

# Liebe, Lust & Trauma

Menschliche Sexualität  
aus Sicht der Identitätsorientierten  
Psychotraumatheorie und –therapie  
(IoPT)

Feldkirch, 22. Mai 2019

# Gliederung

- Menschliche Sexualität (Biologie, Psychologie, Gesellschaft)
- Sexualität, Partnerschaft, Kinder
- Formen von sexuellem Trauma
- Sexuelles Trauma in Familien
- Persönliche Folgen
- Gesellschaftliche Folgen
- Therapeutische Prinzipien aus Sicht der IoPT

Was sagt  
dieses Bild  
über  
menschliche  
Sexualität?

Ist das  
Kunst,  
Pornografie  
oder  
sexuelle  
Traumatisierung  
eines  
Kindes?



Balthazar Klossowski  
„Balthus“ 1938

•Therese, träumend

© The Metropolitan Museum of Art/  
VG Bild-Kunst Bonn 2007,

Photograph by Malcolm Varon, 1988

# Was ist „Sexualität“?

- Eine mögliche Form der Fortpflanzung neben Zellteilung, Klonen, Sprossung
- Geschlechtsdimorphismus in einer Gattung („männlich“ und „weiblich“)
- Unterschiedliche Aufgaben von „weiblich“ und „männlich“ in Bezug auf die Vermehrung
- Bringt Individuen hervor

# Vor- und Nachteile der sexuellen Vermehrung

- + Höherer Variantenreichtum zur Anpassung an sich ändernde Umwelten und zur Abwehr von Feinden (z.B. Parasiten)
- - Interessenskonflikte zwischen Selbsterhalt und Fortpflanzung
- - Interessenskonflikte zwischen männlichen und weiblichen Exemplaren
- - Interessen der Elterngeneration sind nicht identisch mit denen der Kindergeneration

# Menschliche Sexualität - Biologie

- Fähigkeit, neues Leben zu generieren, ist tief im lebendigen menschlichen Organismus verwurzelt
- Durchläuft genetisch (XX, XY) und hormonell (Östrogene, Testosteron) gesteuert von der befruchteten Eizelle an einen biologischen Reifungsprozess von 9-13 Jahren
- Ab Schwangerschaftswoche 7 Herstellung der Sonderform Männlichkeit
- Macht Grenzüberschreitung erforderlich: männlichen Gliedes dringt in die weibliche Scheide ein
- Ist besonders aktiv in der Hochphase der Fruchtbarkeit (20-40 Jahre) und schwächt sich mit dem Alter ab

# Relativität der Geschlechtlichkeit

- Männliche und weibliche Eigenschaften entwickeln sich im Verhältnis zueinander
- Viele möglichen Variationen und Zwischenformen (männlich/männlich, männlich/weiblich, weiblich/männlich, weiblich/weiblich, Zwittertum)
- Extreme werden ausgelotet (Frauen tragen körperlich und psychisch die Hauptlast beim Kinderbekommen; Männer sind aufdringlicher, emotional gleichgültiger und mehr konkurrenzorientiert)

# Menschliche Sexualität - Psychologie

- „Triebhaft“ = Außensteuerung durch Wahrnehmen, Innensteuerung durch Hormone jenseits von Ich- und Willensfunktionen
- Ist mit intensiven Empfindungen verknüpft (Lust, Freude, Stolz, Angst, Scham, Ekel, Schuld)
- Sexuelles Verhalten (Konkurrieren, Werben, den Körper zur Schau stellen, Anschauen, Anfassen, Kopulieren, Schwanger Sein, Gebären, Selbstbefriedigung ...)
- Wird mit häufig Liebesbedürfnissen verknüpft (Nähe, Geborgenheit, Körperkontakt)

# Menschliche Sexualität - Gesellschaft

- Biologie (sex) führt je nach gesellschaftlichen Konventionen, Interessen und Machtverhältnissen zu unterschiedlichem Geschlechtsrollenverhalten (gender).
- Gesetze, Moral, religiöse Dogmen versuchen, Sexualität zu regeln und unter Kontrolle zu bringen.
- Sexualität wird für Konkurrenz Zwecke und zum Geldmachen verwendet (Ehefrauen und -männer als Prestigeobjekt, Werbung, Schönheitschirurgie, künstliche Befruchtung, Prostitution, Pornografie ...)

# Menschliche Sexualität – Fehlentwicklungen

- Kann körperlich unzureichend ausreifen
- Kann in Entwicklungsphasen (vorgeburtlich, frühe und späte Kindheit, Pubertät, Erwachsenenalter, höheres Lebensalter) stecken bleiben
- Kann durch fehlende soziale Unterstützung und aufgrund von Ideologien und Mythen („Jungfräulichkeit“, „Ehre“, „Beschneidungsgebot“) primitiv und unentwickelt bleiben
- Kann zur körperlichen und psychischen Zerstörung von sich selbst und Anderen eingesetzt werden

# Menschliche Gleichgeschlechtlichkeit

- Dauerhafte Gleichgeschlechtlichkeit, Bi-Sexualität, Transgender-Verhalten hat eine Häufigkeit von ca. 7% „Out im Office“ [http://www.diversity-institut.info/downloads/IDA\\_Out\\_im\\_Office\\_2017.pdf](http://www.diversity-institut.info/downloads/IDA_Out_im_Office_2017.pdf) 29.3.2018
- Mögliche Ursachen: Gene, Hormone, evolutionäre Vorteile, psychische Entwicklung, freie Entscheidung
- Homosexualität, „LGBT“, kann als gesellschaftliches und politisches Feindbild für heterosexuelle Menschen dienen, um sich ihrer eigenen „Normalität“ und Angepasstheit zu versichern.
- Hetero- wie LGBT-Sexualität kann als gesunde Sexualität gelebt werden, kann traumatisiert sein und ausgeprägte Trauma-Überlebensstrategien zur Folge haben

# Frau-Mann-Beziehungen, das matriachale Modell

- Frauen wählen ihre Sexualpartner selbst
- Es gibt keine Eheschließungen
- Besitz wird in der Mutterlinie vererbt
- Männer wohnen und arbeiten im Mutterclan mit
- Männer erheben keinen Anspruch auf ihre leiblichen Kinder
- Ahnen-Verehrung, Naturreligion des Mütterlichen
- Ca. 100 kleinere Volksgruppen über den Erdball verteilt



# Mann-Frau-Beziehungen, das patriarchale Modell

- Mann erwirbt sich eine Frau
- Besitz, Frau, Kinder sind Eigentum des Mannes
- Frauen sind zum Kinderkriegen gezwungen
- Sexualität der Frauen wird von der Männergesellschaft kontrolliert
- Götter sind männliche Autoritätspersonen
- Überwiegendes Modell in den meisten Gesellschaften bis ins 21. Jahrhundert



# Partnerbeziehungen – das Modell der Neuzeit

- Frau und Mann sind gleichwertig
- Beide wollen berufstätig sein
- Beziehungen wie Ehen sind temporär
- Beide Partner sind für die Kinder zuständig
- Kinderbetreuung wird früh ausgelagert
- Glaube an romantische Liebe, Demokratie und staatliche Fürsorge



# Menschliche Sexualität - Kinder

- Durch Sexualität entstehen Kinder, wenn dies nicht bewusst verhindert wird (durch Formen der Empfängnisverhütung)
- Bildung, Armut und Kinderanzahl hängen eng zusammen: Je weniger gebildet und je wirtschaftlich abhängiger Frauen sind, desto mehr Kinder bekommen sie.
- Selbst in psychischen und sozialen Notlagen zeugen traumatisierte Männer Kinder und werden traumatisierte Frauen schwanger (z.B. Schwangerschaften bei Flüchtlingen)

# Zuschreibungen an die Sexualität

- Sexualität ist „schmutzig“, muss „rein“ sein, soll „wild“ sein ...
- ... hat mit „Würde“ und „Ehre“ zu tun
- Ein „richtiger Mann“ ist ... (allzeit bereit, kein Schlappschwanz, keine Heulsuse ...)
- Eine „richtige Frau“ muss ... (erotisch sein, heiraten, Kinder bekommen ...)
- Ein „normales“ Kind darf nicht ... (onanieren, keine dummen Fragen stellen ...)
- „Senioren“ sollen ... (keinen Sex mehr haben, ...)

# Vorbilder zur sexuellen Identifikation?

- Vater oder Mutter?
- Geschwister oder Verwandte?
- Freunde, Peers?
- Idole aus der Sport-, Film-, Musik-, Werbebranche?
- Mächtige und Reiche?
- Produkte der Pornographie-Industrie?
- ...



# Sexualität als Teil einer gesunden Identität

- Ich bin
- mit meinem eigenen Willen,
- mit meinen eigenen Gefühlen,  
Vorstellungen, Gedanken und  
Handlungen
- in meinem Körper,
- in Kontakt mit der Realität und
- in konstruktiven Beziehungen.

Ist Sexualität mit gesunder Identität verknüpft, geht es nicht um **sexuelles Funktionieren** und die **bloße Vermehrung** sondern um die Frage:

Was fördert ein **gutes Leben in sozialen Gemeinschaften** zum Wohle von Frauen, Männern und Kindern?

**Trauma durch eigene Täterschaft**



**Trauma der Sexualität**



**Trauma der Liebe**



**Trauma der Identität**

# Die Psychotrauma-Biographie

© Prof. Dr. Franz Ruppert

# Traumatisierung der Sexualität

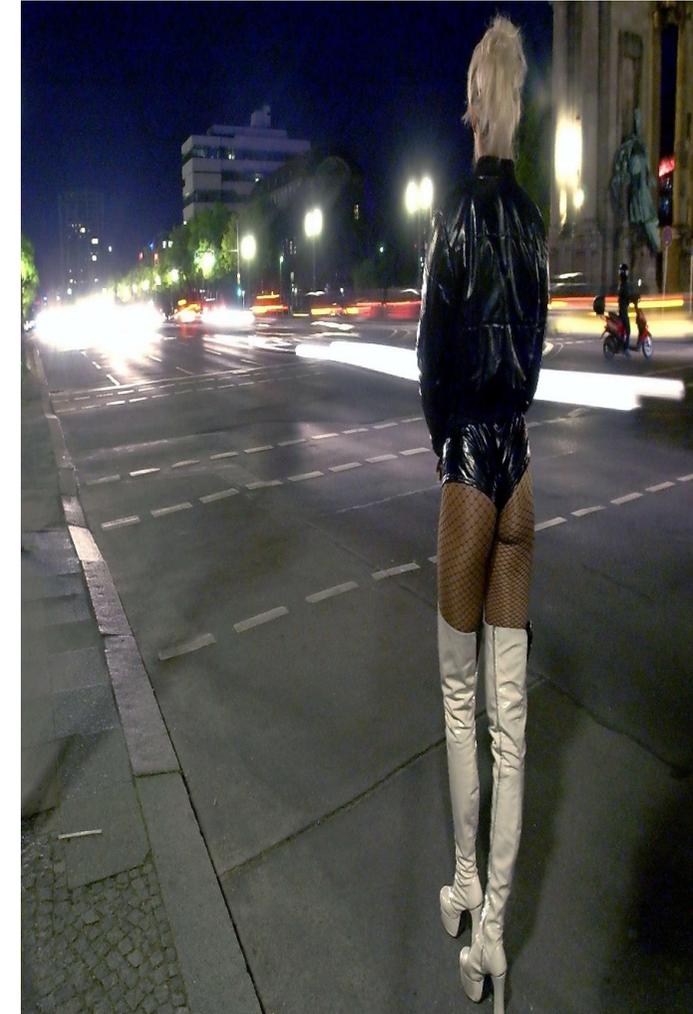
- Jemand wird zum Objekt der sexuellen Bedürfnisbefriedigung einer anderen Person gemacht,
- er wird dadurch physisch und psychisch verletzt,
- ohne dass eine Gegenwehr oder ein Entrinnen möglich ist.
- Es entstehen daraus überwältigende Gefühle von Schmerz, Angst, Ekel, Scham, Schuld und Minderwertigkeit.

Sexuelle Traumatisierung führt zu einer **umfassenden Verwirrung** der Identität (Ich, Wollen, Gefühle, Denken, Erinnern, Handeln).

Sexuelle Traumatisierung ist die Fortsetzung des Traumas der Identität und des Traumas der Liebe.

# Formen sexueller Traumata

- Sexuelle Traumatisierung in der Kindheit in unterschiedlichen Schweregraden
- Vergewaltigungen in und außerhalb von Partnerbeziehungen
- Traumata bei Schwangerschaft und Geburt
- Männliche, weibliche Genitalbeschneidung
- Kinderpornographie, Prostitution
- Sexuelle Folter, „ritueller Missbrauch“
- Massenvergewaltigungen als Kriegsstrategie
- <https://www.zdf.de/dokumentation/zdfinfo-doku/bordell-deutschland-milliardengeschaeft-prostitution-102.html> 29.3.2018



# Sexuelle Traumatisierung von Kindern

- Anzügliche Bemerkungen und sexualisierte Atmosphäre
- Unnötiges Entkleiden des Kindes
- Entblößen der Genitalien (Exhibitionismus)
- Beobachten des Kindes (Voyeurismus)
- Streicheln, Küssen
- Pornografie zusammen mit dem Kind betrachten
- Masturbation (vor dem Kind, des Kindes)
- Penetration von Mund, After, Scheide des Kindes mit Finger oder Penis
- Saugen am Penis, lecken an der Vagina
- Zwang eines Jungen zum Beischlaf

# Frauen als Sexual-Täterinnen

- Erotisierung des Verhältnisses zum Sohn oder zur Tochter
- Sohn zu sexuellen Handlungen verführen oder zwingen
- Sohn durch Angstmachen oder Aggression emotional so stark binden, dass er sich nicht lösen kann
- Nach eigenem Missbrauch Pädophilie als Ersatz für reife sexuelle Beziehungen praktizieren (Homes 2004)
- [https://www.youtube.com/watch?v=Yr3\\_poVZBJE](https://www.youtube.com/watch?v=Yr3_poVZBJE) 29.3.2018

# Symptome als Folgen sexueller Traumatisierung

- Alpträume, Ängste, Ess- und Schlafstörungen, Depression, Gefühlsabstumpfung, körperliche Erkrankungen, Schulversagen
- Ekel vor Sex, Ablehnung der Geschlechtsrolle und des eigenen Körpers, Distanz- und Schamlosigkeit, Promiskuität, Prostitution
- extreme Anhänglichkeit oder Rückzug, Feindseligkeit, Selbstverletzungen, Drogenkonsum, Delinquenz, Verwirrung, Aufspaltung der gesamten Persönlichkeit
- Entzündungen, Schmerzen, Verspannungen
- ...

# Schock-Zustände bei einem sexuellen Trauma aus der Opferperspektive

- Unerträgliche Gefühle (Schmerz, Angst, Ekel, Wut, Scham)
- Gefühlsbetäubung als Folge
- Körper erstarrt oder kollabiert
- Versuch, den Körper mental zu verlassen.
- Gesamtes Geschehen wird als unreal erlebt.

# Überlebensstrategien bei einem sexuellen Trauma aus der Opferperspektive

- Das Opfer fühlt sich wertlos und entwürdigt.
- Es gibt sich selbst die Schuld.
- Es versucht zu leugnen, was ihm angetan wird.
- Es unterdrückt die Erinnerungen daran.
- Es will sich an nichts erinnern.
- Das Opfer identifiziert sich mit den Bedürfnissen und Sichtweisen des Täters.

## „Selbstverletzendes Verhalten“ als Überlebensstrategie bei sexueller Traumatisierung, um

- Gefühllosigkeit zu überwinden
- inneren Druck loszuwerden
- sich unattraktiv zu machen
- nonverbal um Hilfe zu schreien
- die Gewalterfahrung zu reinszenieren
- die Täter-Identifikation auszuagieren
- die Wut auf die eigene Schwäche auszuleben

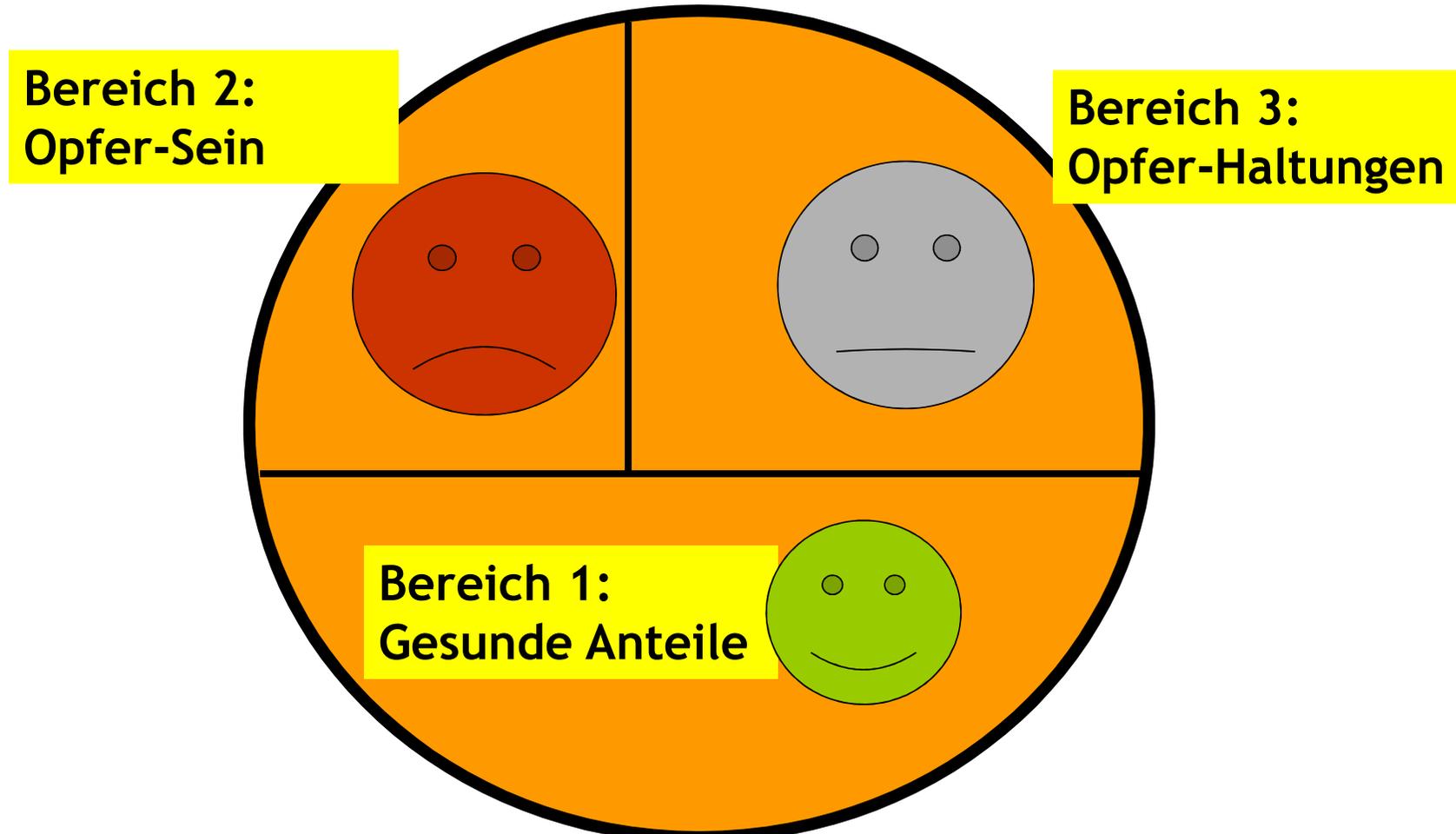
## „Essstörungen“ als Überlebensstrategien bei sexueller Traumatisierung

- Versuch, Körperreaktionen unter Kontrolle zu bringen, z.B. wenn der Körper Gefühle oder gar Lust zeigte (Folge: sog. Magersucht)
- Abwehrreaktion gegen den Penis und das Sperma im Mund (Folge: sog. Bulimie als Reinszenierung der oralen Vergewaltigung)
- Sich durch Gewichtszunahme unattraktiv machen (Folge: Übergewicht)

# Sex als Trauma-Überlebensstrategie

- Ist von Liebesillusionen geprägt (“Mein Vater ist die einzige Person, die mich liebt und sich um mich kümmert.”)
- Versucht, Einsamkeit zu überspielen
- Führt nur kurzfristig zu Erleichterungen
- Wird oft suchartig wiederholt
- Geschieht oft unter Alkohol- und Drogeneinfluss
- Ist rücksichtslos gegenüber körperlichen Verletzungen und Infektionen
- Nimmt das Risiko ungewollter Schwangerschaften in Kauf

# Psychische Spaltungen eines Menschen nach einer sexuellen Traumatisierung



# Innere Anteile bei sexuellem Trauma

- Weiterhin vorhanden: gesunde Anteile
- Traumatisiertes Ich, traumatisierter Wille
- Im Trauma erstarrte Gefühlszustände (Angst, Scham, Ekel, Schmerz)
- Wütende Anteile gegen den Täter
- Wütende Anteile gegen die eigene Ohnmacht
- Anteile, die niemandem mehr vertrauen
- Symbiotisch anhängliche Anteile mit Liebesillusionen
- Anteile, die den Täter sexuell befriedigen wollen
- Anteile, die sich selbst als schuldig erleben
- Anteile, die sich anstelle der Täter schämen

## Reinszenierung der sexuellen Traumatisierung

- Sexuelle Traumatisierung wird durch Trauma-Überlebensanteile unbewusst reinszeniert,
- in der illusionären Hoffnung, sich von quälenden Gefühlen zu befreien oder
- Kontrolle über die Täter zu bekommen (z.B. in der Prostitution).

Sexuelle Traumatisierung ist die Hauptursache für Symptome, die psychiatrisch als schwere „psychische Erkrankungen“ diagnostiziert werden, wie Zwangsstörungen, Borderline-Persönlichkeitsstörung, Schizophrenie, Psychosen, dissoziative Identitätsstörung, Psychopathie.

# Überlebensstrategien bei einem sexuellen Trauma aus der Täterperspektive

- “Es ist mein Recht und deine Pflicht, mit mir Sex zu haben!”
- “Ich habe schließlich dafür bezahlt!”
- “Es ist schön und nicht schlimm für dich!”
- “Auch wenn du nein sagst, meinst du in Wirklichkeit ja!”
- “Ich liebe dieses Kind und dieses Kind liebt mich!”
- “Du hast dich mir selbst angeboten und mich verführt.”
- ...

Verschweigen und Verleugnen, ist Bestandteil der sexuellen Traumatisierung



## Teufelskreis der sexuellen Traumatisierung

- Sexuell traumatisiertes Mädchen wird zu einer Mutter, die ihre Kinder emotional, teilweise auch sexuell traumatisiert.
- Die Töchter dieser Mütter sind in großer Gefahr, wieder sexuell traumatisiert zu werden.
- Söhne werden auch emotional, evtl. sexuell traumatisiert und psychisch verwirrt.
- Söhne werden dadurch leichter zur nächsten Generation der Sexualtrauma-Täter.

## Es gibt Risiken und Verstrickungsgefahren bei Verdachtsfällen von sexueller Traumatisierung

- Es wird lange zugesehen und nichts unternommen.
- Es kann aber auch zu Unrecht jemand als Täter angeklagt werden.
- Abgespaltene oder noch nicht bewältigte eigene Traumaerfahrungen werden in Kinder oder potentielle Täter hineinprojiziert.

Wer eine sexuelle Traumatisierung bei sich selbst (noch) nicht erkennen kann, kann sie auch bei anderen (noch) nicht erkennen.

Es besteht auch die Gefahr der Überkompensation: Es wird überall ein sexuelles Trauma gesehen.

## Prinzipien der Identitätsorientierten Psychotraumatherapie (IoPT) bei sexueller Traumatisierung

- Symptome dem sexuellen Trauma zuordnen und als Psychotraumafolgen verstehbar machen
- Zuerst das „Trauma der Identität“ bearbeiten und das gesunde Ich und einem eigenen Willen stärken
- Dann das „Trauma der Liebe“ angehen und die Ablösung aus symbiotischen Verstrickungen mit den Tätern und Mittätern unterstützen
- Verstrickte Partnerschaften und Beziehungen mit eigenen Kindern als Überlebensstrategien erkennen

## Prinzipien der Identitätsorientierten Psychotraumatherapie (IoPT) bei sexueller Traumatisierung in der Familie

- Die Eltern als (Mit)Täter erkennen und benennen
- Verantwortungs- und Schuldfragen klären
- kindliche Bedürfnisse als normal und Ansprüche der Erwachsenen als verdreht erkennen
- (Selbst)Hass und Ablehnung der eigenen Körperlichkeit als normale Folge der Traumasituation anerkennen
- Konkrete Erinnerungen ermöglichen
- Konkrete Fakten und Wahrheiten vor Zeugen aussprechen
- Mitgefühl und gute Gefühle für sich selbst fördern

IoPT ist eine  
Innenweltveränderung,  
die zu einer  
Außenweltveränderung  
beiträgt.

# Literatur

- Bange, Dirk (2007). Sexueller Missbrauch an Jungen. Die Mauer des Schweigens. Göttingen: Hogrefe Verlag.
- Brochmann, N. & Dahl, E. (2018). Viva la vagina! Alles über das weibliche Geschlecht. Frankfurt/M.: S. Fischer Verlag.
- Engfer, A. (2005). Formen der Misshandlung von Kindern – Definitionen, Häufigkeiten, Erklärungsansätze. In U. Egle, S. Hoffmann und P. Joraschky (Hg.), Sexueller Missbrauch, Misshandlung, Vernachlässigung. Stuttgart: Schattauer Verlag.
- Homes, A. M. (2004). Von der Mutter missbraucht. Frauen und die sexuelle Lust am Kind. Norderstedt: Books on Demand GmbH.
- Kastner, H. (2000). Von einem Tag zum anderen. Wie vom sexuellen Missbrauch Betroffene überleben. Dettelbach: Röhl.
- Kloiber, A. (2002). Sexueller Missbrauch an Jungen. Heidelberg: Asanger Verlag.
- Maaz, H.-J. (2017). Die neue Lustschule. München: dtv-Verlag.
- Miersch, M. (2002). Das bizarre Sexualleben der Tiere. München: Piper Verlag.
- Ruppert, F. (2007). Seelische Spaltung und Innere Heilung. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.
- Ruppert, F. (2010). Symbiose und Autonomie. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.
- Ruppert, F. (2012). Trauma, Angst und Liebe. München: Kösel Verlag.
- Ruppert, F. (2014). Frühes Trauma. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.
- Ruppert, F. & Banzhaf, H. (Hg.) (2017). Mein Körper, mein Trauma, mein Ich. München: Kösel Verlag.
- Ruppert, F. (2018). Wer bin Ich in einer traumatisierten Gesellschaft? Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.
- Ruppert, F. (2019). Liebe, Lust & Trauma – auf dem Weg zu gesunder sexueller Identität. München: Kösel Verlag.
- Sanyal, M. (2016). Vergewaltigung. Hamburg: Edition Nautilus.
- Wickler, W. & Seibt, U. (1990). Männlich-weiblich. Ein Naturgesetz und seine Folgen. München: Piper Verlag.