

Heinz-Jürgen Voß, Harald Stumpe (Hg.)
Grundlagen des Sexocorporel

Die Reihe ANGEWANDTE SEXUALWISSENSCHAFT sucht den Dialog: Sie ist interdisziplinär angelegt und zielt insbesondere auf die Verbindung von Theorie und Praxis. Vertreter_innen aus wissenschaftlichen Institutionen und aus Praxisprojekten wie Beratungsstellen und Selbstorganisationen kommen auf Augenhöhe miteinander ins Gespräch. Auf diese Weise sollen die bisher oft langwierigen Transferprozesse verringert werden, durch die praktische Erfahrungen erst spät in wissenschaftlichen Institutionen Eingang finden. Gleichzeitig kann die Wissenschaft so zur Fundierung und Kontextualisierung neuer Konzepte beitragen.

Der Reihe liegt ein positives Verständnis von Sexualität zugrunde. Der Fokus liegt auf der Frage, wie ein selbstbestimmter und wertschätzender Umgang mit Geschlecht und Sexualität in der Gesellschaft gefördert werden kann. Sexualität wird dabei in ihrer Eingebundenheit in gesellschaftliche Zusammenhänge betrachtet: In der modernen bürgerlichen Gesellschaft ist sie ein Lebensbereich, in dem sich Geschlechter-, Klassen- und rassistische Verhältnisse sowie weltanschauliche Vorgaben – oft konfliktuell – verschränken. Zugleich erfolgen hier Aushandlungen über die offene und Vielfalt akzeptierende Fortentwicklung der Gesellschaft.

BAND 42
ANGEWANDTE SEXUALWISSENSCHAFT

Herausgegeben von Maika Böhm, Harald Stumpe,
Heinz-Jürgen Voß und Konrad Weller
Institut für Angewandte Sexualwissenschaft
an der Hochschule Merseburg

Heinz-Jürgen Voß, Harald Stumpe (Hg.)

Grundlagen des Sexocorporel

**Ein Modell
für die körperorientierte Sexualberatung
und Sexuelle Bildung**

Mit Beiträgen von Nicole Audette, Mireille Baumgartner,
Karoline Bischof, Dominique Chatton, Jean-Yves Desjardins,
Lise Desjardins, Ann-Marlene Henning, Ben Kneubühler,
Wolfgang Kostenwein, Adriane Krem,
Esther Elisabeth Schütz, Julia Sparmann, Harald Stumpe,
Michael Sztenc, Mélanie Tremblay, Heinz-Jürgen Voß
und Bettina Weidinger

Psychozial-Verlag

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten
sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Originalausgabe

© 2024 Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG, Gießen

info@psychosozial-verlag.de

www.psychosozial-verlag.de

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form

(durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren)

ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert

oder unter Verwendung elektronischer Systeme

verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Umschlagabbildung: © photocase.com/Nora Philipp

Umschlaggestaltung und Innenlayout nach Entwürfen von Hanspeter Ludwig, Wetzlar

ISBN 978-3-8379-3312-3 (Print)

ISBN 978-3-8379-6163-8 (E-Book-PDF)

ISSN 2367-2420

Inhalt

Einleitung 9

Esther Elisabeth Schütz & Heinz-Jürgen Voß

Einführung in Sexocorporel 21

Ein wissenschaftliches sexologisches Modell
mit Bedeutung für Forschung, Bildung und Beratung

Ben Kneubühler

I Originalia

**Die klinische Sexologie –
basiert auf einem Modell der sexuellen Gesundheit** 37

*Dominique Chatton, Jean-Yves Desjardins,
Lise Desjardins & Mélanie Tremblay*

**Sexocorporel:
Erotische Kompetenz für alle zugänglich gemacht** 71

*Jean-Yves Desjardins, Dominique Chatton,
Lise Desjardins & Mélanie Tremblay*

**Auszüge aus den Gesprächen
von Nicole Audette und Dr. Jean-Yves Desjardins** 119

Nicole Audette & Jean-Yves Desjardins

II Sexocorporel in der Sexualberatung

Anwendungen des Modells Sexocorporel in der Sexualberatung und -therapie 143

Eine Einführung

Ben Kneubühler

Sexocorporel in der Behandlung sexueller Probleme von Frauen 153

Karoline Bischof

Meine therapeutische Erfahrung mit dem Ansatz Sexocorporel bei Männern 165

Nicole Audette

Sexocorporel im Kontext der embodimentorientierten Sexualberatung 181

Michael Sztenc

Sexocorporel in der integrierten Sexualberatung 195

Ann-Marlene Henning

III Sexocorporel in der Sexualpädagogik und Sexuellen Bildung

Sexocorporel in der Sexuellen Bildung für Erwachsene 217

Eine Einführung

ausgehend vom Bildungszyklus »Vivre en Amour«

Mireille Baumgartner

Sexuelle Bildung meets Sexocorporel 231

Sexocorporel als Fundgrube

körperorientierter Sexueller Bildung Erwachsener

Julia Sparmann

Förderung der Sexualität von Menschen mit einer Beeinträchtigung	249
<i>Esther Elisabeth Schütz</i>	
Sexocorporel in der Sexuellen Bildung von Kindern und Jugendlichen	261
<i>Wolfgang Kostenwein & Adriane Krem</i>	
Transidentität aus der Sicht des Sexocorporel-Gesundheitsmodells	277
<i>Bettina Weidinger & Wolfgang Kostenwein</i>	
Nachwort	293
Sich abzeichnende Fortentwicklungen des Modells Sexocorporel	
<i>Heinz-Jürgen Voß & Harald Stumpe</i>	

Einleitung

Esther Elisabeth Schütz & Heinz-Jürgen Voß

Das Modell Sexocorporel wird in der Sexualberatung international und im deutschsprachigen Raum seit mehreren Jahrzehnten erfolgreich genutzt. Es bietet den Vorteil, Sexualprobleme und Fragen des sexuellen Wohlbefindens nicht nur auf kognitiver Ebene bearbeiten zu können, sondern die körperliche Ebene – Körperhaltung, Atmung, Muskelspannung – in die Beratung einzubeziehen.

In der deutschsprachigen Sexualwissenschaft wird der Körper in den letzten Jahren »wiederentdeckt« (Voß, 2020, S. 13; Schütz, 2020; Bischof, 2020). Das hat einerseits mit der größeren gesellschaftlichen Thematisierung von Sexualität zu tun und damit, dass sich entsprechend Menschen die Sexualität betreffende Bildungs- und Beratungsangebote wünschen, andererseits mit der Etablierung des körperorientierten Studiengangs »Sexologie« an der Hochschule Merseburg. Mit der Einführung dieses Studiengangs im Jahr 2014 gingen eine umfassende mediale Berichterstattung und eine sexualwissenschaftliche Diskussion einher (vgl. etwa Burkhardt, 2022).

Mit diesem Buch werden nun erstmals die französischen Grundlagentexte zum Modell Sexocorporel des Begründers Jean-Yves Desjardins (1931–2011) in deutscher Sprache zugänglich. Ausgewählt wurden dafür die Texte »Die klinische Sexologie – basiert auf einem Modell der sexuellen Gesundheit« (frz.: »La sexologie clinique basée sur un modèle de santé sexuelle«, Chatton et al., 2005) und »Sexocorporel: Erotische Kompetenz für alle zugänglich gemacht« (frz.: »Le sexocorporel. La compétence érotique à la portée de tous«, Desjardins et al., 2011), die einen ausführlichen Einblick in das Modell Sexocorporel und die Denkweisen von Desjardins und seinen Co-Autor*innen¹

1 Die Form des Genderns in den einzelnen Texten dieses Bandes wurde den Beitragenden selbst überlassen. Wo für eine vereinfachte Lesbarkeit das generische Maskulinum verwendet wird, sind Personen aller Geschlechter gemeint.

eröffnen. Ergänzt werden sie um Gesprächsaufzeichnungen mit Desjardins. Aktuelle Perspektiven auf die Beratung und Sexuelle Bildung von Sexualberater*innen und Sexualwissenschaftler*innen schließen sich an.

Die Ursprünge des Modells Sexocorporel reichen bis in die 1960er Jahre zurück. Knappe Aufsätze, die das Modell bereits umreißen, gibt es von Jean-Yves Desjardins seit den 1980er Jahren: »Der Ansatz Sexocorporel« (frz.: »L'approche sexocorporelle«, Desjardins, 1986) und »Integrativer Ansatz Sexocorporel« (frz.: »Approches intégrative et sexocorporelle«, Desjardins, 1996).

In dieser Einleitung umreißen wir knapp die Entstehung sowie die Grundlagen des Modells Sexocorporel und skizzieren den roten Faden, der sich über die folgenden Kapitel hinweg spannt. Dabei richtet sich der Sammelband als Informationsquelle an Studierende und als Nachschlagewerk an wissenschaftlich interessierte Fachleute. Zugleich adressiert er auch Interessierte, die mit Kindern, Jugendlichen und/oder Erwachsenen arbeiten und über ein Instrument verfügen wollen, das sie in ihrer beruflichen Arbeit unterstützt und die Persönlichkeit ihrer Klientel bereichert.

Das Modell Sexocorporel im Kontext der Sexualforschung

Jean-Yves Desjardins (1931–2011) hat am Département de sexologie de l'Université de Québec in Montréal geforscht und das Modell Sexocorporel entwickelt. Als er an der Universität Montréal als Professor und Sexologe Menschen in ihrer sexuellen Gesundheit und bei der Beantwortung ihrer Fragen begleitete, hörte er sich nicht nur ihre Anliegen und Probleme an, sondern erkannte, wie sich ihr Körper dabei bewegte, wie sich ihre Muskeln anspannten, in welchen Momenten sie sich entspannten und wie sie atmeten. Diese differenzierten Beobachtungen führten ihn dazu, in der Anamnese im Bereich der Gestaltung der Sexualität auch hinsichtlich des Körperlichen detailliertere Fragen zu stellen. Aus seinen Beobachtungen schlussfolgerte er, dass es einen Zusammenhang gibt zwischen der Art, wie Menschen ihren Körper in der Gestaltung der Sexualität einsetzen, und der Ausprägung der die Sexualität begleitenden emotionalen Empfindungen.

Diesem Phänomen widmete sich Desjardins in seinen wissenschaftlichen Untersuchungen sein Leben lang. Dabei stieß er auf Wirkfaktoren, die im Zusammenhang mit der körperlichen Steigerung der sexuellen Erregung das emotionale Empfinden beeinflussen können. Er griff damit

Fragen auf, denen sich bereits Sigmund Freud (1856–1939), Wilhelm Reich (1897–1957), William Howell Masters (1915–2001) und Virginia Johnson (1925–2013) gewidmet hatten. Alexander Lowen (1910–2008) wie auch John Pierrakos (1921–2001) lebten und forschten in derselben Zeitepoche wie Desjardins – ebenfalls im Bereich der Körperarbeit.

Jean-Yves Desjardins – eine kurze biografische Einordnung

Jean-Yves Desjardins wurde am 14. Juni 1931 geboren, als 13. Kind – vier weitere Geschwister kamen später noch hinzu. Seine Kindheit verbrachte er in Rimouski (Quebec, Kanada). Anfängliche Hürden in seiner schulischen Laufbahn meisterte er und setzte seine Bildungslaufbahn in der religiösen »Gemeinschaft der Väter des Heiligen Geistes« (Kirchengemeinde des Heiligen Geistes, Missionare der Spiritaner) fort. Neben dem Studium der Theologie (seit 1954) beschäftigte ihn die Philosophie (letztere im Zusatzstudium), 1957 legte er ein Doktorat in geistlicher Musik ab. Am 14. Juni 1959 wurde Desjardins im Seminar von Rimouski zum Priester geweiht.

Die Sicht der Kirche auf Sexualität hatte Desjardins bereits länger beschäftigt, zu ihrer deutlichen Ablehnung der »sexuellen Erregung«, die er gerade bei Männern als unhintergebar und »natürlich« ansah, stand er kritisch. Bereits 1960 referierte er zum Thema im kirchlichen Kontext – mit gemischten Reaktionen. Da ihn das Thema in größerem Maß interessierte, wendete er sich einem Studium der Psychologie zu, wobei er auch ein Praktikum am psychiatrischen Krankenhaus St-Jean-de-Dieu (Montreal, Kanada) absolvierte. Nach dem Studium gründete er 1964, gemeinsam mit Dr. Manouvrier, das private Institut für Sexologie und Familienstudien (ISEF) in Vankleek Hill (Ontario, Kanada). Er bot Bildungsveranstaltungen an und hatte eine psychologische Beratungspraxis.

Sein Priesteramt legte Desjardins 1967 ab – er hatte sich immer weiter von der Kirche entfernt. 1968 heiratete er die frühere Nonne Gislène, mit der er zwei Kinder hatte. Ab demselben Jahr erhielt er Gelegenheit, an der neu gegründeten Université du Québec à Montréal (UQAM) ein universitäres sexologisches Bildungsmodul zu etablieren. Desjardins war hier, neben Claude Crépault (*1945), einer der beiden berufenen Professoren. Gemeinsam entwickelten sie das Modell Sexocorporel. Aus ihren sexologischen Kursen etablierten beide einen anerkannten »Bachelor in sexolo-

gie« (seit 1978). Parallel promovierte Desjardins in Kriminologie (1970). Er veröffentlichte insbesondere seit den 1970er Jahren zahlreiche Schriften und war über Vortragsreisen sehr aktiv, seit 1986 auch in Europa. Crépault und Desjardins verfolgten mit der Zeit je unterschiedliche Ansätze bezüglich des Modells Sexocorporel. Crépault widmete seine Forschung der Sexoanalyse. Desjardins verließ 1988 die UQAM und wendete sich stärker französischen Kooperationen zu (mit der Ärztin und Sexologin Dr. Claude Roux-Deslandes). Hier wurde das Internationale Zentrum für Bildung und Forschung in Sexologie (CIFRES) bedeutsam, in dessen Kontext Desjardins seine Studiengänge bis 2009 fortsetzte. Desjardins hat zahlreiche Schüler*innen, die ihre Lehr- und Beratungstätigkeiten in seiner Tradition sehen, unter anderem seine Tochter Lise Desjardins. Zusammen mit verschiedenen Sexolog*innen, unter anderem Dominique Chatton, Esther Elisabeth Schütz und Peter Gehrig, gründete er 2004 das Institut Sexocorporel International Jean-Yves Desjardins (ISI). Während vieler Jahre bot er in Genf und andern Städten Europas Weiterbildungen nach dem Modell Sexocorporel an. Am 22. September 2011 starb Desjardins in Montreal (L. Desjardins, o. J.; ISI, 2023).

Theoretische Bezugnahmen Desjardins

Wenn auch teilweise kritisch, so stellt Desjardins zu einigen sexualwissenschaftlichen Theorien Bezüge her bzw. baut auf ihnen auf. Nachfolgend finden für sein Denken bedeutsame Sexualwissenschaftler*innen Beachtung, die sich in ihrer Forschung mit der Verbindung physiologischer Phänomene und begleitender Emotionen im Bereich der Sexualität des Menschen beschäftigten. Desjardins ist es als Erstem gelungen, die Wirkfaktoren begleitender Emotionen herauszuarbeiten, was ein wichtiger Bestandteil seines Modells ist.

Für *Sigmund Freud* betrifft Sexualität viele Bereiche, nicht nur den Geschlechtsakt. Das Unbewusste (das *Es*), unter anderem als Ursprung der Lust, hat dabei einen großen Stellenwert. Die von Freud Libido genannte »sexuelle Energie« ist in vielen Lebensbereichen als effiziente Motivationskraft wirksam; Freud versteht die Sexualität unter anderem als psychische Energie. Dem Menschen soll es gelingen, das Unbewusste für die Gestaltung der Realität, auch für die Gestaltung der Sexualität, in geeigneter Form dienlich zu machen. Er sagt, wo *Es* war,

solle *Ich* werden. Das *Ich* verortet Freud zum Teil körperlich. Mit seiner Forschung zeigte er unter anderem auf, wie es Menschen gelingen kann, ihre Sexualität derart zu erleben, dass sie zum Wohlbefinden beiträgt (Freud, 1905d).

Desjardins hat dieses Anliegen in expliziter Form aufgenommen. Mit seinem Modell stellt er die sexuelle Gesundheit eines Menschen ins Zentrum. Dazu gehören nebst der Funktionalität der Sexualorgane die sexuelle sowie emotionale Erregung und die damit einhergehende differenzierte Wahrnehmung. Letztere ermöglicht es, wie er in seinen Untersuchungen aufzeigt, ein Gefühl der Lust zu entwickeln sowie die Möglichkeit, in der sexuellen Erregung Empathie für sich und andere zu empfinden. Desjardins geht von einem sexuellen Erregungsreflex (Vasokongestion) aus, der die durch das vegetative, unwillkürliche Nervensystem gesteuerte sexuelle Erregung erst ermöglicht. Mit seinem Ansatz erforschte er auf direkte Weise den Zusammenhang zwischen der Erregungsfunktion und der Fähigkeit zum Genuss sexueller wie emotionaler Erregung.

Wilhelm Reich, ein ehemaliger Schüler von Sigmund Freud, forschte unter anderem im Bereich funktionalen und emotionalen Erlebens. Im Zentrum seiner Untersuchungen stand die Gesundheit im Allgemeinen, die er unter anderem mit der Durchlässigkeit des Körpers für »Lebensenergie« auch im Bereich der Erlebbarkeit der Sexualität fördern wollte. Ergänzend zur Theorie von Sigmund Freud zeigte er auf, wie Körperarbeit Denken und Erleben beeinflussen kann (Reich, 2019).

Den neuen Aspekt der Körperlichkeit in der Sexualität hat Desjardins systematisch untersucht. Er zeigt auf, wie relevant dabei die Wirkfaktoren der von ihm definierten drei Körpergesetze sind: Muskeltonus, Bewegungsraum und Bewegungsrhythmen. Dank der Modulation muskulärer Spannung durch Bewegung des Beckenraums wie der Schultern kommt es zu einer Durchlässigkeit sexueller wie emotionaler Erregung im Körper. Durch den Austausch und die Ausbreitung derselben wird die körperliche Wahrnehmung verstärkt, was das Erleben stark beeinflusst. Kognitive Anteile weichen dem Genuss des Augenblicks. Es wird ein Gleichgewicht hergestellt zwischen Selbstgewahrsein und Empathie für das Gegenüber. Diese Fähigkeit untersteht, wie er aufzeigt, differenzierten Lernschritten, die bereits in frühester Kindheit beginnen und lebenslang weiter ausgebaut werden können.

Etwa zeitgleich wie Wilhelm Reich befasste sich *Alfred Charles Kinsey*

(1894–1956) mit der Vielfalt sexueller Praktiken sowie sexuellen Erlebens. Mit seinen groß angelegten Studien konnte er nachweisen, dass viele Frauen und Männer ihre Sexualität und ihren sexuellen Austausch mit anderen teilweise nicht im Einklang mit damals gesellschaftlich vorherrschenden Normen gestalteten (Kinsey, 1954; 1955).

Im Modell Sexocorporel wird die Wirkung kognitiver Elemente, wie gesellschaftlicher Normen, konsequent einbezogen. Desjardins zeigt auf, welche Wirkung Wissen, Normen und Werte auf die Gestaltung und die Gestaltungsfreiheit der Sexualität haben. Er weist die Komplexität der Wirkung kognitiver Anteile und unter anderem gesellschaftlicher Normen als relevant aus. Dabei stehen in seiner Forschung die psychische Gesundheit wie die physische Gesundheit eines Menschen auch im Bereich der Sexualität im Zentrum und er stellt fest, wie sich kognitive Muster auf den Zugang zum eigenen Körper und im Speziellen zum Genital auswirken. Mit seinem Modell stellt Desjardins das Wohlfühlen im eigenen Körper in einen engen Zusammenhang mit dem Gefühl der Zugehörigkeit zum inneren vorhandenen sowie äußeren sichtbaren Genital als wichtigem Teil der Körperlichkeit in Bezug zur Sexualität. Dabei spielt in seinem Modell die Berührung, das Ertasten der Haut eine wichtige Rolle. Für das Wahrnehmen des Körpers und der Sexualorgane stellt er die Berührung als unabdingbar dar; durch sie und in der Wechselwirkung mit den Kognitionen kann sich das Selbstbild deutlich verändern und die sexuelle Gesundheit gefördert werden.

William Howell Masters und *Virginia Johnson* untersuchten im Labor die physiologischen Phänomene der sexuellen Erregung beim Menschen. Aus ihren Schriften geht hervor, dass sie unter anderem auf der Suche nach dem Widerspruch zwischen physiologischem Erleben und psychischem Erleben während der Steigerung der sexuellen Erregung waren. Allerdings erreichten sie dazu keine eindeutigen Forschungsergebnisse (Masters & Johnson, 1967).

Dieses zentrale Thema hat Desjardins in seinem Modell beschäftigt. Er erarbeitet einen Vorschlag dazu, wie der Widerspruch zwischen physiologischen Phänomenen und deren Erlebbarkeit erklärt werden kann. Er definiert drei Körpergesetze – Muskeltonus, Bewegungsraum, Bewegungsrhythmus –, mittels derer die sexuelle Erregung im Körper gesteigert werden kann. Er beschreibt, dass je nach Einsatz der von ihm definierten drei Körpergesetze die Wahrnehmung während der sexuellen Erregung beeinflusst wird. Damit kann er die sexuelle Wahrnehmung ebenfalls als

Kurve erfassen, welche die von Masters und Johnson aufgezeichnete physiologische Kurve begleitet.

Alexander Lowen, einem Schüler von Wilhelm Reich, gelang zusammen mit seiner Ehefrau *Leslie Lowen* der Durchbruch im Bereich der Körperarbeit im Sinne der Selbstwahrnehmung über Bewegung und Atmung. Sie begründeten zusammen mit *John Pierrakos* die bioenergetische Analyse und Therapie und erlangten im angewandten Bereich der Sexologie mit ihren erfahrungsbasierten Erkenntnissen öffentliche Anerkennung (Lowen, 1976).

Desjardins hat die Wirkung von Körperarbeit im Bereich der sexuellen Erregung untersucht. Wie Lowen geht er davon aus, dass diese eine Wirkung sowohl auf die Befindlichkeit, das Wohlergehen als auch auf die Handlungen allgemein im Leben hat. Auf dieser Basis zeigt Desjardins die Wirkung der Körperarbeit als Ressource im Bereich der sexuellen Erregungssteigerung auf. Zudem erkennt er die Bedeutung der Körperarbeit unter anderem bezüglich der sexuellen Selbstsicherheit wie der Verführungskompetenzen. Elemente aus der Bioenergetik sind in seine Forschung eingeflossen.

Das Modell Sexocorporel im Überblick

Jean-Yves Desjardins definiert im Modell Sexocorporel 15 Komponenten, die er in vier Ebenen unterteilt. Diese vier Ebenen sind wiederum in der Persönlichkeit miteinander zu einem Ganzen verbunden. Die betreffende Person ist darüber hinaus in ein bestimmtes kulturelles Umfeld eingebettet; Sexualität findet immer im Kontext gesellschaftlicher Kodifizierungen statt.

Diese an der Sexualität beteiligten Komponenten sind Teil der menschlichen Sexualentwicklung. Sie entwickeln sich über persönliche und soziale Lernprozesse.

Die Unterteilung des letztlich Untrennbaren – der menschlichen Person – in Komponenten ermöglicht differenzierte Arbeitshypothesen. Sexocorporel gruppiert die Komponenten in *vier* Kategorien (vgl. Abb. 1).

Das Modell bezieht gesellschaftliche wie kulturelle Faktoren nicht direkt mit ein. Dies sind gemäß Desjardins »indirekte Kausalitäten« bezüglich der Gestaltung und der Erlebbarkeit der Sexualität eines Menschen.

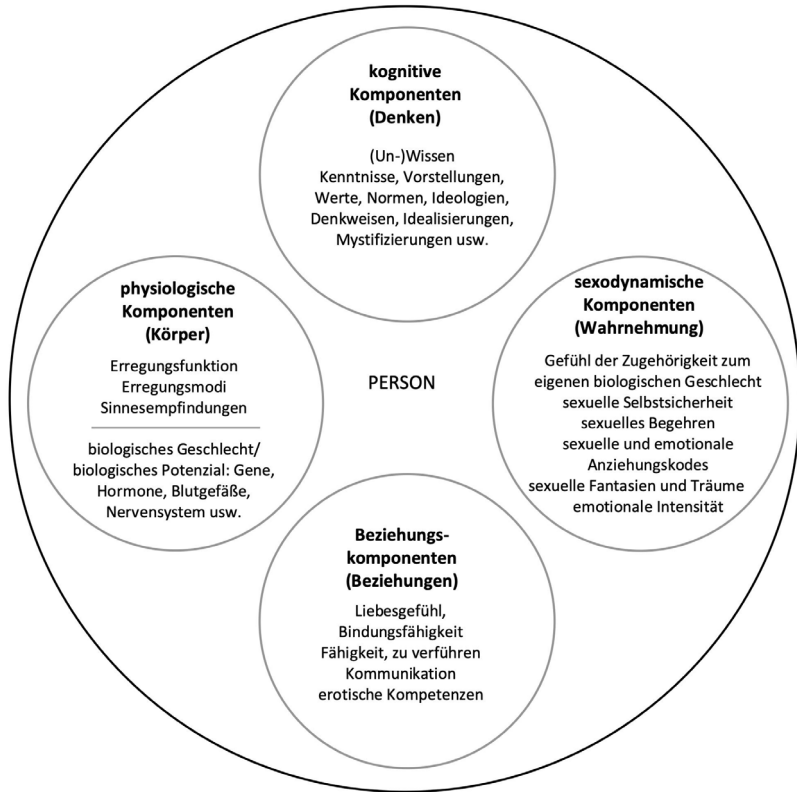


Abb. 1: Überblick über die Komponenten nach Sexocorporel

Zentrale Aspekte des Modells Sexocorporel

Desjardins zeigte in seinen Forschungsergebnissen auf, dass die physiologische Kurve und die Kurve der Wahrnehmung sexueller Erregung nicht immer parallel verlaufen. Und er konnte mit seinem Modell darlegen, welche Wirkfaktoren die Kurve der Wahrnehmung und der entsprechend ausgelösten Emotionen beeinflussen. Auf Basis detaillierter klinischer Befragungen folgerte er, dass Menschen den Bewegungsraum, den Bewegungsrhythmus und den Muskeltonus – er nannte sie die drei Körpergesetze – unterschiedlich einsetzen, um zu einer sexuellen Entladung zu gelangen. Dabei hat er

nachgewiesen, wie die körperliche Spannung die Erlebarkeit sexueller und emotionaler Erregung beeinflussen kann und wie es über Körperbewegung zur Öffnung des Atemraums kommt und damit eine Diffusion im Körper sowohl der sexuellen als auch der emotionalen Erregung möglich wird.

Mit diesem Nachweis eröffnete er als Sexualwissenschaftler eine neue Dimension des Verstehens der Gestaltbarkeit menschlicher Sexualität, ausgehend vom sexuellen Erregungsreflex. Jean-Yves Desjardins beschrieb dem Körper immanente spezifische Bewegungen, welche die Diffusion sexueller Erregung in weitere Bereiche des Körpers fördern: die Vor- und Rückwärtsbewegung des Beckens und die dadurch über die Wirbelsäule aktivierte Bewegung der Schultern und des Nackens – die sogenannte doppelte Schaukel. Sie beeinflusst das sexuelle Erleben und die Möglichkeit des Empfindens sexueller Lust direkt. Damit konnte er nachweisen, wie der veränderte Einsatz der drei Körpergesetze Emotionen, Gedanken und Handeln beeinflusst.

In der Folge zeigte er mit seinem Modell auf, welche konkreten Lernmöglichkeiten Menschen im Bereich der Gestaltung ihrer sexuellen Erlebarkeit haben – und wie sich dadurch unter anderem sexuelle Störungen, wie vorzeitiger Samenerguss, erektile Dysfunktion, Vaginismus, Unlust usw., beheben lassen.

In seinen Untersuchungen führt Jean-Yves Desjardins aus, wie die Steigerung sexueller Erregung, auf der Basis des sexuellen Erregungsreflexes bis hin zur Entladung, bereits im frühkindlichen Stadium unbewusst antrainiert wird und wie sich die Gestaltung und die Erlebarkeit der Sexualität lebenslang entwickeln bzw. verändern lassen. Dabei haben sowohl körperliche Phänomene als auch Normen, Beziehungsaspekte und die Komponenten des inneren Erlebens – von Desjardins *sexodynamische* genannt – eines Menschen eine Wirkung auf dessen gesamte Sexualität. Wird ein Einflussfaktor dieser Elemente verändert, modifiziert sich das gesamte System.

Eindrucklich geht aus seinem Modell hervor, wie der Mensch seine persönliche Sexualität in der Selbstbefriedigung derart gestalten kann, dass sie den Reichtum an Sinneswahrnehmung auf allen Ebenen aktiviert, und wie die Durchlässigkeit im Körper sexuelle Lust auf hohem Niveau auch in der Selbstbefriedigung erlebbar macht. Diese erlernten Fähigkeiten werden im sexuellen Austausch mit einem Gegenüber aktiv und beeinflussen die Qualität des sexuellen Erlebens zwischen zwei Menschen. Liebe und Sexualität im eigenen Körper miteinander zu verbinden, fördert zudem die sexuelle Autonomie.