

# Trauma, Partnerschaft und Sexualität

Vertiefungsseminar für Teilnehmende des Curriculums  
in Psychotraumathepie/Psychotraumberatung oder äquivalenter Ausbildungen

Dozentin: Dr. med. Marion Mohnroth, Fachärztin Psychiatrie & Psychotherapie FMH

Die **Sehnsucht** nach erfüllender Beziehung, Nähe und Sexualität bleibt für viele Betroffene von Traumafolgestörungen lange Zeit ungestillt. Auch innerhalb der therapeutisch-beraterischen Beziehung wird das Thema nicht selten zunächst **stillschweigend zum Randthema** erklärt, an das Ende der Therapie bzw. Beratung verschoben, bis es schlechend ins Vergessen gerät. Dies kann mit posttraumatischer Vermeidung und Störung der Selbstorganisation bei den Betroffenen, jedoch häufig auch mit gesellschaftlicher **Tabuisierung und Unsicherheiten** bei uns Therapeut(inn)en und Berater(inne)n zu tun haben.

Wenn wir uns jedoch bewusst machen, was es bedeutet, längerfristig beinahe **berührungslos durch die Welt** zu gehen, wird deutlich, dass es für Betroffene nicht nur um reinen Lustgewinn geht, sondern vor allem um Kontakt zu sich und zu anderen. Berührung durch sich selbst oder andere nicht als **sicheren Hafen**, sondern als Auslöser für **Intrusionen, Anspannung, Angst, Aggression, Ekel, Schmerz, Scham, Schuldgefühle, Selbstabwertung, Ohnmacht oder Dissoziation** zu erleben, verändert jede Form von Beziehungsgestaltung. Die drohende Aktivierung von unsicheren oder desorganisierten Bindungsmustern führt bei vielen Betroffenen zu **Rückzug, Vereinsamung und Resignation**. Andere ertragen gerade Verlassenheitsgefühle kaum und erdulden stattdessen **triggernden Körperkontakt** und Sexualität, um nicht allein sein zu müssen (z. B. im Rahmen dysfunktionaler Beziehungen, Promiskuität oder Prostitution). Oftmals ist die Erinnerung daran erneut nur bruchstückhaft, hinterlässt innere Aufruhr und noch mehr Verunsicherung. **Eigene Bedürfnisse** hinsichtlich Nähe, Körperkontakt und Sexualität wahrzunehmen, zu verbalisieren und zu leben, gelingt vielen Betroffenen nur sehr bedingt. Nicht wenige lassen erneute Grenzüberschreitungen alltäglich zu, womit das heilsame Empfinden von Sicherheit und **echter Nähe in Beziehungen** unerreicht bleibt und sich schlimmstenfalls Retraumatisierungen ereignen. Wie kann es uns also gelingen, Betroffene auch beim häufig tabuisierten Thema Nähe und Sexualität offen und **wertschätzend** zu mehr **Selbstfürsorge und Selbstbestimmung** zu begleiten?

**Ziel dieses Vertiefungsseminars für Fortgeschrittene** ist es, Therapeut(inn)en und Berater(inn)en für das so persönliche und intime Thema und seine breitgefächerten Auswirkungen zu sensibilisieren und **Sicherheit** für eine behutsame, aber frühzeitige Thematisierung im Therapieverlauf zu vermitteln. Wir erarbeiten themenspezifisch, wie wir mit im beraterisch-therapeutischen Setting aufkommenden Dynamiken sowie in der Gegenübertragung aktivierter Scham und Vermeidungstendenzen, umgehen können. Weiter üben wir gemeinsam **konkretes Handwerkszeug**, um traumaassoziierte Veränderungen im Bereich Körper und Sexualität frühzeitig systematisch zu erfassen, **traumasensibel** und enttabuisierend die **Sexualanamnese** zu erheben, mit posttraumatischer und dissoziativer Symptomatik im Kontext von Nähe und Sexualität stimmiger umzugehen, sowie **ressourcen-fokussierte Interventionen aus Körper-, Kreativ- und Paartherapie** zum Einsatz zu bringen. Anhand von **Fallbeispielen** beleuchten wir die je nach **Bindungsstil** häufig komplexen Paardynamiken und ihre Auswirkungen auf körperliche Nähe und Sexualität. Dies ermöglicht, künftig mit Betroffenen und ihren Partner(inne)n ein tieferes Verständnis für ihre traumaassoziierten Muster zu erarbeiten, diese schrittweise zu verändern und letztlich stimmige **Zukunftsperspektiven** zu entwickeln. **Zentral im Fokus des Seminars soll jedoch die selbstbestimmte, selbstbewusste und selbstfürsorgliche Identitätsentwicklung der Betroffenen stehen.**

**Voraussetzung ist die fortgeschrittene Ausbildung am Psychotrauma-Curriculum oder äquivalenter Ausbildungen.**

