

# Weiterbildung Therapie sexueller Traumafolgen

Kriterien für die Zertifizierung durch die DGfS

Stand: November 2023.

Fort- und Weiterbildungsausschuss der DGfS, vertreten durch Dr. med. Melanie Büttner.

Traumatische Erfahrungen verletzen Seele und Körper. Sie können im Bereich der Sexualität zu vielfältigen und beeinträchtigenden Traumafolgen führen und erheblichen Leidensdruck verursachen. Vor allem sexuelle Gewalterfahrungen machen es vielen Betroffenen schwer, Beziehung, Nähe und Sexualität unbelastet zu leben. Aber auch körperliche und emotionale Gewalt oder andere Bindungstraumata, traumatische Geburten oder medizinische Eingriffe können Spuren in der Sexualität hinterlassen. Psychische Belastungen und Krisen, Reviktimisierungen, Beziehungsprobleme, Partnerlosigkeit und unerfüllte Kinderwünsche sind mögliche Folgen.

Die Behandlungsmöglichkeiten für Menschen mit sexuellen Traumafolgen sind bisher noch unzureichend und stellen ein wichtiges Feld psychotherapeutischen Handelns dar. In den anerkannten Psychotherapie-Ausbildungsgängen kommt die Behandlung sexueller Traumafolgen zu kurz. Mit dem Angebot einer fachgerechten Weiterbildung will die DGfS die Versorgungslage verbessern. Aufbau und Inhalte des Curriculums orientieren sich an den neuesten Entwicklungen wissenschaftlich fundierter Sexual- und Traumatherapie.

Die Weiterbildung kann berufsbegleitend erworben und mit einem Zertifikat „Therapie sexueller Traumafolgen 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

Qualifikation von Psychotherapeut:innen, die Menschen mit sexuellen Problemen und Störungen behandeln möchten, die mit traumatischen Erfahrungen in Verbindung stehen. Dabei sollen vor allem Fertigkeiten in folgenden Bereichen vermittelt werden:

- Sprechen über Sexualität, sexuelle Probleme, Trauma, Gewalt und Traumafolgen
- Erkennen und diagnostische Einordnung sexueller Traumafolgen
- Indikationsstellung
- Vermittlungs- und Überweisungskompetenzen
- Beratungskompetenzen
- Sexual- und traumatherapeutische Kompetenzen für die Behandlung

## 3. Umfang

Die Weiterbildung erfolgt über einen Zeitraum von ca. 1 Jahr berufsbegleitend und umfasst insgesamt 64 Stunden. Davon sind ...

- 40 Stunden Theorie,
- 8 Stunden themenzentrierte Selbsterfahrung und
- 16 Stunden Supervision der praktischen Tätigkeit.

# 4. Inhalte

## 4.1 Theorie

### 4.1.1 Grundlagen

- Sexuelle Gesundheit
- Trauma- und Gewalterfahrungen
  - bei Menschen
    - verschiedenen Alters, z. B. Kinder, Jugendliche, Erwachsene
    - verschiedenen Geschlechts
    - verschiedener Geschlechtsidentität und sexueller Orientierung
    - verschiedener Herkunft, z. B. mit Migrationshintergrund
    - mit Behinderungen
  - in bestimmten sozialen Kontexten, z. B.
    - in der Familie
    - in intimen Beziehungen/Partnerschaften und beim (Online)Dating
    - unter Kindern und Jugendlichen
    - in Institutionen
  - in bestimmten Lebenssituationen, z. B.
    - unter der Geburt
    - bei medizinischen Eingriffen
    - bei Zwangsheirat
    - bei genitaler Verstümmelung
    - bei sexueller Ausbeutung
    - gegen Sexarbeitende
- Auswirkungen von Trauma- und Gewalterfahrungen auf die Sexualität
- Gesellschaftliche und kulturelle Einflüsse, die das Risiko für (sexuelle) Gewalt und Reviktimisierungen erhöhen
  - Tabuisierung von Sexualität
  - Geschlechterungleichheit und Geschlechtermythen
  - Leistungs- und Selbstoptimierungsdruck
  - Unrealistische Konzepte von Sexualität in den Medien
  - Gewalt in Pornographie, auf sozialen Netzwerken und beim Online-Dating
  - Gewalt beim Rough Sex und BDSM
  - Normalisierung von (sexueller) Gewalt
- Sexuelle Bildung, Gewaltprävention und Medienkompetenz

#### 4.1.2 Sexuelle Probleme und Störungen, die mit traumatischen Erfahrungen in Verbindung stehen

- Posttraumatische Belastungsstörungen und komplexe posttraumatische Belastungsstörungen im Bereich Sexualität
- Dissoziative Störungen im Bereich Sexualität
  - Psychoform:
    - Dissoziative Bewusstseinszustände
    - Dissoziative Amnesien
    - Dissoziative Identitätsstörungen
  - Somatoform: Dissoziative Störungen mit neurologischen Symptomen, z. B.
    - sensorische Störungen wie Taubheit, Gefühllosigkeit, Engegefühl
    - Muskelschwäche und tonische Immobilität
- Schutzlosigkeit gegenüber
  - Retraumatisierung
  - Reviktimisierung
  - gesundheitlichen Risiken wie körperlichen Verletzungen, Infektionen mit sexuell übertragbaren Erkrankungen und ungewollten Schwangerschaften
- Sexuelle Schmerzen
- Dysfunktionen
  - verminderten sexuellen Verlangens
  - sexueller Erregung
  - des Orgasmus
  - der Ejakulation
- Süchtige und zwanghafte Sexualität
- Belastende sexuelle Gewaltfantasien
- Bindungsstörungen und posttraumatische Beziehungsdynamiken
- Belastungen von Partner:innen

#### 4.1.3 Sexual- und traumatherapeutische Kompetenzen und Verfahren

- Haltung, z. B. wertschätzend, ressourcenorientiert, entwicklungsfördernd
- Beziehungsaufbau, Beziehungsgestaltung und Beziehungsdynamik
- Gesprächsführung, einschließlich
  - herausfordernder Gesprächssituationen, z. B. bei Scham, Ängsten, emotionaler Überforderung, Dissoziation
  - Besonderheiten im Präsenz- und Onlinesetting
- Anamnese
- Diagnostik
- Indikationsstellung
- Therapie: Diese berücksichtigt individuelle Therapiebedürfnisse
  - von traumatisierten Menschen mit sexuellen Problemen und Störungen, z. B.
    - Entwickeln und Stärken
      - der Selbstberuhigungs- und Reorientierungsfähigkeit
      - der Selbst- und Körperwahrnehmung
      - der Selbstfürsorge und Selbstbestimmung
      - eines positiven Selbst- und Körpererlebens
      - der individuellen sexuellen Bedürfnisse und Grenzen
      - Beziehungskompetenzen
    - Verringern von Wiedererleben, Bedrohungserleben, Dissoziation und Schmerzen
    - Gestalten von sicheren sexuellen Begegnungen
    - Erweitern der Möglichkeiten, Sexualität als unbelastet, positiv und angenehm zu erleben
    - Wissensvermittlung zu sexuellen Traumafolgen, Sexualität, Gewaltprävention und Umgang mit Medien
  - von Partner:innen
  - im Beziehungssystem
- Informationen über und ggf. Integration von spezifischen sexual- und traumatherapeutischen Verfahren und Schwerpunkten
- Grenzen und Möglichkeiten des eigenen Handelns und Settings
- Vermittlung und Überweisung in ergänzende oder alternative Therapien, einschließlich medizinischer, körper- und physiotherapeutischer Behandlungen

## 4.2 Praxis

### 4.2.1. Themenzentrierte Selbsterfahrung

Auseinandersetzung mit

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

### 4.2.2 Anwendung des Erlernten im eigenen Praxisfeld unter Supervision

- Erstgespräche
- Beratungsgespräche
- Therapie

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 40 % betragen sollte.

Folgende Lernmethoden sollten Berücksichtigung finden:

- Theoretischer Input
- Diskussion
- Fallbesprechungen
- Kleingruppenarbeit
- Rollenspiele
- Übungen
- Demonstrationen
- 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)
  - 42 Stunden Theorie,
  - 6 Stunden themenzentrierte Selbsterfahrung und
  - 16 Stunden Supervision.
- Praxistätigkeit unter Supervision durch eine Person, die von der DGfS für diese Aufgabe anerkannt ist.
  - 15 themenspezifische Therapiesitzungen, davon mindestens 1 Behandlungsfall mit einem Fallverlauf über mehrere Sitzungen.
  - zusätzlich 4 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.