

Weiterbildung Sexualtherapie

Kriterien für die Zertifizierung durch die DGfS

Stand: August 2024. Fort- und Weiterbildungsausschuss der DGfS.
Vertreten durch Dr. med. Melanie Büttner, Dipl.-Psych. Annika Flöter, Dr. med. Annette Schwarte.

Diese Weiterbildung richtet sich an Personen in psychotherapeutischen Berufen, die Kompetenzen in der Versorgung von Menschen mit sexuellen Problemen und Störungen erwerben wollen.

1. Eingangsvoraussetzungen

An der Weiterbildung kann teilnehmen, wer

- eine abgeschlossene Ausbildung in einem psychotherapeutischen Beruf oder eine äquivalente Qualifikation* besitzt
- die Möglichkeit hat, die erworbenen Kompetenzen kursbegleitend in der Berufspraxis anzuwenden.

Darüber hinaus kann die Weiterbildungsleitung noch andere spezifische Eingangsvoraussetzungen zur Teilnahme an der Weiterbildung verlangen (z. B. ein Aufnahmegespräch).

Der Erwerb des DGfS-Zertifikats ist an zusätzliche Kriterien gebunden (siehe Punkt 6. „Anerkennung durch die DGfS“).

*Äquivalente Qualifikation: Als gleichwertig zu approbierten psychotherapeutischen Ausbildungen gelten curriculare psychotherapeutische Aus- oder Weiterbildungen, die Praxis-, Supervisions- und Selbsterfahrungsanteile enthalten und deren Abschluss mit einer Überprüfung der Leistungen erfolgte. Die Anerkennung als Heilpraktiker für Psychotherapie ist hierfür nicht ausreichend, auch wenn zusätzlich mehrere psychotherapeutische Fortbildungen besucht wurden.

2. Ziel

Sexualtherapeutische Qualifikation von Menschen in psychotherapeutischen Berufen. Dabei sollen Fertigkeiten in folgenden Bereichen vermittelt werden:

- Kompetenz sexuelle Themen in das eigene Arbeitssetting zu integrieren
- Sprechen über Sexualität und sexuelle Probleme
- Erkennen und diagnostische Einordnung sexueller Probleme und Störungen
- Indikationsstellung
- Vermittlungs- und Überweisungskompetenz
- Beratungskompetenz
- Sexualtherapeutische Kompetenz

3. Umfang

Die Weiterbildung erfolgt über einen Zeitraum von ca. 2 Jahren berufsbegleitend und umfasst 200 UE*. Davon sind:

- 110 UE Theorie und Praxis
- 30 UE themenzentrierte Selbstreflexion
- 60 UE themenzentrierte Fallbesprechungen mit einer Person, die von der DGfS als Supervisor:in anerkannt ist

*UE = Unterrichtseinheiten = 45 min.

4. Inhalte

4.1 Grundlagen

- Sexuelle Gesundheit
- Vielfalt sexueller und geschlechtlicher Lebenswelten und Identitäten, inkl. Varianten der
 - Sexualitätskonzepte
 - sexuellen Vorlieben
 - Geschlechtsrollen und Geschlechtsidentitäten
 - Geschlechtsmerkmale
 - sexuellen Orientierung
 - Beziehungsgestaltung
- Anatomie, Physiologie und Endokrinologie
- Psychosexuelle Entwicklung und Sexualität über die Lebensspanne (von der Jugend bis ins hohe Alter) unter Berücksichtigung von
 - Beziehungserfahrungen in Kindheit, Jugend und Erwachsenenalter
 - gesellschaftlichen und kulturellen spekten, z. B.
 - Tabus und Verboten
 - Sexualfeindlichkeit vs. Sexpositivismus
 - Leistungs- und Selbstoptimierungsdruck
 - Einfluss von Medien und Internet
 - Geschlechterungleichheit und Geschlechtermythen
 - Cis-Heteronormativität und Queernormativität
 - Patriarchat und Feminismus
- Psychodynamische, lerntheoretische, systemische und psychotraumatologische Erklärungsmodelle im Hinblick auf Individuen, Paare und Beziehungsgefüge.

4.2 Sexuelle Störungen, Probleme und Fragestellungen

- Sexuelle Dysfunktionen [HA0]
 - verminderten sexuellen Verlangens
 - sexueller Erregung
 - des Orgasmus
 - der Ejakulation
- Sexuelle Schmerzstörungen [HA2]
- Geschlechtsinkongruenz [HA6]
- Psychische Störungen, die im Bereich der Sexualität zu Symptomen, Belastungen und Einschränkungen führen, z. B.
 - Störung mit zwanghaftem Sexualverhalten [6C72]
 - Posttraumatische Belastungsstörung [6B40] und komplexe posttraumatische Belastungsstörung [6B41]
 - Dissoziative Störungen [6B6]
 - Paraphile Störungen [6D3]
 - andere psychische Störungen wie depressive Störungen, Angststörungen, Zwangsstörungen u. a.
- Risikosexualität
- Sexuelle Übergriffigkeit und Sexualdelinquenz
- Sexualität bei
 - körperlichen Belastungen und Erkrankungen
 - medizinischen Behandlungen (medikamentös, operativ etc.)
 - Kinderwunsch, in der Schwangerschaft, nach Geburt, nach Fehl-/Totgeburt, nach Schwangerschaftsabbruch
- Umgang mit belastenden und traumatischen Erfahrungen, die die Sexualität berühren, z. B. nach (sexueller) Gewalt, Geburtserfahrungen etc.
- STI, inklusive HIV und AIDS

4.3 Therapeutische Kompetenzen und Verfahren

- Haltung: z. B. wertneutral, ergebnisoffen
- Beziehungsaufbau, Beziehungsgestaltung und Beziehungsdynamik
- Gesprächsführung, einschließlich
 - herausfordernder Gesprächssituationen für Patient:innen, Klient:innen und/oder Therapeut:innen, z. B. bei Scham, traumatischen Erfahrungen, emotionaler Überforderung, Dissoziation, Erotisierung oder Grenzüberschreitung.
 - Besonderheiten im Präsenz- und Onlinesetting
- Anamnese
- Diagnostik, ggf. unter fachlicher Mitbeurteilung, z. B. gynäkologisch, urologisch, andrologisch, Beckenbodenphysiotherapeutisch
- Problemverständnis und Hypothesenbildung
- Indikationsstellung
- Sexualberatung
- Sexualpsychotherapie
 - Anwendung vorhandener psychotherapeutischer Kompetenzen auf die Behandlung sexueller Probleme und Störungen
 - Vertiefung in einem sexualtherapeutischen Verfahren
 - Informationen über und ggf. Integration von verschiedenen spezifischen sexualtherapeutischen Verfahren und Schwerpunkten, z. B.
 - Sensate Focus
 - Paartherapie nach dem Hamburger Modell
 - Systemische Sexualtherapie
 - Differenzierungsbasierte Sexual- und Paartherapie
 - Sexocorporel
 - Therapie bei Geschlechtsinkongruenz und -dysphorie
 - Therapie sexueller Traumafolgen
 - Therapie bei paraphilen Störungen und Sexualdelinquenz
- Grenzen und Möglichkeiten des eigenen Handelns und Settings
- Vermittlung und Überweisung in ergänzende oder alternative Versorgungsangebote, einschließlich psychotherapeutischer, medizinischer und physiotherapeutischer Behandlungen

4.4 Rechtliche Fragen im Zusammenhang mit Sexualität

- Gesetze zur sexuellen Selbstbestimmung
- Gesetze des Sexualstrafrechts
- Schweigepflicht (z. B. bei Sexualdelinquenz)
- Gesetz über die Selbstbestimmung in Bezug auf den Geschlechtseintrag und Transsexuellengesetz

4.5 Themenzentrierte Selbstreflexion

Auseinandersetzung mit

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

4.6 Anwendung des Erlernten im eigenen Praxisfeld unter Supervision

- Erstgespräche
- Beratungsgespräche
- Sexualpsychotherapie

Die Gespräche können mit Einzelpersonen, Paaren oder Menschen in anderen Beziehungskonstellationen geführt werden.

5. Durchführung und Didaktik

Die Weiterbildung sollte in Präsenz und Online stattfinden, wobei der Präsenzanteil mindestens 60 % betragen sollte.

Folgende Lernmethoden sollten Berücksichtigung finden:

- Theoretischer Input
- Diskussion
- Fallbesprechungen
- Kleingruppenarbeit
- Rollenspiele
- Übungen
- Demonstrationen
- Literaturstudium
- ggf. E-Learning

6. Anerkennung durch die DGfS

Für die Anerkennung durch die DGfS müssen Absolvent:innen der Weiterbildung folgende Kriterien erfüllen und nachweisen:

- Eignung gemäß der oben genannten Eingangskriterien
- Regelmäßige Kursteilnahme (max. 10% Fehlzeiten)
 - 110 UE Theorie und Praxis
 - 30 UE themenzentrierte Selbstreflexion
 - 60 UE Gruppensupervision. Einzelsupervisionen können ggf. angerechnet werden.
- Themenspezifische Praxistätigkeit unter Supervision durch eine Person, die von der DGfS für diese Aufgabe anerkannt ist, und schriftliche Dokumentation von
 - 40 Sitzungen, davon mindestens 2 Fälle mit einem Verlauf über mehrere Sitzungen
 - zusätzlich 8 Erst- oder Beratungsgesprächen

Die schriftliche Dokumentation soll Beschreibungen von Anamnese, Symptomverständnis und ggf. Therapieverlauf enthalten.

Der Antrag auf Zertifizierung durch die DGfS ist an die Weiterbildungsleitung zu stellen. Schriftliche Nachweise über geforderte Leistungen sind der Weiterbildungsleitung zu übergeben und dort für einen Zeitraum von 5 Jahren nach Ausstellung des Zertifikats aufzubewahren. Sie können stichprobenartig vom Fort- und Weiterbildungsausschuss der DGfS überprüft werden.