

Sexsucht ist eine Form der **nicht stoffgebundenen** Süchte. Sexuell süchtiges Verhalten ist gekennzeichnet durch eine zunehmende sexuelle Betätigung, bei der aber die Befriedigung meist ausbleibt, so dass die **Suche nach sexueller Erfüllung beständig fortgeführt** wird. Dabei zeigen sich typische Kennzeichen der Sucht: Das Interesse am „Suchtobjekt“ wächst, es kommt zu Toleranzentwicklung, Dosissteigerung und psychischen Entzugssymptomen. Im Alltag findet eine zunehmende Einengung statt, bis dieser sich fast ausschließlich nur noch um das Ausleben der sexuellen Wünsche dreht. Es können **gravierende Folgen** wie familiäre Probleme, berufliche Schwierigkeiten, etc. auftreten.

Was als sexuell „normales“ Verhalten angesehen wird, unterliegt sich **wandelnden** gesellschaftlichen **Wertvorstellungen**. Damit verbunden ist die Gefahr einer Pathologisierung von Spielarten in der Bandbreite sexuellen Verhaltens.

Definition

Schwierig ist die genaue Definition des Begriffs und er ist wissenschaftlich **umstritten**. Sexsucht ist bislang kein eigenständiges Störungsbild in den einschlägigen diagnostischen **Klassifikationssystemen** (DSM-IV oder ICD-10) und damit **nicht** als Krankheitsbild **anerkannt**. Einzelne exzessive sexuelle Verhaltensweisen werden den Zwangsstörungen oder den Störungen der Impulskontrolle zugeordnet.

Aufgrund der **defizitären Forschungslage** kann bislang lediglich eine Definition der Sexsucht formuliert werden, welche sich an ausgewählten Indikatoren nicht-stoffgebundener Süchte orientiert. Diese lauten nach Carnes (1992):

- **Kontrollverlust:** Das sexuelle Verhalten gerät außer Kontrolle.
- **Schädlichkeit:** Das sexuelle Verhalten hat negative Folgen.
- **Zwanghaftigkeit:** Trotz der negativen Folgen kann die oder der Betroffene das Verhalten nicht einstellen.
- **Dominanter Verhaltensbereich:** Es wird übermäßig viel Zeit mit sexuellem Verhalten, dem Beschaffen von Sex sowie mit der Verarbeitung von sexuellen Erlebnissen verbracht.
- **Leidensdruck:** Die Betroffenen haben den Wunsch, an ihrem Verhalten etwas zu ändern.
- **Destruktivität:** Selbstzerstörerische und riskante Verhaltensweisen treten auf.
- **Dosissteigerung:** Es werden zunehmend sexuelle Erlebnisse gesucht, weil die augenblicklichen Aktivitäten zur Befriedigung nicht ausreichen.
- **Emotionale Destabilisierung:** In Zusammenhang mit sexuellen Aktivitäten kommt es zu Stimmungsschwankungen.
- **Einengung des Verhaltens:** Wegen des sexuellen Verlangens vernachlässigen die Betroffenen wichtige soziale und berufliche Aktivitäten.
- **Bewältigungsversuche:** Sexuelle Fantasien und Zwangsvorstellungen dienen als Strategien zur Bewältigung.

Zahlen und Fakten

Bislang sucht man vergeblich nach repräsentativen, epidemiologischen Daten zur Sexsucht und Typisierungen sexsüchtigen Verhaltens sind wissenschaftlich umstritten. Schätzungen über die Häufigkeit von Sexsucht gehen stark auseinander. Die Angaben schwanken dabei - je nach Definition - von ein bis sechs Prozent in der erwachsenen Allgemeinbevölkerung. Über die Anzahl der Sexsüchtigen in Österreich gibt es **keine seriösen Zahlen**.



Symptome

Verschiedene Anhaltspunkte können Hinweise auf ein problematisches Sexualverhalten geben:

- Das Handeln und Denken der Betroffenen ist auf **sexuelle Aktivitäten fokussiert**.
- Betroffene **vernachlässigen** soziale oder berufliche **Verpflichtungen**.
- Es wird **jede Gelegenheit** wahrgenommen, um seine sexuellen Bedürfnisse zu befriedigen.
- Die Betroffenen verspüren ein **unwiderstehliches** sexuelles **Verlangen**.
- Sexuelle Aktivitäten werden **häufiger** und **riskanter**.
- Die Person hat die **Kontrolle** über ihr sexuelles Verhalten weitgehend **verloren**.
- Sie/Er ist unruhig und **gereizt** beim Versuch das sexuelle Verhalten einzuschränken.
- Die Betroffenen **vernachlässigen** ihr **soziales Umfeld**.
- Andere **Freizeitaktivitäten** werden **vernachlässigt**.
- Sie/Er hat wiederholt **erfolglose Versuche** unternommen, das sexuelle Verhalten zu **kontrollieren** oder einzuschränken.
- Es kommt zu einem **Leistungsrückgang** im Beruf.

Folgewirkungen

- **Körperliche Auswirkungen:** Geschlechtskrankheiten, Aids, Erektionsstörungen, Impotenz, ungewollte Schwangerschaften
- **Seelische Auswirkungen:** Angstattacken, depressive Zustände, Schlafstörungen, Einsamkeitsgefühle, Schuld- und Schamgefühle
- **Soziale Auswirkungen:** Je mehr Zeit die Beschäftigung mit sexuellen Aktivitäten in Anspruch nimmt, desto weniger Zeit bleibt für andere Lebensbereiche. So bestehen z. B. Risiken für soziale Beziehungen, für die Familie oder für die berufliche Leistungsfähigkeit.
- **Finanzielle Auswirkungen:** Manche sexuelle Aktivitäten können finanzielle Probleme mit sich bringen.