonstrationen
- E-Learning
- Literaturstudium

6. Anerkennung durch die DGfS

Für die Anerkennung durch die DGfS müssen Absolvent:innen der Weiterbildung folgende Kriterien erfüllen und schriftlich dokumentieren:

- Abgeschlossene psychotherapeutische Ausbildung mit

- Approbation oder
- einer der Approbation äquivalenten Qualifikation.
- Regelmäßige Kursteilnahme (max. 10% Fehlzeiten)
 - 110 Stunden Theorie
 - 30 Stunden themenzentrierte Selbsterfahrung
 - 60 Stunden Gruppensupervision. Einzelsupervisionen können ggf. angerechnet werden.
- Praxistätigkeit unter Supervision durch eine Person, die von der DGfS für diese Aufgabe anerkannt ist.
 - 40 Sexualtherapiesitzungen, davon mindestens 2 Behandlungsfälle mit einem Fallverlauf über mehrere Sitzungen.
 - zusätzlich 8 Erst- oder Beratungsgespräche.

Der Antrag auf Zertifizierung durch die DGfS ist an die Weiterbildungsleitung zu stellen. Schriftliche Nachweise über geforderte Leistungen sind der Weiterbildungsleitung zu übergeben und dort für einen Zeitraum von 5 Jahren nach Ausstellung des Zertifikats aufzubewahren. Sie können stichprobenartig vom Fort- und Weiterbildungsausschuss der DGfS überprüft werden.

Stand: November 2023. Der Fort- und Weiterbildungsausschuss der DGfS, vertreten durch Dr. med. Melanie Büttner, Dipl.-Psych. Annika Flöter, Dr. med. Annette Schwarte.