

**Sexuelle Lustlosigkeit bei Frauen als generationsübergreifendes  
Beziehungsphänomen –**

integrativ-gestalttherapeutische Zugänge zur leib,- und ressourcenorientierten  
Erforschung und Therapie der sexuellen Appetenzstörung

Master-Thesis zur Erlangung des akademischen Grades  
Master of Science

im Universitätslehrgang Psychotherapie  
Fachspezifikum Integrative Gestalttherapie

eingereicht von  
Mag.<sup>a</sup> Sarah Ebner

Department für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie  
Universität für Weiterbildung Krems

Betreuer/in: Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Ingeborg Netzer, Msc

Baden bei Wien, 30.01.2024

## EIDESSTATTLICHE ERKLÄRUNG

Ich, Mag.<sup>a</sup> Sarah Ebner, erkläre hiermit an Eides statt,

1. dass ich meine Master-These selbstständig verfasst, andere als die angegebenen Quellen und Hilfsmittel nicht benutzt und mich auch sonst keiner unerlaubten Hilfen bedient habe,
2. dass ich meine Master-These oder wesentliche Teile daraus bisher weder im In- noch im Ausland in irgendeiner Form als Prüfungsarbeit vorgelegt habe,
3. dass ich, falls die Master-These mein Unternehmen oder einen externen Kooperationspartner betrifft, meinen Arbeitgeber über Titel, Form und Inhalt der Master-These unterrichtet und sein Einverständnis eingeholt habe.

A handwritten signature in blue ink, consisting of stylized, cursive letters that appear to be 'SE'.

## SPERRE

### ACHTUNG:

Der Ausschluss der Benützung der Master-Thesis kann für längstens 5 Jahre beim Studienrechtlichen Organ beantragt werden, wenn glaubhaft gemacht wird, dass wichtige rechtliche oder wirtschaftliche Interessen des oder der Studierenden gefährdet sind, sollte diese sofort veröffentlicht werden.

Die vom Studienrechtlichen Organ genehmigte Sperre ist anstelle dieser Seite sowohl in der Print-Version als auch in der elektronischen Version einzufügen.

Der Antrag ist früh genug zu stellen, um dem Studienrechtlichen Organ ausreichend Zeit für die Bearbeitung und Retournierung des Dokumentes zu geben, (mindestens 2 Monate).

## ABSTRACT (DEUTSCH)

Die vorliegende Masterthese ist eine qualitative, explorative Studie, die der Frage nachgeht, inwieweit sexuelle Lustlosigkeit bei Frauen ein generationsübergreifendes Beziehungsphänomen sein kann und welche Bedeutung dies für die gestalttherapeutische Praxis hat. Neben dem Phänomen der Lustlosigkeit werden auch Phänomene der Lust bzw. des Genusses generationsübergreifend untersucht. Einerseits wurde bei erwachsenen Frauen, die an Lustlosigkeit leiden, exploriert, ob überhaupt und wenn ja inwieweit, sexuelle Phänomene aus der Beziehungsgestaltung *zwischen* den Eltern, die von ihr als Kind wahrgenommen wurden, zugänglich werden können bzw. internalisiert sind; andererseits wurde eruiert, inwieweit bei erwachsenen Frauen Phänomene der Lust und des Genusses aus dem weiteren Familiensystem zugänglich werden können. Als Einbettung, werden Konzepte der sexuellen Lustlosigkeit bei Frauen, die Verbreitung der sexuellen Lustlosigkeit, die Handhabung der Sexualität innerhalb der integrativen Gestalttherapie im geschichtlichen Verlauf sowie Ansätze aus der Gestalttherapie, erläutert. Weiter werden Konzepte, die als Ausgangslage für die vorliegende Studie dienen, wie die Psychogenetik von Anne Teachworth, einer amerikanischen Gestalttherapeutin, oder die Feldperspektive von Francesetti beschrieben. Die Studie zeigt, dass Phänomene aus der (sexuellen) Beziehungsgestaltung zwischen unseren Eltern, internalisiert sind und Einfluss auf unsere gegenwärtige Beziehungsgestaltung haben. Die Studie zeigt zudem, dass sich durch das Explorieren der Lust,- und Genussphänomene im weiteren Familiensystem – auch bei Frauen, die an Lustlosigkeit leiden - genussvolle Qualitäten und Ressourcen zeigen, die für die Frauen wertvoll und kraftvoll sind. Weitere Ergebnisse, die sich im Rahmen der Durchführung ergeben, werden diskutiert. Was die Relevanz für die integrative Gestalttherapie betrifft, wird erklärt, warum der vorliegende leiblich-erlebensorientierte, salutogenetische Ansatz ein valider Weg sein kann, integrativ-gestalttherapeutisch mit dem Phänomen der sexuellen Appetenzstörung bei Frauen zu arbeiten.

Stichworte (Autorenschlagwörter):

Sexuelle Appetenzstörung, Lustlosigkeit, generationsübergreifend, Beziehung

## ABSTRACT (ENGLISCH)

The thesis at hand is a qualitative, explorative study, which examines the question, to what extent sexual lustlessness with women is a transgenerational relational phenomenon and what relevance this has for integrative gestalt practice. Next to the phenomenon of lustlessness, also qualities of lust respectively pleasure are being explored transgenerationally. On the one hand, it was examined whether and to what extent women that suffer from sexual lustlessness, have internalized phenomena of the sexual relationship dynamics between their parents. On the other hand it was explored, to what extent phenomena of lust and pleasure from the wider family system have been internalized and can be accessed by women. To start with, concepts of sexual lustlessness with women, its prevalence, the handling of the topic of sexuality within integrative gestalt therapy as well as approaches from gestalt therapy are being discussed. Also approaches, which serve as baseline for the study at hand like the concept of psychogenetics from Anne Teachworth, an american Gestalt therapist or the field perspective of Gianni Francesetti, are being explained. The study shows, that phenomena of the (sexual) relationship dynamics between the parents are internalized and have an influence on our present sexual relationship dynamics. The study also shows, that exploring lust and pleasure – also within women that suffer preliminarily of sexual lustlessness – can recollect pleasureable qualities and precious resources, what are powerful for the women. Additional results that showed while conducting the study are being discussed. As regards relevance for integrative gestalt therapy it is discussed why the corporal-experiential relational approach applied in the study at hand can be a valid integrative gestalttherapeutical approach to work with sexual lustlessness.

### **Keywords:**

Sexual lustlessness, sexual arousal disorder, transgenerational, relationship

## INHALTSVERZEICHNIS

<b>1. Einleitung</b>	<b>6</b>
1.1. Vorwort und Motivation	6
1.2. Aufbau und Einschränkung der Arbeit	7
1.3. Relevanz des Themas	8
1.4. Fragestellung und Ziele	8
1.5. Verbreitung der sexuellen Lustlosigkeit von Frauen	10
1.6. Definitionen	10
1.7. Sexuelle Lustlosigkeit im sexualwissenschaftlichen Diskurs und Forschungsstand	14
<b>2. Theoretische Zugänge</b>	<b>15</b>
2.1. Gestalttherapie & Sexualität	15
2.1.1 das Thema Sexualität innerhalb der integrativen Gestalttherapie im geschichtlichen Verlauf.....	16
2.1.2. Ansätze aus der Gestalttherapie .....	17
2.2. Konzepte der weiblichen Sexualität	20
2.3. Theoretische Denkansätze zur Einbettung der Forschungsfrage	21
<b>3. Empirischer Teil</b>	<b>26</b>
3.1. Untersuchungsdesign	26
3.1.1. Forschungsstrategie und Methodologie .....	26
3.1.2. Forschungsteilnehmerinnen .....	28
3.1.3. Untersuchungsdurchführung und Erhebungsmethoden .....	29
3.2. Darstellung der Erhebung: Imagination und szenische Aufstellungsarbeit	30
3.2.1. leiblich zugängliche Phänomene aus der sexuellen Beziehungsgestaltung zwischen den Eltern .....	31
3.2.2. leiblich zugängliche Qualitäten der Lust und des Genusses aus dem weiteren Familiensystem .....	42
3.3. Resümee	53
3.3.1. Differenzierung eröffnet Räume .....	53
3.3.2. Vielschichtige Verbundenheit .....	59
3.3.3. Bedeutung für die Gestalttherapie.....	62
<b>4. Literaturverzeichnis</b>	<b>64</b>
<b>5. Anhang</b>	<b>69</b>

## 1. Einleitung

### 1.1. Vorwort und Motivation

Das Thema der weiblichen sexuellen Lustlosigkeit wurde Ende der 1970er Jahre erstmals klinisch erfasst. Seither zählen sogenannte Appetenzstörungen zu den häufigsten Sexualproblemen bei Frauen in der klinischen Praxis (Desile, 2011) und es wurden vielerlei Studien zu psychischen, sozialen und biologischen Ursachen und Einflussfaktoren der weiblichen Lustlosigkeit publiziert. Was die psychischen Einflussfaktoren anbelangt, wurde dabei der Fokus lange Zeit eher auf intrapsychische Faktoren gelegt, wohingegen Beziehungs- und Kontextfaktoren weitgehend ausgeklammert wurden. Vor dem Hintergrund, dass Menschen ihre Sexualität meist in Beziehung leben, hält Dewitte, (2014) dies für bemerkenswert und plädiert daher jenseits individueller Faktoren, auch Beziehungs- und Kontextfaktoren zu untersuchen, um validere Modelle der Funktionsweise der Sexualität zu erstellen. Erst in den letzten zehn bis fünfzehn Jahren entstanden auch Studien, die die Sexualität im Beziehungskontext erforschen, wie beispielsweise eine Studie von Wutting, (2013) oder Schmiedeberg & Schröder (2016). Diese Studien konzentrieren sich auf einen potenziellen Einfluss der gegenwärtigen Partnerbeziehung auf die Sexualität sowie auf den Einfluss der Beziehung zu den eigenen Eltern und deren Auswirkung auf die Sexualität in der eigenen späteren Paarbeziehung. Was einen potenziellen Einfluss der sexuellen Beziehungsgestaltung *zwischen* den Eltern auf die Sexualität der erwachsenen Tochter anbelangt, fand ich keine Studien. Dies soll eine meiner wesentlichen Fragestellungen sein.

In der vorliegenden Masterthese beschäftige ich mich generell mit der Frage, inwieweit sexuelle Lustlosigkeit bei Frauen ein generationsübergreifendes Beziehungsphänomen sein kann und welche Bedeutung dies für die gestalttherapeutische Praxis hat. Konkret beleuchte ich dabei zwei Ebenen von generationsübergreifend. Die erste Ebene bezieht sich auf die in der erwachsenen Tochter internalisierten Phänomene der sexuellen Beziehungsgestaltung *zwischen* den Eltern. Die zweite Ebene bezieht sich auf von erwachsenen Frauen internalisierte bzw. abgespeicherte Phänomene der Lust und des Genusses aus dem weiteren Familiensystem bis hin zu Ahnen, also zu Personen, aus dem weiter zurückliegenden

Familiensystem, die die Frau gar nicht zwingend persönlich kennt. Es geht hier mehr um den Akt der Weitung des Blickes bzw. der Wahrnehmung und weniger darum, dass konkrete Personen aus dem eigenen Familiensystem der Vorfahren auftauchen. Bei der zweiten Ebene geht im Wesentlichen also um den Akt der Weitung der Perspektive bzw. des Blickes, einerseits vom „klassischen“ Fokus auf die Kernfamilie, hin zu dem Feld weiter zurückliegender Generationen aus dem eigenen Familiensystem, andererseits vom Fokus auf die sexuelle Lustlosigkeit (vor allem bei Frauen, die davon betroffen sind) hin zu Phänomenen der sexuellen Lust und des Genusses.

Die Motivation mich mit diesem Thema zu beschäftigen, kam ursprünglich aus meiner eigenen Beziehung, in der ich selbst mit dem Phänomen der sexuellen Lustlosigkeit konfrontiert war. Ich begann, mich mit der Thematik zu befassen, sowohl auf wissenschaftlicher Ebene als auch persönlich in meiner Lehrtherapie. Die Gestalttage im Jänner 2018, die unter dem Thema Sexualität und Liebe abgehalten wurden, und bei denen ersichtlich wurde, dass das Thema Sexualität in der Gestalttherapie bisher noch recht wenig Beachtung fand, verstärkten mein Interesse.

## **1.2. Aufbau und Einschränkung der Arbeit**

Im einleitenden Kapitel erläutere ich die Relevanz des Themas, gebe einige statistische Daten zur Verbreitung der sexuellen Lustlosigkeit, sowie die wichtigsten Definitionen und den Forschungsstand wieder, was die weibliche sexuelle Lustlosigkeit im Beziehungskontext anbelangt. Im anschließenden Teil „Theoretische Zugänge“ zeige ich auf, wie das Thema Sexualität innerhalb der integrativen Gestalttherapie im geschichtlichen Ablauf behandelt wurde und erläutere kurz aktuelle gestalttherapeutische Ansätze. Anschließend beschreibe ich die wichtigsten Konzepte der weiblichen Sexualität, wie das Konzept von Rosemary Basson, um das Phänomen der weiblichen Sexualität und einige wesentliche Charakteristika und Einflussfaktoren auf der theoretischen Ebene fassbarer zu machen. Abschließend erläutere ich wesentliche theoretische Denkansätze, die meiner Studie zugrunde liegen, wie die Psychogenetik nach Anne Teachworth, die Feldperspektive und Gedanken zur transgenerationalen Weitergabe nach Gianni Francesetti, sowie Überlegungen zur Einbeziehung von Ahnen in die Therapie von Peter Teuschel. Im empirischen Teil Kapitel 3 beschreibe ich das beziehungsorientierte Forschungsdesign der Studie und



die angewandte Methodologie, fasse die wesentlichen Ergebnisse zusammen und beantworte die Forschungsfrage auf Grundlage der Ergebnisse dieser qualitativen Studie.

Ich konzentriere mich auf weibliche Lustlosigkeit wie auch Lust,- und Genussfähigkeit als generationsübergreifendes Beziehungsphänomen und dessen Implikationen für die integrative Gestalttherapie. Eine Diskussion über andere Einflüsse auf die sexuelle Lustlosigkeit bei Frauen wie soziale, biologische oder weitere psychische Faktoren wird dabei ausgeklammert.

### **1.3. Relevanz des Themas**

Das Thema scheint aus mehreren Gründen relevant: Erstens, weil das Phänomen der sexuellen Lustlosigkeit zu den häufigsten Funktionsstörungen bei Frauen zählt und zudem als eher „therapieresistent“ gilt (Sarasin & Leeners, 2018). Daher kann es wesentlich sein, eine neue – vielleicht wesentliche - Perspektive zu dieser Thematik zur Verfügung zu stellen. Zweitens weil – wie ich in Kapitel zwei darlegen werde – das Thema Sexualität in der Gestalttherapie noch relativ wenig Beachtung fand und gleichzeitig die Gestalttherapie mit ihrem erlebens,- und körperbasierten Ansatz eine sehr gute Basis bietet, Sexualität zu erforschen und damit therapeutisch zu arbeiten. Drittens, weil ich zum Thema Lustlosigkeit als generationsübergreifendes Beziehungsphänomen keine Literatur bzw. Forschung gefunden habe. Aus diesen Gründen soll die vorliegende Arbeit beitragen, eine weitere – vielleicht sogar wesentliche - Perspektive auf das Phänomen der weiblichen sexuellen Lustlosigkeit zu öffnen. Die abwechselnd gewählte männliche bzw. weibliche Form steht jeweils pars pro toto, wechselt je nach Kontext und stellt keine Bewertung des jeweils anderen Geschlechts dar.

### **1.4. Fragestellung und Ziele**

Meine Fragestellung ist, inwieweit sexuelle Lustlosigkeit bei Frauen ein generationsübergreifendes Beziehungsphänomen sein kann und welche Bedeutung dies für die gestalttherapeutische Praxis hat. Ich beziehe dabei zwei Ebenen von generationsübergreifend ein und neben dem Phänomen der sexuellen Unlust auch die sexuelle Lust bzw. Genussfähigkeit. Die erste Ebene bezieht sich auf den Versuch zu eruieren, ob und wenn ja inwieweit für die erwachsene Frau, von ihr als Kind

wahrgenommene Phänomene aus der sexuellen Beziehungsdynamik *zwischen* den Eltern, erkennbar bzw. zugänglich sind. Zudem geht es darum zu schauen, inwieweit es Ähnlichkeiten zwischen diesen internalisierten Phänomenen aus der sexuellen Beziehungsgestaltung *zwischen* den eigenen Eltern und Phänomenen der gegenwärtigen sexuellen Beziehungsgestaltung der erwachsenen Frau mit ihrem Partner, gibt. Die zweite Ebene ist der Versuch zu eruieren, inwieweit für erwachsene Frauen Phänomene der sexuellen Lust bzw. des Genusses aus dem weiter zurückliegenden Familiensystem bis hin zu Ahnen, also auch Personen aus ihrem Familiensystem, die sie nicht zwingend kennt, zugänglich sind. Wie bereits erläutert geht es mir bei der zweiten Ebene vorrangig um den Akt, den Blick bzw. die Perspektive zu weiten, vom „engeren, klassischen“ Fokus auf die Kernfamilie auf das weiter zurückliegende Familiensystem sowie von den vordergründigen Phänomenen der sexuellen Lustlosigkeit zu potenziellen Phänomenen der sexuellen Lust und des Genusses.

Wie ich in Kapitel 1.7. Forschungsstand. aufzeigen werde, habe ich keine Studien gefunden, die sich mit diesem Fokus beschäftigen. Das gilt sowohl für die Ebene des Einflusses der sexuellen Beziehungsdynamik zwischen den eigenen Eltern als auch für die Ebene des potenziellen Einflusses aus dem weiter zurückliegenden Familiensystem. Daher ist die vorliegende Studie als explorative Studie konzipiert und ein wesentliches Ziel ist, zu eruieren, *ob überhaupt und wenn ja auf welche Art und Weise* bei den Forschungsteilnehmerinnen Phänomene der sexuellen Lust und Lustlosigkeit sowie Muster des Umgangs mit Lust, generationsübergreifend leiblich abgespeichert sind, also quasi gleich einem Erbe weitergetragen werden.

Die vorliegende Studie verfolgt im Wesentlichen die folgenden drei Ziele:

1. *Explorieren, ob und wenn ja, auf welche Art und Weise* von den Forschungsteilnehmerinnen als Kind zwischen den Eltern wahrgenommene Phänomene der Sexualität generell und spezifisch der sexuellen Lust beziehungsweise Lustlosigkeit zugänglich werden können.
2. Explorieren, inwieweit es Zusammenhänge gibt, hinsichtlich der internalisierten Phänomene der sexuellen Beziehungsgestaltung zwischen den eigenen Eltern und den Phänomenen der sexuellen Beziehungsgestaltung der Forschungsteilnehmerinnen zum eigenen Partner.

3. Explorieren, *ob und wenn ja auf welche Art und Weise* für die Forschungsteilnehmerinnen Phänomene der sexuellen Lust beziehungsweise des Genusses aus dem weiter zurückliegenden Familiensystem zugänglich werden können.

### **1.5. Verbreitung der sexuellen Lustlosigkeit von Frauen**

Die Verbreitung der Libidostörungen in der westlichen Welt hat im Vergleich zu anderen sexuellen Störungen vor allem bei Frauen zwischen den 1970er und den 1990er Jahren zugenommen. In der Sexualberatungsstelle der Universitätsklinik Hamburg beispielsweise, stieg der Anteil der Frauen mit Luststörung von 8% in den Jahren 1975–1977 auf 74% im Jahre 1992, und der Anteil der Frauen mit Erregungs- und Orgasmusstörungen nahm von 80% auf 20% ab (Hauch 1998). Die Ursachen für diesen starken Anstieg wurden vielfach diskutiert. Eine mögliche Erklärung ist, dass erst ab den 1980er Jahren die sexuelle Luststörung überhaupt als diagnostische Einheit erfasst wurde und daher vermutlich Störungen, die zuvor als Erregungs- und Orgasmusstörungen diagnostiziert wurden, genauer mit der neuen Diagnose der Libidostörung erfasst wurden (Gnirss-Bormet, 2004).

In repräsentativen Untersuchungen schildern 25–45 % der Frauen ein vermindertes bis fehlendes Interesse an Sexualität. Nimmt man den Leidensdruck, im Sinne subjektiv wahrgenommener Unzufriedenheit, – ein obligates Kriterium zur Diagnose einer Sexualstörung – dazu, reduzieren sich die Angaben auf ein Drittel bis ein Viertel, anders ausgedrückt, bei einem Drittel bis einem Viertel der Frauen mit keiner oder einer sehr geringen Libido, besteht eine sexuelle Störung (Sarasin & Leeners, 2018). In jedem Fall gibt es mehrere Studien zur Prävalenz weiblicher Luststörungen, und die Daten variieren dementsprechend. Sie reichen von 14% laut einer Studie aus dem Jahr 1999 von Fugl-Meyer und Fugl-Meyer, die die weibliche Appetenzstörung nach der Einordnung durch ICD-10 Kriterien bestimmte, bis hin zu knapp über 50% laut einer Studie von Buddeberg aus dem Jahr 2006 (Wutting, 2013).

### **1.6. Definitionen**

In diesem Kapitel erläutere ich die aktuellen Definitionen für die weibliche sexuelle Lustlosigkeit bzw. Appetenzstörung, einerseits, um die derzeit gültige Klassifizierung und diagnostischen Kriterien wiederzugeben, und andererseits, um aufzuzeigen, dass

diese Klassifizierungen Wirklichkeitskonstruktionen sind, die vom aktuellen Zeitgeist bestimmt sind und sich ständig verändern und auch verändert haben. Am Ende dieses Kapitel, gebe ich noch die von mir in vorliegender Arbeit verwendeten Definitionen von „Generation“, „generationsübergreifend“ und „Ahnen“ wieder.

Die Klassifikation der sexuellen Funktionsstörungen nach ICD 10 und DSM-IV beruht auch heute noch auf dem linearen Modell der sexuellen Reaktion nach Masters & Johnson und Kaplan (Desile, 2011). Ende der siebziger Jahre wurden die Störungen der sexuellen Appetenz erstmalig als eine umschriebene klinische Einheit deklariert. Bevor ich die aktuellen Definitionen seitens des Diagnostic and Statistic Manual of Mental Disorders (DSM) und des International Classification of Diseases (ICD) erläutere, möchte ich anhand der diagnostischen Aktualisierungen der sexuellen Lustlosigkeit in den jeweiligen Revisionen des DSM aufzeigen, dass solche Klassifizierungen – wie Clement (2016) herausstreicht - sich ständig wandelnde Konstruktionen der Wirklichkeit sind, die maßgeblich vom jeweiligen sexuellen Zeitgeist bestimmt sind. So wurde im DSM-III (1980) sexuelle Lustlosigkeit als „inhibited sexual desire“ bezeichnet und damit das – dem Zeitgeist entsprechende- klassische Repressionsmodell zur Grundlage genommen, das postulierte, das Begehren zwar vorhanden sei, aber durch Ängste oder kulturelle beziehungsweise gesellschaftliche Normen gehemmt wäre. In der revidierten Fassung des DSM-III-R (1987) und dann ebenso im DSM-IV (1994) wird sexuelle Lustlosigkeit als „hypoactive sexual desire disorder“ (HSDD) bezeichnet und die Störung daher über eine Handlung („hypoactive“) definiert, die eine Abweichung von der neuen zeittypischen Sichtweise des sexuell aktiven Menschen, als Bezugspunkt nimmt (Clement, 2016). Die neueren Ausführungen von DSM-IV-TR berücksichtigen dabei, dass man erst dann von einer Störung spricht, wenn das verminderte sexuelle Verlangen zu einem persönlichen Leidensdruck und / oder zu zwischenmenschlichen Problemen führt und wenn es nicht durch andere Krankheiten, wie zum Beispiel Depressionen, oder Medikamente ausgelöst wurde (Desile, 2011).

In der aktuellen Version des Im DSM-V wurde erstmals eine genderspezifisch unterschiedliche diagnostische Kategorisierung vorgenommen. Während die männliche Lustlosigkeit als HSDD fortgeschrieben wird, wird die weibliche Lust- und Erregungsstörung neu zu einer einzigen Störungskategorie zusammengelegt („Sexual interest/arousal disorder in women“) (Ishak & Tobia, 2013; Sarasin & Leeners, 2018).

Hatten die Klassifizierungen zuvor eher auf dem Modell von Master & Johnson beruht, wird ab dem DSM-5 eher auf Arbeiten von Rosemary Basson Bezug genommen, die zeigt, dass der sexuelle Erregungsablauf von Frauen eher einem zirkulären Skript folgt, welches sich vom linearen Skript des männlichen Erregungsablaufs unterscheidet (siehe Kapitel 2.2.). Zudem wurde argumentiert, dass für Frauen Lust und Erregung schwerer zu differenzieren sei, wohingegen bei Männern Lust und Erektion=Erregung leichter unterscheidbar ist (Clement, 2016). Eine Rolle spielt hier womöglich auch, dass Frauen oft weniger gelernt haben, auf ihre körperlichen Anzeichen von Erregung zu achten.

In der Internationalen Klassifikation psychischer Störungen (ICD-10) wird unterschieden zwischen: 1. Mangel oder Verlust von sexuellem Verlangen (F 52.0) und 2. sexuelle Aversion und mangelnde sexuelle Befriedigung (F 52.1). (Dilling & Freyberger, 2019). Als Definition für sexuelle Lustlosigkeit bzw. Mangel oder Verlust von sexuellem Verlangen wird in der vorliegenden Arbeit die Ausprägungsform F 52.0. laut ICD-10 herangezogen. Der Mangel oder Verlust des sexuellen Verlangens äußert sich in einer Verminderung der Suche nach sexuellen Reizen, des Denkens an Sexualität mit Verlangen oder Lust und einer Verminderung von sexuellen Phantasien. Dieser Mangel oder Verlust an sexuellem Verlangen besteht seit mindestens 6 Monaten. Der Mangel an Verlangen führt zu einer niedrigeren Häufigkeit, als unter Berücksichtigung des Alters und der Umstände zu erwarten wäre, oder die Häufigkeit ist im Gegensatz zu früher deutlich gesunken. Die Betroffenen sind nicht in der Lage, eine sexuelle Beziehung so zu gestalten, wie sie es möchten (Leidensdruck). Wie bei allen sexuellen Funktionsstörungen unterscheidet man zwischen einer primären (seit Beginn der sexuellen Erfahrung lebenslang bestehenden) oder einer sekundären (erworbenen) und zwischen einer generalisierten (bei allen Partnern und Praktiken stets vorhandenen) oder situativen (nur in bestimmten Situationen auftretenden) Störung der sexuellen Appetenz (Desile, 2011).

Eine sexuelle Aversion (ICD-10: F 52.10) liegt vor, wenn die Vorstellung von Sexualität mit einem Partner mit negativen Gefühlen verbunden ist und so viel Angst erzeugt, dass die sexuellen Handlungen vermieden werden. Kommt es doch dazu, sind sexuelle Interaktionen mit heftigen negativen Gefühlen verbunden und mit einer Unfähigkeit, sexuelles Vergnügen oder Befriedigung zu erleben.

Bei einer mangelnden sexuellen Befriedigung (ICD-10: F 52.11) hingegen verlaufen die sexuellen Reaktionen im Normbereich, jedoch werden die genitalen Reaktionen ohne entsprechendes Lustgefühl erlebt. Deutliche und anhaltende Furcht sind jedoch während der sexuellen Aktivität nicht vorhanden (Dilling & Freyberger, 2019).

*Erläuterungen zu den Begriffen „Generation“, „transgenerationale Weitergabe“ und „Vorfahren“ bzw. „Ahnen“:* Der Begriff „Generation“ kann sowohl im Hinblick auf die Generationenfolge einer Familie als auch im Hinblick auf Angehörige einer Altersgruppe verstanden werden. Ich verwende den Begriff Generation in meiner Masterthese als Generationenfolge einer Familie bis hin zu Vorfahren bzw. Ahnen. Man spricht von transgenerationaler Weitergabe von Erfahrungen aus der einen in die nächste Generation, wenn „bestimmte Erinnerungen und v. a. auch unbewusste Erfahrungsbestände (...) sowie bestimmte Ideologien, Einstellungen, Werte und Normen oder ein bestimmter Habitus als Element einer Mentalität, einer Handlungsproblematik, einer Denk- und Lebensweise von einer Generation zur nächsten einem ‚Erbe‘ gleich ‚übertragen‘ werden“ (Reddemann 2017; zitiert nach Völter 2008, S. 101). Bereits Sigmund Freud war sich der Relevanz transgenerationaler Themen bewusst, und schreibt über das Vorhandensein eines „unbewussten Verständnisses“ für Erfahrungen vergangener Generationen, die er als „Gefühlserbschaft“ bezeichnete (Teuschel, 2016; zitiert nach Freud 2014, S.189).

Als Vorfahren bzw. Ahnen bezeichne ich Menschen aus der eigenen Familienlinie, die weiter zurückgehen als Großmutter oder Großvater und die man gegebenenfalls nicht persönlich kannte. Peter Teuschel (2016), deutscher Psychiater und Psychotherapeut, beschäftigt sich in seinem Buch der „Ahnenfaktor“ mit der transgenerationalen Weitergabe von Erfahrungen bis hin zu unserer Ahnengeneration. Teuschel weist darauf hin, dass sich in uns nicht nur Spuren unserer engsten Bezugspersonen – meist der Eltern – befinden, sondern auch unserer Ahnen, also Menschen aus unserem Familiensystem, die wir nicht gekannt haben, die jedoch für das Verständnis und die Lösung psychischer Schwierigkeiten wesentlich sein können.

## 1.7. Sexuelle Lustlosigkeit im sexualwissenschaftlichen Diskurs und Forschungsstand

In diesem Kapitel erläutere ich die sexuelle Lustlosigkeit kurz im sexualwissenschaftlichen Diskurs und gebe den Forschungsstand zum Thema Sexualität als Beziehungsphänomen wieder. Zu meiner Forschungsfrage, inwieweit sexuelle Lustlosigkeit ein generationsübergreifendes Beziehungsphänomen sein kann, sowie zum konkreten Fokus auf die von erwachsenen Frauen verinnerlichte sexuellen Beziehungsmuster *zwischen* den Eltern, fand ich keine Literatur bzw. Forschung. Dasselbe betrifft die Perspektive auf die sexuelle Lust,- bzw. Genussfähigkeit aus dem weiter zurückliegenden Familiensystem bis hin zu Ahnen. Auch hier fand ich keinerlei Forschung oder Literatur. Der folgende Forschungsstand bezieht sich daher auf das Thema der Sexualität als Beziehungsphänomen generell, um zumindest einen Rahmen bzw. eine Annäherung an mein Thema zu umreißen, was den aktuellen Forschungsstand betrifft:

Das Symptom der sexuellen Lustlosigkeit trat erst ab den 1980er Jahren in den Vordergrund sexualwissenschaftlicher Diskussionen. Die Sexualitätsforschung konzentrierte sich dabei lange Zeit auf individuelle innere Faktoren und daher wurde auch die sexuelle Lustlosigkeit lange eher als intrapsychisches Phänomen gesehen. Beziehungsdynamiken oder Kontext waren kaum im Fokus. Dies ist laut Dewitte (2014) erstaunlich, da die meisten von uns Sexualität hauptsächlich in Beziehungen erleben. Zudem treten sexuelle Funktionsstörungen häufiger in der Sexualität mit einem Partner auf als bei der Masturbation (Corona et al., 2010). Obwohl inzwischen viele Autoren (Dewitte, 2014; DeLamater & Hyde, 2004) die Notwendigkeit betonen, auch Beziehungsfaktoren in den Fokus zu rücken, ist dies am theoretischen und empirischen Niveau noch wenig weiterentwickelt worden. Erst in den letzten zehn bis fünfzehn Jahren entstanden vermehrt Studien, die Sexualität auch im Beziehungskontext erforschen. Dazu gehört die Dissertation von Wutting (2013), die sich mit der sexuellen Appetenzstörung der Frau in langjährigen Partnerschaften beschäftigt, sowie die Studie von Schmiedeberg & Schröder (2016), die der Frage nachgeht, inwieweit sich die sexuelle Zufriedenheit mit der Länge der Beziehung verändert. Eine der wenigen Forschungen, die sich mit einem Einfluss (früh)kindlicher Beziehungsdynamiken beschäftigt, ist die Studie von Impett, Gordon & Strachmann (2008), die verschiedene

Bindungsstile mit unterschiedlichen Zielsetzungen in der erwachsenen Sexualität verknüpft und beispielsweise beschreibt, dass ein ängstlicher Bindungsstil häufig verknüpft ist mit der sexuellen Zielsetzung dem Partner zu gefallen, wohingegen ein vermeidender Bindungsstil häufig mit der sexuellen Zielsetzung, Konflikte zu vermeiden, verknüpft ist. Weitere Studien von Schore (1994) und Main (2000) zeigen, dass die Grundlage für intime Bindungsfähigkeit und die Fähigkeit körperliche Lust zu empfinden und mit einem Partner zu teilen, ihre emotionalen und psychologischen Wurzeln in der frühesten, noch präverbalen Zeit der Kindheit haben. Gehirn und das Nervensystem von Säuglingen werden durch nonverbale Gesicht-zu-Gesicht Interaktionen, Stimmlage und implizite Körpersprache der Bezugspersonen geprägt.

Die empirische Forschung zu sexueller Lustlosigkeit als Beziehungsphänomen ist daher bis heute eher karg. Dies betrifft sowohl den Einfluss der gegenwärtigen Beziehungsdynamik auf die Sexualität als auch den Einfluss (früh)kindlicher Beziehungserfahrungen, obwohl in der klinischen Praxis die Relevanz früherer Beziehungen für die aktuelle sexuelle Symptomatik evident ist (Gnirrs-Bornet, 2004; Netzer, 2018; 2020; Resnick, 2019). Was die frühkindlichen Beziehungserfahrungen betrifft, gibt es im Wesentlichen zwei Ebenen: die Ebene wie das Kind die Beziehung *zwischen* den Eltern erfährt und die Ebene wie das Kind die Beziehung *zwischen ihm und den Eltern* erfährt. Zu letzterer Ebene gibt es – wie erwähnt – mittlerweile einige wenige Studien wie die von Impett, Gordon & Strachmann (2008). Was jedoch einen potenziellen Einfluss der (sexuellen) Beziehungsdynamik *zwischen* den Eltern auf die Sexualität der erwachsenen Tochter betrifft, fand ich keinerlei Forschung.

## **2. Theoretische Zugänge**

### **2.1. Gestalttherapie & Sexualität**

In diesem Kapitel möchte ich das Thema der Sexualität innerhalb der integrativen Gestalttherapie einbetten, indem ich zuerst erläutere, wie sich die Handhabung des Themas Sexualität innerhalb der integrativen Gestalttherapie im geschichtlichen Verlauf entwickelte, und danach einige wichtige Ansätze zum Thema Sexualität einzelner Gestalttherapeuten und Gestalttherapeutinnen umreiße.



### **2.1.1 das Thema Sexualität innerhalb der integrativen Gestalttherapie im geschichtlichen Verlauf**

In ihrem Vortrag auf den Gestalttagen des österreichischen Arbeitskreises für Gruppendynamik und Gruppentherapie (ÖAGG) im Januar 2020, erläutert Seifert (2020), dass das Thema Sexualität in der Geschichte der integrativen Gestalttherapie eher ausgeklammert wurde. Weiter meint Seifert, es ließen sich kaum Artikel, geschweige denn Bücher zum Thema Sexualität finden und selbst im 2017 in dritter Auflage erschienenen "Handbuch der Gestalttherapie", gäbe es keine nennenswerten Beiträge. Dies wird schon bei einem Vortrag im Jahr 2000 mit dem Titel "Welche Beziehung hat die heutige Gestalttherapie zum Thema Sexualität" von Gerda Brandl aufgegriffen, wenn sie die Frage damit beantwortet, dass das Verhältnis der Gestalttherapie zur Sexualität -"leider - ein Verschwiegenes" ist (Gerda Brandl, Linzer Gestalttage 2000). Da sich die integrative Gestalttherapie wesentlich aus der Abgrenzung zu bzw. der Auseinandersetzung mit der Psychoanalyse entwickelte, wurde die Kritik an der Überbewertung des Sexualtriebs und der Unterbewertung des Hungers und der Aggression zu einem zentralen Element der Theorie. So schreibt Perls (1947): "Schließlich kam ich an einen Punkt, wo die Libidotheorie .... mehr hinderlich als hilfreich wurde. Da beschloss ich, den Organismus ohne Libido-Brille zu betrachten, und ich erlebte einen der aufregendsten Abschnitte meines Lebens .... " (S. 97). Weiter schreibt er (1947): "erst nachdem ich die Libidotheorie und die Überbewertung des Sexuellen fallen gelassen hatte, konnte ich eine vernünftige Haltung finden - eine Harmonie zwischen mir, meiner Arbeit und meiner Umwelt." (S. 99). Dies lässt Sexualität in der Gestalttherapie in den Hintergrund, Hunger und Aggression in den Vordergrund treten, und ist wohl vor dem Hintergrund des Wunsches von Fritz Perls, sich klar von der Psychoanalyse abzugrenzen, zu sehen. Erst ab dem Jahr 2000 lassen sich einzelne Beiträge in Zeitschriften finden, wie zum Beispiel der Artikel „Gestalttherapie und Sexualität“ von Rolf Heinzmann aus dem Jahr 2001 (Seifert, 2020).

Nach den Gestalttagen im Jahr 2018 entstand – auch als Reaktion auf den oben angesprochenen Mangel an Auseinandersetzung mit dem Thema der Sexualität in der Gestalttherapie – das Buch „Psychotherapie und Sexualität“ herausgegeben von Etta Hermann-Uhlig (2020). Zudem finden erfreulicherweise in Österreich seit 2022 Fortbildungen zum Thema Sexualität in der integrativen Gestalttherapie statt und sowohl

die Fachsektion integrative Gestalttherapie des österreichischen Arbeitskreises für Gruppentherapie und Gruppendynamik (ÖAGG) als auch das Institut für Integrative Gestalttherapie in Wien (IGWien) führen Tagungen zum Thema Sexualität durch.

### **2.1.2. Ansätze aus der Gestalttherapie**

Die integrative Gestalttherapie hat (noch) kein allgemeines sexualtherapeutisches Konzept, wie es viele andere Schulen haben, im Sinne, dass es kein Konzept gibt, welches bei Gestalttherapeuten und Gestalttherapeutinnen allgemein bekannt ist und angewandt wird. Einige integrative Gestalttherapeut\*innen setzen sich jedoch fundiert mit dem Thema auseinander bzw. haben auch eigene Ansätze entwickelt (Resnick, 2019; Netzer 2018, Staemmler, 2018). Stella Resnick, eine US-amerikanische Gestalttherapeutin hat einen gestalttherapeutischen Ansatz ausgearbeitet, den sie "Embodied Relational Sex Therapy" nennt. Resnick integriert dabei Forschungsergebnisse der relationalen Neurobiologie, der Sexualwissenschaften, der psychodynamischen Psychotherapie und der Methoden und Ansätze der Gestalttherapie und nennt ihre Anwendung der Gestaltmethodologie "Full-Spectrum Gestalt therapy" (Resnick, 2019). Für Resnick ist Sexualität ein integraler Bestandteil des ganzen Organismus und nicht nur um den Bereich der Geschlechtsorgane konzentriert. Sexualität nimmt eine zentrale Rolle in der Entwicklung unseres Bewusstseins, des Unbewussten und auch des Körperbilds ein. Folglich muss auch der Therapieansatz ganzheitlich sein. Durch intime Beziehungen werden oft unbewusst unerledigte emotionale Geschäfte aus der Kindheit getriggert. Dabei geht es, laut Resnick (2019), weniger darum, was gesagt wird; viel wichtiger ist die implizite Körpersprache zwischen Paaren, die meist unbewusst verläuft. So kann eine leicht nach oben gezogene Augenbraue beim Gegenüber bereits Bilder vergangener, offener Gestalten evozieren, ohne dass dies einem der beiden bewusst wird. Es ist die Aufgabe der Therapeuten, ihr Augenmerk auf die gegenwärtige implizite, subtile Körpersprache und Mikroausdrücke des Körpers zu legen. Diese "body-to-body communication" hat das Potenzial offene Gestalten aus der Kindheit zu schließen. Resnick (2019) konstatiert, dass auch unsicher oder ambivalent gebundene Partner sich dadurch in Richtung sicherer Bindung entwickeln können und dass in Partnerschaften großes Heilungspotential liegt: "In fact with guidance, loving intimates are potentially more powerful as interactive healers than one-on-one with a therapist. The quality of bodily

proximity that life partners are likely to share in face-to-face, skin-to skin, body-to-body interactions more closely approximates the original parent-child attachment programming when the young brain was imprinted" (S. 35). ... with genuine love, it's never too late to have a happy childhood" (S.158). Wesentliches Ziel ist es, "body-to-body-intimacy", also die Kommunikation von rechter Gehirnhälfte zu rechter Gehirnhälfte in einer heilenden Art und Weise zu erhöhen (Resnick, 2019, S.139). Neben dem Fokus auf die subtile Körpersprache, verwendet Resnick zu diesem Zweck ein Set an Experimenten (wie zum Beispiel "matching breaths").

Ähnlich wie Resnick betont Netzer (2018) die wichtige Rolle der Körpersprache, wenn sie schreibt, dass "Leibliche Bewegungsdialekte ... die nonverbale Basis aller Beziehungen" sind (S.317). Auch Netzer argumentiert, dass unser Repertoire an Bewegungshandlungen für Beziehungen sich in den Interaktionen mit unseren ersten Bezugspersonen ausbildet. Netzer sieht ein großes Potential intimer Paarbeziehungen und meint, dass "das Erschließen neuer Erfahrungsräume ... nur durch neue Erfahrungen möglich" ist (S. 319). Vor dem Hintergrund, dass hinter ungelösten Beziehungskonflikten meist Kontaktunterbrechungen stehen, sieht sie den Kontaktzyklus als hilfreiches Modell der Diagnose und Behandlung von sexuellen Paarkonflikten. Es ginge darum, die Schwierigkeiten phänomenologisch zu erfassen und entlang des Kontaktzyklus zu verstehen und gleichzeitig durch Exploration der Bewegungsmuster das Selbstbewusstsein zu erhöhen (Netzer, 2018). Weiter meint Netzer (2020), dass Sexualität „Ausdruck der Bewegung der eigenen Existenz“ ist (S. 98) und dass für eine Therapie ein Einbeziehen des „körperlich-leiblichen Ausdrucks“ - neben kognitiven Klärungen – wesentlich ist, da die Ursachen für sexuelle Probleme oft subtil und unbewusst sind. Netzer (2020) erörtert zudem den Einfluss (früh)kindlicher Beziehungserfahrungen auf die erwachsene Sexualität und wie sich diese (früh)kindlichen Beziehungserfahrungen in der gegenwärtigen Paarbeziehung am Beispiel Sexualität reinszenieren.

Staemmler's (2018) meint, dass viele Frauen für Sexualität zuvor Nähe beispielsweise durch Gespräche, Essen gehen oder Zeit miteinander verbringen brauchen. Über Sexualität drücken sie dann ein bereits vorhandenes Gefühl von Nähe aus. Für viele Männer, hingegen, sei Sexualität ein Medium, um Nähe und Verbundenheit zu erzeugen. Es gilt also genau der umgekehrte Fall. Staemmler

differenziert zwischen Verhalten und der Bedeutung, die wir einem Verhalten zuschreiben und betont, dass in diesem individuellen Hinzufügen von Bedeutungen (denn Verhaltensweisen haben nie festgelegte Bedeutungen) die Verantwortung des jeweiligen Individuums liegt. So nehmen beispielsweise Frauen häufig an, Männer möchten nur ihren Körper, um sie selbst gehen es ihnen gar nicht, wenn er sich ihr - ohne vorigen Aufbau von Nähe - sexuell nähert. Umgekehrt fühlt sich der Mann in seinem Bedürfnis nach Nähe und Verbundenheit gekränkt, wenn die Frau abweisend auf seine Avancen reagiert. Was beiden fehlt ist die Kenntnis der Bedeutungen, die das Verhalten der oder des anderen für sie bzw. ihn hat. Daraus abgeleitet ist das erste Therapieziel das "Herausarbeiten der jeweiligen Verantwortungen der Beteiligten für ihr jeweils eigenes Verhalten und ihre jeweilige Vergabe von Bedeutungen (S. 375). Zweitens geht es darum zu erkennen, dass der "... Partner über ein eigenes, unabhängiges Konstruktionssystem verfügt; dazu gehört das gegenseitige Erkennen der Bedeutungen des Partners" (S. 384). Die ersten beiden Ziele reichen jedoch nicht aus, um nachhaltig Nähe und Lust zu fördern. Daher nennt Staemmler als drittes wesentliches Ziel "... die Entdeckung gemeinsamer Bedeutungen, die auf der gegenseitigen ... Respektierung der individuellen Bedeutungen aufbauen und sie in ein System übergreifender Bedeutungen integrieren" (S. 382). Eine gemeinsame Bedeutung bezüglich der unterschiedlichen individuellen Bedeutungen, die eine sexuelle Annäherung für beide Partner hat, könnte beispielsweise sein, dass beide diese Unterschiedlichkeit als nützlich und hilfreich für das Zustandekommen von Nähe und gemeinsamer Lust sehen. So kann die Unterschiedlichkeit die Bedeutung einer "... synergistischen Tatsache bekommen, die es ihnen vielleicht sogar ermöglicht, ganz neue Erfahrungen des intimen Zusammenseins zu machen, wenn sexuelle Erregung und Nähe sich verbinden ..." (Staemmler, 2018, S. 382). " So werden In-Beziehung-sein und die Entwicklung der Beziehung zum prioritären Wert, vor der Selbstverwirklichung der einzelnen Partner.

Ich halte diese Ansätze für relevant und interessant, da hier unterschiedliche Perspektiven auf das Thema Sexualität, die alle zum Verständnis sexueller Phänomene beitragen, zum Ausdruck kommen. Resnicks Ansatz mit der „body-to-body communication“ in intimen Paarbeziehungen, die oft unerledigte Gestalten aus der Kindheit triggern, beschreibt eine Art implizites Beziehungswissen, das als Kind internalisiert wurde und sich später in der eigenen Paarbeziehung zeigen kann. Somit

ist Resnick's Ansatz der vorliegenden Studie vom Denkansatz her, am nächsten. Resnick betrachtet dabei jedoch nicht explizit die Ebene der sexuellen Beziehungsdynamik zwischen den Eltern. Ich möchte daher mit diesem Forschungsexperiment eine weitere wesentliche Komponente zu diesem implizitem Beziehungswissen und der Relevanz für das spätere Leben einbringen.

## **2.2. Konzepte der weiblichen Sexualität**

In diesem Theorieteil erläutere ich zuerst die gängigen Konzepte der weiblichen Sexualität, einerseits um aufzuzeigen, wie sich die Konzepte weiterentwickelt haben und andererseits um – auf theoretischem Niveau – einige wesentliche Charakteristika der weiblichen Sexualität aufzuzeigen: Während mehr als drei Dekaden basierte das Konzept der sexuellen Funktionsstörungen auf dem klassischen Modell des sexuellen Reaktionszyklus („human sexual response cycle“) von William Masters und Virginia Johnson, dass 1966 veröffentlicht wurde. Sie beschrieben einen linearen Ablauf in vier Phasen: Erregung, Plateauphase, Orgasmus und Erholung bzw. Rückbildungsphase. Einige Jahre später fügte die amerikanische Sexualtherapeutin Helen Kaplan-Singer vor der Erregung das Verlangen („desire“) ein, da sie durch Misserfolge bei der Therapie mancher Paare feststellte, dass das sexuelle Verlangen als subjektiver Erlebniszustand bisher zu wenig berücksichtigt wurde und ergänzte damit das Modell von Master und Johnson um eine psychische Dimension (Sarasin & Leeners, 2018; Desile, 2011).

Rosmarie Basson (2002), eine kanadische Sexualmedizinerin, stellte fest, dass dieses lineare Modell sich weniger gut für eine Konzeptualisierung der weiblichen Sexualität eignet, da die weiblichen sexuellen Funktionen komplexer und variabler als beim Mann sind. Beispielsweise ist das sexuelle Erleben der Frau – viel stärker als beim Mann – an äußere Rahmenbedingungen wie die Qualität der Partnerschaft oder an die Zufriedenheit mit dem eigenen Körper gebunden. Zudem wird beim traditionellen, linearen Model ein spontanes sexuelles Verlangen als Grundlage für die sexuelle Reaktion angenommen. Viele Frauen berichten, dass sie selten oder nie spontanes sexuelles Verlangen haben, aber durch emotionale Nähe und durch adäquate Stimulation im Laufe der sexuellen Begegnung Lust entwickeln (Basson, 2002). Zudem können Frauen Lust und Erregung weniger gut voneinander unterscheiden. Im

Unterschied zum eher von der männlichen Sexualität geprägten linearen sexuellen Reaktionszyklus, folgt die weibliche Lust häufiger auf die Erregung, als dass sie ihr vorausgeht. Reaktives Begehren wird dabei so verstanden, dass Frauen häufiger auf dargebotene Reize reagieren, anstatt, dass sie aus eigenem Antrieb aktiv Reize suchen, die ihre Lust und Erregung steigern. Als entscheidenden Auslöser, sich auf sexuelle Interaktion einzulassen, sieht Basson den Wunsch nach Nähe zum Partner und Intimität, also eine nichtsexuelle Motivation, die erst quasi sekundär sexuell wird (Sarasin & Leeners, 2018). Der Basson Zyklus berücksichtigt somit zusätzlich psychosoziale Faktoren wie Intimität, Zufriedenheit mit der Beziehung, Selbstbild, aber auch die adäquate Stimulation, und stellt eine Ergänzung dar, die biologische, psychische und soziale Aspekte mit in Betracht zieht (Desile, 2011).

### **2.3. Theoretische Denkansätze zur Einbettung der Forschungsfrage**

Nachdem ich -wie im Kapitel 1.7. Forschungsstand erläutert – keine Literatur zu meiner Forschungsfrage gefunden habe, möchte ich nun in diesem Kapitel einige theoretische Denkansätze nennen, in die die vorliegende Forschungsfrage und die darin enthaltenen Ebenen der sexuellen Beziehungsdynamik zwischen den Eltern, sowie der sexuellen Lust,- und Genussphänomene im weiteren Familiensystem bis hin zu Ahnen, eingebettet sind. Zuerst zur Ebene der sexuellen Beziehungsdynamik zwischen den Eltern und dem theoretischen Hintergrund, warum ich diesen Fokus gewählt habe: Anne Teachworth (1999), eine amerikanische Gestalttherapeutin, beschäftigt sich mit der Beziehungsebene zwischen den Eltern und deren Einfluss auf die erwachsene Paarbeziehung. Teachworth (1999) kommt nach ihren Praxisfeldstudien zu dem Ergebnis, dass Paarprobleme weniger aus ungelösten Problemen *mit* den eigenen Eltern herrühren, - eine vorherrschende Hypothese vieler Paartherapieansätze - sondern vielmehr aus ungelösten Problemen *zwischen* den Eltern untereinander. Teachworth meint folgend, dass Paare mit Beziehungsproblemen meist Eltern mit ähnlichen Beziehungsproblemen haben. Mittels eines Fragebogens zur Herkunftslogik untersucht Teachworth diese verinnerlichten Paar- Beziehungs- bzw. Interaktionsmuster. Diese Paar-Interaktionsmuster werden unbewusst reinszeniert und werden von Generation zu Generation weitergegeben. Teachworth bezieht sich dabei

unter anderem auf die Arbeiten von Schwartz, der davon ausgeht, dass wir vor allem in der vorsprachlichen Zeit unserer frühen Entwicklung die Beziehungs-Interaktionsmuster unserer Eltern wie die Muttersprache unbewusst aufnehmen und später in Partnerschaftskonflikten reaktivieren (Schwartz, 2000; Lumma, 2002;) Teachworth stellt also Vaters und Mutters Beziehung *zueinander* in den Mittelpunkt der Betrachtung, das *Zwischen*, und untersucht die heutige Paarbeziehung der Klienten im Hinblick auf Ähnlichkeiten zu Mutters und Vaters Beziehung *zueinander*. Nachdem über den Fragebogen zur sog. „Herkunftslogik“ bereits eine gewisse Bewusstheit über die Paardynamik und die verinnerlichten Eltern-zueinander-Beziehungsmuster entstanden sind, ist der nächste Schritt diese Muster am eigenen Leib in Form von Rollenspielen zu erfahren. Dafür hat Teachworth das leere Stuhl Modell der Gestalttherapie adaptiert zu einer „Drei Stuhl Methode“ (Vater, Mutter, Kind). Als Einstieg dient eine Imaginationsreise in die (frühe) Kindheit. Klienten erleben die Beziehung der Eltern *zueinander* im Rollenspiel so, wie sie sie selbst leiblich verinnerlicht haben. Es geht also um leibliche Erfahrung. Indem im Leiberleben die verinnerlichte Beziehung der Eltern *zueinander* reinszeniert und damit „reaktiviert“ wird, kommt es zu einer Gefühlskorrektur. Teachworth meint weiter, dass diese Vorgehensweise bei Klienten kaum Widerstand hervorruft, da es ja darum geht, negativ wirkende Verhaltensmuster der (introjierten) Eltern zu verändern. In einem weiteren Rollenspiel konstruiert Teachworth mit den Klienten und Klientinnen dann ein Handlungsgeschehen, wie sie sich die Beziehung der Eltern untereinander gewünscht hätten, um die verinnerlichten Beziehungsmuster neu zu strukturieren. Diesen Ansatz nennt sie Psychogenetik.

In Teachworth Ansatz zeigt sich somit, dass es wichtig ist, die Beziehungsebene *zwischen* den Eltern und deren Auswirkung auf die spätere eigene Paarbeziehung zu untersuchen und dass die leibliche Erfahrung dieser introjierten Beziehungsdynamik für die Therapie wesentlich ist. Teachworth bezieht sich dabei auf die generelle Beziehungsdynamik und nicht explizit auf das Thema Sexualität. Hypothese vorliegender Studie ist, dass wenn die generelle Beziehungsgestaltung zwischen den Eltern quasi wie die Muttersprache leiblich aufgenommen wird und auf die spätere eigene Beziehungsgestaltung einen erheblichen Einfluss hat, dies auch für die *sexuelle* Beziehungsdynamik *zwischen* den Eltern der Fall sein kann, in dem Sinne, dass diese vom Kind aufgenommen bzw. internalisiert wird und dementsprechend ebenfalls auf die

spätere sexuelle Beziehungsdynamik einen -möglicherweise markanten – Einfluss haben kann.

Als nächstes möchte ich einen theoretischen Denkansatz erläutern, der für beide Teile bzw. Ebenen der Studie relevant ist, aber besonders beim zweiten Teil der Studie, in dem ich mich auf die Spuren der Genuss.- bzw. Lustphänomene im weiteren Familiensystem begeben, hilft einzuordnen, nämlich die Feldperspektive von Gianni Francesetti, einem italienischen Gestalttherapeuten. Wie bereits erwähnt, geht es mir in diesem zweiten Teil der Studie, im Wesentlichen um den Akt der Weitung der Wahrnehmung bzw. der Perspektive jenseits des klassischen, engeren Fokus auf die Kernfamilie, auf das weiter zurückliegende Familiensystem bis hin zu Ahnen, und weniger um konkrete Personen aus dem früheren Familiensystem. Es geht um die Weitung des Blickes bzw. der Perspektive und sich mit der Haltung des neugierigen, offenen Schauens, auf die Spuren der Phänomene der Lust,- bzw. Genussfähigkeit im weiter zurückliegenden Familiensystem zu begeben, und damit vielleicht Phänomene im Feld wahrzunehmen, die sonst gegebenenfalls nicht ins Gewahrsein treten. Als Basis für das Auftauchen dieser Phänomene, sehe ich das Feld, in dem laut Francesetti (2019) Vergangenes (und in diesem Sinne eben auch Phänomene weiter zurückliegender Generationen), Gegenwärtiges und Zukünftiges ko-präsent ist. Die gestalttherapeutische Feldperspektive bringt die Bedeutung des Umwelt/Organismus-Feldes in den Blick. Damit ist gemeint, dass das Individuum und sein Verhalten nicht isoliert von seinem Umfeld verstehbar werden kann. Als phänomenales Feld bezeichnet Francesetti (2019) den „Horizont“ aller erfahrbaren Phänomene in der Begegnung, und damit den Horizont aller möglichen Formen, inklusive dessen Möglichkeiten - im Sinne, dass in diesem Feld viele Formen von Erfahrungen auftreten können - und Limitationen - im Sinne, dass in diesem Feld nicht alle Formen von Erfahrungen auftreten können. Laut Francesetti (2019) wird das Feld in der Begegnung mit dem Klienten ko-kreiert, das heißt sowohl Therapeut als auch Klientin kreieren und beeinflussen wechselseitig das Feld und das Feld beeinflusst die Therapeutin und Klienten. Klient und Therapeutin können dabei unterschiedliche Aspekte des Feldes wahrnehmen.

Francesetti's Feldperspektive dient mir zudem als Denkansatz, was die generationsübergreifende Weitergabe betrifft: Francesetti (2012) spricht von intentionalen Kräften des Feldes, die sich auf die Kreation von „Schönheit“ durch



Präsenz an der Kontaktgrenze richten, und meint, dass dies bei unterbrochenen Intentionalitäten in Familiensystemen über das individuelle Leben hinausgehen und transgenerationale Loyalitäten erklären kann, wenn wir beispielsweise Unerledigtes von unseren Vorfahren weiterführen. Laut Francesetti (2019), wird Schmerz so lange weitergegeben von Generation zu Generation, bis er transformiert wurde. Auch Schmitz weist in seinen Beschreibungen zum Leiberleben aus, dass es sogenannte leibliche Dispositionen gibt, die über das individuelle Leben hinaus bestehen bzw. weitergegeben werden können. Ein Beispiel dafür ist die klischeehafte Melancholie der WienerInnen, die als Ausdruck einer kollektiven leiblichen Disponiertheit oder als eine Art kulturelles Leibgedächtnis gesehen werden könnte (Schmitz, 1992; Netzer, 2009). Ähnlich wie Schmitz die Existenz eines kulturelles Leibgedächtnis benennt, nehme ich an, dass es dementsprechend auch eine Art generationsübergreifendes, familiäres Leibgedächtnis gibt, wobei sich der Großteil der aktuellen Forschung vor allem auf die transgenerationale Weitergabe von Kriegstraumata von der Großelterngeneration zu den Kindern und Enkeln, den sogenannten Kriegskindern und Kriegsenkel, bezieht (Reddemann, 2015, 2017). Peter Teuschel (2016), deutscher Psychiater und Psychotherapeut, beschäftigt sich mit dem Einfluss unserer Ahnen auf unser gegenwärtiges Leben und beschreibt eine sogenannte Skala der Ahnenbewusstheit, bei der auf der einen Seite die Gemeinschaften Afrikas, Asiens und Lateinamerikas stehen mit einer große Ahnenpräsenz und die in unserem westlichen Sprachgebrauch oft mit „primitiv“ assoziiert werden, und auf der anderen Seite die westliche Gemeinschaft mit einer geringen Ahnenbewusstheit, die im Sprachgebrauch oft als „zivilisiert“ bezeichnet werden. Dadurch entstünde laut Teuschel eine Abwertung des „Ahnenfaktors“, der alle die sich damit nicht nur ethnologisch auseinandersetzen, in die Gefahr bringt als Esoteriker abgetan zu werden. Er plädiert für eine Berücksichtigung des Ahnen-Faktors in der Psychotherapie, denn wenn wir nicht wagen, „noch nicht Begriffenes zu ertragen, verschließen wir unseren Geist vor einer wichtigen Erkenntnisquelle. Das Hinhören auf das Unerklärliche, aber doch Erkennbare, kann ein wichtiger Zugang zum Verständnis individueller Psychologie sein“ (Teuschel, 2016, S. 2-3).

Transgenerationale Weitergabe wird im Allgemeinen meist eher mit der Weitergabe von Schwierigen und Problematischen in Verbindung gebracht. Ich gehe jedoch davon aus, dass wenn Schwieriges von unseren Ahnen und Ahninnen ins uns weiterlebt bzw.

abgespeichert ist, dies auch für Lustvolles, Genussvolles und Ressourcen gelten kann. Somit begeben sich auf die Spuren des sexuellen Genusses und der Lust im weiteren Familiensystem bis hin zu Ahnen als Versuch zu eruieren, ob etwas und wenn ja was diesbezüglich als Ressource zugänglich wird, bei Frauen, die unter sexueller Lustlosigkeit leiden.

### 3. Empirischer Teil

#### 3.1. Untersuchungsdesign

##### 3.1.1. Forschungsstrategie und Methodologie

In Kapitel 2.3. habe ich die wesentlichen theoretischen Zugänge des vorliegenden Forschungsexperiments erläutert. Wie dort beschrieben, habe ich für den ersten Teil der Forschung den Ansatz der Psychogenetik von Anne Teachworth übernommen und für das Thema Sexualität erweitert. Meine Hypothese ist, dass wenn die generelle Beziehungsdynamik zwischen den Eltern einen wesentlichen Einfluss auf die spätere eigene Paarbeziehung der erwachsenen Tochter hat, dasselbe auch für die *sexuelle* Beziehungsdynamik gelten kann. Für den zweiten Teil beziehe ich mich, wie ebenfalls in Kapitel 2.3. beschrieben, auf verschiedene Autoren und Konzepte zur transgenerationalen Weitergabe, wie Schmitz (1992), Francesetti (2019) und Teuschel (1996) sowie auf die Feldperspektive von Francesetti. Wesentlich ist dabei für mich der Akt der Weitung der Wahrnehmung bzw. Perspektive - jenseits des Fokus auf die Kernfamilie - auf das weiter zurückliegende Familiensystem sowie das Schauen auf die Lust und Genussphänomene - als Gegenpol zum Schauen auf die sexuelle Lustlosigkeit. Ich möchte untersuchen, ob durch den Akt der Weitung der Wahrnehmung im Feld auch Phänomene der Lust und des Genusses ins Gewahrsein kommen können; Phänomene, die bei engerem Fokus auf die Kernfamilie und das Phänomen der sexuellen Lustlosigkeit vielleicht nicht ins Gewahrsein treten.

Ich verwende für beide Teile eine beziehungs- und leibzentrierte Forschungsmethodologie, da gerade beim Thema Sexualität ein körperlich-leiblicher Zugang wesentlich ist (Netzer, 2020). Ein leiblicher, beziehungsorientierter Zugang wird auch von Finlay & Evans (2016) für qualitative, phänomenologische, wissenschaftliche Studien im psychotherapeutischen Feld vorgeschlagen. Finlay und Evans (2016) betonen, dass der Fokus dieser Art von Studien „in the between of the embodied dialogical research encounter“ liegt (S. 204); also auf das, was *leiblich zwischen* der Person, die die Forschung durchführt und der Person, die daran teilnimmt, spürbar wird. Eine Definition für den Begriff „leiblich“ findet sich bei Schmitz: „Das in der Gegend des eigenen Körpers als zum eigenen Wesen gehörig unmittelbar Gespürte oder Empfundene könnte leiblich heißen.“ (Schmitz, zit. n. Falk, 2003, S.16). Im Sinne dieser

Definition beschränkt sich leibliche Wahrnehmung daher nicht allein auf den physischen Körper, sondern geht darüber hinaus (Schmitz, 1992; Netzer, 2009). Über leibliche Wahrnehmung öffnet sich ein Empfindungsraum, in dem Innen und Außen ineinander übergehen und sich wechselseitig beeinflussen. Es ist ein Beziehungsraum, das Zwischen (Rumpler, 1994). Dieses „Zwischen“ erschließt sich uns eben über leiblich wahrnehmbare Eindrücke und Atmosphären. Diese sind nicht genau definierbar, aber spürbar, da unsere Wahrnehmung unmittelbar und zu einem großen Teil schwer in Worte zu fassen ist (Netzer, 2009). Der Leib ist unser wesentliches Hilfsmittel oder Medium, um das Zwischen wahrzunehmen. Wichtig hier ist, dass diese Informationen hauptsächlich über das Erfahren bzw. Erleben zugänglich sind und weniger kognitiv. Merleau-Ponty (1966) drückt dies folgendermaßen aus (1966) „Der Mensch ist ein lebendiges, spürendes erlebendes und handelndes Subjekt ... zur Kenntnis des menschlichen Leibes führt kein anderer Weg als der, ihn zu erleben.“ (S. 234). Eine andere gestalttherapeutische Terminologie dieses „Zwischen“ zu benennen, ist die bereits in Kapitel 2.3. beschriebene Feldperspektive Gianni Francesettis. Das Feld, welches in einer Ko-Kreation zwischen Therapeutin und Klienten respektive Forschungsteilnehmerin und Forschungsdurchführende entsteht. Dieses Feld, dieses „Zwischen“ ist, wie zuvor beschrieben, über leibliche Wahrnehmung und Atmosphären erfahrbar und formt den Horizont aller erfahrbaren Phänomene. Laut Francesetti (2019) ist das Feld ständig in Veränderung und tendiert zu einer bestimmten Art des Kontakts in der Begegnung in Form eines intentionalen Gerichtet-seins. Die Art des Kontakts beschreibt er als Potential eines Kontakts in der Begegnung mit „nährender Neuheit“ bzw. als Schönheit. Für diese Art des Kontaktes braucht es Präsenz an der Kontaktgrenze. In einem Interview meint Margherita Spagnuolo-Lobb, dass Gestalttherapeuten und Gestalttherapeutinnen darauf trainiert sind, an der Kontaktgrenze präsent zu bleiben, ohne dabei von der eigenen Geschichte abgelenkt zu werden, sondern im Gegenteil die eigenen Erfahrungen und Geschichte zu verwenden, um noch präsenter an der Kontaktgrenze zu sein. Die Präsenz des bzw. der Therapeutin ist in der Feldperspektive wesentlich und sie wird im positiven Sinne genutzt, im Sinne, dass das, was der Therapeut wahrnimmt und spürt, eine Resonanz auf die Erfahrungen des Klienten ist, die Therapeutin mit etwas mitschwingt, dass an der Kontaktgrenze spürbar wird. Damit ist die Therapeutin Teil des Feldes, beeinflusst das

Feld und erhält über ihre Resonanzen wertvolles Wissen über das Feld. Letzteres nennt Spagnuolo-Lobb „ästhetisches relationales Wissen“ (Maier, 2020). Francesetti (2019) meint zudem, dass Therapeut und Klient unterschiedliche Aspekte des Feldes wahrnehmen können. Das impliziert, dass ich als Forschungsdurchführende mit beziehungsorientiertem Ansatz das Feld ko-kreiere und das je nach Forschungsdurchführender Unterschiedliches sichtbar wird. Das bedeutet zudem, dass meine Resonanzen und Regungen wesentlich sind für das Verständnis dessen, was sich im Raum zwischen mir und den Forschungsteilnehmerinnen zeigt und das ich damit nicht nur „objektive“ Forschungsdurchführende bin, sondern auch involviert und in Beziehung mit dem Geschehen. Ein wesentlicher methodologischer Fokus meiner Studie ist also Leiberleben, das beispielsweise über Atmosphären und Eindrücke wahrnehmbar wird und das wesentlich mit dem Zwischen, also der Beziehungsebene zu tun hat. Meine Annahme ist dementsprechend, dass Aspekte der sexuellen Beziehungsdynamik zwischen den Eltern - vor allem wenn es um die frühe Kindheit und vorsprachliche Zeit der Entwicklung geht - wie auch mögliche Spuren der Lust und des Genusses im weiteren Familiensystem bis hin zu Ahnen eher leiblich erfahrbar und abrufbar und weniger kognitiv zugänglich sind.

Die Studie soll als exploratorische Studie verstanden werden, die dem vortheorietischen Erkenntnisgewinn dient. Sie soll potenziell eine weitere wesentliche Perspektive auf das Phänomen der weiblichen sexuellen Lustlosigkeit und gestalttherapeutische Ansätze zur Verfügung stellen. Es ist eine qualitative Studie, die als Untersuchungsdesign das Experiment mit einer kreativen Methodik verwendet.

### **3.1.2. Forschungsteilnehmerinnen**

An der Studie nehmen drei Klientinnen aus meiner eigenen Praxis teil. Der Grund hierfür ist, dass es einer *vertrauten* Beziehung bedarf, damit mit einer kreativen Methodik bzw. einem leib,- und erlebnisorientiertem – und daher weniger kognitiven – Vorgehen, relevante Phänomene sichtbar werden.

Die Forschungsteilnehmerinnen erfüllen folgende Kriterien:

1. Sie sind in einer längeren Partnerschaft/ Ehe.
2. Die Forschungsteilnehmerin leidet an einer Luststörung im Sinne einer

Appetenzstörung nach ICD-10 (F.52.0).

3. Die Forschungsteilnehmerin hat die Bereitschaft Teilnahme an der Studie und der Verwendung der Daten.

### **3.1.3. Untersuchungsdurchführung und Erhebungsmethoden**

Zuerst gibt es mit jeder Forschungsteilnehmerin ein persönliches Vorgespräch. Den Forschungsteilnehmerinnen wird der Ablauf der Studie, Ziele, Datenschutz sowie Erhebungsmethoden erklärt. Die Forschungsteilnehmerinnen werden über die Verwendung der persönlichen Daten informiert. Die Forschungsteilnehmerinnen werden gebeten, mit der Unterzeichnung einer Einverständniserklärung zu dokumentieren, dass sie selbst mit der Verwendung der Daten zu wissenschaftlichen Zwecken einverstanden sind. Alle Forschungsteilnehmerinnen stehen am Beginn der Bearbeitung ihrer sexuellen Appetenzstörung. Die Anamnese der sexuellen Problematik in der Partnerschaft ist bereits in Einzelsitzungen erfolgt. In der Folge gibt es zwei Termine zu je ca. eineinhalb bis zwei Stunden, bei denen jeweils mittels erlebnisorientierter, kreativer Methodik, die Forschungsfrage untersucht werden soll. Die zwei Termine entsprechen den zuvor erläuterten Perspektiven auf die Kernfamilie und auf das erweiterte Familiensystem bis hin zu Ahnen. Für den ersten Teil der Studie habe ich Teachworth Imaginationseise für das Thema Sexualität adaptiert (siehe Anhang 1) und die drei Sessel Methode übernommen. Auch der zweite Teil der Studie beginnt mit einer Imaginationsreise (siehe Anhang 2) und danach folgen szenische Aufstellungsarbeiten zu dem, was sich phänomenologisch zeigt. Die Wahl des erlebnisorientierten Zugangs ergibt sich letztendlich aus der Situation und den Phänomenen, die nach der Imagination auftreten und dem, was sich für die Forschungsteilnehmerinnen stimmig anfühlt. Die Forschungsteilnehmerin selbst bestimmt dabei den Prozess und das, worauf sie sich einlässt. Der Grund für die Anwendung des erlebnisorientierten Zugangs ist meine Annahme, dass Informationen bzw. Phänomene zur Sexualität zwischen den Eltern wie auch im weiteren Familiensystem, eher leiblich abgespeichert und daher zugänglich sind und weniger kognitiv. Die Daten der Studie werden mittels Tonbandaufnahmen aufgenommen und dann transkribiert. Für die Beantwortung meiner Forschungsfrage ziehe ich das, was die Forschungsteilnehmerinnen im Laufe des Prozesses ausdrücken

und was für sie spürbar wird sowie meine Resonanzen auf das, was sich im Raum zwischen mir und den Forschungsteilnehmerinnen zeigt, heran. Folgende Informationen sollen im Idealfall erhoben werden:

Perspektive der Forschungsteilnehmerin: Inwieweit und Auf welche Art und Weise sind in der erwachsenen Tochter von ihr als Kind bei der Mutter in Beziehung zum Vater wahrgenommene Phänomene sexueller Lust bzw. Lustlosigkeit erkennbar? Atmosphären, Körperreaktionen, Emotionen, Bilder? Was ist hinsichtlich Körperreaktionen der Forschungsteilnehmerinnen beobachtbar? Welche leiblichen Reaktionen nimmt die Forschungsteilnehmerin während der Untersuchung wahr? Wo im Körper nimmt die Forschungsteilnehmerin leibliche Reaktionen während der Untersuchung wahr? Welche Bedeutung gibt die Forschungsteilnehmerin dieser leiblichen Reaktion, was sagt sie zu sich selbst? Wie ist es für die Forschungsteilnehmerin, die jeweilige leibliche Reaktion in dem Moment zu erleben? Welche emotionalen Reaktionen zeigt die Forschungsteilnehmerin während des Prozesses? Wodurch wird die jeweilige vorherrschende emotionale Reaktion ausgelöst? Wie macht sich die emotionale Reaktion körperlich bemerkbar? Wie ist es für die Forschungsteilnehmerin, die jeweilige emotionale Reaktion zu erleben? Welche Bedeutung gibt sie ihr, was sagt sie zu sich selbst? Welchen (Handlungs)Impuls löst die jeweilige emotionale Reaktion aus?

Perspektive der Resonanz der Durchführenden: Wie erlebe ich als Durchführende des Experiments die Atmosphäre im Raum? Welche leiblichen oder emotionalen Reaktionen beobachte ich bei mir selbst? Treten Bilder auf und wenn ja welche? Was fällt mir sonst noch an meinen Reaktionen/Befinden auf?

### **3.2. Darstellung der Erhebung: Imagination und szenische Aufstellungsarbeit**

Im Folgenden stelle ich die Erhebung der beiden Teile der Studie, also das, was sich Schritt für Schritt gezeigt hat, dar, und gebe die wesentlichen Interaktionen zwischen mir und den Forschungsteilnehmerinnen wieder. Bei der Darstellung der Ergebnisse beginne ich bei dem ersten Teil der Studie, in dem es um die Beziehungsebene zwischen den Eltern geht.

### **3.2.1. leiblich zugängliche Phänomene aus der sexuellen Beziehungsgestaltung zwischen den Eltern**

Zwei der drei Forschungsteilnehmerinnen erlebten in der Imagination vorwiegend körperliche Sensationen verbunden mit Bilderleben, eine Forschungsteilnehmerin auditive Reize. Letztere erinnerte sich an eine Szene, bei der sie ihre Eltern beim Geschlechtsverkehr hörte.

*Mia (45 Jahre): „Da ist eine Schwere (...) so eine Beklemmung, als könne gleich was passieren“*

Mia (45 Jahre) beschreibt eine Schwere, die sie während der Imagination erlebt, die sich vor allem im Kopf und Brustbereich spürbar macht. Sie hat das Gefühl „in irgendetwas eingepackt zu sein“, wie erstarrt zu sein, einen Druck besonders auf der Brust zu empfinden. Auf Ebene des Bilderlebens erzählt Mia, dass sie die Eltern während der Imagination nie in einem gemeinsamen Raum gesehen hat. Auch nicht im Schlafzimmer, obwohl sie schon gemeinsam geschlafen hätten. Sie erzählt, dass ihre Tochter jetzt manchmal ins Bett zu ihr und ihrem Partner zum Kuscheln käme. Das gab es für sie als Kind so nicht, es fühlte sich immer alles so beklemmend und unnatürlich an. Sie erinnere sich schon, dass sie, Mama und Papa auch manchmal zu dritt im Badezimmer waren, auch wenn „wer nackt war“, aber das „passte irgendwie nicht dazu wie verklemmt es sonst immer war“. Es war immer so eine Schwere, eine Beklemmung in der Luft. Es gäbe in ihrer Erinnerung keine natürlichen, spontanen Umarmungen oder irgendetwas Leichtes oder Lustiges. Erotik zwischen ihren Eltern wäre gefühlt gar nicht vorgekommen. Mia erläutert, dass sie, während sie so erzählt, grad viele Parallelen zwischen dem, was sie in ihrer derzeitigen Partnerschaft erlebt und wie sie es während der Imagination zwischen den Eltern wahrgenommen habe, erkennt. Zudem mache sie es traurig, dass sie es gar nicht kenne, wie man lustvoll und leicht miteinander umgeht. Sie erzählt, dass sie das immer eher ihrem Partner umgehängt hat, weil auch er eine Schwere hat, aber jetzt grad erkenne sie, dass sie diese ja auch habe. Sie erzählt, dass sie oft so eine Blockade in sich spürt, wenn der Gedanke aufkommt, etwas Spontanes, Lustvolles zu tun, so ein „das passt ja nicht zu dir, das passt eher zu andren“, und dass sie diese Blockade jetzt besser nachvollziehen könne. Mia empfindet es als erleichternd



sich einzugestehen, dass diese Schwere auch bei ihr da ist und nicht nur bei ihrem Partner.

Bei Mia schlage ich eine szenische Exploration in Form der Drei-Sessel-Methode nach Anne Teachworth vor. Mia findet den Vorschlag interessant und stellt die drei Stühle für sich als Kind, Mama und Papa auf. Sie stellt Papa eher abgewandt von Mama dar und Mama eher zugewandt zu Papa und sich als Kind direkt auf beide schauend. Sofort meint sie, es könne auch umgekehrt sein. Sprich Mama abgewandt und Papa zugewandt. „Vielleicht hat es auch gewechselt“. Die beiden wären sehr viel mit sich selbst beschäftigt gewesen, hätten viel Schweres erlebt (beispielsweise Fehlgeburten). Sie als Kind fühlte sich immer eher als Beobachterin, so wie jetzt grad. Sie schaut direkt zu den Eltern, beide Eltern sind aber ihr gegenüber eher abgewandt. Die Eltern kreisten viel um sich selbst. Mia fühlt sich traurig und fühlt wieder diese Schwere im Körper, wenn sie da hinschaut. Auf die Frage, wie es sich anfühle, eine der Positionen auszuprobieren, sprich sich in den jeweiligen Sessel zu setzen, möchte Mia gerne ihre eigene als Kind probieren. Sie setzt sich um und spürt sofort einen „Klos im Hals“, als würde „da drin was stecken, wo nicht mehr alles durchgeht“. Mia fühle sich zudem beklemmt, als „könne gleich was passieren“. Dieses Gefühl habe sie öfters mit ihrer Mutter, wenn diese emotional wird, sie weine dann schnell und Mia hat sofort dieses beklemmende Gefühl und wird steif wie ein Brett. Mia denkt dann, sie solle ihre Mutter umarmen, kann es aber dann nicht, ärgert sich über sich selbst und bekommt Schuldgefühle. Auch im Stuhl des Kindes sitzend fühlt Mia sich eher steif und unsicher, und weiß gar nicht, wie sie sitzen soll. Mia stellt sich selbst in Frage, warum sie Mama nicht in den Arm nehmen kann, wenn es dieser schlecht geht. Sie fragt sich, was mit ihr nicht stimmt. Danach erzählt sie, dass sie es auch nie mochte, wenn ihr Papa sie im Vorbeigehen berührte, wie er es oft tat. Auch da fragt sie sich, was da mit ihr los ist, weil da „ja nichts dabei“ sei. Ich teile meinen Eindruck, dass sie ihre Reaktionen sehr schnell in Frage stellt. Ich sage ihr, dass es ja sein kann, dass ihre körperlichen Reaktionen durchaus Sinn machen, beziehungsweise gemacht haben. Mia nickt und meint, sie würde sehr schnell denken, dass mit ihr etwas nicht stimme. Sie erzählt, dass sie sich früher öfters dachte, vielleicht hole sich ihr „Vater so ein bisschen etwas, was er von meiner Mutter nicht bekam“. Ich frage Mia, was sie gerade körperlich und emotional wahrnimmt. Mia sagt, sie fühle sich leichter und der Klos wäre nicht mehr so groß. Auf die Frage, was da passiert sein

könnte, meint sie, sie habe noch nie jemanden erzählt, dass ihr Vater öfters „hergegriffen“ habe und dass sie das nicht mochte; sie hätte es sonst immer eher als „nicht so schlimm“ abgetan. Ich frage Mia, ob sie aktuell einen Impuls verspürt, ob sie etwas ausdrücken oder probieren möchte. Mia steht auf und adjustiert Stühle so, dass die Eltern ihr direkt gegenüber sitzen und auf sie schauen und meint dabei, es wäre schön, wenn „das irgendwie mal so sein könnte“. Sie sagt, sie wisse jetzt nicht, ob sie sich jetzt zurücksetzen möchte, in ihren Stuhl des Kindes. Es sei „irgendwie komisch“, dass ihre Eltern sie so direkt ansehen, sie war sonst immer eher in der Beobachterrolle. Sie hat das Gefühl, dass da vielleicht „so eine Erwartungshaltung“ ihr gegenüber kommt, im Sinne von „Und, was tun wir jetzt?“, wenn sie in dem Sessel sitzt. Ich schlage vor, mit Nähe und Distanz zu experimentieren und den Sessel des Kindes weiter weg zu geben. Mia probiert es und sagt sofort, ja jetzt ist es besser, jetzt könne sie sich reinsetzen. Mia setzt sich in Sessel. Sofort fühlt Mia Traurigkeit darüber, dass es gefühlt nie um sie ging. Sie sagt, dass sie noch heute eigene Belange eher hintanstellt und sich zurücknimmt. Ich frage Mia, ob sie diese Schwere, dieses Beklemmende im Moment auch noch wahrnimmt. Mia antwortet, dass es nicht mehr so stark da ist, aber dennoch spürbar, als „etwas Dumpfes“. Mia geht auf meinen Vorschlag, dieses „Dumpfe“ mit einem Gegenstand im Raum zu symbolisieren ein, nimmt eine schwarze Kiste und stellt sie *zwischen* die Eltern mit den Worten „Da gehört sie hin“ und „Ist nicht meins“. Dieses „Schwere, Dumpfe“ sei irgendwie immer präsent gewesen, so „alles durchdringend“, aber jetzt habe es eine Form und einen Ort. Weiter meint sie, dass jetzt, wenn die Kiste *zwischen* den Eltern stehe, endlich „Platz für etwas anderes“ sei. Mia bemerkt, dass sie jetzt - im Gegensatz zu zuvor - ruhiger sitzen könne und dass es sich jetzt für sie „stimmig“ anfühlt als Bild. Dieses „Dumpfe, Schwere“ habe immer so „mitgeschwungen“ in allem und sie dachte immer sie müsse was tun, sie könne ja was tun, sie sei verantwortlich. Jetzt grad könne sie es sich einfach anschauen. Sie fühle sich nicht mehr so angespannt, fühle sich beweglicher und meinte, jetzt habe sie auch das Gefühl einfach aufstehen zu können, wenn sie gehen wollen würde. Sie merke erst jetzt, dass sie sich zuvor wie festgenagelt gefühlt habe und sie sich jetzt autonomer fühle. Sie merke, jetzt ist „da irgendwie ein Platz“ für sie und dass sie den „eigentlich gefühlt nie hatte“. Wir lösen die Szene auf. Mia fühlt sich danach erleichtert, es sei für sie erstaunlich

gewesen, dass das alles so spürbar wurde und interessant, „das mal so in Szene gesetzt zu erfahren“.

Bei Mia treten nicht direkt Phänomene der sexuellen Beziehungsgestaltung zwischen den Eltern auf, außer dem Gefühl, dass es Erotik zwischen den beiden gar nicht gegeben hätte. Es zeigt sich, dass es für Mia in der Kernfamilie gefühlt nie etwas Leichtes, Unbeschwertes und Lustiges im Umgang miteinander gab. Markant ist eine formlose, alles durchdringende Schwere und Beklemmung, die leiblich atmosphärisch spürbar wird, und die Mia auch aus anderen Bereichen ihres Lebens wiedererkennt. Bisher dachte Mia, die in ihrer aktuellen Paarbeziehung auch in der Sexualität wahrgenommene Schwere, käme eher von ihrem Partner und seiner Lebensgeschichte. Während der Sitzung erkennt sie, dass diese Schwere auch zu ihrem familiären Hintergrund gehört und diese Erkenntnis fühlt sich erleichternd an. Sie nimmt einige Ähnlichkeiten, in dem was zwischen ihren Eltern an Beziehungsdynamik spürbar wird, und der Beziehungsdynamik in ihrer Partnerschaft, wahr, beispielsweise eine Beklemmung und Schwere, wenn sie mal auf die Idee kommt, sexuell was Neues auszuprobieren oder dass es gefühlt nie etwas Leichtes und Lustiges im erotischen Miteinander mit ihrem Partner gibt. Nachdem das Schwere, das formlos und „immer präsent“ war, in Form der schwarzen Kiste eine Gestalt und einen für Mia stimmigen Platz zwischen den Eltern erhielt, fühlt sich Mia erleichtert und ruhiger. Sie merkt, dass vorher nie ein Raum für sie da war. Endlich ist „Platz für was andres“. Ein eigener Raum wird für Mia spürbar und sie fühlt sich autonomer.

*Agnes (33 Jahre): „Ich fühle mich wie versteinert“*

Agnes bleibt nach der Imagination noch still liegen (dies ist für sie eher ungewöhnlich ist, weil sie ansonsten dazu tendiert, rasch ins Tun oder Erzählen zu gehen). Nach einigen Momenten erzählt sie, dass sie sich die ganze Zeit „wie versteinert“ und ängstlich fühlte, wie in einem „freeze modus von den Zehenspitzen bis zum Kopf“; Sie erzählt, es wäre ein ganz „eigenes Gefühl, wie wenn ich mich gar nicht bewegen dürfte“. Agnes erzählt, dass sie dieses Gefühl wiedererkennt, aber in so einer Intensität noch nie gefühlt habe und dass das überraschend für sie war. Auch Agnes sieht in der Imagination ihre Eltern nicht gemeinsam in einem Raum, sondern immer eher in

getrennten Räumen und Mama oder Papa „schauen kurz herein“. Beide sind immer „sehr im Tun“ (das ständige Tun kennt Agnes sowohl aus ihrem eigenen Leben als auch dem ihrer Eltern). Sie habe viel „Distanz“ wahrgenommen zwischen den beiden und während Agnes den Ausdruck „Distanz“ verwendet, merkt sie wie diese versteinerte, eingefrorene, angespannte Leiberleben wieder hochkommt. Es mache sie sehr traurig zu sehen, wie wenig Gemeinsames sie bei den Eltern wahrnimmt und wieviel Distanz. Sie hat den Eindruck, sie selbst stünde so im Vordergrund und wenn mal Zeit für Aufmerksamkeit ist, dann eher für sie und nicht zwischen den beiden Eltern. Das mache sie grad sehr traurig. Wenn sie mit Mama oder Papa zusammen war und der andere Elternteil kam dazu, hat das „irgendwie nie gepasst“ und „war immer angespannt“. Während sie das erzählt, sagt Agnes, spürt sie wieder ganz stark die Versteinerung im Körper, vor allem im Bauchbereich. Sie verknüpft es mit einem Gefühl von wenig Raum, wenig Freiheit. Agnes schlage ich ebenfalls die drei Sessel Methode nach Anne Teachworth vor, um die Beziehungsebene zwischen den Eltern und ihre Sicht als Kind in Szene zu setzen und Agnes geht darauf ein. Sie stellt Mama und Papa nebeneinander auf, gleiche Blickrichtung und sich selbst als Kind dazwischen. Auf den Sessel der kleinen Agnes setzt sie eine kleine Puppe. Sie grenzt den „Raum der Kindheit“ mit Seilen ab. Sie setzt sich zurück auf Couch. Das erste, das ihr in den Sinn kommt ist: Was mache ich da dazwischen, sollte es nicht um die beiden gehen? Sie erinnert, dass sie auch lange im Bett der Eltern zwischen ihnen schlief. Sich als Kind jetzt so zwischen den Eltern zu sehen, fällt Agnes sehr schwer, es kommen Schuldgefühle auf, es kommt der Gedanke auf, „vielleicht liegt es an mir, dass die beiden nichts Gemeinsames hatten“. „Vielleicht bin ich schuld“. (Diese Gedanken „Es liegt an mir“, kennt Agnes sehr gut aus unterschiedlichen Bereichen ihres Lebens). Auf die Frage, wie es der kleinen Agnes, die da grad sitzt, wohl gehen könnte, sagt (die erwachsene) Agnes, dass sie sich wohl versteinert und ängstlich fühle, nicht wisse, was sie machen, sagen darf und was nicht, dauernd versucht zu harmonisieren, zu vermeiden, dass es Streit gibt. Auf die Frage, wie es ihrer Mutter gehen könnte, sagt Agnes, dass sie Mama unglücklich und unzufrieden wahrnimmt, dass Mama „gerne alles anders hätte“. Agnes meint, sie selbst fühle sich verantwortlich dafür, wie es Mama geht. Auf die Frage wie es Papa gehen könnte, meint Agnes, er sei sehr mit sich selbst beschäftigt und eher oberflächlich lustig. Wie er sich fühle, wisse sie nicht. Die kleine

Agnes, die dasitzte, fühle sich schuldig gegenüber der Mutter. Ich frage Agnes, ob sie diese Schuld symbolisieren möchte, mit einem Gegenstand im Raum. Agnes bejaht, nimmt eine kleine Truhe und stellt sie neben die Puppe, die klein Agnes repräsentiert. Sie setzt sich zurück auf Couch und blickt auf die Szene. „Es ist alles so komplex und verwirrend, irgendwie überfordernd. Schon für mich als Erwachsene, wie muss es der Kleinen dann erst ergangen sein?“, sagt Agnes auf die Szene blickend. Ich frage Agnes, wie der Gedanke für sie ist, wenn ich so ein wenig in die Nähe der kleinen Agnes ginge, vielleicht neben oder hinter sie, um ein wenig zu spüren, wie das für die kleine Agnes ist. (Der Hintergrund dieser Intervention ist, dass im Rahmen unserer bisherigen therapeutischen Aufarbeitung klar wurde, dass Agnes' Eltern sich wenig in sie einfühlen; dem, wie es ihr geht und was ihre Bedürfnisse sind, kaum Beachtung schenk(t)en. Agnes glaubt generell immer alles allein machen zu müssen, gleichzeitig wünscht sie sich, dass jemand da ist, spürt wie es ihr geht und sie an der Hand nimmt). Agnes sagt, die Vorstellung sei schwierig für sie, da kommt eine ängstliche Aufregung, ein „Was passiert dann?“, weil in der Familie immer die Haltung „es passe eh alles, es ist alles so, wie es sein soll, wir verstehen uns alle gut, es gibt keine Probleme zwischen uns“ herrsche und wenn ich reinkäme, würde das vielleicht in Frage gestellt und die Wahrheit käme mehr ans Tageslicht. Es ist und war immer so vieles ungesagt, „das ungesagte zieht sich so durch“. So lief auch die Trennung der Eltern ab. Es war dann einfach so. Plötzlich waren da eine neue Wohnung und eine neue Frau. Ohne Erklärung. Ich erzähle Agnes meinen Eindruck, dass diese Haltung „Es passt eh alles, alles ist gut“ fast so etwas Unantastbares zu haben scheint, wie ein Tabu, als ginge das gar nicht, das in Frage zu stellen. Agnes bejaht und meint, das „trifft es gefühlsmäßig“. Agnes blickt zur kleinen Agnes. „Irgendwie möchte ich ihr sagen, es ist nicht deine Schuld. Ich bin so weit weg von ihr und wenn ich sie da so sitzen sehe, kann ich mir vorstellen, sie wünscht sich, dass da jemand da ist.“ Gleichzeitig spürt sie so eine Resignation, als könne sie da eh nichts ausrichten. Ein weiterer Gedanke, der aufkommt, ist, die Truhe zu sich zu nehmen, damit die kleine Agnes wenigstens die Kiste nicht mehr neben sich hat. Auf meine Frage, ob die Truhe denn zu ihr gehöre, verneint sie, ohne zu zögern, und sagt, sie gehöre zu den Eltern. Sie sagt, sie möchte sie eigentlich zwischen die Eltern stellen. Auf meine Frage, ob sie das jetzt tun möchte, bejaht Agnes, steht auf, nimmt die Truhe weg von der kleinen Agnes, stellt sie zwischen die Eltern, und setzt sich zurück auf

Couch. Sofort sagt sie, das wäre „cool“, weil „jetzt müssen die beiden da hinschauen und sich kümmern“. Plötzlich verspürt sie auch einen Ärger auf ihre Eltern. Sie sagt „das gibt's ja wohl alles nicht. Schaut's, dass ihr euren Kram beieinanderhabt“. Agnes sagt, es täte gut, das auszudrücken. Sie sagt, dass sie die „kleine“ Agnes im Sessel weniger angespannt wahrnehme, aber ängstlich, dass es jetzt wieder im Streit endet. Auf meine Frage, was der kleinen Agnes guttäte, sagt sie, entweder sie woanders hingeben oder ihr etwas zum Spielen zu geben. Auf meine Frage, ob sie etwas davon probieren möchte, geht Agnes zum Stuhl der kleinen Agnes und stellt ihn an den Rand des mit Seilen abgesteckten Raum der Kindheit. Zudem setzt sie die kleine Puppe, die Agnes repräsentiert, auf einem Polster in die Mitte des Sessels. (Zuvor saß sie auf einer Seite des Sessels). Sie sagt, sie selbst fühle sich jetzt besser, leichter. Jetzt geht es mal um die kleine Agnes und sie sitzt in der Mitte des Stuhls. Und sie „ist da mal raus“ (zeigt auf die Position zwischen den Eltern). Sie sagt die kleine Agnes freut sich, dass sie mal im Mittelpunkt ist, und dass sich wer um sie kümmert. Agnes merkt, dass plötzlich wieder Schuld spürbar wird, wie eine „Schuldtruhe Nummer zwei“, die mit der kleinen Agnes mitwandert. Seit der Trennung der Eltern, fühle sie sich verantwortlich dafür, wie es der Mutter geht. Wenn Mama unglücklich ist, fühlt sie sich schuldig. Und das sei noch heute so. Auf meine Frage, ob sie denkt, dass das so passe, dass ein Kind die Verantwortung für das Glück eines Elternteils übernimmt, sagt sie sofort, „Nein, gar nicht“. Sie meint, ihr Blick ginge grad zur Schuldtruhe Nummer zwei und sie werde wieder wütend, diesmal auch auf Papa. Bei ihm passe eh alles, er hat dann wieder eine Frau gehabt und noch zwei Kinder bekommen. Und Mama sei allein. Und Agnes übernehme dann Verantwortung wie es Mama geht, obwohl Mama das ja auch anders hätte handhaben können. Agnes meint, es fühle sich grad so an, „als ob sich ein Puzzle zusammensetze“. Sie sagt, sie möchte die kleine Agnes jetzt gerne rausnehmen. Die erwachsene Agnes nimmt die kleine Agnes aus dem Raum der mit Seilen abgegrenzten Szene und setzt sie nahe zu sich. Sie sagt, es fühle sich jetzt „sicherer“ an, da ist „die Grenze und die sind da drüben“. Zudem fühle sie sich „verbundener mit der Kleinen“, so ein „Ich will, dass du hier bist und nicht da drüben“. Sie spüre „mehr Wohlwollen der Kleinen“ gegenüber. Auf meine Frage, wie es der kleinen Agnes wohl grad ginge, sagt sie, dass das für die Kleine grad ungewohnt sei, dass da wer schaut, dass sich da wer kümmert. Auf die Frage, wie es ihr grad geht, sagt Agnes sie selbst habe den Eindruck, wenn sie

so zur Kleinen schaut, dass sie beide „sehr viel Spaß miteinander“ haben könnten, dass das alles auch ganz anders sein könnte. Wir lösen schrittweise die Szene auf. Agnes meint danach, es sei interessant, dass sich bei dem Thema Sexualität als Ausgangspunkt, ihre Kernthemen so zeigen. Es war „mal was ganz anders, was neues“ dieses Versteinerte so intensiv körperlich zu fühlen. Sie erkennt, dass sich ihr generelles Gedankenmuster „Es liegt an mir, ich bin schuld und daher muss ich was tun“ auch in der Sexualität in ihrer Partnerschaft zeigt. Sie sagt, sie erkenne jetzt, die Kernbotschaft des ganzen ist ja, dass es nicht an mir liegt, bzw. was die Sexualität betrifft, nicht nur an mir, und das grad zu spüren, fühle sich sehr befreiend an.

Auch bei Agnes zeigen sich - wie bei Mia- nicht direkt Phänomene aus der sexuellen Beziehungsgestaltung zwischen den Eltern. Es zeigen sich jedoch Phänomene, die Agnes sowohl aus der sexuellen Beziehungsdynamik mit ihrem Partner, als auch aus anderen Lebensbereichen kennt, und zwar in einer für Agnes überraschend intensiven Art und Weise. Markant ist die Versteinerung, die Agnes während und nach der Imagination leiblich wahrnimmt. Was sich zudem als Muster zwischen ihren Eltern zeigt, und was Agnes sowohl generell in ihrem Leben kennt, als auch in ihrer sexuellen Beziehungsgestaltung mit ihrem Partner, ist ein „ständiges Tun“. Alles hat Pflichtcharakter und wenn „was nicht passt“, hat Agnes sofort das Gefühl, es liegt an ihr und sie fühlt sich schuldig. Agnes nimmt wenig an Gemeinsamen zwischen ihren Eltern wahr und sie fragt sich, ob sie daran schuld ist, weil ihre Eltern nur ihr Aufmerksamkeit schenken, jedoch nicht einander. In der sexuellen Konfliktsituation mit ihrem Partner, der ihr vermittelt, es sei schwierig für ihn, weil sie lustlos sei, hat sie das Gefühl, sie „müsse jetzt was tun“, der „Ball liegt bei mir“, weil sie ja lustlos und damit schuld an den Schwierigkeiten ist. Es habe für sie auch Pflichtcharakter da jetzt etwas zu tun, zu handeln. Hier gibt es Ähnlichkeiten zu der Beziehungsdynamik aus ihrer Kernfamilie. Wie bei Mia, beginnt auch bei Agnes, als sie die Schuld in Form einer Truhe symbolisiert und zwischen die Eltern stellt, ein Differenzierungsprozess, was zu ihr gehört und was zu den Eltern und ein eigener Raum für Agnes entsteht. Übernommenes wird leiblich erfahrbar zurückgegeben. Agnes kommt mit ihrer Aggression in Kontakt, die zuvor von Schuld überlagert war. In dem durch die Differenzierung entstandenen Raum macht sich erstmals auch mehr Verbindung zwischen der erwachsenen Agnes und der kleinen

Agnes bemerkbar und es entsteht ein Interesse an der kleinen Agnes. Agnes fühlt sich sicherer und erleichtert am Ende.

*Anna (35 Jahre): „Ich ekle mich“, „Es fühlt sich nach Ausbeutung an“.*

Anna erlebte in der Imagination vorwiegend auditive Reize. Sie erinnerte sich an eine Szene, in der ihre Eltern im Wohnzimmer Sex hatten, was sie, als circa achtjähriges Kind, von ihrem Kinderzimmer aus mithörte. Es sei ein „eigenartiges Gefühl“ gewesen, sich zu erinnern, ihre Eltern beim Sex gehört zu haben, sie wisse nicht genau, wie das für sie als Kind war. In dem Moment, in dem Geräusche und dann das Bild kam, seien viele Gedanken gekommen. Anna erzählt, dass ihre Mutter ihr öfters erzählt hätte, dass ihr Vater sie betrüge. Weiter meinte ihre Mutter, sie solle sich hüten, Sex zu haben, weil sie dann niemand mehr respektieren werde. Gleichzeitig erzählt Anna, dass ihre Mutter sich immer ihrem Vater sexuell „zur Verfügung gestellt hätte“, um Zuneigung zu bekommen, wie in der Szene, die sie in der Imagination hörte. Ihren Vater beschreibt sie als „kaum emotional und triebgesteuert“. Anna schlage ich vor die Szene, die sie vorwiegend auditiv und über Bilderleben erinnert, in Szene zu setzen und dafür ebenfalls einen Raum (der Kindheit) mit Seilen abzugrenzen. Auch Anna geht drauf ein. Anna steckt den Raum ab und nimmt dann zwei Polster, um die Eltern zu repräsentieren. Sie legt diese Polster, um die Sexszene zu stellen, übereinander. Sich selbst als Kind gibt sie in einen anderen Raum (ebenfalls mit einem Seil abgegrenzt) und setzt sich zurück auf die Couch. Das erste, das sie sagt ist, dass ihr schlecht wäre, „bis in den Bauch hinunter“. Sie sagt, sie sei auch verärgert, weil ihre Eltern sie in das ganze reingezogen hätten, indem sie ihr diesen ganzen „Müll“ über Sexualität eingetrichtert haben. Sie will auch gar nicht, dass das ihres ist. Sie ist verärgert, dass ihre Eltern sich um ihren „Müll“ nicht selbst gekümmert haben. Auf meine Frage, wie sich der Gedanke anfühlt, etwas näher zu rücken, zur kleinen Anna in der Szene, sagt (die erwachsene) Anna, der Gedanke würde sich „schwer in Bauch“ anfühlen, es würde Ekel ihren Eltern gegenüber aufkommen. Auf die Frage, wie es sei, das auszudrücken, sagt Anna, es fühle sich befreiend an. Sie sagt, dass sei auch etwas, was während der Imagination stark aufgekommen sei, der Wunsch sich vom dem, was ihre Eltern vermittelten, zu befreien. Auf die Frage, wie es der kleinen Anna wohl grad gehen könnte, sagt sie „verloren“. Sie sagt, auch wenn der Ekel noch spürbar wäre, möchte sie gerne näher zu kleinen Anna rücken. Die erwachsene Anna setzt sich neben die kleine Anna in die Szene. Nach



einigen Momenten sagt sie, sie möchte die kleine Anna hinter sich geben, um sie zu beschützen. Sie möchte ihr sagen, dass sie auf das, was Eltern da über Sexualität sagen, nicht hören muss, dass sie ihre „eigenen Regeln“ setzen kann. (Ihre Mutter sagte ihr beispielsweise, dass kein Mann sie mehr respektieren würde, sobald sie Sex mit ihm hätte). Regeln sind für Anna wichtig, sie hat immer das Gefühl, sich unbedingt an Regeln halten zu müssen. Ich frage sie, ob sie das der kleinen Anna direkt sagen möchte und Anna nickt. Sie beginnt zu sprechen und weint. Sie spricht und weint. Am Ende frage ich sie, wie es war, das der kleinen Anna zu sagen. Anna greift zu ihrem Bauch und sagt befreiend und leicht. Sie spüre das grad vor allem im Bauch. Da wäre plötzlich so eine wohlige Wärme. Ich frage Anna, ob sie die kleine Anna, hinter sich geben möchte, wie sie es vorhin gesagt hatte. Sie bejaht und tut es. Sie sagt es fühle sich „bestärkend“ an, als könne sie ihre „eigene Person sein“. Ich frage Anna, ob sie ihre Grenze jetzt auch visualisieren möchte, mit einem Seil. Sie bejaht, legt ihre Grenze und sagt „Ich mag meine Grenze, meinen Raum“. Sie sagt, sie fühle sich, jetzt, wo die Grenze so klar da liegt, noch bestärkter, so als wären das ihre Entscheidungen und ihre Leben. Ich frage Anna, wie es jetzt sei, zurück zu ihren Eltern zu schauen. Sie sagt, sie habe Mitleid. Ihre Mutter tue verzweifelt alles, um von ihrem Vater geliebt zu werden, egal ob sie gerade Sex möchte oder nicht. Die Mutter fühle sich wohl verloren und einsam. Es sei schlimm für sie das zu sagen, aber ihre Mutter habe aus ihrer Sicht da gar keine Lust auf Sex. Es fühle sich eher wie Ausbeutung an. Ihr Vater, vermutet sie, fühle gar nichts, außer seiner Triebe. Auf meine Frage, ob der Ekel noch spürbar sei, meint Joanna, dass, seitdem es sich so klar anfühle, dass das „das Ding ihrer Eltern“ ist und nicht ihres, und die Grenze hier im Raum liegt, der Ekel nicht mehr spürbar sei. Sie sagt, es sei sehr befreiend gewesen, zur Kleinen vorher zu sagen, sie müsse da nicht drauf hören und könne ihr eigenes machen. Ich frage sie, wie der Gedanke ist, wieder auszusteigen aus der Szene, und sich zurück auf Couch zu setzen. Anna bejaht und setzt sich zurück. Sie sagt, es fühle sich immer noch gleich an. Als sie zur kleinen Anna gesagt habe, sie könne „ihre eigenen Regeln“ setzen, sei sofort eine Leichtigkeit in ihren Bauch und eine Wärme in ihren Körper gekommen. Es fühle sich so stimmig an. Auch der Ärger sei kaum noch spürbar. Es fühle sich grad so klar getrennt an. Sie sei hier, die Eltern sind dort. Sie sagt, gerade fühle es sich so klar und stark an, dass sie ihr eigenes machen könne und das ihrer Eltern nicht weiterführen müsse, und sie hoffe so sehr, dass das so

bleibt. Sie sei etwas erstaunt, wie leicht das grad so passiert sei bei etwas, mit dem sie seit Jahren kämpft. Jetzt grad fühle es sich so an, als hätte es „diese Erfahrung real gemacht“. Anna löst die Szene schrittweise auf. Danach erzählt sie, sie empfinde grad mehr Liebe für ihren Ehemann. Sie sagt, sie merke, dass das Bild ihres Vaters, der ihre Mutter „sexuell benutzte“, ihr Bild von ihrem Mann stark beeinflusst habe. Jetzt grad spüre sie, dass sich da was gelöst habe. Sie würde jetzt zwar nicht gleich heimrennen und Sex mit ihrem Mann haben, aber sie habe das Gefühl, sie könnte (Anna lacht). Anna erzählt, sie merke grad, dass sie eine Grenze versuchte zu setzen, indem sie Sex als Ganzes mit ihrem Mann ablehnte und dass ihr jetzt grad klar wurde, dass das so für sie nicht stimmig sei. Sie erkenne jetzt, nicht die Sexualität per se sei schlecht oder schuld, sondern wie die Eltern damit umgegangen sind, was sie vorgelebt haben. Es sei nicht „Sexualität, die eine Person benutzt, es ist eine Person, die eine Person benutzt“. Es fühle sich so an, als würde sich das grad „beginnen zu entwirren“. Dies mache sie hoffnungsvoll und aufgeregt neugierig.

Bei Anna zeigen sich direkt Phänomene aus der sexuellen Beziehungsgestaltung zwischen ihren Eltern in Form akustischer Geräusche und der Erinnerung an eine Sexszene zwischen ihren Eltern, die sie mithörte. Wie bei den anderen beiden Frauen, gibt es Ähnlichkeiten, in den leiblich zugänglichen Phänomenen der sexuellen Beziehungsgestaltung zwischen den Eltern und der sexuellen Beziehungsgestaltung in der Partnerschaft. Anna erkennt, dass sie ihren Vater in ihrem Mann gesehen hat. Den Vater beschreibt sie als emotionslos und triebgesteuert und es kommt Ekel auf, wenn sie an die Sexszene denkt. Die Mutter beschreibt sie als lustlos und getrieben vom Wunsch, die Liebe des Vaters zu bekommen. Das wäre der Grund gewesen, dass sie mit ihm schlief. Anna sagt, sie hatte früher auch oft Angst, dass ihr Mann sie verlässt, wenn sie nicht mit ihm schläft und dann tat sie es. Seit geraumer Zeit geht sie ins genaue Gegenteil ihrer Mutter und wehrt Sex als Ganzes ab. Nachdem sie erkennt, dass sie ihren Vater in ihrem Mann gesehen hat und sich dies wieder differenziert, treten erste zarte Lustgefühle ihrem Mann gegenüber auf. Eine weitere Differenzierung passiert, als sie die kleine Anna schützend hinter sich stellt und ihr sagt, sie müsse nicht auf das hören, was ihre Eltern ihr über Sexualität vermitteln, sie könne ihre eigenen Regeln machen. Auch für Anna entsteht ein eigener Raum.

### **3.2.2. leiblich zugängliche Qualitäten der Lust und des Genusses aus dem weiteren Familiensystem**

Im Folgenden beschreibe die Ergebnisse des zweiten Teils der Studie, in dem es um potenzielle Phänomene der Lust und des Genusses im weiteren Familiensystem, geht.

Mia *„Es muss nicht immer alles so schwer sein (...) Es kann auch einfach mal gut sein“*

Mia beschreibt nach der Imagination, ihr wäre eine Frau entgegengetreten, die sie von Bildern ihrer Familie väterlicherseits kennt. Sie wisse aber nicht genau, wer die Frau sei, beziehungsweise wie sie mit ihr verwandt sei. Es war überraschend für sie, dass diese Frau ihr so plötzlich entgegentrat. Es war eine wohltuende Begegnung. Die Frau strahle etwas „Sattes, Volles, Bequemes, Warmes“ aus. Die Begegnung habe sie als „direkt, vertraut und verbunden“ erlebt. Sie sagt es war eine neue, ungewohnte Erfahrung in der Imagination „das direkte als wohltuend zu empfinden“ (Meist ist ein direktes Gegenüber zu haben für Mia verbunden mit Erwartung und Anspannung). Es fühlte sich auch so „direkt und unverstellt an“, im Gegensatz zu „diesem um die Ecke kommunizieren“, welches sie von ihren Eltern kennt. Beim Verabschieden habe „ihr die Frau so zugezwinkert“. Mia war froh, darüber weil ihr das vermittelte, sie würden einander wieder sehen. Zudem habe die Frau ihr mit dem Zwinkern etwas vermittelt, was „schwer in Worte zu fassen“ sei. So ein „es ist alles gut, es ist ok“; und Mia dachte sich dabei, „ja, es müsse nicht immer alles schwierig und schwer sein, es könne auch mal einfach alles gut sein“. Ich frage Mia, ob sie die Frau einladen möchte und sie auf einen leeren Sessel setzen möchte. Mia geht darauf ein. Mia setzt die Frau direkt vor sich auf einen Stuhl in einem Abstand von circa zwei Metern. Sie sagt, das sei „so direkt, da zieht sich was zusammen“, da habe sie „wieder einen Klos im Hals“. Mia sagt, sie verstünde das nicht, weil es in der Imagination wäre ja auch direkt gewesen und da wäre das Direkte wohltuend gewesen. Jetzt fühle es sich so an, als ginge durch das direkte Gegenüber die Verbindung, die sie zuvor gespürt habe, verloren. Mia probiert in Interaktion mit mir behutsam unterschiedliche Positionen und Blickrichtungen der Frau und unterschiedliche Nähe - Distanz Optionen aus. Sie bemerkt, dass wenn die Frau etwas seitlich zu ihr sitzt, es leichter wird, sie weniger das Gefühl hat, etwas tun bzw. reagieren zu müssen. Trotzdem sei dann jedoch die Verbindung nicht so ganz spürbar. So als

wäre Mia nicht sicher, ob die Frau sie dann noch wahrnehmen könne. Gleichzeitig spürt Mia, dass das Direkte für sie schwierig ist, dass da wieder dieser Erwartungsdruck, etwas tun, reagieren zu müssen, aufkommt. Mia fragt sich in einer selbstkritischen Art und Weise (wie beim ersten Teil), warum das Direkte für sie so schwierig sei. Warum sie das nicht könne. Ich erinnere sie an die letzte Sitzung, in der die Erwartungshaltung ihrer Eltern als Gegenüber sichtbar wurde und sage ihr, dass es für mich gut verständlich sei, wie es ihr da geht. Mia probiert weitere Positionen aus, nichts fühlt sich so ganz stimmig an. Ich frage sie, ob sie probieren möchte, den Stuhl ganz wegzugeben, um kein Gegenüber mehr zu haben. Sie bejaht und nimmt einen samtgelben Polster als Repräsentation für die Frau und gibt ihn rechts neben sich auf Couch. Sofort sagt sie, dass auch das gefühlsmäßig nicht so ganz passe und gibt ihn auf die linke Seite neben sich in die Ecke der Couch. Sie sagt „Ja, so passt es gut. „Mit der Ecke (Anm. der Couch) hat es so was Abgeschlossenes“. Sie merke jetzt, dass es in ihrem Brustbereich wieder weiter werde, „der Klos im Hals viel weniger“ da sei. So hat sie mehr das Gefühl, sie könne „einfach sitzen und schauen“ und müsse nicht gleich was tun. Sie sähe jetzt weniger die Frau neben sich, sondern spüre mehr diese Qualitäten, vor allem dieses Satte, Warme, Weiche, Gemütliche. Nicht so stark wie bei der Imagination, aber es ginge „so in die Richtung“. Deswegen passe auch die Farbe des Polsters für sie grad gut. Sie beschäftige sich in ihrem Leben viel mit Farben und das wäre keine Farbe, die sie sonst wählen würde, aber jetzt grad passe das gut für diese Qualitäten. Und sie merke, sie könne jetzt entscheiden, ob sie „rüber schaue oder auch einfach mit ihr geradeausschaue“. Mia sagt, es fühle sich „irgendwie ambivalent“ an. Wenn sie so neben der Frau sitze, wisse sie nicht genau, ob sie von der Frau noch wahrgenommen würde. Wenn sie sie direkt anschau und mit Worten adressieren würde, verursache das jedoch Stress. Wir experimentieren weiter, mit unterschiedlichen Positionen, Nähe, Distanz und Ausdruck von Worten. Sie erzählt, es fühle sich an, als würden keine Worte rauskönnen, als blieben diese „im Hals stecken“. Aber dabei habe sie weniger die Frau und mehr ihre Mutter vor Augen. Am Ende sitzt Mia schräg am Boden vor der Frau. Sie sagt, diese unterschiedliche Sitzhöhe fühle sich am besten an. Mia sieht zu der Frau hinauf. Sie sagt, sie hätte das Gefühl, sobald sie mit der Frau mit Worten in Kontakt treten würde, sie nicht wahrgenommen, nicht ernst genommen würde, es fühle sich aussichtslos an. Mia weint. „Das macht mich total traurig.“ Es sei „wie so ein riesiger Berg,

wo ich nicht drüber komm“. Mia sagt, hier im Brustkorb „wo die Worte sitzen“ wäre alles ganz hart. Sie versuche, das zu verstehen, könne es aber nicht begreifen. Ich frage Mia (auf das Stickwort begreifen hin), ob sie probieren möchte, was in ihrem Brustkorb sitzt in ihre Hände zu nehmen, zu schauen, ob es eine Botschaft gibt. Mia geht darauf ein, formt ihre Hände zu einer Schüssel vor der Brust und sagt, es sei wie „so ein schwarzer Ball“, den sie gar nicht haben möchte, den sie am „liebsten so nach hinten werfen möchte“. Ich frage sie, ob sie das jetzt so machen möchte. Mia macht eine wegwerfende Geste nach hinten. Sie sagt, es fühle sich gleich leichter an, nicht ganz weg, aber leichter. Sie sagt, sie fände es so schade, dass sie dieses Wohltuende, Satte, mit dieser Frau nicht zulassen könne. Ich frage sie, ob es sein kann, dass sie da etwas kritisch mit sich selbst umgeht. Mia nickt und sagt glucksend „Ja und eigentlich sitzt die Frau ja immer noch da“. Mia meint, wenn sie einfach nur dasitzen könne, ohne etwas zu sagen, ohne etwas zu beschreiben, wäre es jetzt gut für sie. Wir sitzen in Stille. Nach einer halben Minute sagt Mia, es fühle sich ungewohnt an. Einfach nur zu sitzen. Ganz frei fühle sie sich noch nicht. Sie habe irgendwie das Gefühl, sie möchte Körperkontakt, aber der Höhenunterschied stimme noch nicht. So wäre sie größer und hätte das Gefühl, die Frau in den Arm zu nehmen und sie wünsche es sich umgekehrt. Ich frage sie, ob sie probieren möchte, es ihr so einzurichten, dass es sich für sie stimmig anfühlt. Mia bejaht und gibt den Polster in ihren Rücken in den Nackenbereich und lehnt sich zurück. Sie legt ihre Füße hoch und sagt glucksend, ja so passt das. „Jetzt kann ich einfach still sitzen“. In ihrem Rücken fühle sie dieses Gemütliche, Satte, Weiche. Im Brustbereich sei es nun besser, sie habe grad nicht das Gefühl, etwas sagen zu müssen. Wir sitzen lange in Stille. Nach circa einer Minute lacht Mia und sagt „So könnte es öfters sein“. So ein Gefühl der Entspannung, „Jetzt bin ich einfach da“. Jetzt ist mir diese Frau auch wieder näher. „Dieses Gemütliche, es klingt so banal, aber es trifft einfach“. So was Rundes, Bequemes, Weiches. Jetzt ist wieder mehr Verbindung da. „Dieses Hinter mir, passt grad gut“. Ich frage sie, ob es von der Qualität her auch etwas von diesem Zwinkern zum Abschied hat, dieses „Es ist alles gut“. Mia bejaht. Sie sagt, sie müsse sofort schmunzeln, wenn sie an dieses Bild des Abschieds mit dem Zwinkern denkt. Das nehme „irgendwie so die Schwere“. „Jetzt habe ich irgendwie das Gefühl ich kann hier einfach so liegen. Ich muss nichts sagen.“ Am Ende sagt Mia, sie möchte noch „Danke“ sagen und „bleib bei mir“ (in Richtung der Frau). Auf meine Frage, was die Frau da wohl

antwortet, lacht Mia und sagt, sie sage „Logisch“. Sie sagt, die Frau habe auch so etwas Witziges, aber nicht etwas, bei dem sie sich nicht ernst genommen fühle, sondern eher so etwas Humorvolles, bei dem nicht alles so schwer wirkt. Ich sage ihr, dass das vielleicht ja wichtig ist, wenn wir die Szene jetzt entrollen, könne sie die Erfahrung der Frau und der Qualitäten im Rücken mitnehmen. Mia bejaht. Nach dem Entrollen der Szene sagt Mia, sie fühle sich lockerer. Irgendwie „ist im Bereich zwischen Ohren und Schultern alles ein bisschen weiter geworden, als wäre mehr Raum entstanden“. Die Farbe des Polsters würde sie sonst nie ansprechen; sie würde sie sich nie aussuchen (sie arbeitet viel mit Farben) aber jetzt passe es so gut zum Zustand, dieses Ruhige, Weiche, Warme, Satte, Gemütliche. Der Rücken fühle sich warm an, „immer noch wie so ein Kontakt, so irgendwie belegt“. Wir schließen die Sitzung.

Für Mia werden zwar nicht direkt Phänomene der sexuellen Lust aus dem weiteren Familiensystem zugänglich, aber es zeigen sich dennoch Atmosphären und Qualitäten, von etwas „Sattem“, „Weichem“, „Bequemen“, die etwas Genussvolles haben. Zudem wird im Kontakt mit der Frau und ihrem Zwinkern am Ende der Imagination, eine Art der Leichtigkeit und Zuversicht leiblich spürbar. Es werden Qualitäten und Ressourcen aus dem weiteren Familiensystem erkennbar, die für Mia überraschend und wertvoll sind. „Es kann auch einfach mal leicht sein“.

*Agnes: „Da ist vieles unausgesprochen und tabu“.*

Agnes sieht vor sich einen großen Tisch mit vielen Verwandten, an dem sie sich auch früher real öfters getroffen hatten. Agnes habe während der Imagination „alles sehr angespannt“ wahrgenommen. Sehr viel, tun, arbeiten, sich kümmern, ein „So muss das sein“. Genuss wurde in der Familie über Essen oder Feiern gelebt, musste aber verdient werden, war immer mit Tun, Arbeiten verbunden. Es fühlte sich an wie ein „So muss das sein“. Sie selbst sitzt am Tisch als Beobachterin, fühlte sich angespannt und ängstlich, was darf sie sagen, was passt, was passt nicht. Sie wollte da früher nie dabei sein und dachte sich dann, etwas stimme mit ihr nicht. Jetzt bei dem Bilderleben kam eher die Frage auf, was mit ihrer Familie los sei. Wenn sie an Ahnen denkt, wird es etwas vernebelt, es gibt viele Andeutungen, Erzählungen, aber nichts Konkretes, „da ist vieles unausgesprochen und tabu“. Es entstand bei ihr während der Imagination so ein Fragezeichen, was ihre Ahnen wohl gelebt hätten, ob die wohl was anders gemacht

haben, als das stetige tun, sich kümmern, arbeiten. Ich frage, wie es klinge, diesen „Tisch der Verwandten“ im Therapieraum einen Platz zugeben, ihn zu symbolisieren, in einem mit Seilen abgesteckten Raum und diesen „vernebelten Raum der Ahnen“, wo vieles ein Fragezeichen scheint. Agnes bejaht, dass sie das probieren möchte. Agnes steckt mit Seilen zwei Räume ab, legt in jeden Raum einen Polster und setzt sich auf die Couch zurück. Als erstes sagt sie, als sie auf die Szene schaut, dass es „alles so versteckt“ sei; Genuss, Lust, Sexualität. Versteckt im Sinne von Tabu, man redet da nicht drüber. Genuss müsse man sich einerseits verdienen, aber es habe auch irgendwie „Pflichtcharakter“, zum Beispiel bezüglich Essen ein „Das muss dir jetzt schmecken“, oder bezüglich Sexualität fühle es sich an wie ein „Das gehört dazu, das muss so sein“. Es hätte „Pflichtcharakter“ und es ginge um „Pflichterfüllung“. Wenn sie zu dem Raum der Ahnen und Ahninnen schaue, vermute sie da vieles an Hoffnungen und Wünschen, irgendwie habe sie den Eindruck, da sei auch viel Spannendes. Aber es sei „alles so versteckt“. Da spricht man nicht darüber. Es ist auch so etwas kaltes spürbar, so ein „So ist das halt, das muss man machen, darum geht es“, welches über das Versteckte gestülpt sei. Sie sehe sich da am Tisch sitzen, so ungesehen, angespannt im Sinne von, „was darf ich, was nicht, unsicher, wie die Spielregeln sind, es fühle sich so komplex an“. Sie müsse dasitzen, niemand fragt, was sie will, und sie kenne die Spielregeln nicht. Es ist alles so ein Muss. Wenn sie dem nachginge, was sie gerne möchte, schauen, probieren, reisen, das habe da gar keinen Platz, so etwas, wie das gibt es da gar nicht, das dürfe es nicht geben; Und jetzt grad merke sie, dass es das ja irgendwie doch gäbe, wenn auch versteckt, bei den Ahnen beispielsweise, wo grad auch viel Spannendes spürbar wird. Und sie erinnert es auch aus einigen kurzen Erwähnungen in der Familie. Sie sagt, es wäre „schwer zu fassen, schwer mit Worten zu beschreiben“, was da grad in ihr passiere. Es ist das Versteckte so spürbar und auch dieses „So muss das sein“, „So ist das“, dieses „Stringente“. Es wird nur auf letzteres geschaut, auch wenn das andre auch immer präsent ist, wie ihr jetzt grad sehr bewusst wird. Dieses Stringente „So muss das sein“ habe so etwas Übermächtiges, klein Haltendes, so ein Abtun. Sie habe gerade die ganze Zeit im Kopf, dass es da so viel Verstecktes gibt, und das wühle sie auf. Agnes merkt auch, dass sie traurig wird, weil sie sich da so viel mitgenommen hat. Sie esse oft zu viel und das habe dann gleich etwas Schamhaftes. Auch Sexualität habe für sie so etwas Verstecktes, Geheimes. Da

sei wenig Erlaubnis da, sich zu öffnen, etwas freier zu sein und das mache sie grad traurig. Agnes meint, es helfe ihr grad, das so vor Augen zu haben und sich zu sagen „Es ist halt so. Ich habe es so mitbekommen. Ich bin nicht schuld“. Sonst hätte sie immer gleich so einen Drang, zu tun, zu handeln, verbunden mit dem Gefühl, etwas stimme mit ihr nicht, es liege an ihr. Ich frage Agnes, ob sie mal die Perspektive wechseln möchte, indem sie sich raussetzt aus der aufgestellten Szene. Agnes bejaht nimmt einen Sessel und stellt ihn neben mich und setzt sich hin. Agnes sagt, sie fühle, wenn sie zu sich selbst auf der Couch sitzend schaue, eine große Anspannung. So als hätte sie immer versucht, „dazu zu gehören“, aber sie habe sich nicht dazugehörig gefühlt; „entweder man passt dazu, oder nicht, dazwischen gibt es nichts“; sie sagt, das mache sie grad traurig. Sie sagt die Szene (zeigt auf Raum Familientisch und Raum Ahninnen) habe so etwas Bindendes, es sei schwer die Aufmerksamkeit auf sich selbst zu lenken. Ich frage Agnes, ob es für sie jetzt passe, die Szene wieder aufzulösen. Agnes bejaht. Ich frage Agnes nach der Auflösung wie es ihr jetzt ginge. Sie sagt, es seien viele Gedanken und Gefühle parallel da, es ist „so schwer greifbar, was da alles ist“. Ich frage Agnes, ob sie hören möchte, wie es mir geht bzw. gegangen ist. Sie bejaht. Ich sage, dass es auch für mich schwer in Worte zu fassen sei, es sei irgendwie so viel, komplex, dicht, gleichzeitig schwer greifbar, so etwas Dumpfes, Schweres, das irgendwie so kaum fassbar, greifbar ist; dieses „so ist es, so muss es sein“ habe was von einem Tabu, das dürfe nicht angetastet werden, da gebe es nichts anderes, da dürfe es nichts anderes geben; und es gibt das Versteckte; vielleicht ist es das Versteckte, das so schwer greifbar ist, weil es ja versteckt ist; Und ich sage ihr, die Szene habe irgendwie eine Art Sogwirkung. Agnes nickt öfters, während ich ihr erzähle, wie es mir ging. Am Ende sagt sie, die Sogwirkung spüre sie auch jetzt noch, wo das ganze aufgelöst ist. Ich sage ihr, mir ginge es auch so. Ich schlage Agnes vor, dass wir uns beide etwas durch den Raum bewegen, Körperimpulsen nachgehen, das Fenster öffnen. Sie bejaht und wir bewegen uns im Raum. Als wir uns wieder hinsetzen, sagt Agnes, jetzt käme eher so ein Ärger auf, im Sinne, von „was ist denn da bitte los?“. Sie erinnert sich an den ersten Teil der Studie mit der Schuldkiste und merke, die ist ja auch irgendwie bei jedem in der Familie und vor allem bei ihr. Die Kiste sagt „Na, wenn du da nicht dazu passt, bist du selbst schuld, damit musst du dann zurechtkommen. Dann muss halt mehr dafür tun, weil da passt dann bei dir was nicht“. Das ärgere sie gerade. Wir schließen die Sitzung.



Auch für Agnes werden zwar nicht direkt Phänomene der sexuellen Lust und des Genusses zugänglich, jedoch ebenso heilvolle Qualitäten und Ressourcen. Bei Agnes machen sich diese Ressourcen als das „Versteckte“ bei den Ahnen, zum Beispiel in Form einer Lust zu Reisen oder einer anderen Lebensweise, bemerkbar. Dieses Versteckte hat etwas Bewegtes und Lebendiges in all der Starre, die sich beim ersten Teil in Agnes Kernfamilie zeigte. Es waren Qualitäten, die sich leiblich atmosphärisch zeigten, vom etwas „Wahren“ und „Authentischen“. Agnes tendiert meist dazu, ihre Wahrnehmung anzuzweifeln. In ihrer Familie herrscht das Credo, es sei alles richtig und gut so, wie es ist, und es gäbe keine Konflikte und Probleme. Agnes denkt dann oft, dass mit ihr was nicht stimmt, weil sie es anders wahrnimmt. In einem Nachgespräch zu dieser Sitzung sagt sie, dass da etwas im Raum gewesen wäre, was für sie „schwer in Worte zu fassen“ sei, aber es sei das erste Mal in ihrem Leben gewesen, dass sie ihre Wahrnehmung nicht anzweifle. „Das kommt gar nicht auf“. Es habe so „etwas Echtes, Authentisches“ gehabt.

*Anna: „Wie eine einsame Insel im Ozean aus Mist“*

Anna sagt nach Imagination, ihr wäre ihr Patenonkel und dessen Frau in Erinnerung gekommen, als schönes Beispiel für Sexualität. Sie sind strahlen etwas „Leichtes, Lustiges, Unbeschwertes“ im Umgang mit Sexualität aus. Sie sagt, sie habe diese „zwei Energien“, die in ihr zusammenfließen, dieses „Männer sind schlecht und Sex auch“ und dieses Freudvolle, Genussvolle, das sie im Umgang der beiden miteinander, erlebte. Sie seien für Anna wie „eine einsame Insel in einem Ozean aus Mist“. An dieser Stelle schlage ich vor, ins szenische Explorieren überzugehen und den „Ozean aus Mist“ und die „einsame Insel“ zu symbolisieren. Anna zeigt auf eine Holzfigur in meiner Praxis, die einen Mann und eine Frau vereinigt zeigt und sagt, diese würde sie „geradezu aufrufen, sie zu verwenden“ und sie möchte sie an ein Regal ganz oben stellen und der Rest des Raumes wäre dann der „Ozean aus Mist“. Sie setzt sich zurück und sagt, so würden sich die beiden anfühlen, irgendwie unberührt von diesem ganzen Mist. Dann sagt sie, es beschäftige sie gerade, dass ich ja jetzt auch mit ihr in diesem Ozean aus Mist sitze. Sie hatte kurz den Impuls sich bei mir dafür zu entschuldigen, da sie ein schlechtes Gewissen habe. Sie wisse ja nicht, wie meine Situation bezügliches des Themas Sexualität sei und jetzt hätte sich ja der ganze Raum verändert und wäre dieser Ozean aus Mist. Ich sage Anna, dass es für mich völlig in Ordnung sei, jetzt hier mit ihr zu sein.

Anna atmet erleichtert aus und sagt, es wäre gut, das zu hören. Auf die Frage, wie sie sich gerade fühle und wie weit der Ozean gehe, ob bis zu den Füßen oder weiter rauf oder ob sie ganz drin sei, sagt sie, sie fühle sich wie ein „Fisch im Ozean“. Ein „frustrierter Fisch“. Sie fühle sich „eingesperrt und eingengt“. Ich frage sie, wie es für sie sei, zu Patenonkel und Tante zu schauen. Sie sagt, sie wäre „eifersüchtig und hoffnungsvoll“; hoffnungsvoll, dass auch für sie Sex irgendwann normaler Bestandteil des Lebens sein könne und nicht so voller Ballast; Die beiden wären grad wie Vögel. Und sie wünschte sich, sie könne zumindest ein Pinguin sein, weil Pinguine sowohl im Wasser als auch an Land leben können. Anna sagt, sie wäre auch verärgert, weil die beiden Sexualität so genussvoll leben könnten und sie nicht. Ich frage, sie, ob sie etwas von dem Ärger ihnen gegenüber ausdrücken möchte. Anna sagt zornig: „Ich kämpfe so sehr, warum, könnt ihr das und ich nicht, warum blos? Das macht mich wütend“. Sie sagt es wäre gut, „diese Energie“ so ein wenig rauszulassen. Sie sagt, sie möchte jetzt gerne ein Pinguin sein, weil sie dann die Möglichkeit habe, den Ozean aus Mist zu verlassen. Ich frage, ob sie ein Symbol für den Pinguin nehmen möchte. Sie bejaht und nimmt eine Pinguin Figur aus der Praxis und stellt sie auf den Boden. Anna setzt sich dazu und sagt, sie wüsste ja gar nicht, „wie man ein Pinguin sei“. Ich sage ihr, dass das nichts mache und frage sie, wie es so ist, jetzt da zu sitzen. Sie sagt sie spüre, einen „Eifer, den Ozean zu verlassen“. Ihr Körper würde so „kribbeln“. Ich frage sie, ob sie einen Ort ausmachen könne, wo sie hinmöchte als Pinguin. Sie sagt, sie könne ja zu den anderen Tieren. Es scheine ihnen gut zu gehen und da muss wohl Land sein (auf einem kleinen Kasten stehen weitere Tiere). Sie sagt, sie wäre ihr ganzes Leben im Ozean gewesen und wüsste daher nicht, was Land bedeutet. Es sei wie „unbekanntes Land“. Sie geht mit dem Pinguin zur anderen Seite des Raumes, wo die anderen Tiere sind. Anna sagt, jetzt werde „es irgendwie so leer“ und im Bauch spürt sie so ein „nervöses Flattern“. Es fühle sich „wie Neuland“ an und sie wüsste nicht, was jetzt passiere. Auf die Frage, wie sie ihren Atem wahrnehme, sagt sie eher flach und der Atem berühre die flattrige Aufregung im Bauch nicht. Anna atmet bewusst und vorsichtig etwas tiefer ein. Sie sagt, es würde sich jetzt „stabiler“ anfühlen, so wie „wenn man an Land hüpfte und sich dann noch alles etwas wacklig anfühlt, bevor man festen Stand hat“. Sie wisse immer noch nicht, was Land sei, aber es fühle sich jetzt „sicherer“ und „hoffnungsvoller“ an als im Ozean. Gleichzeitig sei es so, dass die beiden (Patenonkel

und Tante) sich so unerreichbar anfühlen. Sie erinnere sich grad, sie habe sich generell in der Familie immer, wie die „Eigenartige, die nicht dazugehört“ gefühlt; sie sagt, auch jetzt grad spüre sie das, der Körper fühle sich etwas „hohl“ an, da wäre so „ein großes leeres Loch“. Es fühle sich so an, als gehöre sie nicht dazu, als wäre sie „die Komische“; als gäbe es keine Möglichkeit, je dazuzugehören und sie möchte so gerne dazugehören. Anna sagt, sie wünsche sich „die Energie, die die beiden ausstrahlen“ für sich, eine „Leichtigkeit der Intimität“. Auf meine Frage, wie es sich anhört, die beiden näher zu sich zu bringen, sagt Anna, sie wolle probieren, die beiden jetzt von der Luft auf das Land zu bringen. Anna stellt die beiden auf das Land. Sie sagt, jetzt wirke es erreichbarer für sie und das mache sie hoffnungsvoll. Ich frage Anna, ob sie diese Energie, von der sie sprach, der Humor, die „Leichtigkeit der Intimität“, mit einem leeren Stuhl oder Gegenstand symbolisieren möchte. Anna bejaht und nimmt einen Stuhl, stellt ihn in ihre Nähe, und setzt sich zurück, wo sie zuvor saß. Sofort sagt sie mit aufgeregter Stimme, sie möchte in diesem Stuhl sein. Anna setzt sich hinein. Sie sagt, sie könne hier leichter atmen, sie sitzt aufrechter, es wäre Neugier da, gleichzeitig fühle es sich etwas ungewohnt an. Jetzt fühle sie sich noch mehr, wie dieser Pinguin, der an Land gesprungen ist. Sie fühle sich auch etwas ängstlich und unsicher. Sie merke, einen Impuls wieder „in das Gewohnte des Ozeans aus Mist“ zu springen, aber das möchte sie ja nicht. Anna sagt, es fühle sich grad alles so wackelig und unsicher an. Sie verstehe nicht, wie man damit umgehen kann, dass man „nicht das perfekte Leben haben muss, um Sex zu haben“. Sie habe so Vorstellungen beispielsweise, sie könne erst Sex haben, wenn ihr Körper besonders schön und trainiert wäre. Sie fühle, sie wäre die einzige Person, die eine ganze Liste an Dingen abhaken müsse, bevor sie Sex haben könne. Ich erzähle ihr von verschiedenen Motivationen, aus denen Menschen Sex haben, wie Stressreduktion, Entspannung, Konfliktentschärfung; und dass ich bei ihr jedoch den Wunsch nach Intimität, nach Gemeinsamkeit höre. Anna bejaht. Ich sage ihr, dass diese Motivation für Sexualität, dieser Wunsch nach Intimität etwas Selteneres sei, wie ein „Schatz im Ozean“. Ich sage ihr, dass, das nicht nur für sie schwierig ist, sondern für viele Frauen. Anna nickt. Wir sitzen still da. Anna lacht und sagt, sie wünsche sich „im karibischen Ozean, während ich Sex habe, zu sterben“. Sie erinnert sich gerade, an einem Urlaub mit ihrem Mann in der Karibik, wo sie viel Sex hatten, einmal auch im Ozean. Es habe sich so angefühlt, als wäre die Welt für sie stehengeblieben. Ich sage

ihr, dass sich das wie ein ganz anderer Ozean anhöre. Sie lacht und sagt, ja der „Ozean der Lust“. Sie sagt, dass wolle sie. Sie möchte sich nicht mehr dafür schämen, dass sie Sex mit ihrem Mann möchte. Sie möchte wieder in den Ozean der Lust zurück. Sie sagt, jetzt, wo sie das so ausgesprochen habe, merke sie, dass sie sich dafür schäme, Sex zu wollen, als wäre das nicht passend. Sex zu wollen, sei schambesetzt. Anna sagt, es fühle sich grad erleichternd an, das auszusprechen. Ich frage sie, ob sie diese Scham symbolisieren möchte. Sie bejaht und nimmt ein rotes dünnes, großes Tuch und wickelt es um sich herum. Sie sagt, wenn sie an Sex aus Lust denke, sei diese Scham da. Es fühle sich unangenehm, erstickend und schwer an. Es kämen so Sätze aus ihrer Familie gerade ins Gewahrsein. Sex ist Sünde. Sex ist schlecht. Sex diene zur Fortpflanzung und sei deine Pflicht als Frau, wenn der Mann seine Bedürfnisse habe. Sie sagt, auch wenn sie mit dem Mist nicht übereinstimme, habe es einen Einfluss auf sie, wie sie gerade spüre. Sie experimentiert damit den Schal in den Ozean zu werfen, sagt aber, es fühle sich so an, als würde er „in ihr nachwachsen“. Es fühle sich „so tief in ihr verwoben“ an. Ich frage Anna, wie es ist, wenn sie zu den beiden (Statue als Repräsentanz Patenonkel und Tante) schaut. Sie sagt, die beiden seien, von dem völlig unbeeindruckt. Ich frage Anna, wie der Gedanke ist, aus der Szene auszusteigen und eine Außenperspektive einzunehmen, indem sie einen weiteren Stuhl nimmt. Sie bejaht, nimmt einen Stuhl und setzt sich neben mich. Nach einem Moment der Stille sagt Anna, es fühle sich an, als wäre ein „Tornado an unterschiedlichen Gefühlen durch sie hindurchgefegt“ während dieser Reise. Es fühle sich sehr „roh und verletzlich an mit dieser Scham so in Berührung zu kommen“. Es hätte „so viele unerwartete Entdeckungen“ während der Reise gegeben. Im Moment fühle es sich wieder wie dieses Neuland an und sie wisse noch nicht, wie sie dort Fuß fassen könne. Ich frage Anna, ob sich das für sie jetzt so anfühle, als müsse sie dafür was tun, im Gegensatz dazu, dass das ja auch passieren könne und Zeit braucht. (Anna hatte zuvor in den Anamnesesitzungen, beschrieben, dass sie, was das Thema Sexualität betrifft, den Eindruck habe, sie müsse, etwas tun, etwas leisten, damit das klappe.) Anna bejaht. Sie sagt, was für sie grad ganz vordergründig wird, ist der Wunsch, frei zu sein von all diesen „so sollte es sein“, „so sollte es nicht sein“. Sie wisse nur nicht, woher sie den Mut nehmen solle. Ich gebe ihr meinen Eindruck, dass sie schnell in ein „was ist der nächste Schritt“, „Was muss ich dafür tun“ ginge. Anna bejaht und sagt, das wäre ihr

„Problemlösungskopf“. Ich sage ihr, dass das für mich sehr anstrengend klingt, dieses ständige, „Ich soll“, „Ich soll nicht“, zum Beispiel „Ich sollte mit meinem Mann schlafen wollen“, und dass sich das ja auch bei anderen Themen niederschlägt und frage sie, wie das für sie sei. Anna sagt, es sei „mehr als nur anstrengend“, es sei auslaugend. Anna sagt, sie hätte das gar nicht so klar bemerkt, wie gerade eben, weil das ja ihr „automatischer Modus“ sei. Sie hätte gar nicht gewusst, dass „man nicht so sein müsse“. Anna sagt, das fühle sich noch „tiefer unter meiner Haut“ an als die Scham. Das sei ihr „tägliches Ich“. Sie gehe an alles in ihrem Leben mit dieser Haltung heran. Sie sagt, sie habe stets das Gefühl „sich selbst reparieren“ zu müssen und das hinterlasse sie mit einem Gefühl nie gut genug zu sein. Es sei für sie sehr angstbesetzt, in die Nähe dieses Gefühls, nicht genug zu sein, zu gehen. Es nehme ihr „den Atem weg“ und es mache sie sehr traurig. Schritt für Schritt entrollen wir die Szene. Ich frage Anna, wie sie sich jetzt fühle, wie ihre Stimmung sei. Anna sagt „bittersweet“. Auf der einen Seite hat sie das Gefühl, in der Sitzung „viel erreicht“ zu haben und auf der anderen Seite, erkenne sie gerade klarer denn je zuvor, dass sie immer etwas erreichen möchte, um endlich das Gefühl zu haben, zu genügen. Letzteres sei der „bittere“ Teil. Der süße Teil, wäre die Erkenntnis, dass sie frei sein wolle und dass sie ihre Sexualität „von diesem ganzen Gewicht“ befreien möchte. Sie spüre grad, dass „das alles irgendwie miteinander verbunden“ sei. Sie müsse sich selbst befreien, um ihre Sexualität zu befreien.

Für Anna zeigten sich direkt lustvolle Qualitäten im Raum, die sie in der Beziehungsgestaltung zwischen Patenonkel und Tante miterlebt hat und die etwas Humorvolles und Natürliches im Umgang mit Sexualität haben. Anna kommt beim szenischen Explorieren mit einer tiefen Scham in Kontakt, und erzählt in einem Nachgespräch, dass es klärend für sie gewesen sei, diese so unmittelbar zu spüren. Ein besonderer Moment des Kontakts und der Intimität ist, als Anna ausdrückt, dass sie ein schlechtes Gewissen habe, dass ich jetzt mit ihr im Ozean aus Müll sitze und ich ihr sage, dass das ok für mich ist. Anna fühlt sich oft als nicht zugehörig und als die „Komische“. Ein so direkter und unmittelbarer Ausdruck einer Sorge gegenüber, erlebte ich als eher ungewöhnlich für Anna. An diesem Punkt wird leiblich atmosphärisch eine tragende, haltende Qualität spürbar.

### **3.3. Resümee**

Im Resümee beantworte ich meine Forschungsfrage anhand der Ergebnisse der Erhebung. Während der Durchführung meiner Studie hat sich mein Fokus auf die Forschungsfrage, also die sexuelle Lustlosigkeit als generationsübergreifendes Beziehungsphänomen, durch das, was sich phänomenologisch zeigte, einerseits geweitet und andererseits traten Prozesse und Ergebnisse auf, die über den ursprünglichen Forschungsfokus hinausgingen. Was ich damit meine, werde ich in den folgenden Abschnitten erläutern. Ich unterteile dieses Kapitel der besseren Übersicht wegen in die beiden Ebenen bzw. Teile der Studie, also dem Fokus auf die in der erwachsenen Tochter internalisierten Phänomene bzw. Muster der sexuellen Beziehungsgestaltung *zwischen* den Eltern und dem Fokus auf die in der erwachsenen Tochter internalisierten Phänomene der Lust und Genuss aus dem weiter zurückliegenden Familiensystem bis hin zu Ahnen.

#### **3.3.1. Differenzierung eröffnet Räume**

Die wesentliche Fragestellung vorliegender Masterthese ist, inwieweit sexuelle Lustlosigkeit bei Frauen ein generationsübergreifendes Beziehungsphänomen sein kann und welche Bedeutung dies für die gestalttherapeutische Praxis hat. Es stellte sich, wie gesagt, zuallererst die Frage, ob beziehungsweise, wenn ja, auf welche Art und Weise bei den Forschungsteilnehmerinnen internalisierte Phänomene aus der sexuellen Beziehungsdynamik zwischen den Eltern überhaupt generationsübergreifend erkennbar werden beziehungsweise zugänglich sind. Im ersten Teil zeigte sich, was die Beantwortung meiner Forschungsfrage betrifft, im Wesentlichen folgende Aspekte: Bei einer Forschungsteilnehmerin (Anna) zeigten sich direkt Phänomene aus der sexuellen Beziehungsgestaltung der Eltern zueinander, bei den beiden anderen Forschungsteilnehmerinnen zeigte sich, dass sich ausgehend von dem Thema Sexualität, generelle persönliche „Kernthemen“ leiblich stark verdichteten. Das bedeutet, dass sich bei diesen zwei Frauen (Agnes und Mia) nicht direkt Phänomene der sexuellen Beziehungsgestaltung zwischen den Eltern zeigten, sondern, dass leibliche Phänomene wie beispielsweise Beklemmung, Schwere, Versteinerung auftraten, die die Frauen auch in anderen Lebensbereichen jenseits der Sexualität erleben, die sich jedoch in ihrer sexuellen Beziehungsgestaltung mit ihren Partnern in

sehr dichter Form zeigen. Generationsübergreifende Muster wurden erkennbar. Dies beschreibt auch Netzer (2020), wenn sie schreibt: „Die Art und Weise, wie sich Menschen in der Sexualität begegnen, zeigt oft in verdichteter Form generelle Lebensthemen auf (S. 111). Alle drei Forschungsteilnehmerinnen konnten ihr persönliches Erleben, wie sich ihre sexuelle Lustlosigkeit in der Partnerschaft zeigt, in Beziehung setzen, zu diesen leiblich abgespeicherten Erinnerungen und Phänomenen der Beziehung zwischen ihren Eltern. Basis war, das leibliche Erleben dieser Phänomene wie Beklemmung, Versteinerung usw. Hier zeigte es eine erste Erweiterung des Fokus auf die sexuelle Lustlosigkeit, im Sinne, dass sich mit dem Ausgangspunkt der Sexualität in den Prozessen generelle Lebensthemen bzw. Lebenswunden der Frauen in leiblich verdichteter Form zeigten: Mia erzählte mir in einem Gespräch vor der Sitzung, dass sie, was die Sexualität betrifft, oft so eine Beklemmung und Schwere fühle, wenn ihr mal die Idee käme, spontan auf ihren Partner zuzugehen. Verbunden wäre dies mit dem Gedanken „Das passt nicht zu dir“ und dann lässt sie es oft. Zudem hat sie den Eindruck, mit ihr stimmt etwas nicht, weil sie lustlos sei. In der Sitzung zeigt sich nach der Imagination auf einer leiblichen Ebene diese Schwere und Mia erkennt, dass diese generell in ihrem Leben vorhanden sei, im Sinne, dass sie aus der momentanen leiblichen Erfahrung der Schwere bemerke, dass diese sich auch in anderen Lebensbereichen bemerkbar mache. Sie erinnert, dass es gefühlsmäßig, nie etwas Leichtes, Lockeres zwischen ihren Eltern gab. Keine lockeren Berührungen oder Umarmungen. Es wäre immer eher schwer und beklemmend gewesen. Zudem bemerkt Mia, dass sie rasch in ein kritisches Infragestellen der eigenen körperlichen und emotionalen Reaktionen im Sinne von „Was stimmt da nicht mit mir?“, „Warum kann ich das nicht?“ geht. Mia erzählt, dass es sich erleichternd anfühle, sich anhand der Beziehungsdynamik zwischen ihren Eltern bewusst zu werden, dass diese Schwere auch zu ihr und ihrer Vergangenheit gehöre. Zuvor hatte sie gedacht, dass diese eher nur zu ihrem Partner und seinem Hintergrund gehöre.

Agnes erzählt im Vorgespräch, dass sie das Gefühl habe, sie müsse etwas tun, damit sie sexuell wieder Lust verspüre. Sexualität gehöre ja zu einer Partnerschaft und damit liege es an ihr dieses Problem zu lösen, weil sie ja lustlos und damit das Problem sei. In der Sitzung spürte sie in der Imagination eine Versteinerung, ein „Eingefroren sein“. Es gab gefühlt viel Distanz zwischen ihren Eltern und wenig Gemeinsames und es wurde

spürbar, dass Agnes sich daran die Schuld gibt, im Sinne von, sie wäre das Problem gewesen, dass die Eltern so wenig Gemeinsames hatten. Agnes meinte, für sie wäre einiges an Zuwendung da gewesen, zwischen den Eltern gab es gefühlt keine Zuwendung. Zudem erzählt Agnes nach der Sitzung, dass sie ständig das Gefühl habe, tun, etwas machen zu müssen, sowohl im Berufsleben als auch privat und dass sie oft das Gefühl habe, dass es an ihr läge, alles zu regeln. Wenn etwas nicht passt, hat sie sofort das Gefühl, es liegt an ihr. Sie erkennt, dass dies in der Partnerschaft, was die Sexualität betrifft, ähnlich ist. Ihr Partner erzählte ihr, dass es aus seiner Sicht sexuell nicht so gut lief und dass er sie da zurückhaltend und eher lustlos erlebe. Seither habe sie das Gefühl, jetzt ist der Ball, was die Sexualität betrifft bei ihr und sie müsse etwas tun, um es besser zu machen bzw. zu lösen. Agnes sagt, sie habe dieses Gefühl der Versteinerung, welches „unterschwellig immer irgendwie da ist“, zuvor noch nie so klar leiblich spüren können und das überrasche sie.

Anna erzählt vor der Sitzung, dass sie, wenn ihr Mann sexuell auf sie zugehe, merke, wie ihr „Körper zumacht“, sie spüre dann eine „Enge und Steifheit“. Sie gehe dann oft darauf ein, aber eher, um seine Bedürfnisse zu erfüllen und aus Angst, um seine Zuneigung nicht zu verlieren. Anna fühle sich generell in vielen Bereichen des Lebens unzulänglich, sie fühle, sie müsse sich beweisen, um Zuneigung, Wertschätzung oder Liebe zu erhalten. Tief in ihr, hätte sie das Gefühl, wertlos zu sein. In der Imagination erlebt Anna über Bilderleben eine sexuelle Szene zwischen ihren Eltern wieder. Sexuelle Lust wäre seitens der Mutter, glaubt Anna, keine da gewesen, die Mutter habe sich eher „zur Verfügung“ gestellt, um Zuneigung zu erhalten. Ihren Vater beschreibt sie als „gefühllos und triebgesteuert“. Sexualität, die sie zwischen den Eltern erlebte, fühle sich für sie nach Ausbeutung an. Sie sagt, sie erkennt jetzt, dass sie danach in ihrer Partnerschaft ins genaue Gegenteil ihrer Mutter ging, im Sinne von, dass sie sich sexuell voll entziehe. Anna sagt, dass ihr während der Sitzung bewusst wird, wie sehr sie ihren Vater in ihrem Mann gesehen habe.

Fazit ist, dass sexuelle Lustlosigkeit bei Frauen insofern ein generationsübergreifendes Beziehungsphänomen sein kann, als dass sexuelle Lustlosigkeit auch aus einer Übertragung der Beziehung der Eltern auf die eigene Beziehung, entstanden zu sein scheint. Zudem zeigen sich ausgehend von dem Fokus auf die sexuelle Beziehungsdynamik, generelle Lebensthemen in leiblich verdichteter



Form. Diese Verdichtung hat etwas Kraftvolles und Machtvolles, im Sinne einer Veränderungsdynamik bzw. Veränderungskraft. Ich denke die Kraft, die dieser Verdichtung innewohnt, war wesentlich für die Ergebnisse und Prozesse, zu denen ich nun komme:

Bei allen drei Prozessen kam es zu einer *Ausdifferenzierung* im Sinne von „Was gehört zu mir“ und „Was gehört zu den Eltern“. Diese Ausdifferenzierung geschah auf natürliche, leiblich-erfahrbare Art und Weise beim phänomenologischen Folgen, dessen, was sich zeigte. Bei allen drei Prozessen kam es im Zuge dieser Differenzierung zu einem Zurückgeben von Übernommenem. Bei Agnes geschah dies durch die Platzierung der Schuldtruhe zwischen den Eltern, bei Mia respektive durch die Platzierung der schwarzen Kiste zwischen den Eltern. Bei Anna, als sie der kleinen Anna sagt, sie müsse nicht mehr auf das hören, was ihre Eltern ihr vermittelten, und sie könne ihre eigenen Regeln machen; und als sie erkennt, wie sehr sie ihren Vater in ihrem Ehemann gesehen hatte. Bei allen drei Prozessen entstand im Rahmen dieser Ausdifferenzierung ein *eigener Raum* für die Frauen und damit einhergehend eine *Abgrenzung*.

Bei Mia begann diese Ausdifferenzierung, als sie ein Symbol für dieses „Beklemmende, Schwere“ in Form einer größeren Kiste nahm und zwischen den Eltern platzierte. Somit hatte das zuvor unspezifische, gestaltlose „Beklemmende, Schwere“, welches „schwer greifbar und überall“ war, eine Form und einen (passenden) Platz. Mia bemerkte, dass sich das Bild gut anfühle, dass die Kiste „ja genau dort hingehöre zwischen die Eltern“, was auch immer da drin sei. Sie möchte, dass die Eltern „die Kiste gemeinsam tragen und sie hätten sie ja auch gemeinsam austragen sollen und mich da außen vorlassen“. Sie bemerkte, sie könne nun einfach nur dasitzen und schauen. Sie merke, dass sie nicht mehr so angespannt wäre, und das Gefühl habe, jederzeit aufstehen und gehen zu können. Zuvor habe sie sich wie festgenagelt gefühlt. Sie fühle sich jetzt „autonom“. Mia sagt, dass, wenn die Kiste „bei den Eltern ist, dann ist endlich Platz für etwas anderes“ und „zuvor stand die ja einfach immer irgendwie im Raum“ und sie habe sich „oft in so einer Verantwortung gesehen“. Sie merke gerade, dass „nicht viel Platz für mich war“, „meinen eigenen Raum und Platz, den hatte ich irgendwie nie (...), denn diese schwarze Kiste war immer zwischen uns und hat uns so zusammengehalten, im negativen“. Dass die Kiste jetzt zwischen den Eltern stehe, fühle

sich richtig gut an. Sie habe das Gefühl, das sei „ein Bild, das bleibt“. Mia erzählte auch im Nachgespräch, dass dieses Bild ihr immer wieder in Erinnerung gekommen wäre, wenn diese Schwere wieder spürbar wurde und ihr sehr geholfen habe, sie wieder zu platzieren, wo sie hingehört.

Bei Agnes beginnt die Differenzierung, als sie erzählt, sie fühle sich schuldig, wenn es ihrer Mama nicht gut gehe und eine Truhe als Symbol für die Schuld auf den Sessel der „kleinen Agnes“ in die Szene stellt. Agnes bemerkt, beim Hinschauen, zu der kleinen Agnes, dass die Kiste viel zu groß ist und dass dies für die kleine Agnes verwirrend und überfordernd ist. Sie überlegt, die Kiste vielleicht zu sich selbst zu stellen, damit sie weg ist von der Kleinen. Auf meine Frage, ob sie denn zu ihr gehöre, sagt sie klar „Nein“ und dass sie sie eigentlich, gerne in die Mitte ihrer Eltern stellen würde. Dies ist der Moment der Differenzierung, was zu ihr gehört und was zu den Eltern und parallel der Moment, in dem der eigene Raum entsteht. Sie stellt die Kiste zwischen die Eltern und sofort kommt sie mit ihrer Wut (auf ihre Eltern) in Kontakt, die ansonsten von der Schuld überlagert wird. Es ist Schuld, die Agnes von ihren Eltern übernommen hat, und die sie an diesem Punkt symbolisch zurückgibt. Auf meine Frage, was der kleinen Agnes jetzt guttäte, nimmt Agnes sie aus der unmittelbaren Nähe der Eltern raus und setzt sie an den Rand des für die Szene abgegrenzten Raumes. Sie positioniert die Puppe, die klein Agnes repräsentiert, in der Mitte des Sessels und sagt „Ja, jetzt geht es mal um sie“. Ein Raum ist spürbar entstanden für Agnes. Agnes sagt, sie fühle sich jetzt besser, leichter und die kleine Agnes freue sich, dass sich mal jemand um sie kümmert. Dann durchläuft Agnes noch eine Welle aus Schuld, im Sinne von, dass sie Sorge habe, dass, wenn sie die kleine Agnes ganz zu sich nehme, ja auch die Schuldtruhe mitkäme und gleich darauf eine Welle aus Ärger, der diesmal in Richtung beider Eltern geht. Im Erleben des Ärgers sagt sie, sie möchte nun doch gerne die kleine Agnes ganz rausnehmen. Dies ist die Stelle, bei der der Grad der Differenzierung am höchsten ist und der Raum noch spürbarer wird. Agnes bemerkt, dass sie sich nun sicherer fühle, im Sinne von, da sei eine Grenze ist und „die sind da drüben“. Es sei mehr Verbindung und Wohlwollen gegenüber der kleinen Agnes spürbar, so ein „Ich will, dass du dableibst und nicht da drüben bist“. Es fühle sich „ungewohnt“ an.

Bei Anna beginnt die Differenzierung als sie bei der kleinen Anna in der Szene sitzt und ihr zu verstehen gibt, dass sie ihre eigenen Regeln machen könne, und als sie

merkt, dass sich im Bauch eine Leichtigkeit verbreite, wo zuvor ein Gefühl der Übelkeit war. An diesem Punkt fühlte sie sich „befreit“. (Anmerkung: Der Begriff und das Thema „Regeln“ hat in Annas Leben eine große Bedeutung. Sie habe immer das Gefühl, „Regeln“ in jedem Fall einhalten zu müssen). Anna sagt, als sie diese Grenze gesetzt habe, dass sie ihre eigenen Regeln machen dürfe, wäre da so ein bestärkendes Gefühl von „Ich bin hier und sie sind dort“ gewesen. Ein warmes Gefühl habe in dem Moment ihren Bauch durchströmt (wo zuvor Ekel und Abscheu spürbar war). Dies ist ein Hinweis, auf den Raum, der entstand. Anna sagt, sie wusste nicht, wie „mächtig“ dieser kleine Satz sein könne. Sie sagt, jetzt im Moment fühle es sich wirklich so an, als „wäre das ihr (Anmerkung: das ihrer Eltern) Ding und als könne sie ihr eigenes machen“. Sie fühle sich bestärkt und ruhig. Zudem erkennt Anna, dass sie in ihrem Partner stark ihren Vater gesehen hat, und sie erkennt nun, dass ihr Partner nicht ihr Vater ist, dass er anders ist. Sie erkennt auch, dass Sexualität anders gelebt werden kann, und dass ihre Abneigung sich nicht auf Sexualität per se bezog, sondern darauf, wie ihre Eltern damit umgingen, wie sie Sexualität (vor)lebten.

Wesentlich erscheint mir dabei, dass diese Ausdifferenzierung und das damit einhergehende Entstehen eines Raumes, leiblich erfahrbar und spürbar wurde. Bei allen drei Forschungsteilnehmerinnen ist dieser Raum, beim phänomenologischen Folgen, dessen, was sich zeigte, wie von selbst entstanden. Bei allen drei Frauen haben sich über den Ausgangspunkt der sexuellen Lustlosigkeit wesentliche Kernthemen verdichtet und leiblich spürbar gezeigt. Bei allen drei Frauen führte dies zu einem erweiterten Verständnis ihrer persönlichen Dynamik der sexuellen Lustlosigkeit. Alle drei Frauen konnten Ähnlichkeiten erkennen, zwischen dem, was sie an (sexueller) Beziehungsdynamik zwischen ihren Eltern internalisiert haben und ihrer gegenwärtigen sexuellen Beziehungsdynamik in ihrer Partnerschaft.

Bei dem ersten Teil der Studie erlebte ich den oben angesprochenen Moment der Ausdifferenzierung, der verbunden war mit dem Entstehen eines (eigenen) Raumes, als dichten Moment von Berührung und einer Art Beglückung. Es waren Momente, in denen nicht nur ich, sondern auch die Frauen präsent an der Kontaktgrenze waren und in denen womöglich, das spürbar wurde, was Francesetti (2019) unter Ko-Kreation von Schönheit durch Präsenz an der Kontaktgrenze beschreibt. Ich vermute, dass die Anwesenheit bzw. Präsenz an der Kontaktgrenze bei den Frauen durch die oben

beschriebene Differenzierung, was zu ihnen und was zu den Eltern gehört und das damit verbundene Entstehen eines (eigenen) Raumes, entstand bzw. möglich wurde. Ein Raum, in dem die Frauen sein konnten, quasi befreit, von der Belegung mit Vergangenen und zwischen die Eltern Gehörendem. Neue Lebensmöglichkeiten sind entstanden für die Frauen. Dass dies durch das phänomenologische Folgen, dessen, was sich zeigte, passierte, entspricht, den von Francesetti (2012; 2019) beschriebenen intentionalen Kräften des Feldes, die auf eine bestimmte Art des nährenden Kontaktes in der Begegnung, gerichtet sind. Diese Art des nährenden Kontakts bezeichnet Francesetti als „Schönheit“ oder als Potential eines Kontakts in der Begegnung mit „nährender Neuheit“, die durch Präsenz an der Kontaktgrenze ko-kreiert wird.

### **3.3.2. Vielschichtige Verbundenheit**

Beim zweiten Teil war der ursprüngliche Fokus zu eruieren, ob und inwieweit in der erwachsenen Frau Qualitäten der Lust und des Genusses aus dem weiteren Familiensystem zugänglich werden können. Beim zweiten Teil war es für mich fraglich, ob diesbezüglich etwas sichtbar werden kann, vor dem Hintergrund, dass es ja Frauen waren, die derzeit sexuelle Lustlosigkeit in der Beziehung erleben, die an der Studie teilnahmen. Dazu möchte ich folgendes festhalten: Bei allen drei Prozessen zeigten sich „Qualitäten“ bzw. Atmosphären im Raum, die ich als Ressourcen und potentiell heilsam beschreiben würde und auch wenn sie sich nicht – mit Ausnahme von Anna - direkt in der Form sexueller Lust zeigten, hatten diese Qualitäten etwas Genussvolles und sind eine wertvolle Basis für sexuelle Lust,- und Genussfähigkeit: Bei Mia war die Begegnung in der Imagination mit einer Frau, die womöglich aus der Verwandtschaft väterlicherseits kam, verbunden mit leiblich spürbaren Qualitäten von etwas Wohligem, Satten, Bequemem, Weichen, Leichten (Qualitäten, die in ihrer Kernfamilie kaum spürbar wurden); in der Geste des Zwinkerns, die, die Frau Mia zum Abschied zuwarf, kam bei Mia eine Botschaft von „es ist alles gut“, „es kann auch einfach mal alles gut sein, es muss nicht immer alles so schwer sein“ an. Dies habe sie Zuversicht und Leichtigkeit spüren lassen. In der Sitzung ging es dann im Wesentlichen darum, diese Qualitäten, zu erforschen und eine gute Verankerung dafür zu finden. Mia probierte dabei unterschiedliche Positionen aus (konfrontativ, seitlich). Schlussendlich war es die Position hinter ihr im Rücken, in der sie die Qualitäten leiblich verankern konnte. Dies ist deshalb wichtig, weil Mia im Alltag Schwierigkeiten hat, in konfrontativen Gesprächen

und Situationen, und diese großen Stress in ihr auslösen. In einem Nachgespräch erzählte mir Mia, dass es sie sehr berührt habe, zu erfahren, dass auch solche Qualitäten in ihrem Familiensystem existierten und dass sie danach noch versucht habe, mehr über diese Frau zu erfahren.

Agnes erlebte im zweiten Teil neben der bekannten Starre, Steifheit, neben dem „So muss das alles sein“, vorwiegend bei ihren Ahnen etwas, das sie als „etwas Verstecktes“ bezeichnete. Dies äußerte sich in Dingen, über die nie gesprochen wurde, zum Beispiel ein Lebensstil, der nicht der Familiennorm entsprach oder einer Lust am Reisen. Dieses „Versteckte“ hatte eine eigene Qualität und Energie, die ich als urtümlich, authentisch, echt, bewegt (in all der Starre) bezeichnen würde. Agnes tendiert häufig dazu, ihre Wahrnehmung vor allem in der Familie anzuzweifeln; wenn Agnes beispielsweise eine Unstimmigkeit beziehungsweise ein Problem in der Familie bemerkt, wird sie sofort mit dem Bild konfrontiert, dass da nichts sei, dass alles konfliktfrei sei und passe. Agnes stellt dann immer ihre Wahrnehmung in Frage. Nach der Sitzung des zweiten Teils erzählt mir Agnes, dass das, was sie da erlebt habe, was im Raum spürbar wurde, für sie sehr schwer in Worte zu fassen sei. Aber es sei „nach wie vor da“; es sei irgendwie „mitgegangen“ und es sei etwas, dass „sich so tief innen echt anfühlt“, dass sie es nicht anzweifle. Es sei für sie die erste Erfahrung, dass sie ihre Wahrnehmung mal nicht anzweifle, das „kommt gar nicht auf“.

Nachdem Anna den „Ozean aus Müll“ und ihren Patenonkel und dessen Frau als Sinnbild positiv gelebter Sexualität im Raum inszeniert hatte, sagte sie zu mir, sie frage sich gerade, wie es mir wohl ginge, mit dem Thema Sexualität und dass sie gerade ein schlechtes Gewissen habe, da ich jetzt ja auch im Ozean aus Müll mit ihr sitze. Das war ein spürbar besonderer Moment. Anna fühlt sich in ihrem Leben generell oft als „die komische“, „die, die anders ist“, sie fühlt sich oft einsam und allein mit ihren Schwierigkeiten und Gefühlen. Anna erwähnte im Therapiekontext auch immer wieder sie fühle sich so außen vor, komisch und nicht zugehörig. Das sich nicht zugehörig fühlen, vor allem im Familienkontext, aber auch generell, sei für sie am schmerzlichsten. Eine so direkte mich ansprechen und ein so direkter Ausdruck ihrer Sorgen und Gefühle im Beziehungskontext erlebte ich für Anna als ungewöhnlich. Es fühlte sich als dichter, besonderer und inniger Moment an. Ich war überrascht und irgendwie ergriffen. Ich meldete ihr zurück, dass es für mich völlig in Ordnung sei, mit ihr jetzt im Ozean aus

Müll zu sitzen. Sie atmete erleichtert aus und sagte, dass sie dann beruhigt sei. Von da an war eine Art der Qualität im Raum, die nicht so leicht beschreibbar, jedoch wahrnehmbar war. Es war wie eine Art der Verbundenheit, eine Art des „im selben Boot Sitzens“. Eine weiche, tragende Qualität der Verbundenheit, der Zugehörigkeit.

Wie bereits aufgezeigt, zeigen sich anhand des Themas Sexualität persönliche Kernthemen leiblich stark verdichtet. Mein Eindruck ist, dass bei dem ersten Teil, bei dem durch das Schauen auf die sexuelle Dynamik zwischen den Eltern eher die „schwierigere“ Seite der Sexualität und damit der Verdichtung der Kernthemen leiblich spürbar wurde, sich bei dem zweiten Teil durch das Schauen auf die Lust und die Genussseite im weiteren Familiensystem bis hin zu Ahnen, die „hellere“, leichtere, potentiell heilsame und kraftvolle Seite der Verdichtung der Kernthemen anhand des Themas Sexualität in Form dieser bewegten, heilsamen Qualitäten zeigte.

Mein Fazit ist, dass der Akt der Weitung der Perspektive vom engeren Blickwinkel auf die Kernfamilie in Richtung weiter zurückliegendes Familiensystem verbunden mit dem Wagnis sich trotz im Alltag erlebter Lustlosigkeit, auch auf die Spuren sexueller Lust und Genussphänomene im weiteren Familiensystem bis hin zu Ahnen zu begeben, für die Frauen wertvolle, leiblich erfahrbare Ressourcen und Phänomene ins Gewahrsein treten ließen. Zudem war es auch beim zweiten Teil der Studie so, dass weitere Phänomene, die über meinen Fokus der Ausgangsfrage hinausgingen, sichtbar, wurden. Diese möchte ich versuchen, im Folgenden zu beschreiben: Was den zweiten Teil betrifft, zeigte sich atmosphärisch leiblich im Raum etwas, das schwer mit Worten zu beschreiben ist. Was die leibliche Wahrnehmung betrifft, unterscheidet Schmitz zwischen „teilheitlichen“ Regungen - wie beispielsweise ein flaes Gefühl in der Magengegend – die zumindest ungefähr körperlichen Regionen zuordenbar sind - und sogenannten ganzheitlichen, leiblichen Regungen, die den ganzen spürbaren Leib durchziehen und in die, die teilheitlichen Regungen quasi eingebettet sind. Laut Schmitz (1992) ist unsere Sprache auf dem Gebiet der ganzheitlichen Regungen nur dürftig entwickelt. Was ich im zweiten Teil der Studie erlebte, war zu einem Großteil ganzheitlich leiblich spürbar, also quasi Schmitz` (1992) Ebene der ganzheitlichen, leiblichen Regungen, für die unsere Sprache noch wenig entwickelt ist. Für mich war besonders beim zweiten Teil eine bestimmte Art der Atmosphäre bzw. Qualität im Raum spürbar, die die ich als eine Erfahrung tiefer Verbundenheit mit etwas Wahrem,

Ursprünglichen, Haltenden, Heilsamem umschreiben würde. Aus dem Erleben dieser Verbundenheit heraus, erlebte ich eine besondere Art der Präsenz und Verbundenheit mit den Frauen und parallel ein vielschichtigeres und tieferes Verständnis für die Frauen und ihre Thematiken. Eine Annäherung ist vielleicht wiederum, was Francesetti (2012) als Kreation von Schönheit durch Präsenz an der Kontaktgrenze beschreibt; und gleichzeitig geht für mich das Erleben oben beschriebener Verbundenheit, über das, was Francesetti (2012) unter „Schönheit“ beschreibt, hinaus. Hier wären, meiner Ansicht nach, weitere Forschungen und eine potenzielle weitere Differenzierung der Arten der Schönheit bzw. Liebe, die in der Ko-Kreation entstehen können, sinnvoll.

### **3.3.3. Bedeutung für die Gestalttherapie**

Die vorliegende Arbeit und ihre Ergebnisse stellen einen weiteren Puzzlestein zum tieferen Verständnis des Phänomens weiblicher sexueller Lustlosigkeit dar. Weitere Forschungen, die über die vorliegende explorative Studie hinausgehen, wären wünschenswert. Die Integrative Gestalttherapie eignet sich mit ihrem holistischen, phänomenologischen leiblich-erfahrungsorientierten Ansatz und einer Methodik, die auch jenseits,- und vorsprachliches erfassbar macht, sehr gut, um die in der vorliegenden Arbeit erfassten Phänomene zu erforschen. Diese Phänomene und Prozesse wären, rein kognitiv, nicht bis kaum zugänglich.

Der in dieser Arbeit beschriebene integrativ gestalttherapeutische Ansatz kann - neben der Erforschung - auch ein valider Weg sein, gestalttherapeutisch mit Frauen, die an sexueller Appetenzstörung leiden, zu arbeiten. Der Ansatz ist aus folgenden Gründen für die Therapie der Appetenzstörung relevant: Es werden damit bei erwachsenen Frauen internalisierte Muster der Beziehungsgestaltung zwischen den eigenen Eltern über leibliche Eindrücke und Atmosphären zugänglich, die sich in der gegenwärtigen sexuellen Beziehungsgestaltung der Frauen wieder inszenieren. Die Ähnlichkeiten zwischen dem Erleben der sexuellen Lustlosigkeit der Frau in der gegenwärtigen Partnerschaft und internalisierten Phänomenen der sexuellen Beziehungsgestaltung zwischen den Eltern treten ins Gewahrsein. Es zeigt sich demnach, dass sexuelle Lustlosigkeit auch aus einer Übertragung der Beziehung der Eltern auf die eigene Beziehung, entstanden zu sein scheint. Über das Erforschen der sexuellen

Beziehungsdynamik zwischen den Eltern treten diese leiblich internalisierten Muster in einer *verdichteten* Form ins Gewahrsein. Diese Verdichtung birgt eine gewisse Kraft, die eine Veränderungsdynamik auslösen kann. Über das leiblich erfahrbare Zurückgeben von Übernommenem mittels szenischer Aufstellungsarbeit, entsteht ein Differenzierungsprozess, was zu den Frauen und was zu den bzw. zwischen die Eltern gehört. Ein *eigener Raum* für die Frauen tut sich auf und damit einhergehend eine *Abgrenzung*.

Bei dem beschriebenen Ansatz handelt es sich um einen salutogenetischen, ressourcenorientierten Ansatz, mit dem auch genussvolle Qualitäten und Ressourcen, aus dem weiteren Familiensystem, die wertvoll und kraftvoll für Frauen sind, erlebbar gemacht werden. Sinnig ist, sich für die jeweiligen zwei Teile eine Doppeleinheit Zeit zu nehmen und die beiden Teile (Kernfamilie und weiteres Familiensystem) in einem Abstand von circa zwei Wochen durchzuführen.

Im gestalttherapeutischen Zugang von Resnick wird dem Erforschen familiärer Bindungsmuster (family closeness profile) und familiärer Botschaften zur Sexualität als Hintergrund für sexuelle Schwierigkeiten zwar große Bedeutung beigemessen, jedoch nicht der Inszenierung der Lustlosigkeit bzw. sexueller Dynamiken zwischen den Eltern. Resnick misst einem ressourcenorientierten Zugang ebenfalls einen großen Stellenwert bei, bezieht sich dabei jedoch auf die Klientinnen zur Verfügung stehenden Ressourcen aus eigenen direkten Beziehungserfahrungen. In der vorliegenden Untersuchung wird dieser Ansatz durch den Fokus auf die sexuelle Beziehungsdynamik und Inszenierung der Lustlosigkeit zwischen den Eltern und durch die Suche nach ressourcenorientierten Modellen im erweiterten Familienhintergrund auf fruchtbringende Art erweitert.



#### 4. Literaturverzeichnis

American Psychiatric Association (APA). (1980). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (3. Ausgabe) (DSM-III). American Psychiatric Association, Washington DC

American Psychiatric Association (APA). (1994). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (4. Ausgabe.) (DSM-IV), Washington DC: American Psychiatric Association.

Basson, Rosemary. (2002). Neubewertung der weiblichen sexuellen Reaktion. In: *Sexuologie* 9 (1). Seite 23 – 29 / © Urban & Fischer Verlag <http://www.urbanfischer.de/journals/sexuologie>.

Beier, Klaus M. & Bosinski, Hartmut A.G. & Hartmann, Uwe & Loewit, Kurt. (2005): *Sexualmedizin. Grundlagen und Praxis*. München. Urban und Fischer Verlag.

Bloom, Dan. (2009): The Phenomenological Method of Gestalt Therapy: Revisiting Husserl to Discover the Essence of Gestalt Therapy. *Gestalt Review*, 13,3: S. 277-295.

Böhme G. (2017). *The Aesthetics of Atmospheres*. New York: Routledge.

Boszormenyi-Nagy, Ivan. Spark, Geraldine M. (2013). *Unsichtbare Bindungen. Die Dynamik familiärer Systeme*. Stuttgart: Klett-Cotta. (Erstauflage 1981)

Brandl, G. (2000): Welche Beziehung hat die heutige Gestalttherapie zur Sexualität? [www.gestalttherapie.at/downloads/gt00\\_sexualitaet.pdf](http://www.gestalttherapie.at/downloads/gt00_sexualitaet.pdf)

Claudia, Schmiedeberg. Schroder, Jette. 2016. *Does Sexual Satisfaction Change With Relationship Duration?* *Arch Sex Behav* 45, S. 99–107

Corona, Giovanni & Ricca, Valdo & Boddi, Valentina B. & Bandini, Elisa & Lotti, Francesco & Fisher, Alessandra D & Sforza, Alessandra & Forti, Gianni & Mannucci Edoardo & Maggi, Mario. (2010). Autoeroticism, mental health, and organic disturbances in patients with erectile dysfunction. *Journal of Sexual Medicine*, 7, S. 182-191.

Eck, A. (2018): *Der erotische Raum. Fragen der weiblichen Sexualität in der Therapie*. Heidelberg. Carl-Auer-Verlag.

FALK, Corinna (2003): *Leibgedächtnis und Spielraum in der Gestalttherapie*. Schriftliche Abschlussarbeit der Fortbildung in Gestalttherapie am Gestalt-Institut Frankfurt am Main

(Kurs 070 Uta Wahl-Witte / Rolf Heinzmann).

Frank, Ruella und La Barre, Frances. 2011. *The First Year and the Rest of Your Life. Movement, Development and Psychotherapeutic change*. New York, London: Routledge.

DeLamater, J., & Hyde, J.S. (2004). Conceptual and theoretical issues in studying sexuality in close relationships. In J. H. Harvey, A. Wenzel, & S. Sprecher, *Handbook of sexuality in close relationships* (S. 7-31). NY: Lawrence Erlbaum Associates

Desile, Birgit. (2011). Störungen der weiblichen Appetenz. Auslösende Faktoren und Therapieoptionen. In: *Sexuologie* 18 (1–2). Seite 30-47. Akademie für Sexualmedizin <http://www.sexualmedizin-akademie.de/sexuologie>

Dewitte, Marieke. 2014. *On the Interpersonal Dynamics of Sexuality*. Journal of Sex and Marital Therapy. Band 40, Heft 3, S. 209-232.

Dilling, Horst & Freyberger Harald J. (2019): ICD-10. Taschenführer für ICD-10-Klassifikation psychischer Störungen. 9. aktualisierte Auflage. Bern: Hogrefe-Verlag.

Finlay, Linda & Evans, Ken (2016): An invitation to engage in relational-centred phenomenological research. In: Roubal, Jan (Hrsg.): *Towards a research edition in Gestalt therapy* (S. 203-222). Newcastle upon Tyne: Cambridge

Francesetti, Gianni (2012). Pain and beauty: from the psychopathology to the aesthetics of contact. In: *British Gestalt Journal*, Vol. 21 (N1. 2), S. 4–18.

Francesetti, Gianni (2019). The Field Perspective in Clinical Practice: Towards a Theory of Therapeutic Phronēsis. In Brownell, Phillip (Hrsg.): *The world of contemporary gestalt therapy. Handbook for theory, research, and practice in gestalt therapy* (p. 268–302). Cambridge Scholars Publishing.

Gnirrs-Bornet, Ruth. 2004. Libidostörungen: diagnostische Abklärung und Behandlung. *Psychotherapeut*, 49, S. 341-349.

Hauch, Margarete. (1998). Paartherapie bei sexuellen Funktionsstörungen und sog. sexueller Lustlosigkeit. Das Hamburger Modell: Konzept, Modifikation, neuere Ergebnisse. In: Strauß B (Hrsg) *Psychotherapie der Sexualstörungen*. Thieme, Stuttgart New York

Impett, Emily & Gordon, Amie & Strachman, Amy. (2008). Attachment and daily sexual goals: A study of dating couples. *Personal Relationships*, 15, S. 375–390.

IsHak, Waguih William & Tobia, Gabriel. (2013). DSM-5 Changes in Diagnostic Criteria of Sexual Dysfunctions. In: *Reproductive System and Sexual Disorders*, Volume 2, Issue 2, an open access journal. doi:10.4172/2161-038X.1000122

Kepner, James I. (2010). *Körperprozess. Ein gestalttherapeutischer Ansatz*. Bergisch Gladbach: Verlag Andreas Kohlhage.

Lahme, Sandra. (2002). Das Prinzip der ewigen Wiederkehr. Über die Praxis der Überwindung des ewig Wiederkehrenden nach dem Konzept der Psychogenetik von Anne Teachworth. In: *Mediation Psychogenetik und Verwandtes. Zur Methodenvielfalt beim Beraten*. HJB 2, S. 72-80.

Lumma, Klaus. (2002). Über Generationen hinaus. Vom Teufelskreis unerledigter Geschäfte. In: *Mediation Psychogenetik und Verwandtes*. HJB 2, S. 81-89.

Maier, Kristina. (2020). *Air and Breath Die Feldperspektive in der integrativen Gestalttherapie und ihre Bedeutung in der praktischen Arbeit heute Neue Entwicklungen in einem veränderten sozialen Feld*. Schriftliche Arbeit, Donau-Universität Krems, Krems.

Main, M. (2000): The organized categories of infant, child, and adult attachment: Flexible vs. inflexible attention under attachment-related stress. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 48: S. 1055-1096.

Merleau-Ponty, Maurice (1966): *Phänomenologie der Wahrnehmung*. De Gruyter: Berlin.

Netzer, Ingeborg (2018): Intimitätsermöglichende Dynamik in leiblichen Dialogen. Die Weiterentwicklung früher interaktioneller Bewegungsmuster als Chance für befriedigendere intime Beziehungen. In R. Hutterer-Krisch & G. Rass-Hubinek (Hg.), *Paardynamik. Methodenspezifische und methodenübergreifende Beiträge zur Psychotherapie im Paar-und Einzelsetting* (S. 317-327). Wien: Facultas.

Netzer, Ingeborg. (2009). Körper-Organismus-Leib. Gestalttherapeutische Zugänge zur menschlichen Ganzheitlichkeit auf dem Hintergrund leibphilosophischer Überlegungen. Masterthesis, Donau-Universität Krems, Krems.

Netzer, Ingeborg. (2020). Lust heilt. Sexuelle Schwierigkeiten als Impuls für neues Engagement im Leben. In: Etta Hermann-Uhlig (Hg.<sup>in</sup>). Psychotherapie und Sexualität. Interdisziplinäre und methodenübergreifende Positionen (S. 97-112). Österreich: Facultas Verlag.

Perls, F.S. (1947): Das Ich, der Hunger und die Aggression. Stuttgart: Klett-Cotta.

Petzold, Hilarion. (2003): Integrative Therapie. Modelle, Theorien & Methoden einer schulenübergreifenden Psychotherapie. Band 3: klinische Praxeologie. Paderborn: Junfermann Verlag.

Reddemann, Louise. (2015). Kriegskinder und Kriegsenkel in der Psychotherapie. Klett-Cotta, Stuttgart

Reddemann, Louise. (2017). Transgenerationale Weitergabe von Traumata. In: Systeme Jg. 31 (1). S. 6.-21

Resnick, Stella. (2004). Somatic-Experiential Sex Therapy. A body-centered gestalt approach to sexual concerns. Gestalt Review, Volume 8, Nr.1: S. 40-64

Resnick, Stella. (2019). Body-to-Body Intimacy. Transformation through Love, Sex, and Neurobiology. New York: Routledge.

Richardson, J. & Schuster, M. A. (2004): Everything you never wanted your kids to know about sex (but were afraid they'd ask): The secrets to surviving your child's sexual development. New York, NY: Harmony Books

RUMPLER, Peter (1994). Das Geschluckte und das Gekaute in der Gestalttherapie. In: Freiler, Christine; Ventouratou-Schmetterer, Donna; Reiner-Lawugger, Claudia; Bösel, Roland. 100 Jahre Fritz Perls. Tagungsband der Internationalen Psychotherapietagung der Fachsektion für Integrative Gestalttherapie ÖAGG. (S.73-99). Wien: Facultas.

Sarasin, Eliane & Leeners, Brigitte. (2018). Die „therapieresistente“ Libidostörung der Frau. Gynäkologische Endokrinologie 16:80–85. <https://doi.org/10.1007/s10304-018-0178-y> Online publiziert: Springer Medizin Verlag GmbH.

SCHMITZ, Hermann (1992). Leib und Gefühl. Materialien zu einer philosophischen Therapeutik. Paderborn, (Erstausgabe: 1989)

Schwartz, Ted (2000). The Land Mines of Marriage. Intergenerational Causes of Marital Conflict. In: Gestalt Review, 4 (Nr.1), S. 47-62.

Seifert, Ilse (2018): Gestalttherapie und Sexualität - Naht das Ende des Dornröschenschlafes? [http://www.gestalttherapie.at/gestalttherapie\\_fachartikel.html](http://www.gestalttherapie.at/gestalttherapie_fachartikel.html)

Schore, A. N. (1994), Affect Regulation and the Origin of the Self: The Neurobiology of Emotional Development. Mahwah, NJ: Erlbaum

Seifert, Ilse. (2020). Gestalttherapie und Sexualität. Vom blinden Fleck zum belebten Land. In: Etta Hermann-Uhlig (Hg.<sup>in</sup>). Psychotherapie und Sexualität. Interdisziplinäre und methodenübergreifende Positionen (S. 83-96). Österreich: Facultas Verlag.

Staemmler, F-m. (2018): Sex für Nähe oder Nähe für Sex? Worum es in der Arbeit mit Paaren geht, dargestellt am Beispiel genderspezifischer Missverständnisse. In R. Hutterer-Krisch & G. Rass-Hubinek (Hg.), Paardynamik. Methodenspezifische und methodenübergreifende Beiträge zur Psychotherapie im Paar- und Einzelsetting (S. 367-385). Wien: Facultas

Teachworth, Anne. (1999). Die Geschichte wiederholt sich immer. In: Orientierungsanalyse Halbjahresbuch 2, S. 48-72

Teachworth, Anne. (2007). Why we pick the mates we do. The psychogenetic system. Metairie/New Orleans, Louisiana, USA: Gestalt Institute Press

Teuschel, Peter. (2016). Der Ahnenfaktor. Das emotionale Familienerbe als Auftrag und Chance. Stuttgart: Schattauer-Verlag.

Votsmeier-Röhr, Achim & Wulf, Rosemarie (2017). Gestalttherapie. München: Ernst Reinhardt GmbH & Co KG.

Wutting, Daniela. (2013). Sexuelle Appetenzstörung der Frau und Partnerschaftszufriedenheit in langjährigen Paarbeziehungen. Eine empirische Untersuchung an 34 Paaren. Hannover: Medizinische Hochschule Hannover, Zentrum für Seelische Gesundheit.

## 5. Anhang

### *Anhang 1: Imagination zur Herkunftslogik – nach Anne Teachworth adaptiert für das Thema Sexualität*

Bitte machen Sie es sich bequem, sodass Sie auch, wenn Sie das so möchten, die Augen schließen können...Nehmen Sie sich ein paar Atemzüge Zeit.... Den Blick nach innen zu richten...vielleicht erst einmal zu schauen, wie sie sich körperlich jetzt gerade wahrnehmen... wie sie sich emotional wahrnehmen....

Ich lade Sie ein... sich ein wenig einzustimmen bald... als unsichtbarer Beobachter in ihre frühe Kindheit zurückzureisen und...

sich ein wenig auf die Spuren zu begeben..., zu schauen... inwieweit die Liebesbeziehung, die ihre Eltern zueinander hatten, in Ihnen sichtbar... spürbar... werden kann... in der Art und Weise, wie sie war... oder auch nicht war...

Auch wenn Sie gleich in Ihre Kindheit zurückreisen, können Sie dabei ein gefestigter Erwachsener bleiben... so, wie Sie es heute sind... quasi als unsichtbarer Beobachter in Ihrer Kindheit...

Vielleicht möchten Sie an dieser Stelle nochmals nachspüren Sie, wie es Ihnen dabei geht... jetzt gerade..., wenn Sie daran denken, gleich Ihre Kindheit zu besuchen.... auf den Spuren des Liebeslebens ihrer Eltern.....?

Was nehmen Sie im Körper wahr? ...Was spüren Sie?

Vielleicht kommen jetzt Gedanken, Gefühle oder auch Bilder auf, die Sie auch schon als Kind über die Beziehung ihrer Eltern zueinander hatten.... ihr Körper kann sich an das alles erinnern....

Ich bitte Sie darum, in Ihre frühere Kindheit zu reisen... sie können aber auch jede Altersstufe...die grad vielleicht natürlich erscheint...für Ihren Besuch wählen...

Wenn Sie nun dort angekommen sind... in Ihrer Kindheit...vielleicht früheren Kindheit... bitte ich Sie sich umzusehen... wo sind Sie? wo sehen Sie Ihre Eltern... sehen Sie sie zusammen oder in getrennten Räumen...?

.....

Wo sehen Sie Ihre Mutter?

Wie nehmen Sie grade Ihre Mutter wahr...? Ihr körperliches Erleben.... erotisches Erleben.....für sich selbst.... Wie empfindet Sie da wohl...?

.....

...und wie empfindet Sie da wohl Ihrem Mann gegenüber....

körperlich eher angezogen und genussvoll...eher weniger angezogen.... lustlos.....etwas dazwischen...oder ganz anders? wie sieht sie ihn an?

Wie nehmen Sie die grade die Atmosphäre wahr?

Wie nehmen Sie Ihre Körperhaltung wahr? Gesichtsausdruck?

Was nehmen Sie gerade an Sich selbst wahr? Im Körper...? Emotional?

Wo sehen Sie Ihren Vater?

Wie nehmen Sie grade Ihren Vater wahr...? Sein körperliches Erleben.... erotisches Erleben.....für sich selbst.... Wie empfindet er da wohl...?

.....

...und wie empfindet er da wohl seiner Frau gegenüber...körperlich eher angezogen und genussvoll...eher weniger angezogen.... lustlos.....etwas dazwischen...oder ganz anders? wie sieht sie ihn an?

Wie nehmen Sie grade die Atmosphäre wahr?

Wie nehmen Sie seine Körperhaltung wahr? Gesichtsausdruck?

Was nehmen Sie gerade an Sich selbst wahr? Im Körper...? Emotional?

-----

Schauen Sie ihre Eltern durch die Augen jenes Kindes an, das Sie selbst einmal waren. Hören Sie den Eltern zu und beobachten Sie, wie sich die Eltern z u e i n a n d e r verhalten. Sie selbst bleiben dabei unsichtbar und ihre Eltern wissen nicht, dass Sie zu Besuch sind. Was geschieht zwischen den Eltern? Wie beziehen sie sich aufeinander was Liebe und Sexualität betrifft? Wie fühlen sich die beiden?

---

Ich bitte Sie, ein letztes Mal kurz zu schauen, wie es Ihnen jetzt gerade geht... Ihre Stimmung... was sie körperlich wahrnehmen...emotional...

-----

Bereiten Sie sich nun bitte vor, langsam und stufenweise die Erinnerung an Ihre Kindheit wieder zu verlassen, ... sich vielleicht noch ein letztes Mal gut umsehen... zu schauen, ob es etwas Spezielles gibt, das sie für sich mitnehmen möchten...ein Bild...eine Erinnerung...eine Wahrnehmung....

.....um dann Ihre Kindheit wieder zu verlassen....

drei, vier, fünf, sechs, sieben, acht, neun, zehn, ... zwölf, dreizehn, vierzehn, fünfzehn, sechzehn, ... bis sie bei dem Alter ankommen, in dem Sie heute sind.

Wenn sie dann bereits sind, bitte ich Sie, langsam und in Ihrer Zeit Ihre Augen wieder zu öffnen....

*Anhang 2: Imaginationsreise auf den Spuren der sexuellen Lust bzw. des Genusses - Familienreihe/Vorfahren*

Bitte machen Sie es sich bequem, sodass Sie auch, wenn Sie das so möchten, die Augen schließen können...Nehmen Sie sich ein paar Atemzüge Zeit.... Den Blick nach innen zu richten...vielleicht erst einmal zu schauen, wie sie sich körperlich jetzt gerade wahrnehmen...

.....

Sie müssen nun nichts tun... alles, was in den nächsten Momenten passiert und auch nicht passiert, ist genauso völlig in Ordnung....

Wenn Sie möchten, kann es einfach passieren, dass Sie ...bald ...nach innen zu reisen.... ...vielleicht eine Art Körperreise... ..

auf den möglichen Spuren .....nach ...lustvollen...genussvollen Wurzeln...in ihrer Familie.....



bei Menschen.... Familienmitgliedern, die sie gekannt haben.... und...vielleicht sogar ...bis weit ...weit zurück zu Ihren Ahnen... zu Frauen...Männern.... in ihrer Familienreihe, die sie vielleicht nie gekannt haben... .....

es kann sein...oder kann es sein...? ..., dass auch Spuren...Erfahrungen.... einer genussvollen, lustvollen Erfahrungswelt unserer Ahnen in uns vorhanden sind... vielleicht kaum oder nicht spürbar, aber doch irgendwie da...

Was nehmen Sie gerade wahr, wenn Sie mir zuhören?

Was auch immer auftaucht...auch wenn es vermeintlich nichts ist...ist genauso völlig in Ordnung

Gedanken.... Im Körper.... Gefühle...Bilder ...Ahnungen....

.....

Was auch immer gerade ist oder auch nicht ist, vielleicht möchten Sie dem, was gerade ist..... ein Stück weiter folgen...Raum geben ...

vielleicht ist vermeintlich nichts da... und Sie liegen hier still ....

Vielleicht sind sie gerade in einer Art inneren Raum und schauen sich um...

Vielleicht tauchen Bilder und auf sie sehen jemanden... etwas.....

vielleicht hören Sie etwas...

vielleicht spüren Sie Ihren Ihr Körper ....

Vielleicht tauchen Gefühle auf...

Vielleicht Gedanken....

.....

Vielleicht möchten Sie einen kurzen Moment Ihre Atmung wahrnehmen....

PAUSE

Vielleicht ist eine Person aufgetaucht.... Aus Ihrer Familie...oder auch nicht...der Genuss und Lust .... Verkörpert....

Vielleicht gibt es jetzt sogar einen besonderen Ort in ihrem Körper...wo Lust und Genuss ein Stück wahrnehmbar oder erahnbar sind.... In welcher Form auch immer....

Oder vielleicht gibt es auch einfach eine Ahnung...wo im Körper das sein könnte....

Sollte dieser Ort im Körper jetzt erahnbar werden...vielleicht möchten Sie dort ein bisschen verweilen.... ..

Alles, was ist, oder auch nicht ist ...jetzt gerade ...ist genauso völlig in Ordnung...

...

Vielleicht möchten Sie sich nun langsam vorbereiten, diese innere Reise wieder zu verlassen ... sich vielleicht noch ein letztes Mal gut umsehen... zu schauen, ob es etwas Spezielles gibt, das sie für sich mitnehmen möchten, ...ein Bild...eine Erinnerung...eine Wahrnehmung....

...um dann langsam und in ihrem Tempo schrittweise wieder zurückzukehren