

Behandlung

---

# «Körperübungen im Liegen und Stehen»

---

Werner Huwiler leitet eine Therapiegruppe für Sexsüchtige. Was soll damit erreicht werden? *Von Alex Reichmuth*



«Abstinenz ist nicht das Ziel»: Huwiler.

## **Werner Huwiler, welche Männer kommen in Ihre Therapiegruppe für Sexsüchtige?**

Es sind Männer, die an ihre Grenzen stossen. Sie sind mit ihrer Sexualität nicht zufrieden und wollen das ändern. Häufig konsumieren diese Männer übermässig Sexangebote im Internet, gehen zu Prostituierten oder führen mehrere Beziehungen nebeneinander. Die Männer stören sich selber an ihrem Verhalten. Sie wollen das eigentlich gar nicht.

## **Wieso hören sie nicht auf?**

Sie haben schon mehrmals versucht aufzuhören – ohne Erfolg.

### **Kommen die Männer aus eigenem Antrieb?**

Ja. Es ist aber möglich, dass sie unter Druck stehen – zum Beispiel von ihren Partnerinnen, die verlangen, dass sie sich ändern.

### **Kann man sofort bei der Therapie- gruppe mitmachen?**

Nein, wir führen zuerst immer ein Einzelgespräch. Dann entscheiden wir gemeinsam, ob die Therapiegruppe der richtige Weg ist oder ob weitere Einzelgespräche oder eine andere Therapie besser sind.

### **Was passiert in der Therapiegruppe?**

Ein Treffen dauert jeweils zwei Stunden, unter Anleitung. Es geht um Austausch, Wissensvermittlung und um Lernschritte bei der Sexualität.

### **Was heisst das? Wird in der Therapie nur gesprochen?**

Nicht nur, es gibt auch Körperübungen. Denn Sexualität findet ja nicht nur im Kopf statt, sondern ist auch eine sehr körperliche Aktivität. Es geht bei diesen Übungen darum, mit dem Körper anders umzugehen – in der Bewegung, bei der Atmung, bei der Flexibilität.

### **Können Sie konkreter werden?**

Es gibt verschiedene Übungen, im Stehen oder im Liegen. Atmung und Körperspannung sind dabei sehr wichtig.

### **Wird auch onaniert?**

Nein. Da gehen die Fantasien mit Ihnen durch.

### **Hilft eine solche Therapie wirklich, wenn man daran leidet, dauernd zu Prostituierten zu gehen?**

Ja, denn das Ziel ist, eine erfüllte Sexualität zu leben. Mit den Gesprächen und den Übungen soll der Drang, zu Prostituierten zu gehen, abnehmen.

### **Was heisst erfüllte Sexualität?**

Das muss jeder Mann für sich selber definieren. Er entscheidet auch, wie lange er in der Gruppe bleiben will.

### **Haben Sie Erfolg mit der Therapiegruppe?**

Die Rückmeldungen, die wir bekommen, sind gut. Die Teilnehmer bestätigen, dass sie wegen der Therapie in ihrer Sexualität Lernschritte erzielt haben und nun mehr geniessen können.

### **Geht es nicht einfach darum, mit dem Besuch der Therapiegruppe die Partnerin,**

## **die einen unter Druck setzt, zufriedenzustellen?**

Nein, bestimmt nicht. Die Männer merken selber, dass sie in dieser Gruppe viel profitieren können. Wenn jemand nicht aus eigenem Antrieb kommt, hört er jeweils rasch wieder auf.

## **Ist Sexsucht eine Krankheit?**

In den meisten Fällen nicht. Das Ziel der Therapie ist ja auch nicht Abstinenz wie etwa bei Alkoholsüchtigen. Es geht nur darum, die Sexualität besser kontrollieren und mehr geniessen zu können.

*Werner Huwiler* ist Geschäftsleiter des Mannebüro Züri.

---

Mit \* markierte Artikel sind nur für registrierte «Die Weltwoche»-Abonnenten zugänglich

© 2010 «Die Weltwoche»

## **Noch nicht Weltwoche-AbonentIn? Bestellen Sie jetzt Ihr persönliches Abonnement und sichern Sie sich zahlreiche Vorteile:**

- Bequeme Lieferung, jeden Donnerstag in Ihren Briefkasten
- Kostenloser Zugriff auf alle Inhalte auf [www.weltwoche.ch](http://www.weltwoche.ch)
- Hochglanz-Extrahefte zum Thema Luxus, 2x pro Jahr\*
- Attraktive Leserangebote im «Platin-Club» \*

Weltwoche-Jahresabo (51 Ausgaben) Fr. 203.- / Im Vergleich zum Einzelverkauf sparen Sie Fr. 97.90  
Weltwoche-Probeabo (10 Ausgaben) Fr. 30.- / Im Vergleich zum Einzelverkauf sparen Sie Fr. 29.-

Unser Aboservice nimmt Ihre Bestellung gerne entgegen:

E-Mail [aboservice@weltwoche.ch](mailto:aboservice@weltwoche.ch)

Gratistelefon 0800 80 44 80

\*nur gültig für Jahresabos

Preise Inland 2008, Angebot gültig bis 31.12.2008