

Professionelle Sexberatung gewinnt an Bedeutung

Aus- und Weiterbildungen in Sexologie und Sexualberatung

Text: Charlotte Spindler

Mehrere Ausbildungsstätten in der Schweiz bereiten angehende Sexologinnen und Sexualberater auf eine Tätigkeit an Schulen, im Sozial- und Gesundheitswesen und in der Beratung vor. Die verschiedenen Studiengänge stossen auf wachsendes Interesse – ein Ausdruck von Professionalisierung und eines steigenden Bewusstseins für die Bedeutung eines erfüllten Sexuallebens.

Dr. Sommer in der Jugendzeitschrift «Bravo», Sex-Reports von Shere Hite bis Oswald Kolle, die «liebe Marta» im «Blick», die progressiven Aufklärungsbücher des deutschen Sexualwissenschaftlers Günter Amendt – dreissig, gar vierzig Jahre ist das her. Und jetzt? Da wirbt zum Beispiel das mannebüro züri für seine Gesprächsgruppe «Sexverzweifelt/Sexstress» (siehe Gespräch Seite 9) und signalisiert, dass für viele Menschen, Männer und Frauen, Sexualität nach wie vor oft mit Schwierigkeiten belastet ist. Doch die Bereitschaft, sich Rat zu holen, ist gewachsen. Und dank qualifizierten Ausbildungen wächst auch das Angebot an Beratung und Therapie.

Interdisziplinär und vernetzt

In einem schlichten Bürogebäude in Zürich haben das Zürcher Institut für klinische Sexologie und Sexualtherapie ZISS und das Zentrum für interdisziplinäre Sexologie und Medizin ZiSMed ihre Räume. Das ZISS wurde 2002 gegründet als ein Institut, das sich der Vermittlung und Erforschung von Daten, Kenntnissen und Fähigkeiten im Bereich der menschlichen Sexualität widmet. Dies geschieht, wie Gynäkologin und Sexualtherapeutin Karoline Bischof vom ZiSMed ausführt, durch Ausbildung und Vortragstätigkeiten für Fachleute sowie Kurse, Paar- und Einzeltherapien für Laien. Basis ist das Konzept Sexocorporel¹, ein Ansatz, der seit 40 Jahren weiterentwickelt wird und die neusten wissenschaftlichen Erkenntnisse einbezieht. Das ZiSMed entstand 2007 aus dem Bedürfnis, die sexualtherapeutische Arbeit mit Schul- und Komplementärmedizin sowie Psychotherapie zu vernetzen,

da bei sexuellen Anliegen nicht selten auch körperliche Beschwerden und Probleme vorliegen und eine interdisziplinäre Behandlung sinnvoll ist.

Die Ausbildung am ZISS wird vom Internationalen Sexocorporel Institut ISI anerkannt, womit sie sich von den CAS- und MAS-Studiengängen unterscheidet. Sie ist ausgerichtet auf die Ausbildung zum Sexocorporel-Sexualtherapeuten und befähigt diplomierte Absolventen, selbstständig Sexualtherapien durchzuführen. «Personen, die Sexualtherapien über Krankenkassen abrechnen wollen, brauchen dafür zusätzlich eine eigene, von den psychotherapeutischen oder medizinischen Fachgesellschaften anerkannte Grundausbildung», erklärt Karoline Bischof. «Die CAS- und MAS-Studiengänge befähigen zu Sexualberatung und sexualpädagogischer Beratung. Je nachdem, welches berufliche Ziel eine Person verfolgt, macht es mehr Sinn, die eine oder andere Ausbildung zu besuchen.»

Am ZISS studieren Medizinerinnen, Psychologen, Sozialarbeitende und Fachleute aus anderen beratenden Berufen. Pro Lehrgang sind es rund 40 Studierende. «Die Nachfrage ist hoch, denn die ZISS-Ausbildung ist momentan in der Deutschschweiz und in Österreich die einzige Ausbildung, die ein vollständiges Konzept anbietet, um eigenständig Sexualtherapien in allen Bereichen sexueller Probleme durchzuführen», so Karoline Bischof.

Klare Professionalisierung

Dania Schifftan ist Psycho-, Paar- und Sexualtherapeutin am ZiSMed. Sie hat in Klinischer Sexologie doktoriert, arbeitet am ZISS mit und wirkt zudem beim Jugendsender JOIZ und bei Radio 1 als Sexberaterin. «In meiner Sprechstunde habe ich ganz unterschiedliche Frauen und Männer, Paare und Singles; sie sind zwischen 16 und 85», sagt sie. «Sie kommen über einen Arzt, über die Jugendsendung JOIZ, über meine Beiträge auf Radio 1 oder übers Internet zu mir. Ich berate Frauen und Männer aller Altersstufen, die ältesten sind gegen 85 Jahre alt. Sie kommen mit

unterschiedlichen Anliegen zu mir; bei den Frauen sind häufige Themen Unlust am Sex, fehlender Orgasmus oder Schmerzen beim Geschlechtsverkehr; bei Männern sind es oft Erektionsstörungen, zu frühe Ejakulation oder auch Leistungsdruck.» Dania Schifftan spricht von einer klaren Professionalisierung: «Als ich seinerzeit für mein Lizentiat ein Thema aus der Sexualtherapie wählte, war das noch Neuland», sagt sie. Sie bietet sowohl Beratungen als auch Therapien an: Je nach Diagnose übernimmt die Krankenversicherung die Behandlung. «Wichtig ist immer die Veränderungsbereitschaft. Lernen, den Körper zu geniessen, das ist auch für Kinder wichtig, denn wenn sie wissen, was ihnen Freude macht und was nicht, können sie sich vor Übergriffen besser schützen.» Die Berufsfelder sieht Dania Schifftan u. a. in der Mütter- und Väterberatung, in der Sozialen Arbeit, als Hebamme, an Kindergärten und Schulen. Ausgebildete Sexologinnen und Sexologen finden auch Tätigkeitsgebiete in den Bereichen Sexualität und Behinderung und Sexualität im Alter – denn wenn die Menschen älter werden, gewinnt das Bedürfnis nach einem erfüllten Sexualleben mit 70, 80 Jahren an Bedeutung. Man müsse lernen, sagt sie, mit einem Körper, der sich verändert, anders umzugehen, ihn zu akzeptieren und gerne zu haben.

Berufliche Spezialisierung

Die Hochschule Luzern führt seit 2011 ein MAS-Programm zu sexueller Gesundheit. Die drei Module richten sich an Lehrpersonen sowie Fachpersonen im Gesundheits- und Sozialbereich: Das CAS Sexualpädagogik in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen hat den Schwerpunkt Bildung. Das CAS Psychosoziale Beratung zu sexueller Gesundheit fokussiert auf die Beratung zu sexualitäts- und partnerschaftsbezogenen Themen. Das CAS Sexuelle Gesundheit und sexuelle Rechte befasst sich mit Advocacy. Der Studienleiter, Daniel Kunz, hält eine berufliche Spezialisierung für wichtig, weil «Sexualität, Partnerschaft und sexuelle Gesundheit zentrale Lebens-

themen sind, für die gut ausgebildete Fachpersonen mit fundiertem Wissen, vorurteilsfreier Herangehensweise und der notwendigen Sensibilität für das jeweilige Arbeitsfeld wie Kita, Schule oder Beratungsstelle benötigt werden.» Gemeinsam ist allen drei Ausbildungsgängen das Ziel, die Teilnehmenden zu befähigen, in öffentlich geförderten Institutionen Themen sexueller Gesundheit professionell zu bearbeiten. Optimale Anbindung an die Praxis bietet die Hochschule Luzern zudem durch eine 15-jährige Zusammenarbeit mit SEXUELLE GESUNDHEIT Schweiz, dem Dachverband der Beratungs- und Fachstellen zu sexueller Gesundheit. Der Dachverband zertifiziert bei erfolgreichem Abschluss von zwei Modulen die Weiterbildung mit einem Fachtitel. Dieser weist die breite Qualifizierung für professionelles berufliches Handeln in Bildung und Beratung zu Themen der sexuellen Gesundheit nach. Der Studienleiter hat beobachtet, dass die Absolvierenden der letzten Jahre alle eine Beschäftigung in den Handlungsfeldern sexueller Gesundheit gefunden haben, wenn sie es wollten.

Masterstudiengang

Den schweizweit ersten und einzigen Master of Arts M.A. in Sexologie bietet das private Institut für Sexualpädagogik und Sexualtherapie ISP in Uster ZH an. Der dreijährige Masterstudiengang begann erstmals im Herbst 2014; er wird in Kooperation mit der deutschen Hochschule Merseburg geführt. Das ISP wurde 1998 gegründet, es arbeitet nach dem Konzept Sexocorporel. «Das Interesse für den Masterstudiengang ist stark gestiegen», erklärt Esther Elisabeth Schütz, Institutsleiterin ISP und klinische Sexologin. «Im Moment sind es 20 bis 22 Studierende, darunter vier Ärztinnen, ein Arzt sowie Fachpersonen aus Psychologie, Pädagogik und Sozialer Arbeit. Für die Zulassung braucht es einen Hochschul- oder Fachhochschulabschluss. Zum Glück gibt es heute in solchen Fällen Zulassungsprüfungen auf Bachelor-Niveau.» In Gynäkologie, Urologie und in der Allgemeinmedizin bestehe Bedarf nach Fachwissen im Bereich Sexualstörungen, stellt die ISP-Leiterin fest, dafür müssten anerkannte akademische Ausbildungen vorhanden sein. Bereits 1973 habe die WHO verlangt, dass Sexologie als wissenschaftliche Disziplin anerkannt werde, fügt Esther Elisabeth Schütz hinzu, aber bis jetzt sei die Sexologie noch immer ein Stiefkind in Medizin und Psychologie. Auf Herbst 2016 wird das ISP das Curriculum des Masterstudiengangs in Sexologie vermehrt auf Sexualberatung ausrichten. |

Fussnote

1 Das Konzept Sexocorporel geht zurück auf Jean-Yves Desjardins (1939–2011); es folgt einem sexualtherapeutischen Ansatz und geht zurück auf ein Modell sexueller Gesundheit, wie es von der WHO in den 1970er-Jahren formuliert worden ist.

Links

Swiss Society of Sexology, www.swissexology.com
Schweizer Psychologenverband Klinischer Sexologen, SPVK, www.aspsc-spvks.ch

SEXUELLE GESUNDHEIT Schweiz,
www.sante-sexuelle.ch

Konzept Sexocorporel: www.sexocorporel.com

Studiengänge Sexualberatung und Sexologie

M.A. Weiterbildungsmaster Sexologie, Institut für Sexualpädagogik und Sexualtherapie ISP, Uster ZH: www.sexualtherapie.ch

MAS Sexuelle Gesundheit im Bildungs-, Gesundheits- und Sozialbereich an der Hochschule Luzern HSLU: www.hslu.ch/m132

Diplomlehrgang klinische Sexologie Sexocorporel; Zürcher Institut für klinische Sexologie und Sexualtherapie ZISS, Zürich: www.ziss.ch

Diploma of Advanced Studies (DAS) in Sexual Medicine/Sexual Therapy an der Universität Basel: www.sexualtherapie-basel.ch

INSERAT

Zürcher Hochschule
für Angewandte Wissenschaften

zhaw

Soziale Arbeit
Weiterbildung

CAS Werkstatt
Soziokultur

Der CAS bringt Fachleute aus dem Kunst- und dem Sozialbereich zusammen. Die Teilnehmenden lernen, die soziokulturelle Arbeit in gemeinsamen Berufsfeldern anregender und reicher zu gestalten. Neu konnten die Zürcher Gemeinschaftszentren als kompetenter Praxispartner gewonnen werden. Zudem wird im überarbeiteten CAS die Kooperation mit der Zürcher Hochschule der Künste (ZHdK) intensiviert. CAS-Start im August 2016

Infoabend
6. April 2016

Kurs Community
Music

Community Music ermöglicht die Inklusion und kulturelle Teilhabe unterschiedlichster Menschen unabhängig ihrer Begabungen. Die theoretische Einführung von Community Music als beabsichtigte soziale Intervention wird durch gemeinsames Musizieren abgerundet. Die Weiterbildung ist eine Kooperation mit der ZHdK und findet im Rahmen der ZHdK Winter School im Februar 2016 statt.

www.zhaw.ch/sozialearbeit

Zürcher Fachhochschule

«Wir arbeiten an Veränderungen»

Gespräch mit Männer- und Sexualberater Martin Bachmann vom mannebüro züri

Interview: Charlotte Spindler

Das mannebüro züri berät Männer nicht nur in Fragen zum Thema Gewalt in der Partnerschaft, sondern bietet auch Sexualberatung und seit 2009 eine geleitete Lern- und Übungsgruppe «Sexverzweifelt/Sexstress». Martin Bachmann, Männerberater und ausgebildeter Sexualberater, hat langjährige Erfahrung mit Sorgen und Nöten sexver zweifelter junger und älterer Ratsuchender.

Charlotte Spindler: Im Jahresbericht 2014 erwähnt das mannebüro eine stetige Zunahme von Sexberatungen. Worauf führen Sie das zurück?

Martin Bachmann: Das mannebüro züri gibt es seit über 25 Jahren; man kennt uns als niederschwelliges Angebot für Männer, die Probleme in der Partnerschaft haben, zu Aggressionen neigen und einen gewaltfreien Umgang mit Stress und Paarkonflikten anstreben. Für uns ist es ein positives Zeichen, dass unser Beratungsangebot auch in Fragen zur Sexualität wahrgenommen wird. Sexualität ist noch immer ein stark tabuisierter und mit Scham besetzter Bereich, aber offensichtlich ist es doch einfacher geworden, eine Beratung in Anspruch zu nehmen und über seine Schwierigkeiten in der Sexualität zu reden.

Wer kommt denn zum Sexualberater ins mannebüro?

Zu uns kann jeder Mann unverbindlich zu einem Gespräch vorbeikommen, vertraulich und auf Wunsch auch anonym. Ich berate Männer unterschiedlichen Alters und aus ganz verschiedenen sozialen Zusammenhängen. Und die Problemfelder sind breit: Unbefriedigende sexuelle Beziehungen, Unlust, Erektions- und Orgasmuschwierigkeiten, Sex- und Internetsucht, Romantiksucht und anderes. Damit verbunden sind oft Stress und Schamgefühle sich selbst und der Partnerin gegenüber, etwa wenn jemand nur mit Prostituierten oder auf Pornosites Lust empfindet.

Was können sexverzweifelte oder sexverdrossene Männer von der Beratung erwarten? Sexualität hat immer eine kognitive, körperliche, emotionale und soziale Seite. Ich bin klinischer Sexologe, kein Psychothera-

peut und auch kein Urologe. Im Gespräch mit dem Ratsuchenden reflektieren wir sein Verhalten, versuchen, die Verhaltensmuster in seiner sexuellen Biografie, die zum Teil in die Kindheit zurückreichen, zu erkennen und unterstützen ihn dabei, Veränderungen zuzulassen. Ein Beispiel: Einem Mann, der immer «zu früh kommt», kann ich zeigen, mit welchen Atem- und Körpertechniken er sich entspannen, seine Erregung regulieren und die Ejakulation hinausschieben kann. Das geht nicht auf die Schnelle, aber es ist lernbar. Oder: Das drängende Bedürfnis, sich jeden Tag etwa zum gleichen Zeitpunkt via Pornosites oder durch den Besuch in einem Club Entspannung zu verschaffen, muss kein zwingender Mechanismus sein. Auch hier kann man sich auf die Schliche kommen, neue Techniken erlernen, um sich körperlich anders einzurichten und das Lusterleben zu steuern. Lang eingespielte Sexgewohnheiten lassen sich ändern, in Lernschritten arbeiten wir daran. Ich arbeite nach dem Modell Sexocorporel, das eben von einer Wechselbeziehung von Gedanken, Gefühl, Beziehung und Körper ausgeht. Wir arbeiten nicht auf totale Sexabstinenz hin, dafür wären Vereinigungen nach dem Muster der Anonymen Alkoholiker zuständig. Im Gegenteil: Wir wollen mit Männern an einem nachhaltig lustvollen Sexleben und -erleben arbeiten.

Wie gestaltet sich die Beratung?

Manchmal beinhaltet eine Beratung nur vier oder fünf Gespräche, aber es kann auch eine intensive, mehrere Monate bis zu einem Jahr dauernde Beratung werden. Die Ratsuchenden übernehmen die Kosten selbst. Auf Wunsch kann jemand auch mal seine Partnerin oder seinen Partner mitnehmen. Letztes Jahr haben wir im mannebüro züri 122 Beratungen zum Thema Sexualität durchgeführt.

Wir sind meines Wissens das erste und einzige Männerbüro in der deutschsprachigen Schweiz, das neben der Gewalt auch im grösseren Rahmen Sexualberatung anbietet. 2010 hat das mannebüro züri den Gleichstellungspreis der Stadt Zürich erhalten, das hat es uns unter anderem ermöglicht, unser Angebot auszubauen.

Auch die Gruppe «Sexverzweifelt/Sexstress» ist ein Angebot, das schon lange besteht ...

Die offene Gruppe gibt es seit 2009, sie wurde von meinem Vorgänger initiiert. Jetzt leite ich sie gemeinsam mit Martina Stucki, einer Sexualpädagogin und -beraterin; damit haben wir immer auch eine reale und überprüfbare Perspektive auf eine Frauensexualität.

In der Regel kommen die Männer über eine reguläre Beratung und nach einem Einzelgespräch in die Gruppe. Letztes Jahr waren es insgesamt 54 Teilnehmer; im Moment sind es vier Männer, die sich regelmässig alle 14 Tage im mannebüro treffen. Es gibt immer eine gewisse Fluktuation. Die Hürden, in einer Runde offen über Fantasien, Wünsche und Schwierigkeiten im Sexleben zu sprechen und für andere sichtbar, obwohl bekleidet, Körperübungen zu machen, sind recht hoch. Nach meinen Erfahrungen sprechen Männer fast leichter über Gewaltneigung als über eigene Sexprobleme: Gewalt ist noch stark mit Vorstellungen von Männlichkeit verbunden. In der Gruppe setzen wir uns mit den Bildern im Kopf auseinander, lernen aber auch, den Körper zu verstehen, üben Körperwahrnehmung und -spannung, Atmung, Bewegung u.a. und erkennen, wie wir unsere Sexualität ganz real immer wieder neu einüben und herstellen.

Zur Person



Martin Bachmann, Sexualberater ZISS, Erwachsenenbildner TZI und Systemischer Berater, ist Männerberater beim mannebüro züri.