

Rudolf Sanders

Sexualberatung im Rahmen der Partnerschule

1) Einleitung

Die Gestaltung der Sexualität ist ein höchst sensibler und sehr störanfälliger Bereich partnerschaftlicher Interaktion. Da beides, Partnerschaft und Sexualität zusammen gehören und einander ergänzen, ist es erforderlich, im Rahmen von Sexualberatung die Art und Weise der Beziehungsgestaltung und im Rahmen von Partnerschafts- und Eheberatung das Thema Sexualität zu reflektieren. Die Partnerschule (Sanders 2000) ist ein klärungs- und bewältigungsorientiertes Konzept zur Veränderung von Beziehungsstörungen in einer Partnerschaft. Es findet seine Anwendung in Eheberatung, Paartherapie und Erwachsenenbildung. Der Name „Partnerschule“ wurde gewählt, weil es Ratsuchenden leichter fällt, sich mit einem Lernenden in Sachen Partnerschaft zu identifizieren als mit einem Kranken, der therapiebedürftig ist. Das Verfahren zeichnet sich dadurch aus, dass das Wissen um die eigene Lebensgeschichte und um die des Partners zentral ist. Es geht dabei um das Verstehen warum man selbst und warum der Partner so handelt, wie er handelt. Dieses Wissen wird als Motivationsquelle dafür genutzt, Verhaltensdefizite im Gestalten naher Beziehungen durch Experimentieren, Übungen und Verändern von Einstellungen zu beseitigen. Das Verfahren findet vor allem einzelfallorientiert in und mit Gruppen seinen Einsatz. Somit entspricht es wichtigen Vorschlägen der Therapieforschung für die Behandlung von Interaktions- und Kommunikationsstörungen (Grawe 1994 , 1998).

2) Die Situation

2.1) Unzufriedenheit mit der Gestaltung der Sexualität

Bei der Validierung des Marital Satisfaction Inventory (MSI) von Snyder (1981) stieß die Arbeitsgruppe (Schröder et al. 1994) auf interessante Ergebnisse in der Subskala „Sexuelle Zufriedenheit“. Hier gab es zwar auch signifikante Unterschiede in Bezug auf den Gesamtwert zwischen Personen in Eheberatung und in der Kontrollgruppe, - den Paaren, die mit ihrer Beziehung zufrieden waren - vor allem aber gab es signifikante Un-

terschiede zwischen Männern und Frauen, wie in anderen MSI-Skalen nicht zu beobachten waren. In beiden Gruppen berichteten die Männer, sexuell unzufriedener zu sein als die Frauen. Auffällig waren insbesondere die hohen Unzufriedenheitswerte in der Kontrollgruppe. Fast 30% der glücklich verheirateten Männer erreichten Summenwerte, die über dem Mittelwert der Männer aus der Therapiegruppe lagen (18% bei den glücklich verheirateten Frauen). Bei einzelnen Fragen waren fast 50% der glücklichen Männer unzufrieden mit der partnerschaftlichen Sexualität insbesondere was Häufigkeit und Abwechslung der sexuellen Kontakte betraf. Trotz dieser Unzufriedenheit dachten 2/3 nicht ans Fremdgehen, auch bei den Paaren, deren Partnerschaft in Gefahr war. Zusammenfassend kann man sagen, dass in dieser Kategorie der Geschlechtsunterschied am auffälligsten war. Wie lässt sich dieses Phänomen möglicherweise interpretieren?

Das Verhältnis von Frau und Mann im Europa der letzten 1000 Jahre war gekennzeichnet von der Vorherrschaft des Mannes (*Barabas & Erler* 1994). Erst im letzten Drittel des 20. Jahrhunderts entstand durch die Aussagen zur Gleichberechtigung im Grundgesetz der Bundesrepublik Deutschland (1949) und durch das Gesetz zur Reform des Ehe- und Familienrechtes (1976) zumindestens juristisch die Möglichkeit, gleichberechtigte Partnerschaft zwischen Mann und Frau zu leben. Deshalb könnte man vermuten, dass die oben genannten Unterschiede zwischen Männern und Frauen sich aus solchen geschichtlichen Vorerfahrungen begründen lassen. Wie kann Frau ihre *eigene* Lust leben, wenn Partnerschaft zwischen Mann und Frau noch sehr neu und damit wenig eingeübt ist? Wenn die Gleichberechtigung und Gleichwertigkeit von Frau in Beruf, Politik und Gesellschaft sich noch lange nicht als Selbstverständlichkeit etabliert hat?

Neben diesen Hintergründen könnte noch eine andere Ursache für die oben erwähnten Geschlechtsunterschiede sprechen. Denn nicht nur die Binnenstruktur der Beziehung zwischen Frau und Mann änderte sich von einer patriarchalischen zu einer partnerschaftlichen, sondern auch durch die Methoden einer sicheren Kontrazeption die Gestaltung der Sexualität. War diese bisher in erster Linie durch Fortpflanzung bestimmt, orientiert sie sich jetzt - und das ist menschheitsgeschichtlich ein Quantensprung - am sozialen und kommunikativen Miteinander. Für diese „soziale Sexualität“ fehlt es vielen Partnern an möglichen Ausdrucks- und Gestaltungsformen.

2.2) Der Mangel an sexueller Lust

Der zweite Aspekt der Situationsbeschreibung hängt eng mit den zuvor genannten zwei grundsätzlichen Erwägungen zusammen. Appetenzstörungen, zumindestens bei einem Partner, haben nach übereinstimmender Feststellung vieler Autoren (in *Buchheim et.al. 1997*) im Vergleich zu anderen sexuellen Störungen, wie Erektionsstörungen und Orgasmuschwierigkeiten in den vergangenen Jahrzehnten deutlich zugenommen. Die Etikettierung „Störung“ impliziert, dass es „normal“ ist, dauernd sexuellen Appetit zu haben. Aber auch mit dem Essen verhält es sich so, dass ein Gefühl des Hungers da sein muss, um Appetit zu haben.

Die schon erwähnte Tatsache, dass bis zur Erfindung sicherer Kontrazeptiva, der „Pille“, bei jedem Geschlechtsverkehr auch die Möglichkeit einer Schwangerschaft bestand, diese Tatsache hat für das Verständnis der Problemlage wichtige Konsequenzen. So könnte unser biologisches und genetisches Erbe dahingehend die Lust steuern, dass etwa in Zeiten, in denen ein Säugling die volle Aufmerksamkeit und Kraft von Mutter und auch Vater fordert, diese Lust nun einmal nicht auf Geschlechtsverkehr und eine potenzielle neue Schwangerschaft tendiert.

Ein weiterer Grund, den Begriff „Störung“ zu hinterfragen, besteht möglicherweise in den Auswirkungen der bedeutenden Untersuchungen von *Masters und Johnson (1970)* in den sechziger Jahren zum menschlichen sexuellen Reaktionszyklus. Dabei mussten sich die Versuchspersonen durch ihre Fähigkeit qualifizieren, einen Koitus und Orgasmus unter Laborbedingungen zu produzieren. So entstand eine Idealkurve, die vielleicht für sexuelle Hochleistungssportler repräsentativ ist, aber nicht für die Durchschnittsbevölkerung. *Masters und Johnson* setzten auf das Vorhandensein eines sexuellen Triebes, der lediglich einer effektiven Stimulation bedarf, um dann einen Orgasmus zu produzieren. An Menschen, die keinen sexuellen Appetit vorwiesen, hatten sie kein Interesse. Sie waren sich sehr wohl dessen bewusst, dass das Niveau des sexuellen Interesses eine wichtige Variable darstellt, aber sie wollten sexuelle Reaktionen bei den Menschen demonstrieren, die eine solches Interesse haben (*Kring 1997*). So wurde durch solche Untersuchungen einer Fixierung der Sexualität auf den Orgasmus, also etwas Finale, Vorschub geleistet, während alles Vor- und Nachspiel und selbstvergessenes Spiel überhaupt eher eine Abwertung erfahren haben.

Grundsätzlich gilt natürlich festzustellen, dass Sexualität zu unserem Leben gehört, sie findet im realen Leben wie in den Träumen und Fantasien statt. Sie stellt sich dar in Zärtlichkeiten oder Mangel an Zärtlichkeiten, in Leibfeindlichkeit oder Leibfreundlichkeit, in Wohlwollen oder in Kälte, in

Gefühlsreichtum oder Gefühlsarmut. Sie ereignet sich zwischen Erwachsenen, zwischen Kindern, zwischen Erwachsenen und Kindern und zwischen einander Fremden, so dass sie weit mehr ist als nur ein Koitus.

Da wir sie seit unserer frühesten Kindheit - angemessen oder übergriffig - gelernt haben, gehört ihre Anwendung zum Repertoire unserer impliziten, also nicht dem Bewusstsein zugänglichen, Beziehungsregeln. Auch diese unbewusste Übernahme von Regeln kann sich auf den sexuellen Appetit, auf das Miteinander eines Paares auswirken.

So musste ein Mann ab dem 7. Lebensjahr, nach dem Tod des Vaters, als jüngster Sohn im Bett der Mutter nächtigen. Als er mit 12 Jahren seine Sexualität bewusst spürte und vorsichtig andeutete, doch jetzt in einem eigenen Bett schlafen zu wollen, antwortete die Mutter nur: „Dann schneiden wir " den unten " einfach ab!“ Seine ganze Kraft als Kind musste er dafür aufbringen, die unbewusste Verführung der Mutter, Partnerersatz zu sein, abzuwehren, die eigene Autonomie zu bewahren und seine Identität zu entwickeln. So verwundert es nicht, dass er später im Kontakt mit seiner Frau auch sexuell zurückhaltend war. Sie beklagte seinen Mangel an sexuellem Appetit. In der Arbeit mit beiden wurde allerdings ebenfalls deutlich, dass er *ihr* damit einen Gefallen tat, denn auch sie hatte auf unbewusster Ebene einen wichtigen Grund, Sexualität zu vermeiden.

In diesem Beispiel wird ferner deutlich, dass ein sexuelles Problem im Rahmen einer Paarbeziehung immer ein Problem beider Partner ist. Es ist wichtig als Berater, nicht an der Oberfläche, der sexuellen Funktion oder dem sexuellen Appetit hängen zu bleiben, sondern es gilt herauszufinden, was sich in dieser Störung psychodynamisch auf unbewusster Ebene zwischen den Partnern aktualisiert.

Zum Schluss sei im Zusammenhang des Begriffes „Appetenzstörung“ auf die Übersexualisierung und den damit verbundenen Leistungsdruck in unserer Gesellschaft, der durch Medien, Pornovideos, Seifenopern in den Vorabendprogrammen des Fernsehens etc. erzeugt wird, hingewiesen.

Wie sollen junge Menschen die Sprache ihres Körpers verstehen und einsetzen lernen, wenn sie nicht die Gelegenheit haben, die „Stufenleiter der Zärtlichkeiten“ zu erklimmen, sondern sich z.B. sorgenvoll an eine Jugendzeitschrift mit der Frage wenden: „Hilfe ! Ich bin 15 Jahre alt und noch Jungfrau! Wie finde ich einen Freund?“

Als Folge dieser Fixierungen ist in der Eheberatung oft zu beobachten, dass Ratsuchende ihren narzisstischen Selbstwert abhängig machen vom Gelingen - und das heißt oftmals von der Frequenz - des Koitus. Weniger spielt die Frage nach der sexuellen Erlebnis*qualität* als die nach dem sexuellen Funktions*ablauf* die zentrale Rolle, von der der Bestand einer Ehe und Familie abhängig gemacht wird; als ob der Mensch als solcher, seine und die gemeinsamen bisherigen Lebenserfahrungen, die Fähig-

keit, Alltag zu bewältigen, Kinder zu erziehen, finanzielle Sicherheit zu schaffen, - als ob dies alles nichts wert wäre.

3) Beratungsziele im Rahmen der Partnerschule

Zunächst geht es um einige grundsätzliche Ziele. So ist ein häufiges Problem Ratsuchender die gegenseitige emotionale Abhängigkeit: „Du bist für mein Glück verantwortlich, und ich fühle mich nur dann glücklich, wenn du glücklich bist. Und wenn du nicht glücklich bist, bin auch ich unglücklich, also sei bitte nicht unglücklich, sondern immer gut drauf!“. Ein Ratsuchender brachte es nach dem Betrachten seiner Tonfigur, die er zur Diagnostik der Paarsituation mit geschlossenen Augen modelliert hatte, auf den Punkt: „Wenn du mich nicht festhältst, falle ich auf die Schnauze!“ So liegt auch im sexuellen Erleben die Verantwortung für die eigenen Empfindungen, für das Spüren der eigenen Lust, für das, was gut tut, und das, was nicht gut tut, vor allem bei jedem einzelnen Partner. In der Partnerschule wird deshalb „der eigene Stand“, die Selbstständigkeit trainiert, eine sozial- bezogene Autonomie, und das nicht nur hinsichtlich der Gestaltung der Sexualität.

Neben der Aufmerksamkeit für das Störende selbst wird der Blick auf das Gelingende im Miteinander gelenkt und Zeit in das Training von partnerschaftsfördernden Verhaltensweisen investiert. Denn aus der Perspektive der eigenen Kompetenzen lassen sich dann oftmals Probleme wesentlich leichter lösen, beziehungsweise diese lösen sich von selbst auf.

Sexualität wird als ein Gespräch, eine soziale Kommunikation unter Einbeziehung aller Sinne und des ganzen Körpers verstanden, die vielfältige Ausdrucksformen annehmen kann, die wie jede Kommunikation, auch die Zeit des Innehaltens, des Schweigens und der Ruhe kennt. Zusammenfassend lassen sich folgende Ziele benennen:

- Die Verantwortung für sich selbst, die Wahrnehmung für die Schönheit, Einmaligkeit und Lebendigkeit des eigenen Körpers als Ausgangspunkt jeglicher Kommunikation soll gefördert werden.
- Die Partner sollen befähigt werden, sich über ihr sexuelles Erleben, ihre Vorstellungen und Wünsche miteinander auszutauschen.
- An Stelle einer Reduzierung der Gestaltung von Sexualität ausschließlich auf die Geschlechtsorgane soll der Einbezug des gesamten Körpers, mit Leib und Seele, gefördert werden.
- Die Überbetonung des Orgasmus, das Reden von einem „Vor- und Nachspiel“, soll sich entwickeln zu einer gleichberechtigten Vielfalt des sexuellen und des sinnlichen Miteinanders.

- Durch Bewegungs- und Atemübungen sollen die Klienten lernen, ihr Affektspektrum und dessen Ausdruck zu erweitern.
- Die Paare sollen befähigt werden, die Gestaltung ihrer Sexualität als das je eigene und einmalige *ihrer* Kommunikation zu begreifen und die Verantwortung dafür zu übernehmen.
- Die Bedeutung, die eine mögliche sexuelle Funktionsstörung für die Partnerbeziehung hat, muss dem Paar durchschaubar gemacht werden.
- Eventuell müssen frühere Ängste, Konflikte oder traumatische Erlebnisse bearbeitet werden, die mit der sexuellen Problematik in Zusammenhang stehen.

4) Der Verlauf einer Paar- und Sexualberatung

Die Beratung wird in der Regel mit dem Paar durchgeführt. Kommt zunächst nur ein Partner zur Beratung, so lässt sich dieser oftmals schon im ersten Kontakt davon überzeugen, dass Probleme nur da gelöst werden können, wo sie auftreten, also im Paar und mit beiden Partnern. Im ersten Gespräch, in dem die Ratsuchenden ihr Problem schildern, werden sie über das Entstehen von Konflikten in einer Partnerschaft und über das weitere Vorgehen grundsätzlich informiert (es ist etwas Normales „Probleme zu haben“ und es gibt Hoffnung auf Veränderung).

Insbesondere werden ihnen die Inhalte dreier Seminare im Rahmen der Partnerschule ausführlich dargestellt. Dabei werden betont der Angebotscharakter, die Freiwilligkeit bei allen Vorgaben, die Transparenz des beratenden Vorgehens und die Möglichkeit der Kinderbetreuung.

Nach dem ersten Kontakt bekommen die Ratsuchenden die Fragebogen der beratungsbegleitenden Forschung (*Klann & Hahlweg* 1994) zum Ausfüllen mit. Durch eine computergestützte Auswertung lassen sich zu einer Vielzahl von möglichen Problemfeldern in einer Partnerschaft, zur Lebenszufriedenheit und zur augenblicklichen psychosomatischen wie seelischen Befindlichkeit (Depressivität) diagnostische Aussagen machen. Gleichzeitig bietet der Fragebogen den Ratsuchenden die Möglichkeit, für ihre Probleme einen Ausdruck, Worte, zu finden und oftmals im Vergleich miteinander darüber ins Gespräch zu kommen. Nach Abschluss der Beratung und ein halbes Jahr später wird der Bogen zur Evaluation genutzt.

Neben dieser Fragebogendiagnostik wird im zweiten Gespräch das PIB (*Sassmann* 2000) durchgeführt und per Video aufgezeichnet. Dieses Interview umfasst alle Bereiche der Beziehungsgeschichte, vom ersten Kennenlernen über die Veränderung in der Beziehung durch Kinder bis

hin zu der Frage, welche Zukunftspläne man hat. Auch wird danach gefragt, welche Rolle die Gestaltung der Sexualität miteinander spielt, wie etwa mit Familienplanung umgegangen wird. Durch das Benennen dieser Themen wird den Ratsuchenden auch signalisiert, dass diese Themen in der Beratung Platz haben. Viele Paare leiden zwar unter der Gestaltung ihrer Sexualität, trauen sich aber nicht, darüber zu sprechen.

Die Beratungszeit bis hin zur Teilnahme an einem Gruppenseminar gestaltet sich je nach den diagnostischen Vorgaben unterschiedlich. Insbesondere gilt es, Probleme benennen zu lernen und Klärungsprozesse auf tiefenpsychologischer Grundlage mit bewältigungsorientierten Prozessen zur Verhaltensmodifikation zu koppeln.

Die folgende Beschreibung der drei Seminartypen basiert auf dem *Fokus der Entdeckung und Einübung einer kommunikativen Sexualität* und ist somit lediglich ein Ausschnitt. Eine ausführliche Beschreibung einschließlich methodischer und didaktischer Vorgaben findet sich in *Sanders* (2000). Ratsuchenden steht begleitend ein Selbsthilfeprogramm zur Verfügung (*Sanders* 1998).

Durchgehende Elemente aller drei Seminare sind: bewegungsorientierte Übungen (eine Art von Gymnastik, bezogen auf die jeweiligen inhaltlichen Themen), Übungen, die das partnerschaftliche Miteinander fördern und Reflexionen, die einladen, das Geschehen in der Gruppe mitzusteuern. Die Gruppenberatung wird entweder als Abendveranstaltung in vierzehntägigem Abstand in den Räumen einer Beratungsstelle durchgeführt oder als Internatsveranstaltung in Kooperation mit Einrichtungen der Erwachsenenbildung dies zeitlich entweder eine Woche lang oder über mehrere Wochenenden verteilt. Maximal nehmen 9 Paare an einer Gruppe teil, manchmal auch Einzelpersonen, deren Partner eine Teilnahme ablehnt. Parallel zur Gruppentherapie wird in den Internatsveranstaltungen soweit möglich eine Kinderbetreuung angeboten.

4.1 Basisseminar: "Anleitung zur Selbsthilfe" (mit insgesamt 40 - 60 Stunden):

Hier geht es um die Themen: Was für ein Paar sind wir? Welche Schwächen, welche Stärken zeichnen uns aus? Welche Beziehungserfahrungen bringt jeder von uns beiden mit in die Partnerschaft? Welche Ideen hat jeder von einer Ehe, einem partnerschaftlichen Zusammenleben? Welche Ziele setzen wir uns als Paar?

Vor allem zwei Übungen fördern ein umfassendes Verständnis von Sexualität:

4.1.1 Halten und gehalten werden

Die Übung knüpft auf der unbewussten Ebene an gemeinsame positive Vorerfahrungen des Paares an. Ein Partner sitzt so, dass er bequem etwa 20 Minuten in dieser Haltung sitzen kann. Der andere Partner liegt vor ihm und legt den Kopf in die Hände des ersten. Dieser hält ihn nur ruhig in den Händen. Im Hintergrund hört man entspannende Musik. Während dieser Zeit werden beiderseits die Worte und die augenblickliche Erfahrung: "Ich bin in deiner Hand, du bist in meiner Hand" meditiert. Nach 20 min. wird der Kopf des Anderen vorsichtig auf den Boden gelegt. Beide spüren einige Minuten nach, wie das ist, jetzt wieder alleine zu liegen, bzw. niemanden zu halten. Danach wird Rollenwechsel angesagt und die Übung wiederholt.

Dieses Bewusstmachen des Wechsels zwischen dem Erleben als Paar während des Haltens und dem "Alleinsein" in Gegenwart des Anderen stärkt die eigene Individualität innerhalb des Paares, als wichtige Voraussetzung für eine intersubjektive bzw. partnerschaftliche Beziehung.

4.1.2 Das Gesicht betrachten

Beide Partner sitzen einander gegenüber, schließen zunächst die Augen und lassen sich Zeit, sich selbst zu spüren, um ganz bei sich anzukommen. Jetzt öffnet die Frau die Augen und betrachtet das Gesicht ihres Mannes. Dabei stellt sie sich vor, dass es sich um eine unbekannte Landkarte handelt. Vor einer längeren Reise muss diese intensiv studiert werden. Auf alle Erhebungen, Falten, Farbunterschiede wird genau geachtet (ca. 3 Min). Nun gilt es, die Gesichtszüge nachzuempfinden. Dazu formen die Hände das Gesicht des Mannes, indem sie in Millimeterentfernung das Gesicht modellieren, ohne es dabei zu berühren, ähnlich wie wenn aus einem Tonklumpen eine Plastik gemacht würde (ca. 3 Min). Schließlich wird hingeschaut, ob sich in diesem Gesicht eine besonders empfindliche Stelle entdecken lässt. Dieser Stelle wird vorsichtig durch Berührung, durch Streicheln, durch die Wärme der Hände Gutes getan (ca. 3 Min). Zum Abschluss wird der Partner leise und liebevoll dreimal bei seinem Namen genannt. Danach schließen beide die Augen und lassen die Begegnung in sich nachwirken. Nach dieser Pause wird Rollenwechsel angesagt und die Übungen wiederholt.

Zum Abschluss der beiden Übungen tauschen die Teilnehmer ihre Erfahrungen damit offen in der Gruppe aus. Sie berichten von ganz viel Zärtlichkeit, gutem Gefühl füreinander und bedauern, dass sie so etwas, das sie eigentlich aus dem Beginn ihrer Beziehung kennen, nicht regelmäßig zusammen tun. Es ist immer wieder interessant zu beobachten, wie selbst

völlig zerstrittene Paare sich auf diese Übungen einlassen können. Nur ganz selten machen Einzelne nicht mit.

4.2 Seminar: "Lebendigkeit, Sinnlichkeit und Sexualität " (an drei über einen Zeitraum von sechs Monaten verteilten Wochenenden):

Das Seminar gliedert sich in drei Sequenzen. Bei der ersten wird ein wohlwollender Blick auf den eigenen Körper als Ausgangspunkt der Sexualität geübt. In der zweiten stehen das Gespräch über Sexualität und die Bedeutung von Träumen und Phantasien als Wegweiser lebendiger Sexualität im Mittelpunkt. Im letzten Abschnitt geht es um die Integration der gegengeschlechtlichen Anteile, basierend auf der Idee, dass in jedem Mann Weibliches und in jeder Frau Männliches lebt.

4.2.1 Der Körper als Ausgangspunkt der Lebendigkeit und Sinnlichkeit

Ziele:

- Die Teilnehmer sollen neue Erfahrungen mit sich und ihrer Leiblichkeit machen.
- Sie sollen den Zusammenhang zwischen der Wahrnehmung und Empfindung ihres Leibes und ihrer gelebten Sexualität entdecken.
- Sie sollen beginnen, sich mit ihrem Partner darüber verbal auszutauschen.

Neben intensiver Bewegungsarbeit und Arbeit mit dem Atem und der Stimme (*Hausmann & Neddermeyer 1996*) steht eine hypnoide Trance im Mittelpunkt dieses Wochenendes. In dieser wird die Wahrnehmung der Teilnehmer bewusst auf die Schönheiten des eigenen Körpers gelenkt als dem Ausgangspunkt für sexuelle Erfahrungen. So werden die Teilnehmer in der Trance vor einen Spiegel geführt, in dem sie sich in ihrer Vorstellung von Kopf bis Fuß, von vorne und hinten, nackt und ganz betont mit Wohlwollen betrachten. Zum Abschluss dieser Betrachtung sucht sich jeder noch drei Körperteile aus, die er berührt und denen er selbst Gutes tut, indem er sie etwa streichelt oder wärmt. Anschließend malen die Teilnehmer über das, was sie in der Trance erlebt haben, ein Bild. Da das Sprechen über sich und den eigenen Körper in Anwesenheit Fremder vielen zunächst leichter fällt, werden die Bilder einander in kleinen Gruppen ohne Anwesenheit des eigenen Partners vorgestellt. Danach stellen die Teilnehmer ihre Bilder ihrem Partner vor dem Plenum der Gruppe vor.

Abends wird in einer Partnerübung das Berühren und Streicheln, wie im Anschluss an die Trance, jetzt mit dem Partner zusammen gemacht. Das heißt, ein Partner beginnt nach Anweisung des anderen bestimmte Stellen dessen Körpers zu streicheln oder zu wärmen. Nach einer halben Stunde werden die Rollen getauscht. Anschließend findet wieder ein gemeinsamer Austausch über die gemachten Erfahrungen statt.

Als Hausaufgabe stellt jeder Teilnehmer bis zum nächsten Treffen eine Kollage seiner sexuellen Phantasien her .

4.2.2. Phantasien als Wegweiser lebendiger Sexualität

Ziele:

- Die Teilnehmer sollen durch Körperübungen sich selbst und ihren Partner sinnhaft (neu) erleben können.
- Sie sollen eine Verbindung zwischen ihrer Seele (Herz) und ihrem Körper (Geschlecht) herstellen lernen.
- Sie sollen ihre Phantasien als Wegweiser für eine ihnen und ihrem Partner angemessene Gestaltung der Sexualität kennen lernen.
- Sie sollen lernen, sich über ihre Phantasien und die tatsächliche Gestaltung ihrer Sexualität mit anderen Teilnehmern und mit ihrem Partner auszutauschen.
- Sie sollen Mut bekommen, ihre Sexualität so zu entwickeln, dass diese sich in ihrer Kreativität durch Novität und Angemessenheit auszeichnet.

In der Eröffnungsrunde werden die Teilnehmer durch ruhige Wahrnehmungsübungen mit ihrem Körper in Kontakt gebracht. Dadurch sollen sie auf eine größere Bewusstheit für ihn eingestimmt werden.

Nach den Berichten aller Teilnehmer über Auswirkungen und Veränderungen seit dem ersten Wochenende stellen sie ihre mitgebrachten Kunstwerke zu ihren sexuellen Phantasien im Rahmen einer Vernissage vor.

Kernstück der zweiten Einheit ist eine Trance, in welcher die Teilnehmer einen Zugang zu einer angemessenen Form ihrer einmaligen Sexualität finden sollen. In dieser Trance wird eine Verbindung zwischen Herz und Geschlecht imaginiert. Beide Organe unterhalten sich über Formen eines lebendigen Austausches. Aus diesem Dialog heraus gestaltet jeder in einem Bild seine Visionen der eigenen einmaligen Sexualität. Diese Visionen werden wieder in Kleingruppen vorgestellt. Anschließend treffen sich die Teilnehmer so, dass sie einen Innen- und einen Außenkreis bil-

den. Im Wechsel sitzen zunächst die Männer oder die Frauen in dem Innenkreis und sprechen anhand der Bilder oder auch losgelöst davon über das Thema Sexualität. Der Berater mit dem je entsprechenden Geschlecht ist mit im inneren Kreis und moderiert diesen. Anschließend werden die Beobachtungen und Erfahrungen im Plenum ausgetauscht.

4.2.3 *Integration gegengeschlechtlicher Anteile*

Ziele:

- Die Teilnehmer sollen durch eine Trance ihre gegengeschlechtlichen Anteile als wichtige Voraussetzung dafür entdecken, den anderen Partner in seiner Leiblichkeit zu verstehen.
- Die Teilnehmer sollen durch bewegungsorientierte Partnerübungen neue Verhaltensweisen für ein sexuelles Miteinander lernen.

Aufbauend auf den bisherigen Erfahrungen mit der Bewegungsarbeit wird den Teilnehmern in einem Vortrag deutlich gemacht, wie wichtig körperliche Bewegung nicht nur für die Gesundheit, sondern auch für ein lustvolles sexuelles Empfinden ist. Ferner werden sie zum Training des Pubococcygeus - Muskels (PC) nach dem Gynäkologen *KegeI* angeleitet. Dieses Training ermöglicht eine bewusste Steuerung des Geschlechtsverkehrs. Es ist hilfreich bei verschiedenen sexuellen Funktionsstörungen, wie etwa vorzeitigem Samenerguss und Anorgasmie (Gotved 1991).

Zentraler Impuls der dritten Einheit ist eine Trance, in welcher jeder die Gestalt des anderen Geschlechts annimmt. Es gilt, sich in den Körper, das Wesen, die Beweglichkeit, die Sexualität eines Mannes bzw. einer Frau einzufühlen und sie aus diesem Erleben heraus zu gestalten. Anschließend werden diese Erfahrungen in einer Tonfigur dargestellt.

Danach stellen die Partner einander im Plenum im Beisein der anderen Gruppenmitglieder paarweise ihre Plastiken vor. Dabei wird auf ein Herausarbeiten der Fähigkeiten des anderen Geschlechtes, also der männlichen bzw. weiblichen Anteile geachtet. Es gilt, diese als Ressourcen in der Beziehung zu betonen. So kann ein Mann seine "weiblichen" Eigenschaften, wie Mütterlichkeit, Offenheit, Fruchtbarkeit und eine Frau ihre "männlichen" Eigenschaften, wie Zielorientiertheit, Klarheit, Potenz, zum gemeinsamen Wohl der Partnerschaft bewusst mit in die Beziehung einbringen. Durch diese Arbeit findet mit jedem einzelnen Paar das Seminar eine Abrundung.

4.3 "Paarkibbuz" : Training von Autonomie und Zweisamkeit (vierzehn Tage):

Beim Paarkibbuz handelt es sich um ein paar- und familientherapeutisches Seminar, das aufgrund seiner Rahmenbedingungen den Teilnehmern intensive Erfahrungs- und Lernmöglichkeiten bietet. In der Regel haben die Teilnehmer bereits vorher an einer paartherapeutischen Gruppe teilgenommen. "Offizielle" therapeutische Arbeit wechselt hier mit der Möglichkeit, mit anderen Teilnehmern gemeinsam Zeit zu verbringen und zu gestalten, aber auch sich allein für sich selbst zurückzuziehen. Dienste am Gemeinschaftsleben, wie Spülen oder Getränkediens, werden abwechselnd wahrgenommen. Jeder ist an den Abenden eingeladen, sich mit seinen Fähigkeiten und Künsten in die Gruppe einzubringen.

In diesem Seminar lernen die Teilnehmer, die Spannung zwischen Autonomie und Zweisamkeit auszuhalten und zu gestalten. Sie lernen, sich auseinanderzusetzen, sich abzugrenzen, „Nein“ aber auch „Ja“ zu sagen, wichtige Voraussetzung für eine lustvolle Gestaltung des sexuellen Miteinanders.

5. Evaluation

Bei der pädagogischen Forschung geht es nicht vor allem um eine exakte und vollständige Erklärung des infragestehenden Phänomens, hier also der Schwierigkeit, Sexualität miteinander zu gestalten oder partnerschaftlich zusammenzuleben, sondern es geht in besonderer Weise um die Suche nach praktischer Nützlichkeit der Forschungsergebnisse und Theorien. Deshalb werden im Rahmen der Partnerschule durch regelmäßige Reflexionen in der Gruppe die Ratsuchenden an dieser Evaluation und somit an der Fortentwicklung der Methode beteiligt. Darüber hinaus kommen qualitative und quantitative Verfahren zu Einsatz. Zum einen durch einen offenen Fragebogen am Ende eines Seminars und zum anderen durch Ausfüllen der strukturierten Fragebogen zur beratungsbegleitenden Forschung (Klann & Hahlweg 1994) zu Beginn der Beratung, am Ende und im Abstand von ½ Jahr nach Beendigung.

5.1 Qualitative Evaluation

Im Folgenden sind einige Aussagen von Ratsuchenden wiedergegeben, die sie anonym am Ende des dritten Seminars zum Thema. Lebendigkeit, Sinnlichkeit und Sexualität aufgeschrieben haben. Es wird darin deutlich, wie sie ihre eigene Würde als Frau und Mann entwickeln und leben, wie

sie offen reden lernen und von Diffusität und Unsicherheit zu Klarheit gelangen.

- Vorher hatte ich eher ein diffuses Bild davon, warum in unserer Sexualität manches geht und manches nicht. Das Bild ist klarer geworden. Ich kann für mich genau differenzieren, was ich möchte (worauf ich Lust habe) und was ich nicht möchte (was für mich lusttötend ist).
- Es macht mir Freude anderen Männern und vor allen Dingen auch Frauen körperlich sinnlich zu begegnen. Wo vorher meine Gefühle durch Hemmungen blockiert und gebremst waren, macht sich jetzt eine lustvolle Offenheit breit, eine Offenheit, die meine eigenen Grenzen achtet, ohne die anderen Grenzen zu übertreten. Wir begegnen uns in unserer Sexualität offen und spielerischer und vor allem, das Gespräch darüber ist kein Tabu mehr. Warum war es das eigentlich?
- Ich habe mein eigenes **ABS** Antiblockiersystem gefunden: mit **A**temübungen, **B**ewegungs- und **S**timmübungen kann ich mich psychisch und körperlich frei und locker machen.

5.2 Quantitative Evaluation

Ausführlich wurden die Ergebnisse im Rahmen einer Dissertation (*Sanders* 1997) beschrieben, eine weitere Veröffentlichung mit einem umfangreicheren Datensatz aus der beratungsbegleitenden Forschung ist geplant (*Kröger & Sanders* 2002). Die Ergebnisse beziehen sich auf alle Teilnehmer der Partnerschule und nicht nur auf die, die an dem Seminar: Lebendigkeit, Sinnlichkeit, und Sexualität teilgenommen haben. Eine Trennung der Daten war nicht erfolgt.

Im Folgenden werden *einige* wesentliche Ergebnisse, insbesondere bezogen auf den Bereich Sexualität, dargestellt.

5.2.1 Auswertung des Fragebogens FBK

Hier geben die Ratsuchenden am Ende der Beratung noch einmal zu einzelnen Punkten eine Einschätzung (*Sanders* 1997). Deutlich wird, dass die allermeisten (F= Frauen, M= Männer) im Rahmen dieses Konzeptes ihre Anliegen weitgehend bis vollkommen ansprechen, konnten (F 87%, M 76%). Das Konzept und die Vorgehensweise haben sie planvoll und zielgerichtete erlebt (F 93%,M 97%). *Klärungsorientiert* konnten die Frauen und die Männer einmal sich selbst (F 82%, M 75%) bzw. den Partner (F 66%, M 65%) intensiver verstehen. Sich selbst fühlten vom Partner F 50%, M 54% besser verstanden. So war es möglich, *bewältigungsorientiert* Problemlösungswege sich zu erarbeiten (F 58%, M 58%) bzw. die Fähigkeit, miteinander zu reden (F 58%, M 62%) zu verbessern.

.....stimmt.....	0	gar nicht	ein wenig	weitgehend	vollkommen
2. Ich konnte in der Beratung vieles ansprechen, was mir wichtig war	0	0	13%	59%	28%
Männer	3%	0	21%	44%	32%
6. Den Ablauf der Beratung habe ich als planvoll und zielgerichtet erlebt.	0	0	7%	43%	50%
Männer	0	0	3%	44%	53%
8. Ich habe in der Beratung mehr an Verständnis und Einsicht in meine Situation gewonnen	0	0	18%	54%	28%
Männer	5%	0	19%	48%	28%
9. Ich habe in der Beratung mehr an Verständnis und Einsicht in die Situation meines/r Partner(s) gewonnen	4%	0	30%	50,00	16%
Männer	6%	2%	27%	42%	23%
10. Mein(e) Partnerin hat mehr an Verständnis und Einsicht für meine Situation gewonnen	15%	4%	31%	40%	10%
Männer	10%	8%	28%	44%	10%
11. Ich habe in der Beratung Anregungen bekommen, wie wir unser Leben verändern können	1%	4%	37%	40%	18%
Männer	2%	3%	37%	42%	16%
14. In der Beratung haben wir gelernt besser miteinander zu sprechen	7%	7%	28%	34%	24%
Männer	0	6%	32%	36%	26%

In der ersten Spalte befinden sich die Werte für die Frauen (N = 68), in der zweiten für die Männer (N = 62). 7 von 21 Items, ausführlich in Sanders 1997)

5.2.2 Effektstärke (Daten wurden in 1-2004 aktualisiert)

Dieses Verfahren ist entwickelt worden, um den Unterschied zwischen einer nach dem Zufall ausgewählten Untersuchungsgruppe und einer Kontrollgruppe abbilden zu können. Diese Rechenprozedur wird benutzt um zwischen der Prae-Messung und der Post-Messung zu prüfen, ob es Unterschiede gibt. Im Bereich zwischen .40 und .80 spricht man von mittlerer Effektstärke, unter .40 ist die Effektstärke gering, über .80 dagegen groß.

In den Ergebnissen (Kröger & Sanders 2002, Daten hier in 1 –2004 aktualisiert) wird deutlich, dass die Ratsuchenden Fähigkeiten entwickeln, ihre Probleme zu lösen, so dass sich deren Anzahl verringert (F .68 / M .51// bzw. F .59 / M .63). Auffällig ist insbesondere die Veränderung der depressiven Seelenlage (F .92 / M .50 // bzw. F .81 / M .63), die mit Problemen von Partnerschaftskrisen häufig einhergeht und im Widerspruch zu

einer lebendigen Sexualität steht. Ein verändertes „Sich zu Hause fühlen“ im eigenen Körper und damit möglicherweise eine veränderte Einstellung zur eigenen Lebendigkeit und damit Sexualität lässt sich bei Frauen aus der deutlichen Abnahme körperlicher Beschwerden (.64 / .57), die sich zum Follow-up Messzeitpunkt (.61) noch weiter gefestigt hat, vermuten. Um die Frage nach der Stabilität der durch die Beratung erzielten Veränderungen über den Katamnesezeitraum möglichst anschaulich beantworten zu können, wurden Post-Follow-up Intragruppeneffektstärken (IGES) berechnet. Liegen diese um 0, so kann davon ausgegangen werden, dass die Beratungserfolge von der Post zur Follow-up Erhebung stabil geblieben sind. Positive Werte (wie zum Beispiel die für die "Globale Zufriedenheit" oder "Problemlösung" können demzufolge als positive Nachwirkungen der Beratung interpretiert werden.

Prä- Post- Intragruppeneffektstärken getrennt für Klienten ohne und mit Follow-up- Daten sowie Prä- Post- Intragruppeneffektstärken für Klienten mit Follow-up- Daten

	Frauen- ohne FU (post)	Männer ohne FU (post)	Frauen mit FU (post)	Frauen mit FU (fu)	Männer mit FU (fu)	Männer mit FU (fu)
Summenwert der Problemliste	.68	.51	.59	.63	.70	.67
Globale Zufriedenheit	.46	.24	.84	.50	1.00	.81
Sexuelle Zufriedenheit	.11	.33	.37	.48	.43	.34
Körperliche Beschwerden	.64	.21	.57	.61	.20	.15
Depressivität	.92	.50	.81	.82	.82	.43

N= 176 post N= 64 Follow-up (unter .40 gering, .40 - .79 mittel, .80 und mehr groß)

5.2.3 Signifikante Veränderungen in Bereichen der Problemliste

In der Problemliste sind 23 Bereiche angegeben, die in Beziehungen häufig Anlass zu Konflikten geben. Der Fragebogen erfasst zum einen Bereiche, in denen Konflikte bestehen, zum anderen gibt er Auskunft darüber, wie die Probanden mit diesen Problemen umgehen, so z.B. ob diese häufig Anlass zu Auseinandersetzungen geben oder überhaupt nicht mehr angesprochen werden.

Signifikant bedeutsame Veränderungen auf einem hohen Niveau gab es bei den Bereichen, die etwas über das Binnenklima einer Beziehung aussagen: die spürbare Zuwendung durch den Partner, das Gefühl von ihm akzeptiert und unterstützt werden und hinsichtlich der Erwartungen aneinander, die sich in Forderungen ausdrücken. Konkret umgesetzt wird das dann möglicherweise durch mehr Partnerschaftlichkeit bei der Haushaltsführung. Dabei handelt es sich um Bereiche, die man als Grundlage für eine zufriedenstellende Sexualität bezeichnen könnte.

Bereich	Prae	Post	p
Zuwendung des Partners	62%	41%	***
Fehlende Akzeptanz / Unterstützung des Partners	50%	28%	***
Forderungen des Partners	56%	34%	***
Haushaltsführung	32%	19%	*
Sexualität	61%	43%	.016

Anmerkung: Die Spalte „Prae“ zeigt die zusammengefassten Antwortkategorien 2=„Konflikte, keine Lösungen, oft Streit“ und 3=„Konflikte, keine Lösungen, aber wir sprechen kaum darüber“ vor und die Post“ am Ende der Beratung. p=Signifikanz-Niveau, * p=0.001, *** p=.000 (Bonferroni-Korrektur).

5.2.4 Signifikante Veränderungen über alle Skalen

Hierbei wird geprüft, ob die Selbsteinschätzung, erfasst durch den Fragebogen, nach der Beratung gegenüber der Selbsteinschätzung der Klienten vor der Beratung statistisch signifikant sich verändert hat. Der letzte Bereich stellt fest, ob Ratsuchende, die zu Beginn des Beratungszyklus Werte erreichten, die im klinischen relevanten Bereich anzusiedeln waren, nach der Beratung Werte erreichen, die mit Personen vergleichbar sind, die sich im Normbereich befinden, das heißt, diese sind zum Normalfunktionsniveau, wie es durch den Fragebogen definiert wird, zurückgekehrt.

So kann man sagen (Kröger & Sanders 2002), dass sich die Anzahl der ungelösten Probleme aus der Liste von 23 Problemen bei Frauen und Männern um mehr als die Hälfte verringerte. Die globale Zufriedenheit verändert sich bei den Frauen um mehr als ein Drittel, bei den Männern um mehr als ein Viertel. Die Fähigkeit zur Problemlösung hat sich bei beiden um mehr als ein Viertel signifikant verändert. Beachtlich sind auch hier die Werte der Depressionsskala. So konnten sowohl bei den Männern als auch bei Frauen 44 % der Ratsuchenden, die zuvor klinisch auffällige Werte hatten, zum Normalfunktionsniveau zurückkehren.

Es gibt bei allen Skalen auch signifikante Verschlechterungen. Durch Klärung der Situation ist es folgerichtig, dass manche Partner feststellen, wie schlecht es um ihr Miteinander bestellt ist, dass man sich vielleicht vor der Beratung Illusionen gemacht hat, die nun einer größeren Klarheit ge-

wichen sind und somit eine Grundlage für weitere Entscheidungen geben können.

N=82(F) / 81(M)	F +	F -	F +++	M +	M -	M +++
PL SW	53%	16%	27%	53%	21%	29%
GZ	35%	4%	23%	26%	14%	23%
AK	21%	13%	18%	25%	11%	22%
PL	27%	10%	20%	25%	15%	21%
FZ	26%	5%	22%	19%	6%	8%
SZ	11%	7%	14%	13%	8%	15%
ADS SW	40%	4%	44%	26%	6%	44%
BL SW	25%	5%	31%	14%	6%	22%

Anmerkungen: NF / M = Anzahl Frauen / Männer, PL-SW= Problemliste Summenwert, GZ= Globale Zufriedenheit, AK= Affektive Kommunikation, PL= Problemlösung, FZ= gem. Freizeitgestaltung, SZ= Sexuelle Zufriedenheit, ADS SW = Depression Summenwert , BL SW = Körperliche Beschwerden Summenwert; (+)= Signifikante Verbesserungen, (-)= Signifikante Verschlechterungen, (+++)= Rückkehr zum Normalfunktionsniveau für die Ratsuchenden, die vor der Beratung im „klinisch relevanten Bereich“ lagen.

6. Diskussion

Bei der Beratung in Fragen der Gestaltung der Sexualität gilt es, eine Trennlinie zu beachten, die zwischen den Geschlechtern verläuft. Auch Paare, die sonst mit ihrer Partnerschaft zufrieden sind klagen über die Gestaltung ihrer gemeinsamen Sexualität. Insbesondere Männer klagen über eine geringe Frequenz des sexuellen Verkehrs. Möglicherweise geht es aber um etwas anderes. Da wir Menschen in diesem Kulturkreis in einer berührungsarmen Gesellschaft leben, kann es sein, dass hinter dem Wunsch nach mehr Sexualität eigentlich der Wunsch nach dem lebenswichtigen Bedürfnis nach Berührung steht. Da Berührungen unter Erwachsenen aber häufig als Auftakt zu sexuellen Verkehr missverstanden werden, gilt es, Partner zu befähigen, ihre tatsächlichen Wünsche und Forderungen zu erkennen und angemessen auszudrücken (*Zilbergeld 1994*).

Das Verfahren Partnerschule ist eine Möglichkeit insbesondere in und mit Gruppen Interaktions- und Kommunikationsstörungen bei Paaren zu klären und durch partnerschaftsfördernde Übungen zu bewältigen. Darüber hinaus eröffnet es den Partnern auf der kognitiven Ebene Horizonte, wie sie ihre Sexualität in einem für sie angemessenen Rahmen gestalten und leben können. Das Verfahren wurde an einer Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle unter Alltagsbedingungen entwickelt und evaluiert und hat sich bis jetzt seit über zehn Jahren bewährt. In der weiteren Forschung könnte darauf geachtet werden, inwieweit sich eine veränderte

Fähigkeit zu Partnerschaft auch in einer Zufriedenheit mit der gemeinsamen Sexualität in quantitativen Untersuchungen niederschlägt.

Zusammenfassung

Ausgehend von der These, dass sich die Bedeutung der Sexualität menscheitsgeschichtlich durch die Einführung sicherer Kontrazeptiva gewandelt hat, wird beschrieben, welche Folgen das für die Sexualität eines Paares haben kann und wie in Folge dessen eine Sexualberatung konzipiert werden kann.

Stichworte: Sexualberatung, Sexualität, Eheberatung

Summery

Based on the thesis that -in the light of the history of mankind- the significance of sexuality has changed a lot because of the introduction of safe contraceptives, the consequences for a couple's sexuality and proceeding from this a possible concept for "sex guidance" is portrayed.

Keywords: sex guidance, sexuality, marriage counselling

Literatur

- Barabas, F.K. & Erler, M. (1994): *Die Familie, Einführung in Soziologie und Recht*, Weinheim u. München: Juventa.
- Buchheim P., Cierpka M. & Seifert Th., (1997): *Sexualität - zwischen Fantasie und Realität*. Lindauer Texte, Springer.
- Gotved H. (1991): *Beckenboden und Sexualität, Wirkungsweise und Kräftigung der Muskulatur*. Stuttgart: Hippokrates
- Grawe K., Donati R. & Bernauer F. (1994): *Psychotherapie im Wandel, Von der Konfession zur Profession*, Göttingen: Hogrefe.
- Grawe, K. (1998): *Psychologische Therapie*. Göttingen: Hogrefe.
- Hausmann B. & Neddermeyer R. (1996). *Bewegt Sein, Integrative Bewegungs- und Leibtherapie in der Praxis. Erlebnisaktivierung und Persönlichkeitsentwicklung*. Verlag Junfermann, Paderborn.
- Klann, N. & Hahlweg, K., (1994) Hrsg.: Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend Beratungsbegleitende Forschung - *Evaluation von Vorgehensweisen in der Ehe-, Familien- und Lebensberatung und ihre spezifischen Auswirkungen*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Kring B. (1997). *Sexuelle Appetenzstörungen - diagnostische Abklärung und Behandlung*. In: P. Buchheim, M. Cierpka, & Th. Seifert. Lindauer Texte, Berlin: Springer.
- Kröger, C. & Sanders R. (2002). Klärung und Bewältigung von Partnerschaftsstörungen in und mit Gruppen. Effekte und Effizienz eines paartherapeutischen Verfahrens. In: *Beratung Aktuell*, Junfermann Verlag Paderborn, in Planung für 4-2002.
- Masters W.H. & Johnson V.E., (1973): *Impotenz und Anorgasmie, zur Therapie funktioneller Sexualstörungen*, Frankfurt a.M.: Goverts Krüger Stahlberg Verlag.
- Sanders R. (1997). *Integrative Paartherapie - Eine Pädagogische Intervention zur Förderung der Beziehung zwischen Frau und Mann als Partner, Grundlagen - Praxeologie - Evaluation*, Frankfurt a.M.: Peter Lang Verlag.
- Sanders R. (1998). *Zwei sind ihres Glückes Schmied, Ein Selbsthilfebuch für Paare*, Paderborn: Junfermann.
- Sanders R. (2000) *Partnerschule.... damit Beziehungen gelingen! Grundlagen - Handlungsmodelle - Bausteine - Übungen, Erprobte Wege in Eheberatung und Paartherapie*, Junfermann, Paderborn
- Sanders R. (2002). *Partnerschule - Effekte und Effizienz eines paartherapeutischen Verfahrens*. In *Beratung Aktuell*, Junfermann Verlag Paderborn, in Planung für 3-2002.

Saßmann H. (2000): Diagnostik in der Paarberatung durch ein Interview zur Beziehungsgeschichte (PIB). In *Beratung Aktuell*, Junfermann Verlag Paderborn, 3-2000, 155-172.

Schröder B., Hahlweg K., Hank G. & Klann N., (1994). Sexuelle Unzufriedenheit und Qualität der Partnerschaft (befriedigende Sexualität gleich gute Partnerschaft?), in: *Zeitschrift für Klinische Psychologie*, 23 (3) 178-187, Hogrefe Verlag.

Zilbergeld, B., (1994). Die neue Sexualität der Männer, Tübingen: DGVT - Verlag.

Rudolf Sanders, Dr. Phil., Dipl. Pädagoge, Leiter der Kath. Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle Hagen - Iserlohn - Menden, Lehr- und Forschungstätigkeit im Bereich Eheberatung und Paartherapie, Herausgeber der Fachzeitschrift *Beratung Aktuell*. Verheiratet, Vater von drei Kindern. **Alte Str. 24 e, D-58313 Herdecke, Internet: www.partnerschule.de**
E-Mail: Dr.Sanders@partnerschule.de