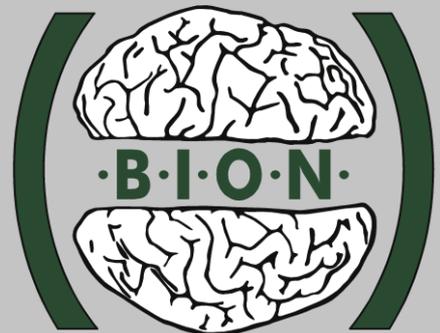


Sexuelle Sucht – muss man das ernst nehmen?

Prof. Dr. Rudolf Stark

Professur für Psychotherapie und
Systemneurowissenschaften, Gießen

Mainz, 23.9.2017



Übersicht

- Was versteht man unter Sexueller Sucht?
- Sexuelles Verhalten außer Kontrolle –
Erklärungsmodelle
- Therapie der sexuellen Sucht

Sexuelle Sucht?!

Zwanghaftes sexuelles Verhalten

Nymphomania

Hypersexualität

exzessives sexuelles Verlangen

Satyriasis

Donjuanismus

Sexuelle Impulskontrollstörung



Fallbeispiele



- Herr A: 28 jähriger Student
- Herr B: 35 Jahre alter Lehrer
- Herr C: 45 Jahre; ehemaliger Bankmanager

Definition von Sexueller Sucht

Grüsser (2007): Sexsucht ist durch einen progredienten Verlauf gesteigerten sexuellen Verlangens mit sexuellen Phantasien, imperativen Onanieimpulsen, häufig wechselnden Sexualpartnern und/oder exzessiven Pornographiegebrauch gekennzeichnet

Wichtig:

- Subjektives Leiden
- Kontrollverlust (Beginn, Dauer, Beendigung)
- Negative Konsequenzen

Hypersexualität nach Kafka (2014)

- A. Wiederkehrende und intensive sexuelle Phantasien, sexuelle Impulse oder sexuelles Verhalten über einen Zeitraum von mindestens 6 Monaten, wobei mindestens 4 der folgenden 5 Kriterien erfüllt sind.
1. Der **Zeitaufwand**, der auf sexuelle Phantasien, Impulse und Verhalten verwendet wird, wirkt sich wiederholt negativ auf wichtige andere (nicht sexuelle) Ziele, Aktivitäten und Verpflichtungen aus.
 2. Wiederholte Beschäftigung mit sexuellen Phantasien, Impulsen und Verhalten als **Reaktion auf dysphorische Gefühlszustände** (z.B. Angst, Depression, Langeweile, Reizbarkeit).
 3. Wiederholte Beschäftigung mit sexuellen Phantasien, Impulsen und Verhalten als **Reaktion auf belastende Lebensereignisse**.
 4. Wiederholte, aber **erfolglose Versuche**, sexuelle Phantasien, Impulse und Verhalten zu kontrollieren oder deutlich zu reduzieren.
 5. Wiederholte Beschäftigung mit sexuellem Verhalten unter **Nichtbeachtung der Risiken physischer und emotionaler Schädigung** für sich selbst und andere.

Mögliche Diagnoseschlüssel

ICD-10

- Gesteigertes sexuelles Verlangen (F52.7)
- Nicht näher bezeichnete Zwangsstörung (F42.9)
- nicht näher bezeichnete abnorme Gewohnheiten und Störungen der Impulskontrolle (F63.9)

DSM 5

- Aufgrund mangelnder Daten nicht bei den Verhaltenssuchten aufgenommen worden

Warum gibt es bisher keine Anerkennung der Diagnose „sexuelle Sucht“?

- Was ist exzessiv?
- Reicht der individuelle Leidensdruck als Kriterium?
 - Beispiel Herr E.: 22 Jahre; konsumiert 2h/Woche; will Pfarrer werden
- Lassen sich die heterogenen Symptomatologien unter einer Diagnose fassen?
 - Pornographiesucht, Liebessucht, Sexsucht?
- Sind die Symptome primär oder sekundär?
 - Überschneidung zur Borderlinestörung?

Epidemiologie

- sehr wenige empirische Untersuchungen: meist Selbstzuweisungen
- Schätzungen gehen von 0.5 bis 5% der Bevölkerung aus (Schätzung für Deutschland: 500.000 Betroffene)
- Verhältnis Männer/Frauen: 3-5/1

Unterschiedliche Darstellung der Sexsucht bei Männern und Frauen

■ wenig Daten vorhanden!

■ Männer:

- Anonymer Sex
- Internet-Pornographie
- Abhängigkeit von Prostituierten

■ Frauen

- weniger Pornographiekonsum
- mehr auf reale Kontakt bezogen

Exkurs 1: Pornographie

Rolle des Internets

- Große Verfügbarkeit (Accessibility)
- Erschwinglich (Affordability)
- Anonym

Tiple A: Copper, 1998

- Anonymity
- Convenience
- Escape

ACE, Young, 2000

Google

sex

Suche

[Erweiterte Suche](#)

Suche: Das Web Seiten auf Deutsch Seiten aus Deutschland

Web [+ Optionen anzeigen...](#)

Ergebnisse 1 - 10 von ungefähr 614.000.000 für sex. (0,08 S)

[Sex](#)
Sex.de das große Online Portal rund um das Thema Erotik. Anal Sex, Oral Sex, Porno, Gay, Titten, Amateur, Fetisch und vieles mehr mit Bildern, ...
[Porno Video](#) - [Amateur Sex](#) - [Hardcore Sex](#) - [Videos](#)
[www.sex.de/](#) - [Im Cache](#) - [Ähnlich](#) - [🗨](#) [📄](#) [🗕](#)

Anzeigen
[Heisse Erotik-Kontakte](#)
Einsame Frauen auch in Deiner Nähe.
Das kostenlose Erotik-Abenteuer!
[www.erotikdating.de](#)

Angebote im Internet

- Pornographisches Material

- Cybersex

- Kontakt zu Gleichgesinnten in Chatrooms
- Live Sex Shows

- Kontaktbörse für reale Kontakte

Pornokonsum zur Emotionsregulation?

- Internetbefragung von 58000 Deutschen (im Auftrag von Pro7)
 - 30% der Männer und 8% der Frauen konsumieren **täglich** Pornographie
- 8,5% aller Internetangebote enthalten pornographischen Inhalt; Deutschland ist mit 12.5% Spitzenreiter Buchuk, 2013
- 70% der Sex-bezogenen Internetaktivität findet während der üblichen Dienstzeiten statt

Folgen von Pornographiekonsum

Negativ

- transportierte Frauen- und Männerbilder
- Auflösung von Verbindung Sexualität und Intimität
- häufige Kombination von Sex und Gewalt
- Depression wegen unerreichbarer Vorbilder
- Gefahr der Sucht

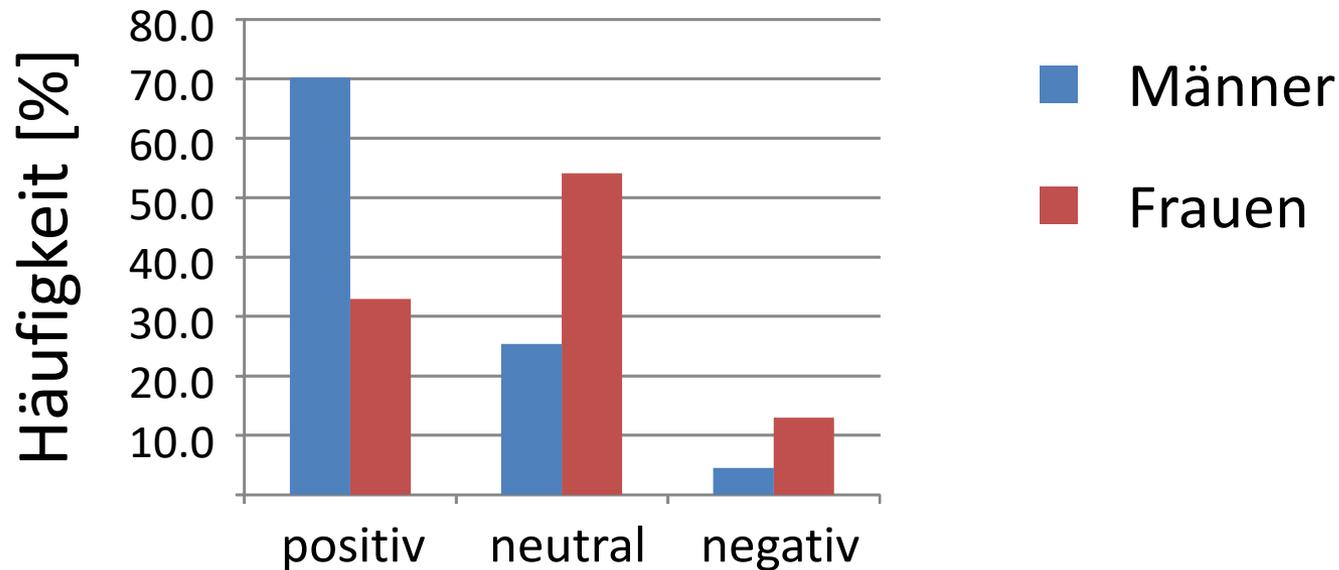
Positiv

- Erweiterung des sexuellen Verhaltensrepertoire
- Abbau von Hemmungen
- Unterhaltung und Entspannung

Internet basierte Untersuchung

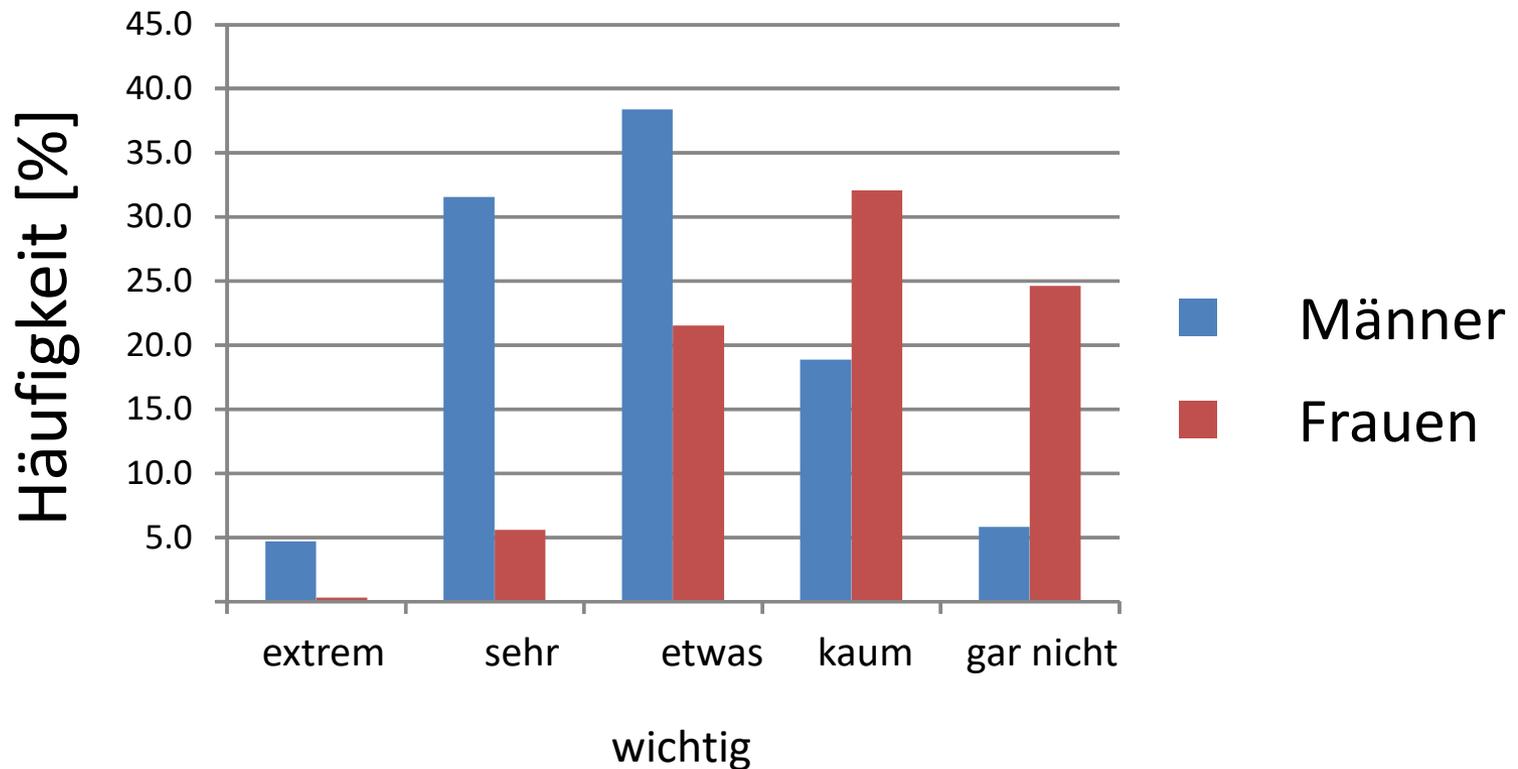
- Unselektierte Stichprobe
- Mehr als 1100 Teilnehmer (Hälfte Frauen)
- Mittleres Alter: 26.5 Jahre (SD=7.65)
- Beziehungsstatus:
 - Verheiratet: 11.3%
 - Stabile Partnerschaft: 54.4%
 - Single: 34.3%

Wie ist Ihre Einstellung bezüglich Pornographie (positiv, neutral, negativ)?



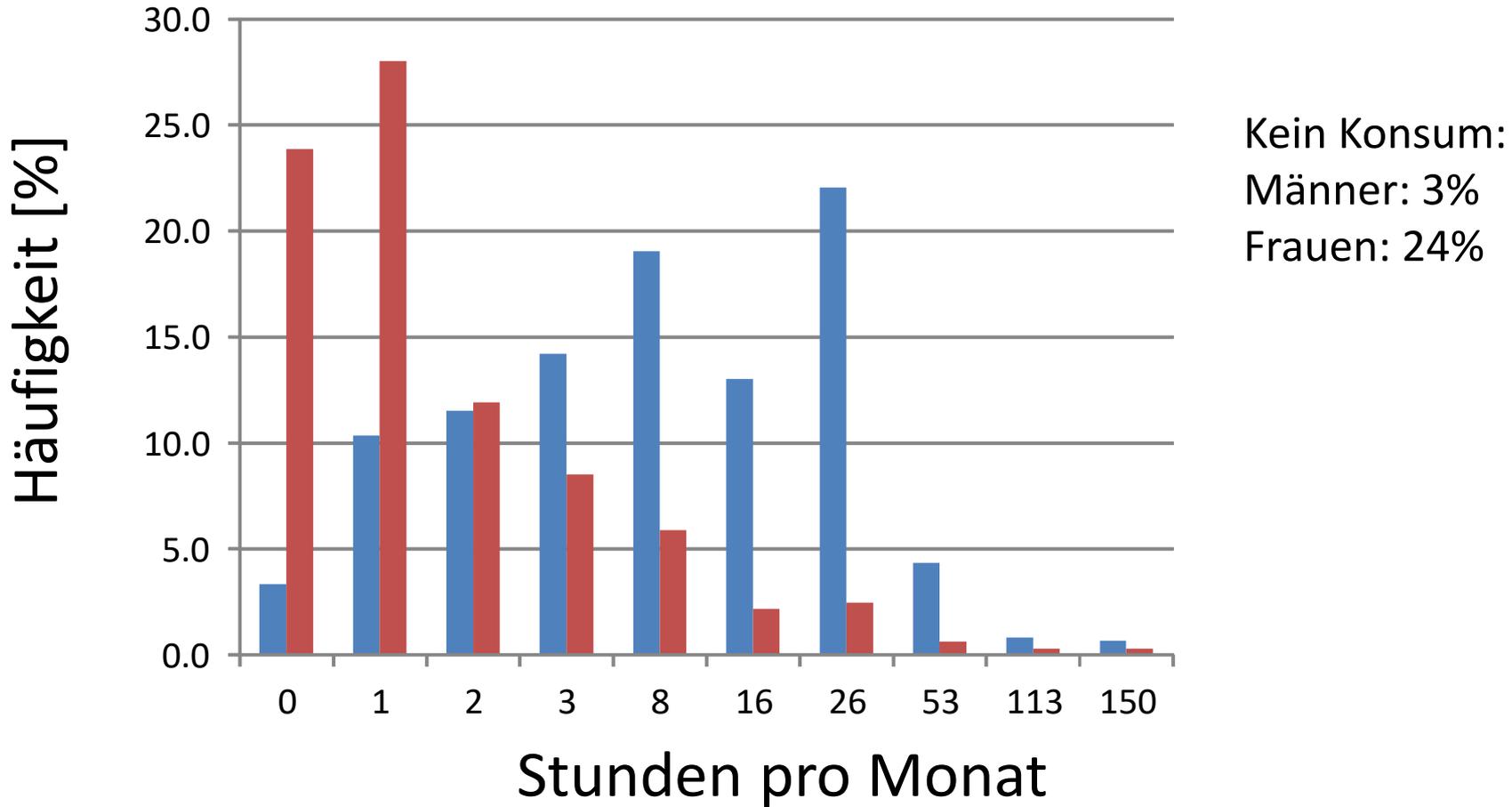
Wie wichtig ist Pornographie für ihr Leben?

extrem wichtig, sehr wichtig, etwas wichtig, kaum wichtig, gar nicht wichtig



Pornokonsum in der Stichprobe

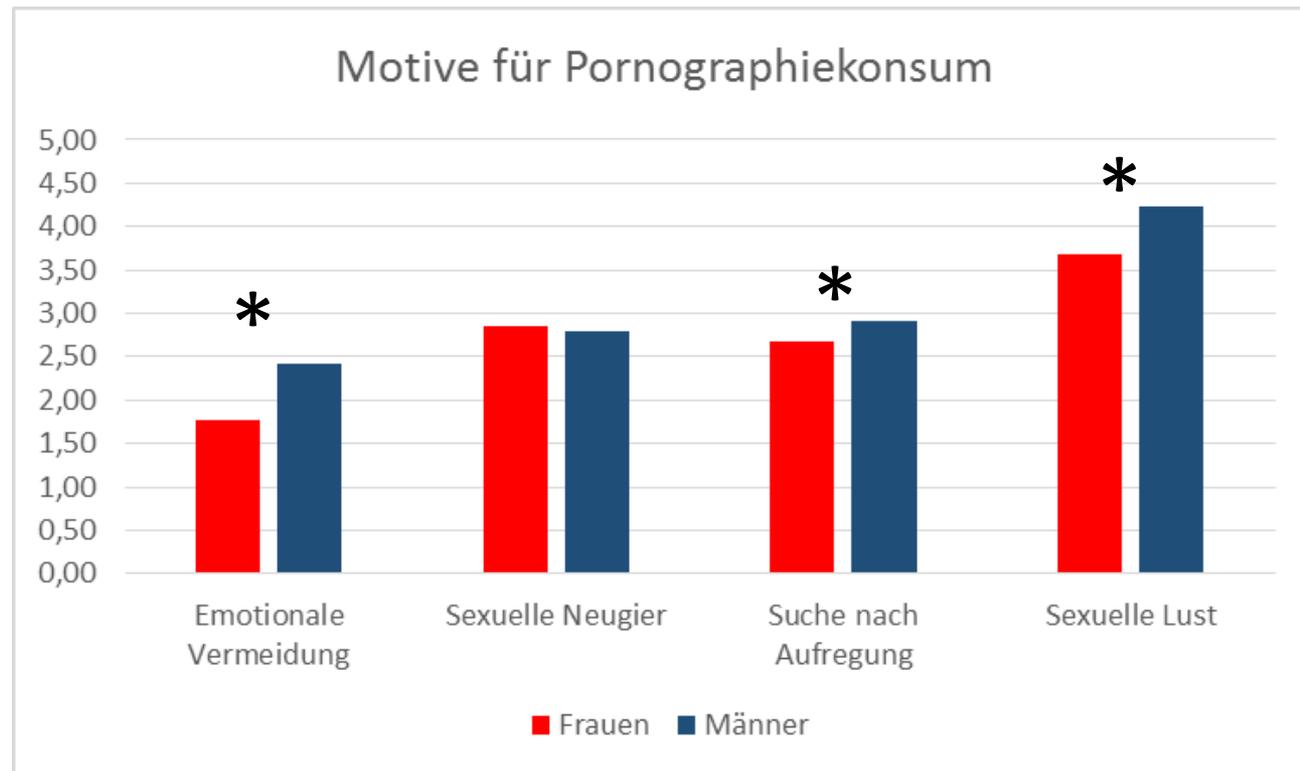
■ Männer(n=595): Mittel =14.3 h/Monat
■ Frauen (n=543): Mittel=4.0 h/Monat



Warum wird Pornographie konsumiert?

Pornography Consumption Inventory: Sexuelle Erregung, Sexuelle Neugier, Suche nach Aufregung, Emotionsregulation/Emotionale Vermeidung

Paul & Shim, 2008; Reid et al., 2011

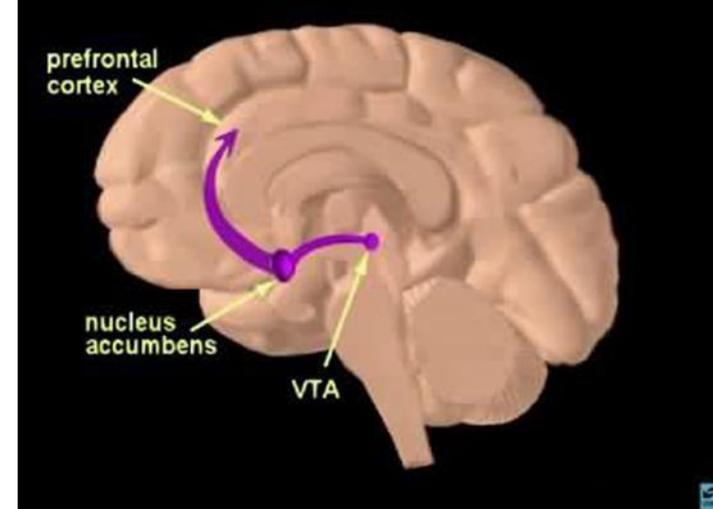


Zusätzliche Ergebnisse

- bis 16 Jahren hatten 88% der Jungen und 55% der Mädchen Kontakt mit Pornographie
- gezielter Konsum beginnt im Schnitt bei Jungen mit 16, bei Mädchen mit 18 Jahren
- Konsumiert wird in der Regel alleine
- Es werden keine Filme, sondern nur kurze Ausschnitte konsumiert
- Quelle ist das Internet

Exkurs 2: Wirkung sexueller Reize im Gehirn

Sexuelle Bilder stimulieren das Belohnungssystem

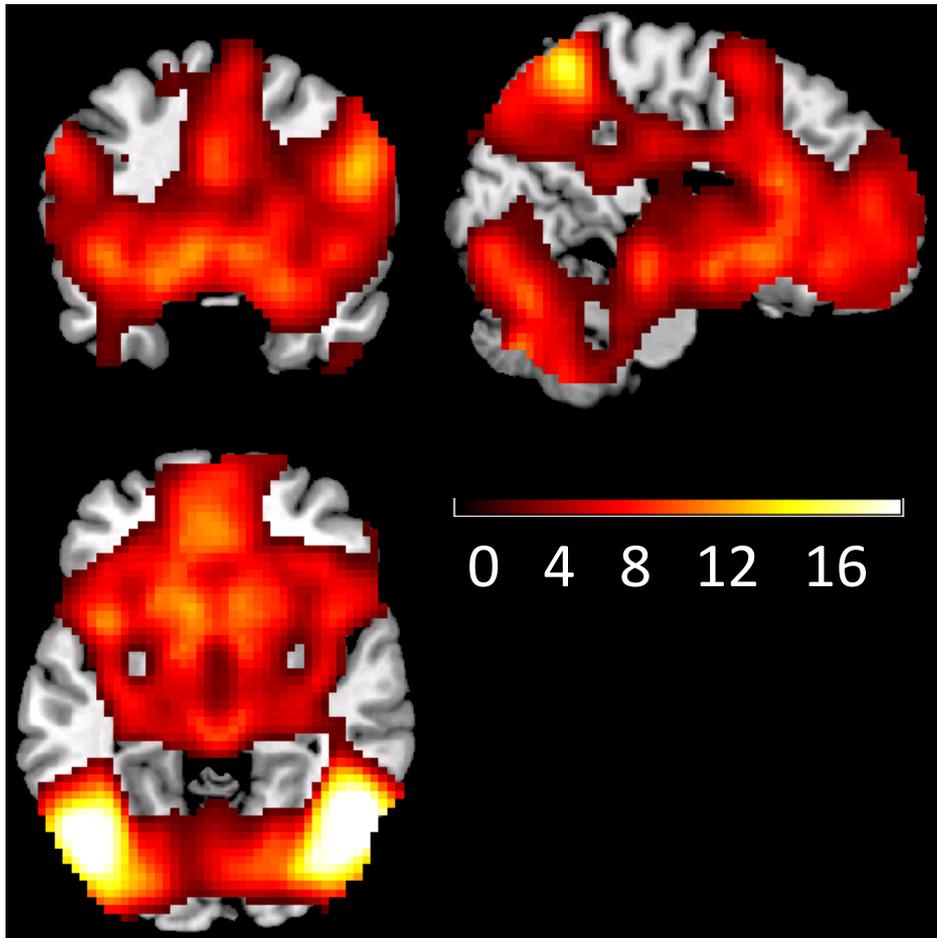


- Mesolimbisches Belohnungssystem ist bei allen Süchten beteiligt
- Dopamin ist hierbei der wichtigste Neurotransmitter
- Nucleus Accumbens als zentrale Struktur



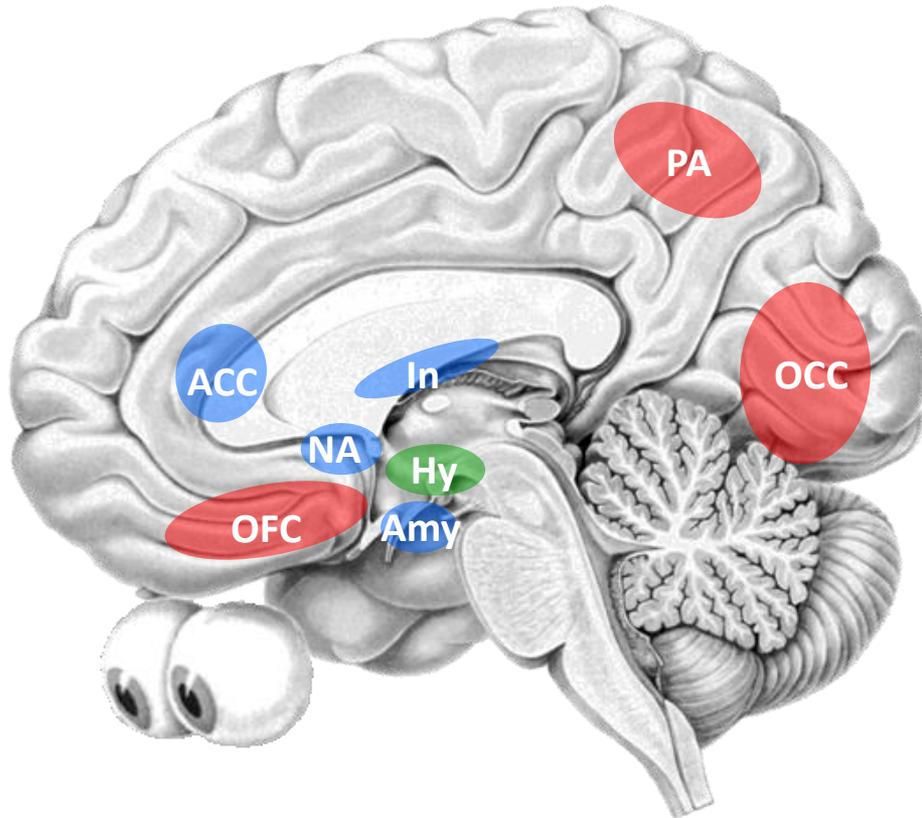
Kontrast: Sexuelle Bilder minus neutrale Bilder

N=100



- **Nucleus Accumbens (r+l)**
- Hypothalamus
- Amygdala (r+l)
- Insula (r+l)
- ventromedial OFC (r+l)
- lateral OFC (r+l)
- Thalamus (r+l)
- ACC (r+l)

Netzwerke der sexuellen Erregung



■ Kognitive Komponente

- Parietaler Kortex (PA)
- Occipital Kortex (OCC)
- Orbitofrontaler Kortex (OFC)

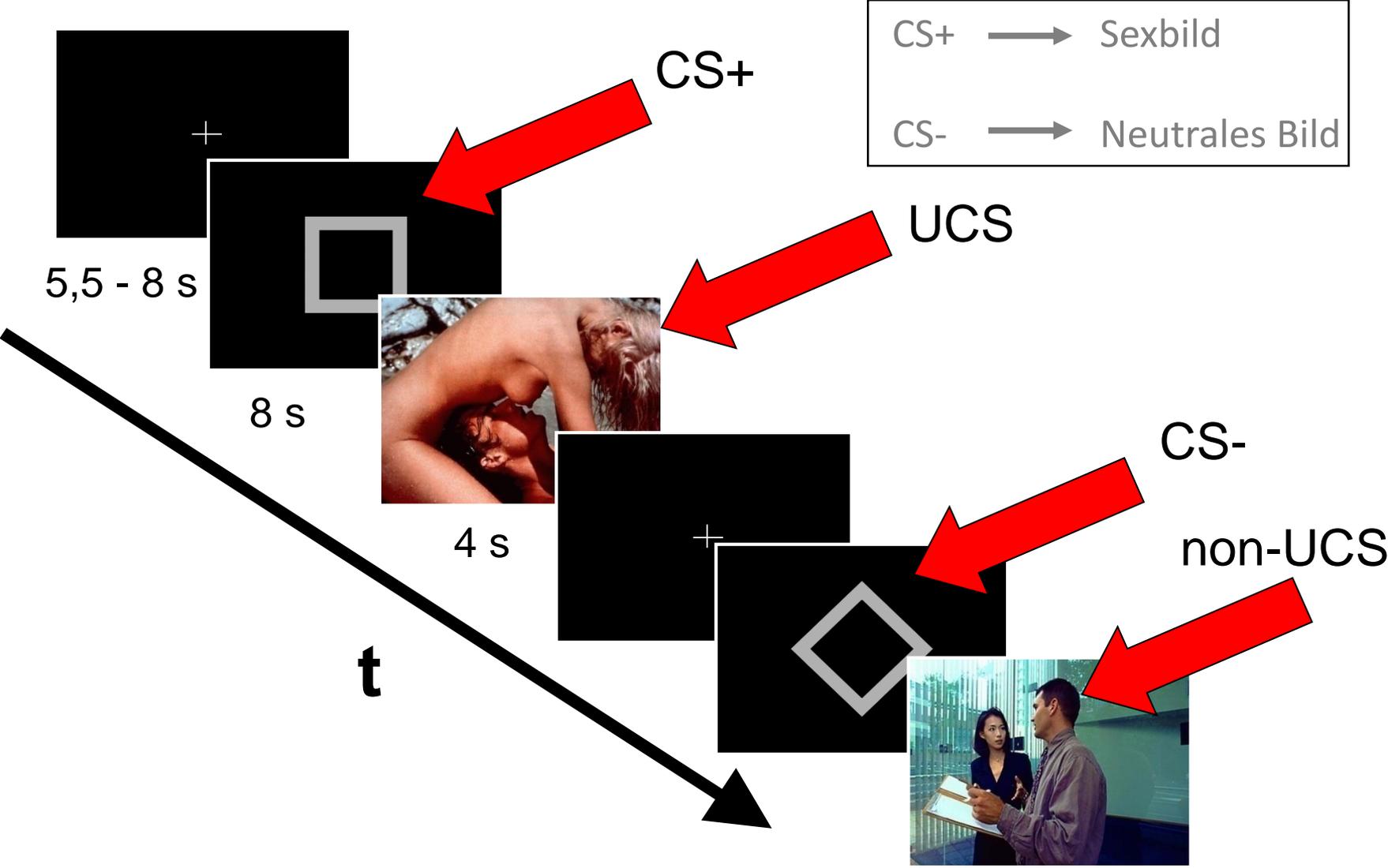
■ Motivationale/emotionale Komponente

- Nucleus accumbens (NA)
- Anteriorer zingulärer Kortex (ACC)
- Insula (In)
- Amygdala (Amy)

■ Autonome/endokrinologische Komponente

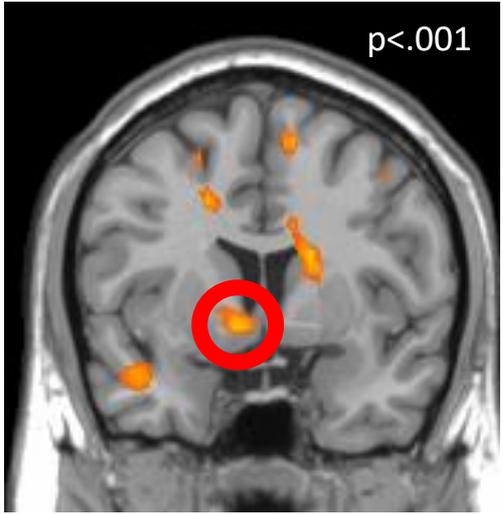
- Hypothalamus (Hy)

Sexuelle Reize als unkonditionierte Reize



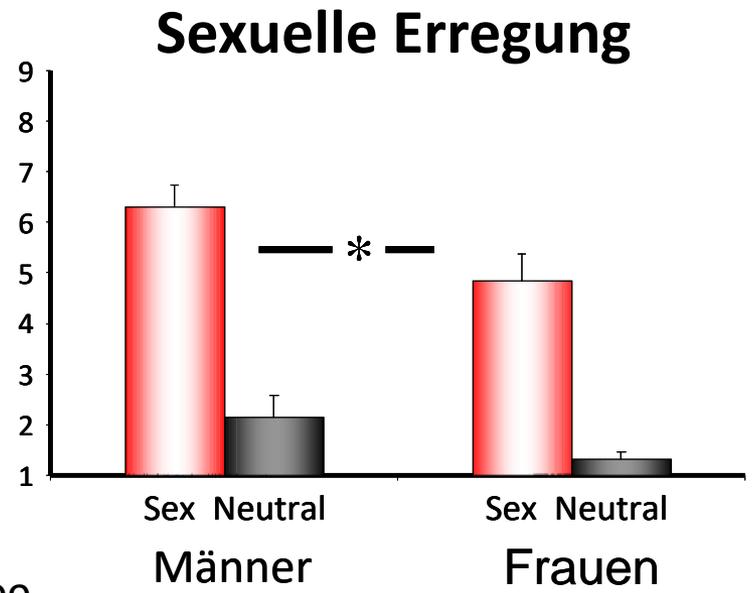
Männer lernen besser zwischen CS+ und CS- zu differenzieren

CS+ - CS-
Männer > Frauen



Nucleus Accumbens

■ Nur bei Männern eine Konditionierung beobachtbar.



Klucken et al., Journal of Sexual Medicine, 2009

Gibt es Unterschiede in der Wirkung auf pornographisches Bildmaterial?

- Geschlechtsunterschiede
- Einfluss der Persönlichkeitseigenschaft
Trait Sexual Motivation

Geschlechtsunterschiede



- Männer berichten meistens höhere sexuelle Erregung Rupp & Wallen, Arch Sex Behav, 2008
- Geringe hirnphysiologische Unterschiede zwischen den Geschlechtern Wehrum et al., Journal of Sex. Med., 2013
- Männer lassen sich besser mit sexuellen Reizen konditionieren Klucken et al., Journal of Sex. Med., 2009

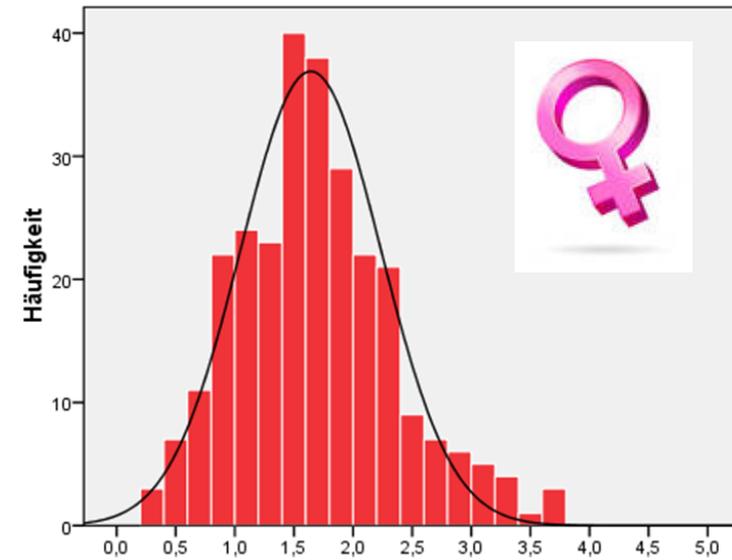
Sexuelle Motivation als Persönlichkeitseigenschaft

- Wunsch nach und Lust auf Sex
- Häufigkeit von Aktivitäten, um sexuelle Handlungen vorzubereiten oder wahrscheinlich zu machen

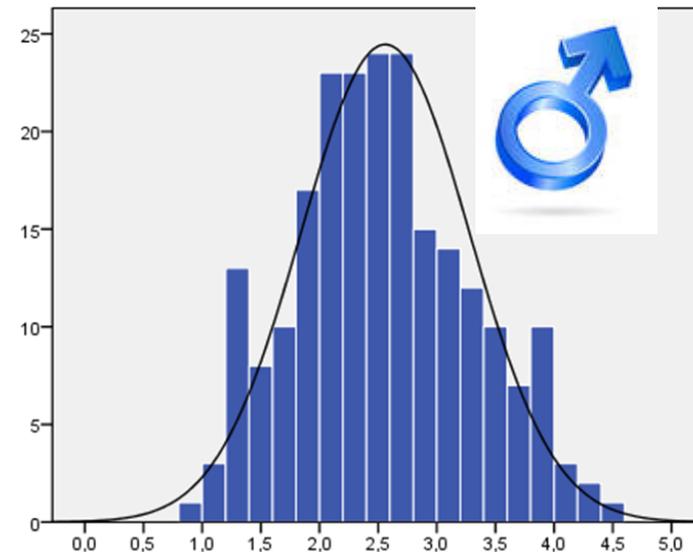
- Häufigkeit sexueller Handlungen

Vier Faktoren-Lösung:

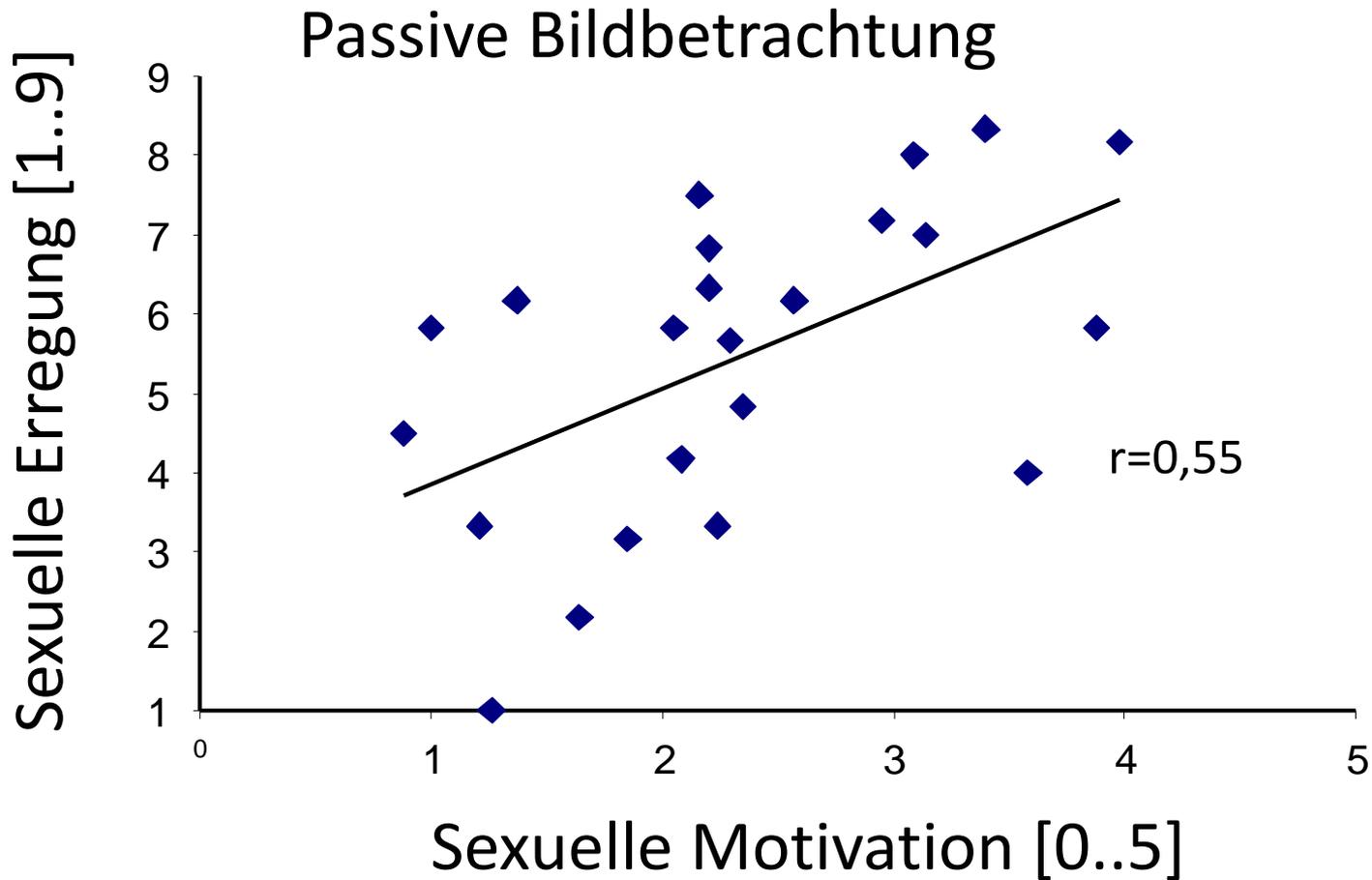
- Autosexualität
- Wichtigkeit von Sexualität
- Suche nach Sexuellen Erlebnissen
- Vergleich mit Anderen



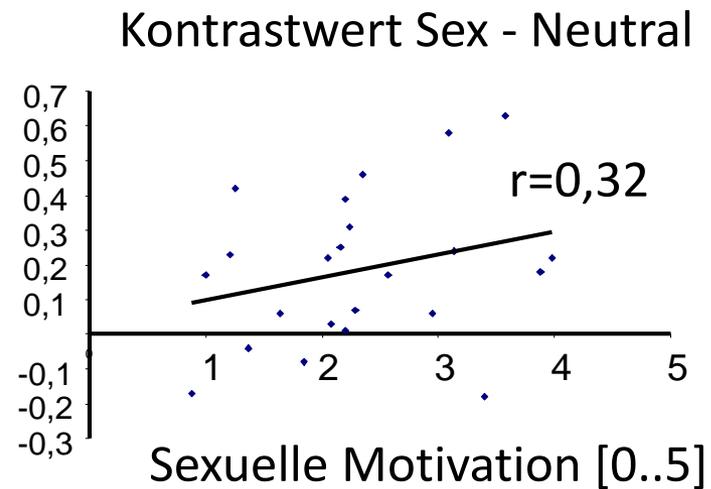
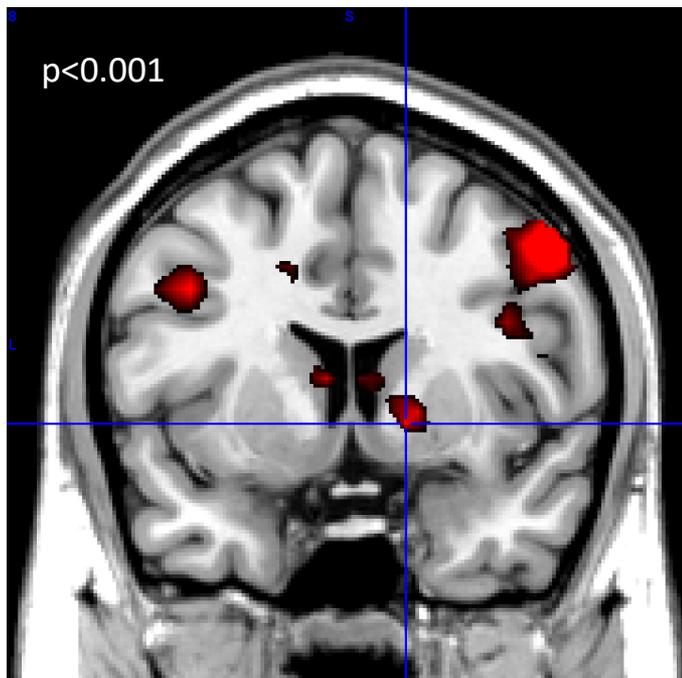
Sexuelle Motivation [1..5]



Sexuelle Motivation korreliert mit der Einschätzung der sexuellen Erregung



Sexuelle Motivation korreliert mit dem Ausmaß der neuronalen Aktivität des Nucleus Accumbens beim Betrachten von sexuellen Reizen



Erklärungsansätze

- Psychologische Modelle
- Neurobiologische Modelle



Kurzfristige Konsequenzen von Pornokonsum

■ Positive Konsequenzen

- positive Aufregung
- positive Stimmung
- Gefühl der Lebendigkeit

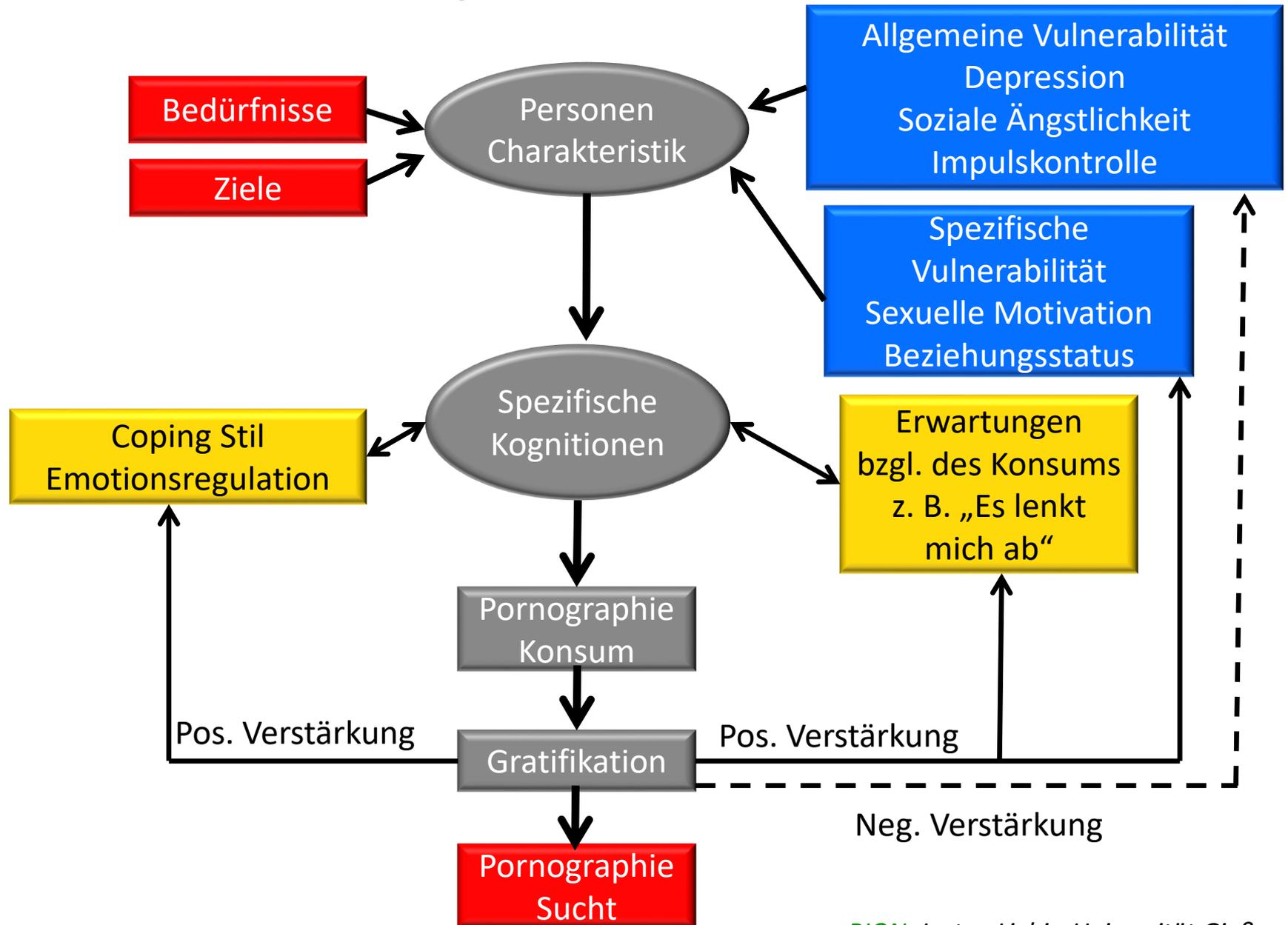
■ Wegfall von negativen Konsequenzen

- Ablenkung aus Stresssituation
- Wegfall der inneren Leere, Langeweile

Anfangs überwiegen oft die positive, später die negative Verstärkung

I-PACE Modell nach Brand et al. (2016)

Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution



Langfristige Folgen von Pornosucht

- Verzweiflung, Scham, Depression
- Partnerschaftliche Probleme: Realbeziehungen funktionieren nicht mehr
- Gesundheitliche Probleme
- Zerrüttung von Familien
- Rechtliche Probleme
- Folgen für Arbeit und Finanzen

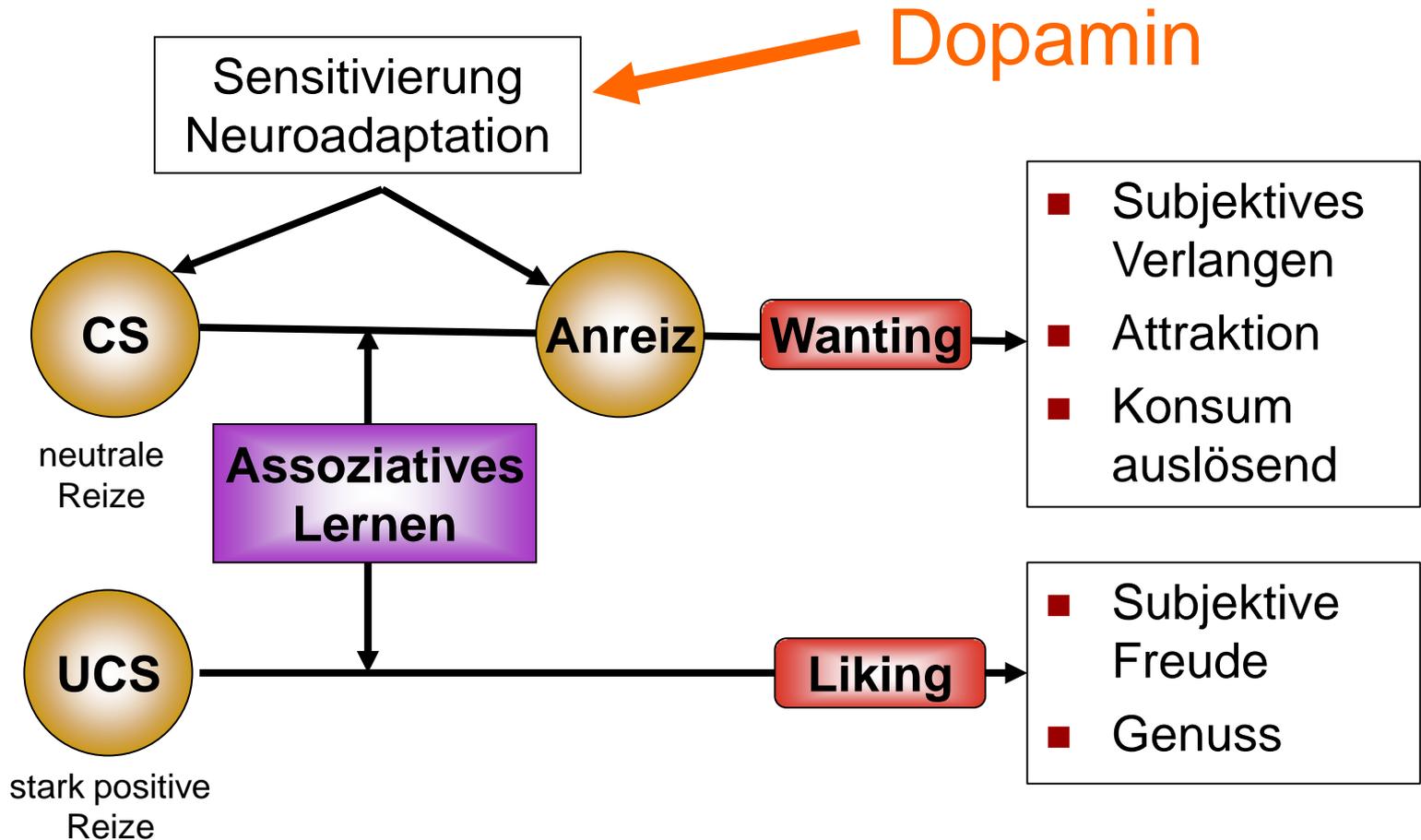
Neurobiologisches Modell

- Bedeutung des mesolimbischen Belohnungssystems

Olds & Milner, 1954

- Bedeutung von Hinweisreizen
- Unterscheidung Wanting und Liking

Das Anreizmotivationsmodell der Sucht von Robinson & Berridge (2003)



„Mögen“

Freude, Begeisterung

- Hedonistische Stimmung
- Ausgelöst durch primäre Verstärker: Nahrung, Sex, Berührung=Belohnung
- Mimischer Freudeausdruck

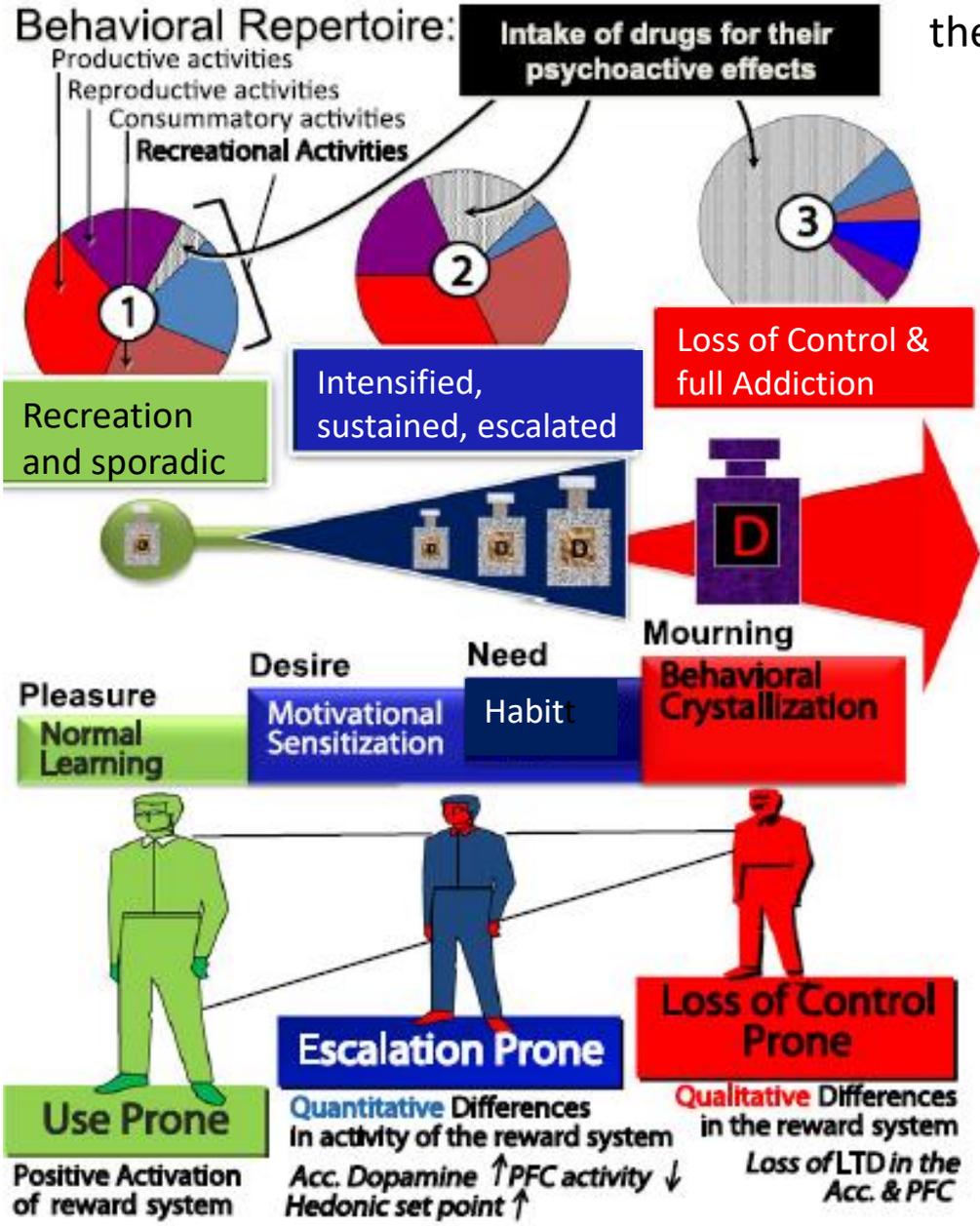
„Wollen/Brauchen“

Müssen, Gier, Getriebensein

- Nicht unbedingt pos. Stimmung
- Ausgelöst durch konditionierte Anreize=Verstärker
- Süchte

Phases and Process of Transition to Addiction

Piazza, Deroche-Gamonet (2013). A multistep general theory of transition to addiction



Phase 1: Sporadischer Konsum
Funktion

- Entspannung
- Sexuelle Lust
- Neugier
- Abwehr von Langeweile

Phase 2: Gewohnheit

- Durch Hinweisreize ausgelöst
- Bevorzugter Coping-mechanismus bei Stress

Phase 3: Kontrollverlust

- Alles dreht sich um den Pornokonsum
- Massive Konsequenzen

Welche Prädispositionen führen von einer Stufe auf die nächste Stufe?

- Sexueller Missbrauch?
- Früher Kontakt mit Pornographie?
- Soziale Isolation?
- Fehlen alternativer Emotionsregulationstechniken?
- Vulnerabilitäten des Belohnungssystem?
- Persönlichkeitseigenschaft Trait Sexual Motivation?

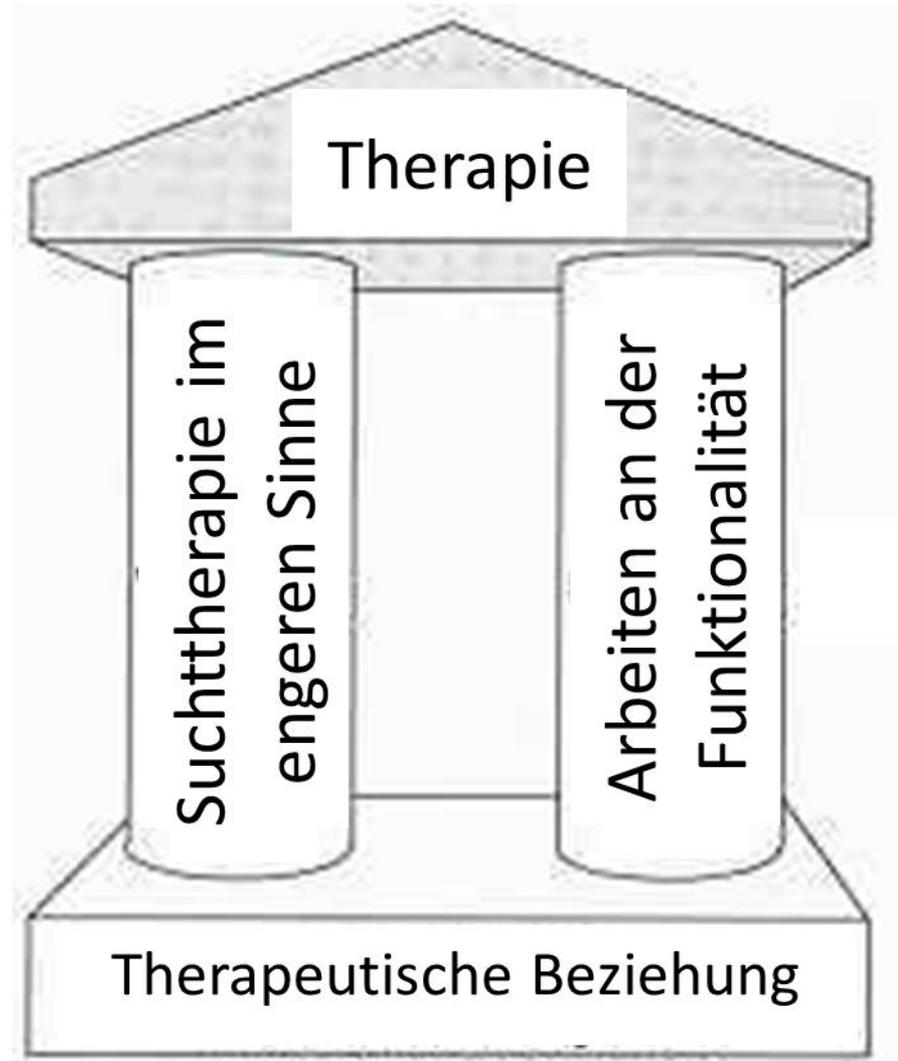
Vermutlich individuelle Interaktion aus verschiedenen Faktoren

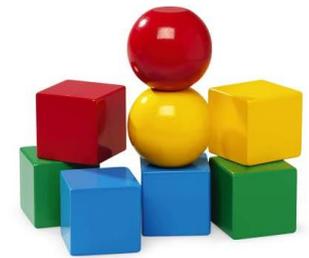
Therapie der sexuellen Sucht

Ähnlichkeiten zur anderen Suchtbehandlungen

- Aufbrechen des Konsum-Automatismus
 - Sexuelle Abstinenz?
 - Stimulus-Kontrolle
- Abbau der Funktionalität des Verhaltens
- Integration der in der Pornographie ausgelebten Sexualität

Überblick





Therapiebausteine

- Problemverständnis und Veränderungsmotivation schaffen
- Stimuluskontrolle
- Je nach Problemanalyse Aufbau von alternativen Bewältigungsverhalten
- Rückfallprophylaxe

Kann Pornokonsum zur Sucht werden?

Ja!

- Belohnungssystem wird durch sexuelle Reize ähnlich aktiviert wie durch Drogen
- Situationen und Stimmungen können zu Auslösern eines gewohnheitsmäßigen Konsums werden wie bei Drogen
- Dies kann bei Einigen zu Symptomen der Sucht führen (exzessives Verhalten mit Kontrollverlust trotz negativer Folgen)
- Jedoch sind viele Fragen offen, so dass ein großer Forschungsbedarf besteht!

Vielen Dank!