

Karina Kehlet Lins

Einführung in die systemische Sexualtherapie

2020

Vorwort ... 7

1 Einleitung ... 10

- 1.1 Die heteronormative Erzählung ... 13
 - 1.1.1 *Es gibt nur ein Geschlecht ... 15*
 - 1.1.2 *Die evolutionäre Perspektive ... 16*
 - 1.1.3 *Gesellschaftliche Einflüsse
auf das Sexualverhalten ... 17*
 - 1.1.4 *Frauen kommen zu kurz ... 19*
 - 1.1.5 *Die »Neuentdeckung« der Klitoris ... 21*
 - 1.1.6 *Sexualität jenseits alter Reaktionen ... 22*
- 1.2 Sexualtherapie in einer vielfältigen Welt ... 23
- 1.3 Die vorherrschende Tendenz ... 27
- 1.4 Die systemische Sexualtherapie ... 29

2 Besonderheiten der systemischen Sexualtherapie ... 31

- 2.1 Vom Können zum Wollen ... 31
- 2.2 Besonderheiten der systemischen Sexualtherapie ... 33
- 2.3 Interventionen ... 37
- 2.4 Sex als Ressource ... 40

3 Die erotische Kompetenz ... 46

- 3.1 Die evolutionäre Perspektive: der Trieb ... 46
- 3.2 Das richtige Maß an sexuellem Verlangen ... 48
- 3.3 Sexuelle Lustlosigkeit ... 49
- 3.4 Der Selbstbestimmungsdiskurs ... 54
- 3.5 Die Selbst-Erennung ... 55

4 Fremdbestimmt, partnerbestimmt, selbstbestimmt ... 58

- 4.1 Fremdbestimmt ... 59
- 4.2 Partnerbestimmt ... 60

4.3	Selbstbestimmt ...	63
4.4	Von der Fremdvalidierung zur Selbstvalidierung ...	64
5	Lust in der Beziehung ...	67
5.1	Bindung ...	67
5.2	Differenzierung ...	71
6	Die sexuelle Interaktionsfähigkeit ...	76
6.1	Nicht heute Abend, Schatz! ...	79
6.2	Ehrlich währt tatsächlich am längsten ...	82
7	Therapeutisches Handwerk ...	84
7.1	Neutralität ...	84
7.2	Konsequenzen der Nichtveränderung ...	87
7.3	Auftragsklärung ...	88
7.4	Interesse ...	90
7.5	Anamnese ...	92
7.6	Das sexuelle Genogramm ...	94
7.7	Prozesssteuerung ...	95
7.8	Ambivalenz ...	96
8	Das erotische Profil ...	99
8.1	Autorschaft über das sexuelle Begehren ...	99
8.2	Unterschiedliche sexuelle Profile ...	101
8.3	Die sexuelle Differenz ...	103
8.4	Das ideale sexuelle Szenario ...	106
9	Schlusswort ...	109
9.1	Zusammen auf eigenen Beinen stehen ...	109
9.2	Zielneutral und normfrei ...	110
9.3	Ausblick ...	113
	Literatur ...	116
	Über die Autorin ...	121