



dem engagierten Therapeutenduo aus Oberösterreich seit vielen Jahren erfolgreich angewendet wird.

„Die Erfahrung zeigt, dass sich psychodramatische Interventionstechniken besonders gut eignen, um sexuelle Probleme spielerisch und auf kreative Weise zu lösen“, erklärt Wolfgang Hofer. „Dazu zählen Rollenspiele, Aufstellungen und Symbole ebenso wie die spielerische Umsetzung von Schlüsselszenen im Beziehungs- und Liebesleben.“

Der Clou: Typische Konfliktsituationen werden szenisch dargestellt, oft mithilfe von Alltagsgegenständen wie Sesseln oder diversen Materialien, und anschließend reflektiert und aufgearbeitet: „Ziel ist es, Impulse zur Veränderung zu spüren und im geschützten Rahmen der Praxis neue Rollen und Perspektiven auszuprobieren.“

„Betrug, auch in Form von Internet-Pornografie, verursacht dem Beziehungspartner großen Schmerz und kann zu seelischen und körperlichen Folgeerkrankungen führen“, so Hofer. „Selbst wenn dieser nur erahnt, dass der Andere auf diese Weise fremdgeht. Unsere Aufgabe ist es, die damit verbundenen Verletzungen in der Tiefe zu heilen – der wesentliche Unterschied zwischen Therapie und Beratung.“

### WO DER RESET-KNOPF FÜR ERFÜLLTEN SEX LIEGT

Bad News: Selbst die besten Sexualtherapeuten oder Beziehungcoaches können keine Wunder wirken. So gibt es weder einen Reset-Knopf, um in Partnerschaften wieder das Feuer der Leidenschaft zu entfachen, noch eine Garantie, dass ein gemeinsamer Beratungsprozess zum gewünschten Erfolg führt, dass Paare wie Bernadette und Johann ihre Krisen überwinden und zusammenbleiben. „Die Chancen dafür stehen dann gut, wenn das Paar miteinander in Dialog kommt und bleibt“, sagt Wolfgang Hofer.

Einander nahbleiben, statt zu gehen – alles andere als einfach. Man muss die eigene Verletzlichkeit preisgeben, die gewohnte Komfortzone verlassen, Mut zur Wahrheit aufbringen. Und wozu das alles? Für die schönste Nebensache der Welt. Eben darum lohnt sich die Mühe.“

Von Sexualberatern kann man durchaus auch zu „Hausaufgaben“ eingeladen werden – etwa zu Spürübungen.

## Reden & spielen

### THERAPEUTEN MIT DEM SEXTEN SINN

Der Psychotherapeut Wolfgang  
Hofer im Wordrap.

#### Sexualtherapie bedeutet ...

... ein umfassendes, tiefer gehendes und eben psychotherapeutisches Unterstützen und auch Anleiten bei sexuellen Schwierigkeiten. Es geht weniger darum, ein isoliertes Problem zu „reparieren“ (zum Beispiel keine Lust auf Sex oder Orgasmusstörungen), sondern darum, den ganzen Menschen in seiner Sexualität und seinen Liebes- und Beziehungswünschen zu begreifen. Sexualtherapeuten haben (im Gegensatz zu Sexualberatern oder -coaches) eine umfassende psychotherapeutische Ausbildung und darauf aufbauend diverse paar- und sexualtherapeutische Weiterbildungen.

#### Wichtig ist ...

... die vorherige Abklärung beim Arzt, wenn es um körperliche Leiden wie Erektionsprobleme, Vaginismus (Scheidenkrampf) oder Schmerzen beim Geschlechtsverkehr geht, um organische Grunderkrankungen auszuschließen oder etwa auch den Hormonstatus abzuklären.

#### Spielerisch heißt ...

In der Sexualtherapie auf Basis von Psychodrama ist es möglich, dass konkrete Personen oder auch zum Beispiel Organe auf der therapeutischen (inneren) Bühne das Sprechen lernen und als Symbole auftreten. Symptome und Störungen avancieren auf diese Weise zu wichtigen Informanten – und sind nicht mehr Gegner, die es zu bekämpfen gilt.

Selbst abstrakte unbewusste „Mitspieler“, wie zum Beispiel belastende Emotionen, widersprüchliche Gefühle oder das eigentliche Problem („sexuelle Unlust“, „die Pornosucht“), werden in der Praxis auf die Bühne gebracht und dadurch spürbar, bearbeitbar, besprechbar – was es letztlich ermöglicht, den Leidenszustand kreativ zu verändern.

#### Spaß machen ...

... darf der Therapieprozess übrigens auch – Sexualität ist ja nicht nur eine ernste Sache, sondern stellt einen zentralen Bereich des menschlichen Lebens dar. Unser Ziel ist es, Klientinnen und Klienten (wieder) einen unverkrampften Zugang zur Sexualität und ein erfülltes Liebesleben zu ermöglichen.

Infos: Psychotherapeutische Praxismgemeinschaft Hofer-Hartnig & Hofer, [hoferpsychotherapie.at](http://hoferpsychotherapie.at). Das Therapeuten-Paar bietet auch Ausbildungen an und hat gemeinsam mit Kolleginnen und Kollegen die Info-Site [liebesexundtherapie.at](http://liebesexundtherapie.at) erstellt.