Psychotherapeut 2019 · 64:89–90
<https://doi.org/10.1007/s00278-019-0343-3>

© Springer Medizin Verlag GmbH, ein Teil von
 Springer Nature 2019

Bernhard Strauß¹ · Hertha Richter-Appelt²

¹ Institut für Psychosoziale Medizin und Psychotherapie, Universitätsklinikum Jena, Jena, Deutschland

² Institut für Sexualforschung und Forensische Psychiatrie, Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf, Hamburg, Deutschland

Sexualitäten – Aktuelle psychotherapierelevante Themen

Wirft man einen Blick auf die Inhalte einiger maßgeblicher psychotherapeutischer Zeitschriften im deutschsprachigen Raum, zeigt sich für die jüngste Vergangenheit, dass das Thema Sexualität im weitesten Sinne eher marginal behandelt wurde. In der Zeitschrift *Psychotherapeut* jedenfalls finden sich in den Ausgaben der letzten Jahrgänge keine Arbeiten zum Thema, auch da nicht, wo sie vielleicht zu erwarten gewesen wären, etwa im Zusammenhang mit den Themen Digitalisierung, der psychosozialen Prävention oder der Kinder- und Jugendpsychotherapie (Fydrich und Schneider 2018; Strauß und Taubner 2018; Fegert und Freyberger 2017). Die Zeitschrift *Psychotherapie im Dialog*, ähnlich praxisorientiert wie *Psychotherapeut*, hat zuletzt 2013 ein Themenheft zu sexuellen Störungen und 2014 ein Heft zu sexuellen Traumatisierungen veröffentlicht.

Manche Themen, die in der öffentlichen Diskussion einen breiten Raum einnehmen, werden in der Psychotherapieforschung kaum aufgegriffen. Einige dieser Themen wurden in das vorliegende Heft aufgenommen und sollen zu einer weiteren Reflexion anregen. Dem in der letzten Zeit vernachlässigten Thema der sexuellen Funktionsstörungen widmen sich die ersten beiden Arbeiten, gefolgt von einem Beitrag, der sich mit dem neuen Gesetz zur Möglichkeit einer dritten Option als Geschlechtseintrag beschäftigt. Neben Ausführungen zur Behandlung von Menschen mit pädophilen Neigungen wurde in die Rubrik „Psychotherapie und Gesellschaft“ ein Beitrag zur MeToo-Debatte aufgenommen. Schließ-

lich präsentieren wir eine Übersicht über Online-Beratungsangebote für Personen mit unerfülltem Kinderwunsch.

Eine umfassende Auseinandersetzung mit den unterschiedlichsten Aspekten von Sexualität in der Zwischenzeit selbst in der Politik demonstriert die Wochenzeitung *Das Parlament* (Deutscher Bundestag 2019), vom Deutschen Bundestag herausgegeben, mit ihrer Ausgabe vom 07.01.2019. Viele ihrer Leser wurden vielleicht insofern überrascht, als sich fast die gesamte Ausgabe mit dem Sonderthema „Liebe und Sexualität“ (Untertitel „Geschlechter, Normen und Identitäten“) befasst. Kurz zusammengefasst, behandelt diese Ausgabe viele Facetten von Sexualität, beginnend mit der Frage, inwieweit Sexualitäten und das Geschlechterverhältnis immer auch politisch seien, welche Gefahren die Digitalisierung für die sexuelle Entwicklung beinhalten, wie sich die Politik sowie die Bürger zur Entwicklung der sexuellen Vielfalt und dem dagegen gerichteten Widerstand positionieren sollten.

Es geht in der Ausgabe aber auch um die negativen Seiten der sexuellen Freiheit, Sexualität bei körperlichen und geistigen Beeinträchtigungen und um spezifische Themen wie Intersexualität, Formen der Pornografie, Prostitution und Voyeurismus.

Freilich darf in einer aktuellen politischen Zeitung auch nicht fehlen, was in den letzten Jahren besonders intensiv gesellschaftlich diskutiert wird, nämlich die Frage des sexuellen Missbrauchs etwa im kirchlichen Kontext und die Frage, wie dieser sexuelle Missbrauch adäquat

aufzuarbeiten sei und die Thematik der sexuellen Gewalt im alltäglichen Umgang der Geschlechter.

Dass ein so weit verbreitetes und primär politisches Veröffentlichungsblatt sich so intensiv mit den Facetten der Sexualität beschäftigt, reflektiert, dass wir uns zwangsläufig wieder mit den hier genannten Themen beschäftigen müssen, die nicht nur von hoher gesellschaftlicher, sondern auch von klinischer Relevanz sind, weswegen eine Ausgabe des *Psychotherapeut* quasi dem *Parlament* folgen soll, um einige Aspekte der Sexualität etwas detaillierter darzustellen.

Korrespondenzadresse

Prof. Dr. Bernhard Strauß

Institut für Psychosoziale Medizin und Psychotherapie, Universitätsklinikum Jena
Stoistr. 3, 07740 Jena, Deutschland
bernhard.strauss@med.uni-jena.de

Prof. Dr. Hertha Richter-Appelt

Institut für Sexualforschung und Forensische Psychiatrie, Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf
Martinistr. 52, 20246 Hamburg, Deutschland
hrichter@uke.de

Interessenkonflikt. B. Strauß und H. Richter-Appelt geben an, dass kein Interessenkonflikt besteht.

Literatur

- Das Parlament (2019) „Liebe und Sexualität“ – Geschlechter, Normen und Identitäten. Ausgabe vom 7.1.2019
- Fegert JM, Freyberger HJ (2017) Grenzbereich zwischen Jugend- und Erwachsenenalter. *Psychotherapeut* 62:1–2
- Fydrich Th, Schneider W (2018) Digitalisierung und Psychotherapie. *Psychotherapeut* 63:269–270
- Strauß B, Taubner S (2018) Psychosoziale Prävention und Familientherapie. *Psychotherapeut* 63:353–354

Neuer Ansatz zur Verbesserung der Angsttherapie

Mainzer Wissenschaftler veröffentlichen neue Erkenntnisse in der Resilienz-forschung

Das menschliche Gehirn ist veränderbar. Es lässt sich durch Erfahrungen – gute wie schlechte – (um)formen. Dies ist die Ausgangsprämisse der Resilienzforschung und der Therapien zur Behandlung von Angststörungen. Doch wieso gelingt es bei manchen Menschen, deren Angst zu mindern oder ihnen diese sogar zu nehmen, wenn sie mit einer ursprünglich angstauslösenden Situation wiederholt konfrontiert werden und dabei neue, positive Erfahrungen machen? Und warum hat diese sogenannte ‚Furchtextinktion‘ bei anderen langfristig keinen Erfolg? Wie bildet und stabilisiert das Gehirn eines Menschen dessen Langzeitgedächtnis? Welche Rolle spielen dabei spontane, neuronale Konsolidierungsprozesse, die nach dem Lernen einer neuen, überraschend positiven Erfahrung ablaufen? Diesen Fragen widmeten sich Wissenschaftler des Deutschen Resilienz Zentrums (DRZ) Mainz und des Sonderforschungsbereichs 1193 „Neurobiologie der Resilienz gegenüber stressinduzierter psychischer Dysfunktion: Mechanismen verstehen und Prävention fördern“ an der Universitätsmedizin Mainz in der hier vorgestellten Studie.

Es ist hinreichend bekannt, welche neuronalen Prozesse wichtig sind, um zu lernen, dass von einem gefürchteten Reiz gar keine Gefahr mehr ausgeht. Neuere Forschungen haben jedoch gezeigt, dass es sehr wichtig ist, sich auch später noch gut an solche Lernerfahrungen erinnern zu können. Denn nur so gelingt es, nicht immer und immer wieder in unnötige Angstreaktionen zu verfallen und somit resilient gegenüber einer Posttraumatischen Belastungsstörung zu sein. Die Forscher haben sich in ihrer neuesten Studie daher ganz auf die Frage fokussiert, wie es nach einem solchen ‚Extinktionslernen‘ zur Verfestigung des Erlernten in unserem Gedächtnis kommt. Das Team fand heraus, dass die Gehirne ihrer Versuchspersonen während einer Extinktionslernerfahrung bestimmte Aktivierungsmuster aufwiesen, die nach dem Lernen in einer Ruhephase spontan wieder auftraten. Je häufiger diese Spontanreaktivierungen erfolgten, desto besser konnten sich die Probanden an einem anderen Versuchstag an

ihre positive Erfahrung erinnern und desto geringer waren ihre Angstreaktionen auf Auslösereize.

Dass die gedächtnisrelevanten Aktivitätsmuster durch den auch als „Belohnungshormon“ bekannten Neurotransmitter Dopamin unterstützt werden, war eine weitere neue Erkenntnis. Durch Gabe eines handelsüblichen Medikaments, das in den Hirnstoffwechsel eingreift und zu einer Erhöhung des Dopaminspiegels im Gehirn führt, konnte die Anzahl der Reaktivierungen erhöht und somit im selben Maße spätere Angstreaktionen verringert werden. Das Gedächtnis für Extinktionslernen lässt sich somit, zumindest im Labor, ohne Übung oder Gedächtnisstraining relativ verstärken.

Die Wissenschaftler sehen in ihren Befunden Potential für neue Einsichten in grundlegende Mechanismen der Gedächtnisbildung sowie für mögliche neue Ansätze zur Verbesserung der Traumatherapie.

Originalpublikation:

A.M.V. Gerlicher, O. Tüscher, R. Kalisch: Dopamine-dependent prefrontal reactivations explain long-term benefit of fear extinction; *Nature Communications* volume 9, Article number: 4294 (2018) | DOI: 10.1038/s41467-018-06785-y

Quelle: Universitätsmedizin Mainz
(www.unimedizin-mainz.de)