

Hochschule Merseburg
ISP Zürich
Masterstudiengang in Sexologie

Spielend verführen

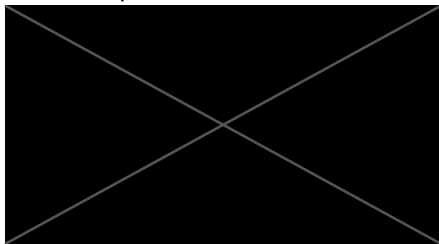
Entwicklung eines Spielkonzepts zur Förderung und Erhaltung von sexuellem Begehren und Verführungs Kompetenzen als Erweiterung der Kommunikation in Partnerschaften mit Fokus auf Langzeitbeziehungen

Masterarbeit

Leistungsnachweis Modul 7

Vorgelegt von:

Dominique Tanner



Eingereicht am: 12.07.2025

Erstbetreuer: Heinz Jufer

Zweitbetreuerin: Maika Böhm

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung	1
1.1 Relevanz der Arbeit	1
1.2 Problemstellung	2
1.3 Zielsetzung und Leitfragen	2
1.4 Wissenschaftliches Vorgehen	3
1.5 Aufbau der Arbeit	3
2. Forschungsethik	4
3. Methodik	5
3.1 Sprachliche Gestaltung und Umgang mit Geschlecht	5
3.3 Teilnahmekriterien und Stichprobenbeschreibung	6
3.4 Umgang mit erstellten Materialien	8
3.5 Zeitlicher und inhaltlicher Ablauf der Spielkonzeption und Datenerhebung	9
3.6 Interviews und Fragebogen	11
3.7 Nutzung von Künstlicher Intelligenz	13
4. Theoretischer Hintergrund	13
Teil 1: Das Spiel	14
4.1 Definition und Merkmale des Spiels	14
4.2 Historische Entwicklung des Spiels	15
4.3 Bedeutung und Funktion des Spielens	15
4.4 Entwicklung durch das Spielen	17
4.5 Spielen als Erwachsener	19
4.6 Spielpersönlichkeiten nach Brown	20
4.7 Implikationen für die Entwicklung des Spielkonzepts	20
Teil 2: Begehren, Bedürfnisse und Beziehung: Zur Dynamik von Wahrnehmung, Kommunikation und Verführung	21
4.8 Das Begehren und seine Bedeutung	21
4.9 Die Bedeutung von Wünschen und Bedürfnissen	24
4.10 Kommunikation in Paarbeziehungen– Modelle, Muster und Bedeutung	30
4.10.1 Verbale Kommunikation	31
4.10.2 Nonverbale Kommunikation	31
4.10.3 Paraverbale Kommunikation	31
4.10.4 Modelle der Kommunikation	32
4.10.5 Kommunikationsmuster	34
4.10.6 Einfluss der Kommunikation auf die sexuelle Zufriedenheit	37
4.11 Verführung – Definition und Voraussetzung	38

4.12	Verführung im Kontext der sozialen Rolle	40
5.	Entwicklung des Spiels	41
5.2	Von der Grundidee zum Spielkonzept	44
5.2.1	Spielidee und Ablauf	44
5.2.2	Sprachwahl der Spielkarten	45
6.	Darstellung der Ergebnisse (Auswertung)	45
6.1	Kategorisierung der erhobenen Inhalte	45
6.2	Auswertung der Kategorien	48
6.3	Spielgestaltung der Paare	61
7.	Diskussion	62
7.1	Beantwortung der Leitfragen	62
7.2	Interpretation weiterer Ergebnisse	73
7.2.1	Reflexion eines Spannungsfeldes	73
7.2.2	Erkenntnisse der Paare im Spielprozess	74
7.3	Limitationen und methodische Reflexion	75
8.	Fazit und Ausblick	76
9.	Persönliches Schlusswort	78
	Literaturverzeichnis	79
	Spielverzeichnis	81
	Anhang	83
	Anhang 1: Selbstständigkeitserklärung	83
	Anhang 2: Einverständniserklärung der Teilnehmenden	84
	Anhang 3: Interviewleitfaden	87
	Anhang 4: Fragebogen	102
	Anhang 5: Transkriptionsregeln	103
	Anhang 6: Transkripte	103
	Anhang 7: Tabellarische Auswertung nach Mayring	105
	Anhang 8: Spielmaterial – Spielkarten	106
	Anhang 9: Spielmaterial – Spielanleitung	107
	Anhang 10: Spielmaterial – Zusatzbriefe	107
	Anhang 11: Informationsschreiben an die Teilnehmenden	107

1. Einleitung

In der geplanten Masterarbeit wird untersucht, inwiefern es Paaren in Langzeitbeziehungen gelingen kann, mit spezifischen Spielen ihre Verführungs Kompetenzen und ihr sexuelles Begehren zu fördern und zu erhalten. Ein historischer Exkurs zeigt auf, welche Bedeutung Spielen für Menschen haben kann. Auf der Basis von Theorien zu Begehren, Verführung und Paarkommunikation wird ein Spielkonzept entwickelt. Daraus abgeleitete Spielelemente werden in der Praxis mit Paaren erprobt. Die mögliche Wirkung des Spieleinsatzes wird qualitativ erforscht und ausgewertet.

1.1 Relevanz der Arbeit

In Langzeitbeziehungen nimmt das sexuelle Begehren häufig ab, was sowohl die Beziehungsqualität als auch das individuelle Wohlbefinden beeinträchtigen kann. Um diesem Phänomen entgegenzuwirken, widmet sich diese Masterarbeit der Entwicklung eines Spielkonzepts, das Paaren hilft, Verführungs Kompetenzen und gegenseitiges Begehren spielerisch zu stärken. Ziel ist es, eine Verbindung zwischen theoretischem Wissen über Begehren, Kommunikation, Verführung und spieltheoretischen Ansätzen herzustellen, um ein Konzept zu schaffen, das Paaren Freude bereitet und ihre (sexuelle) Beziehung bereichert.

Das sexuelle Begehren, die Verführung und die Paarkommunikation sind zentrale Elemente des Modells Sexocorporel, das die sexuelle Gesundheit aus einer ganzheitlichen Perspektive betrachtet und für therapeutische Zwecke eingesetzt wird. Dieses Modell bietet eine klare Definition der einzelnen Komponenten, um mehr Klarheit in das sexologische Vokabular zu bringen (Voss & Stumpe, 2024, S. 41). Insbesondere spielen die Verführung, die Kommunikation und das Begehren eine bedeutende Rolle in der sexodynamischen sowie der Beziehungskomponente dieses Modells.

Ein weiterer jedoch praktischer Bezugspunkt ist der Ansatz von Gary Chapman zu den fünf Sprachen der Liebe, der die Bedeutung individueller Ausdrucksweisen von Zuneigung und Verlangen betont. Zudem liefern die Werke "Wild Life" und "Was Liebe braucht" von Esther Perel wertvolle Erkenntnisse über die Dynamik von Erotik und Begehren in langfristigen Beziehungen.

Bei der Entwicklung des Spiels werden verschiedene wissenschaftliche Ansätze aus dem Bereich des Spieldesigns herangezogen. Insbesondere wird ein sogenanntes Regelspiel entwickelt, das nach Oerter das Merkmal des Selbstzwecks verfolgt.

Der Fokus dieser Masterarbeit liegt darauf, spielerisch eine Grundlage für Verführung und Kommunikation in der Beziehung zu schaffen. Dabei ist es essenziell, nicht nur persönliche Vorlieben, sondern auch die Bedürfnisse des Partners wahrzunehmen und darauf einzugehen. Das entwickelte Spiel soll Paaren die Möglichkeit bieten, ihre Beziehungsdynamik bewusst zu erforschen, neue zu entdecken und die erotische Spannung langfristig zu erhalten.

1.2 Problemstellung

Die Fähigkeit, eigene Wünsche und Bedürfnisse wahrzunehmen und in einer Beziehung offen zu kommunizieren, ist eine zentrale Voraussetzung für Zufriedenheit, Verbundenheit und das Gelingen partnerschaftlicher Beziehungen. Sie beeinflusst zahlreiche Lebensbereiche eines Paares – nicht zuletzt das sexuelle Begehren.

Häufig jedoch fehlen passende sprachliche Zugänge, um Beziehungs- und insbesondere sexuelle Wünsche klar auszudrücken. Dies kann zu Missverständnissen, Frustration und einem Verlust an sexueller Lebendigkeit führen.

Obwohl bereits verschiedene therapeutische Ansätze zur Förderung sexueller Kommunikation existieren, mangelt es an alltagsnahen, niederschweligen Methoden, die Paare auf spielerische Weise dazu einladen, sich über ihre Beziehungs- sowie sexuellen Wünsche auszutauschen.

An dieser Stelle setzt die vorliegende Arbeit an: Sie untersucht, inwiefern ein theoriegestützter, spielerischer Zugang dazu beitragen kann, die Paarkommunikation zu fördern und das sexuelle Begehren zu stärken.

1.3 Zielsetzung und Leitfragen

Nachfolgende Arbeit befasst sich mit folgenden Leitfragen, um die Thematik der Paarkommunikation, der Verführung und der Spielentwicklung sowie der Erprobung und Evaluierung dessen Teilelemente zu verfolgen:

- Warum spielen Menschen, und welche Bedeutung hat das Spiel in zwischenmenschlichen Beziehungen?
- Welche Aspekte des Wissens über die historische Entwicklung des Spiels können in die moderne Spielkonzeption integriert werden?
- Welche Bedeutung hat die Paarkommunikation im Zusammenhang mit dem sexuellen Begehren und den Verführungscompetenzen nach Sexocorporel und wie können diese Erkenntnisse in die Entwicklung eines Spiels integriert werden?
- Welche Theorien unterstützen die Entwicklung eines Spiels, welches das sexuelle Begehren und die Verführungscompetenzen fördert?
- Welche Spiele gibt es aktuell auf dem Markt, welche die Paarkommunikation und/oder die Verführung betreffen, und welche konkreten Ziele verfolgen diese?
- Wie können Theorien zum sexuellen Begehren und zur Verführung als Erweiterung der Kommunikation unter dem Aspekt des Rollenkonzepts in ein Spiel integriert werden?
- Wie erleben Paare die Wirkung eines solchen Spiels bezüglich Kommunikation, Begehren und Verführung?

Die Einbettung der Leitfragen wird im nachfolgenden Kapitel «Wissenschaftliches Vorgehen» genauer beleuchtet.

1.4 Wissenschaftliches Vorgehen

Für diese Arbeit wird eine umfassende Literaturrecherche durchgeführt, die analoge und digitale Fachquellen einbezieht. Aufbauend auf den theoretischen Erkenntnissen werden erste spielerische Elemente entwickelt, die Paaren einen niederschweligen Zugang zur Kommunikation über ihre Wünsche und Bedürfnisse in der Beziehung ermöglichen und das gegenseitige Begehren fördern sollen. Das Spiel wird im Anschluss in einem kleinen Rahmen getestet. Die Rückmeldungen werden mittels qualitativer Interviews und eines Fragebogens erhoben und ausgewertet. Ergänzend fließen praxisnahe Quellen sowie Marktanalysen bestehender Spiele ein.

1.5 Aufbau der Arbeit

Die vorliegende Arbeit gliedert sich in mehrere thematisch und methodisch aufeinander aufbauende Abschnitte. Zu Beginn erfolgt eine umfassende Literaturrecherche, die in zwei thematische Fachgebiete unterteilt ist.

Der erste Teil widmet sich dem Thema «Spiel und Spielen». Ziel dieses Abschnitts ist es, folgende Leitfragen zu beantworten:

- Warum spielen Menschen, und welche Bedeutung hatte und hat das Spiel in zwischenmenschlichen Beziehungen?
- Welche Aspekte des Wissens über die historische Entwicklung des Spiels können in die moderne Spielkonzeption integriert werden?

Der zweite Teil der Literaturrecherche befasst sich mit Themen rund um Begehren, Wünsche, Bedürfnisse, Kommunikation, Verführung sowie dem Verständnis von Rollen. Dabei stehen folgende Fragestellungen im Zentrum:

- Welche Bedeutung hat die Paarkommunikation im Zusammenhang mit dem sexuellen Begehren und den Verführungskompetenzen nach dem Modell Sexocorporel, und wie können diese Erkenntnisse in die Entwicklung eines Spiels integriert werden?
- Welche Theorien unterstützen die Entwicklung eines Spiels, das sexuelles Begehren und Verführungskompetenzen fördert?
- Wie können Theorien zum sexuellen Begehren und zur Verführung als Erweiterung der Kommunikation unter dem Aspekt des Rollenkonzepts in ein Spiel integriert werden?

Anschliessend wird der Prozess der Entwicklung erster Spielelemente beschrieben. In die Spielkonzeption fließt auch eine Analyse aktueller Spiele am Markt ein, die sich mit Paarkommunikation und/oder Verführung befassen. Dabei wird untersucht, welche Ziele diese Spiele verfolgen und inwiefern sie als Orientierung für die eigene Entwicklung dienen können.

Darauf aufbauend wird das entwickelte Spiel in einem kleinen empirischen Rahmen getestet. Die Erhebung erfolgt durch qualitative Interviews mit zwei Paaren sowie durch einen Fragebogen mit einem dritten Paar. Ziel ist es, erste Rückmeldungen zur Wirkung des Spiels in Bezug auf Kommunikation, Begehren und Verführung zu erhalten.

Am Ende der Arbeit werden sämtliche gewonnenen Erkenntnisse zusammengeführt und reflektiert. Aufgrund des Umfangs der erhobenen Daten sowie der qualitativen Auswertung nach Mayring wird der Anhang in zwei Teile gegliedert: Der erste Teil enthält alle für die Arbeit zentralen Inhalte, während der zweite Teil ergänzende, sekundäre Materialien zur Einsicht bereitstellt.

2. Forschungsethik

Im sexologischen Kontext ist es besonders wichtig, die Würde und Rechte der Teilnehmenden zu schützen. Daher wurde bei der Durchführung dieser Studie grosser Wert auf ethische Prinzipien gelegt. Im Folgenden werden die zentralen forschungsethischen Aspekte der Arbeit dargestellt.

Die Teilnahme an der Studie erfolgte ausschliesslich freiwillig. Alle Teilnehmenden wurden sowohl schriftlich als auch mündlich umfassend über die Bedingungen der Teilnahme informiert. Dazu zählten Informationen über den Zweck und Nutzen der Studie, die geplante Verwendung der Daten sowie ihre Rechte als Teilnehmende. Die Aufklärung erfolgte durch eine schriftliche Einwilligungserklärung sowie durch ein persönliches Gespräch vor der Abgabe des Fragebogens und vor Beginn der Interviews.

Den Teilnehmenden wurde ausdrücklich mitgeteilt, dass sie ihre Teilnahme jederzeit und ohne Angabe von Gründen abbrechen können – sowohl vor als auch nach den Interviews. Dieses Widerrufsrecht war ein zentraler Bestandteil der ethischen Absicherung der Studie.

Alle Teilnehmenden wurden über die Anonymisierung ihrer Daten aufgeklärt. Die Erhebung, Speicherung und Auswertung der Daten erfolgten so, dass keine Rückschlüsse auf die Identität der Personen durch Dritte möglich sind. Personen, die nicht an der Durchführung der Arbeit beteiligt waren, haben keinen Zugang zu den personenbezogenen Informationen.

Die Einwilligungserklärung umfasste auch das Einverständnis zur akustischen Aufzeichnung der Gespräche sowie deren Transkription mithilfe einer KI-basierten Software. Für die Transkription wurde ein Dienstleister ausgewählt, der sich dem Schutz personenbezogener Daten verpflichtet hat.

Als Teilnahmevoraussetzung galt ein Mindestalter von 30 Jahren. Damit war sichergestellt, dass alle Teilnehmenden volljährig und urteilsfähig waren. Die Mündigkeit der Teilnehmenden wurde vorausgesetzt und im Gespräch sichergestellt.

Die aufgezeichneten Inhalte wurden auf einem USB-Stick gespeichert und ausschliesslich zur Auswertung im Rahmen dieser Masterarbeit verwendet. Nach Abschluss und Abnahme der Arbeit werden sämtliche Daten vernichtet.

Für die Teilnahme an der Studie wurden keine finanziellen oder materiellen Anreize gesetzt. Die Motivation zur Mitwirkung basierte auf der Freude und Neugierde am gemeinsamen Spiel und der Bereitschaft zur Reflexion über die Paarbeziehung.

Im Rahmen der Forschungsethik wurde ebenfalls Wert darauf gelegt, die Teilnehmenden über den potenziell intervenierenden Charakter des Interviews aufzuklären. In der Einwilligungserklärung wurde explizit festgehalten, dass das Interview nicht nur der Datenerhebung dient, sondern auch als Intervention verstanden werden kann. Dies wurde den Teilnehmenden im Vorfeld erläutert: Jede Frage, die zur Selbstreflexion anregt, kann emotionale Prozesse in Gang setzen und somit über den Moment des Gesprächs hinaus Wirkung entfalten.

Um sicherzustellen, dass die Teilnehmenden mit möglichen inneren Bewegungen oder Fragen nicht allein bleiben, wurde ihnen angeboten, im Anschluss bei Bedarf ein Nachgespräch zu führen. Ein Paar nahm dieses Angebot wahr und äusserte den Wunsch, die Interviewinhalte und daraus entstandene Erkenntnisse vertiefend zu besprechen. Diesem Wunsch wurde entsprochen – ausserhalb des formalen Rahmens der Masterarbeit, im beidseitigen, einvernehmlichen Einverständnis. Auf diese Weise wurde gewährleistet, dass die Teilnehmenden auch nach Abschluss der Erhebung nicht mit den Folgen der Intervention allein gelassen wurden, sondern in einem geschützten Rahmen eine Reflexion und Einordnung möglich war.

3. Methodik

Die vorliegende Arbeit verfolgt ein explorativ gemischtes Forschungsdesign, um Zusammenhänge zwischen theoretischen Erkenntnissen und der Anwendbarkeit eines entwickelten Spiels systematisch und praxisnah zu untersuchen. Zur Beantwortung der Forschungsfrage wurden unterschiedliche theoretische Zugänge rund um die Themen Spiel, Kommunikation, Begehren und Verführung recherchiert.

Nach der Konzeption und Erprobung der Spielelemente kam ein halbstrukturiertes Leitfadeninterview zum Einsatz, auf dessen Grundlage ein Fragebogen mit gemischten Fragetypen entwickelt wurde. Dieser kombiniert Likert-Skalen mit offenen Antwortmöglichkeiten, um sowohl quantitative als auch qualitative Eindrücke der Teilnehmenden zu erfassen. Da der Fragebogen lediglich von einem Paar – also zwei Personen – ausgefüllt wurde, erfolgte die Auswertung deskriptiv, wobei offene Antworten zusätzlich kategorisiert wurden.

Dieses kombinierte methodische Vorgehen erlaubt es, sowohl theoretisch fundierte als auch praktisch erprobte Erkenntnisse zu generieren und erste Aussagen über das Potenzial eines solchen Spiels zur Förderung von Paarkommunikation und Verführungs Kompetenzen zu treffen. Das Interview dient dabei dazu, einen Einblick in das subjektive Erleben der Teilnehmenden zu erhalten. Der Fragebogen verfolgt denselben Zweck, wurde darüber hinaus jedoch auch eingesetzt, um den zeitlichen Aufwand für die Erhebung in einem überschaubaren Rahmen zu halten.

3.1 Sprachliche Gestaltung und Umgang mit Geschlecht

In dieser Arbeit wird aus Gründen der Lesbarkeit auf eine genderdifferenzierte Sprache verzichtet. Wo möglich, wurde eine neutrale Formulierung gewählt. In den meisten Teilen der Arbeit orientiert sich die Sprache am grammatikalischen Geschlecht, das den jeweiligen Personen laut Quellenlage oder im Rahmen der Datenerhebung zugewiesen wurde.

Eine Ausnahme bildet die Beschreibung der von mir entwickelten Spielelemente. Um eine inklusive Ansprache aller Geschlechter zu ermöglichen, wird dort eine gendersensible Sprache verwendet. Die **Rollen «Verführer*in»** und **«Geniesser*in»** sind bewusst so benannt, dass sie unabhängig vom Geschlecht spielbar und identifizierbar sind.

3.2 Recherche

Für die Erstellung dieser Arbeit wurde eine umfassende Literaturrecherche durchgeführt. Diese erfolgte sowohl in der Stadtbibliothek Aarau als auch in der Bibliothek Zürich. Zur Orientierung im Forschungsfeld wurden erste Informationen über Google, Google Scholar sowie über die KI-gestützten Tools ChatGPT und Perplexity eingeholt, welche Vorschläge für relevante Artikel, Webseiten und Bücher lieferten. Sämtliche KI-Vorschläge wurden hinsichtlich Relevanz und Quellenverlässlichkeit geprüft.

Ergänzend wurden digitale Mediotheken und Online-Datenbanken wie die Online-Mediothek der Hochschule Merseburg genutzt, um Zugang zu Fachbüchern, wissenschaftlichen Studien und Artikeln zu erhalten. Neben wissenschaftlicher Literatur wurden auch praxisorientierte und populärwissenschaftliche Quellen berücksichtigt. Diese dienten insbesondere der Analyse bestehender Spiele und der Erarbeitung praxisnaher Umsetzungsstrategien für Verführung und Kommunikation.

3.3 Teilnahmekriterien und Stichprobenbeschreibung

Die Teilnehmenden für den Prototypentest wurden durch eine gezielte Ausschreibung sowie durch persönliche Ansprache im privaten und beruflichen Umfeld rekrutiert. Die Ausschreibung erfolgte schriftlich und richtete sich an Paare, die bereit waren, ein spielbasiertes Kommunikationsinstrument im Rahmen einer explorativen Untersuchung auszuprobieren. Darüber hinaus wurde der Prototyp im näheren Umfeld vorgestellt, wobei auf freiwilliger Basis interessierte Paare zur Teilnahme eingeladen wurden.

Die teilnehmenden Paare wurden auf Basis folgender Kriterien ausgewählt: Es sollten heterosexuelle Langzeitpaare sein, die mindestens fünf Jahre in einer Beziehung leben und zwischen 30 und 45 Jahren alt sind. Die Interviews wurden mit zwei Paaren einzeln durchgeführt, um persönliche Eindrücke unabhängig voneinander zu erfassen. Ein drittes Paar erhielt den Fragebogen.

Die Teilnahme erfolgte freiwillig und sie wurden vorab über den Rahmen der Arbeit und deren Nutzen informiert. Einige Wochen vor dem Erhalt des Spielprototyps erhielten sie die Möglichkeit, eine Einverständniserklärung einzusehen, in der Informationen zu Inhalt, Datenschutz, Freiwilligkeit und Anonymität enthalten sind. Diese Erklärung wurde vor dem Interview bzw. vor dem Ausfüllen des Fragebogens unterschrieben. Es wurde ausdrücklich darauf hingewiesen, dass die Teilnahme jederzeit ohne Angabe von Gründen abgebrochen werden kann.

Die Anonymität der Teilnehmenden wird durch ein Kodierungssystem sichergestellt: So steht „P1-A“ beispielsweise für die erste Person aus Paar 1, „P2-B“ für die zweite Person aus Paar 2 usw.

Im Folgenden werden die teilnehmenden Paare beschrieben, die den Prototyp des Spiels erhalten und getestet haben. Die Übersicht umfasst relevante demografische und beziehungsbezogene Merkmale, die für die spätere Auswertung von Bedeutung sein werden. Die jeweiligen Paare werden anonymisiert als P1, P2 und P3 dargestellt. Die einzelnen Personen jeweils als A oder B. Hier ist die erste Person des ersten Paares als P1-A beschrieben und die zweite Person des ersten Paares als P1-B. Als Orientierungshilfe ist die Person A in dieser Untersuchung stets die weibliche Person und die Person B

die männliche. Diese anonymisierte Form wird insbesondere in der Ausarbeitung der Interviews von Relevanz sein.

Überblick über die Teilnehmenden

Kennzeichnung	Geschlecht	Alter	Wohnregion	Sex. Orientierung	Bez. Dauer	Beziehungsform	Wohnsituation aktuell	Anzahl Kinder
P1-A	W	31	Aarau	Heteros.	11 Jahre	Offene Beziehung	Getrennt lebend	Keine Kinder
P1-B	M	30	Suhr	Heteros.				
P2-A	W	36	Boniswil	Heteros.	5 Jahre	Hauptsächlich monogam mit gelegentlicher Öffnung	Führen einen gemeinsamen Haushalt, seit 2 Jahren	4
P2-B	M	31	Boniswil	Heteros.				
P3-A	W	32	Küttigen	Heteros.	5 Jahre	Leben in einer überwiegend monogamen Beziehung mit einzelnen Öffnungs- schritten	Führen einen gemeinsamen Haushalt seit 3 Jahren	Keine Kinder
P3-B	M	41	Küttigen	Heteros.				

Tabelle 1: Überblick über die Teilnehmenden

Paar 1 führt seit elf Jahren eine Beziehung, die für etwa ein Jahr unterbrochen war. Seit zwei Jahren leben sie in einer offenen Beziehungsform. Die Beziehung zwischen P1-A und P1-B ist die Hauptbeziehung. P1-A befindet sich seit Beginn der Öffnung in einer konstanten sexuellen Beziehung mit einer männlichen Person. P1-B war etwa ein Jahr lang ebenfalls sexuell mit einer weiteren Person verbunden, lebt jedoch aktuell ausschliesslich in der Hauptbeziehung. Beide wohnen in getrennten Wohngemeinschaften. Bis vor einem halben Jahr lebten sie gemeinsam in der WG von P1-A. Das bewusste Auseinanderziehen sollte ihnen helfen, sich wieder bewusster zu begegnen und sich gezielt Zeit füreinander zu nehmen – etwas, das im gemeinsamen Alltag unterzugehen drohte. Zudem empfinden sie das getrennte Wohnen als hilfreich im Umgang mit der offenen Beziehung, da so auch intime Begegnungen mit anderen Beziehungspartnerinnen zu Hause möglich sind, ohne die

Hauptpartner*in

zu

stören.

P1A arbeitet zu 60 % in einem Schichtjob und ist festangestellt, während P1-B teils angestellt und teils selbstständig erwerbend tätig ist.

Paar 2 ist seit fünf Jahren in einer Beziehung und lebt seit zwei Jahren gemeinsam in einem Haushalt, in dem auch die vier Kinder von P2A sowie der Ehemann von P2A wohnen. Dieser erlitt vor sieben Jahren einen Hirnschlag und ist seither pflegebedürftig. Die Betreuung erfolgt zuhause durch P2A. Zwischen P2A und ihrem Ehemann besteht mittlerweile keine emotionale Bindung mehr, weshalb sie sich entschied, sich erneut auf eine partnerschaftliche Beziehung einzulassen. Die Beziehung zwischen P2A und P2B ist mehrheitlich monogam, jedoch können sich beide eine einvernehmliche, temporäre Öffnung vorstellen, bei der beide Partner*innen involviert oder einbezogen sind.

P2A ist für die Versorgung der Kinder und des Haushalts zuständig und zudem zu 100 % mit der Betreuung ihres Ehemannes beschäftigt. P2B arbeitet in einem Bürojob mit einem 80-%-Pensum, geregelten Arbeitszeiten und gelegentlichen Picketdiensten.

Paar 3 ist seit fünf Jahren in einer Beziehung. Bis vor Kurzem lebten beide in einer monogamen Partnerschaft, aktuell befindet sich die Beziehung in einem Prozess der leichten Öffnung. P3A lebt weiterhin in einer geschlossenen Form, während P3B mit Einwilligung von P3A Kontakte zu anderen weiblichen Personen pflegt. Dabei gelten klare Absprachen: Körperliche Nähe und Kuschneln sind erlaubt, penetrativer Sex sowie Küssen sind ausgeschlossen.

Beruflich arbeitet P3A zu 80 % in einem Bürojob und absolviert parallel eine dreijährige Ausbildung. P3B ist in einer 100% Festanstellung mit Schichtarbeit tätig.

3.4 Umgang mit erstellten Materialien

Das gesamte zusätzliche Material zu dieser Arbeit ist im Anhang umfassend dokumentiert. Aufgrund der grossen Datenmenge sind nur die wichtigsten Dokumente direkt im Anhang zu finden. Alle weiteren Unterlagen, einschliesslich der vollständigen Transkripte, wurden digital bei der Hochschule Merseburg zur Verfügung gestellt.

Im ersten Anhang, anliegend an der Hauptarbeit, sind unter anderem die Einwilligungserklärungen, der Interviewleitfaden sowie beispielhafte Kodierleitfäden zu finden, die zur Nachvollziehbarkeit der Forschungsmethodik dienen. Digital eingereicht wurden die kompletten Interviewtranskripte, die tabellarische Kategorisierung der Interviews nach der Methode von Mayring, Beispiele für die verwendeten Spielkarten im Forschungsprozess, die zusätzlichen Briefe des Spiels sowie der Informationsbrief für die Teilnehmenden und die Spielanleitung.

3.5 Zeitlicher und inhaltlicher Ablauf der Spielkonzeption und Datenerhebung

Dieses Kapitel beschreibt den detaillierten Ablauf der Studie von der Kontaktaufnahme mit den Probanden bis zum Abschluss der Datenerhebung.

Handlung	Zeitlicher Rahmen	Beschreibung
Erste Kontaktaufnahme	P1: Im Januar 2025, nach definitiver Festlegung der inhaltlichen Ausrichtung der Arbeit.	P1-A wurde von mir persönlich auf die Masterarbeit und das Testverfahren angesprochen. Diese übermittelte die Überlegung an P1-B. Nach einer gemeinsamen Absprache, entschieden sie sich teilzunehmen. Die definitive Zusage erhielt ich von P1-A anfangs März 2025 via Whatsapp.
	P2: Im Januar 2025, nach definitiver Festlegung der inhaltlichen Ausrichtung der Arbeit.	P2-A wurde von mir persönlich auf die Masterarbeit und das Testverfahren angesprochen. Die Anfrage wurde von P2-A an P2-B übermittelt. Die definitive Zusage erhielt ich persönlich von P2-A im Februar 2025.
	P3: Im März 2025	Die Informationen über das Testverfahren wurde von P2-A an P3 weitergeleitet. Diese zeigten sich interessiert und nahmen im März 2025 Kontakt mit mir auf. Im März 2025 erhielt ich eine definitive Zusage im Namen des Paares, für die Teilnahme von P3-A.
Erste Informationsphase	P1	P1 erhielt bei der ersten Kontaktaufnahme die ersten Informationen bezüglich der Inhalte des Ablaufs.
	P2	P2 erhielt bei der ersten Kontaktaufnahme die ersten Informationen bezüglich der Inhalte des Ablaufs.
	P3	Erhielt die ersten Informationen
Herstellung des Prototyps	Herstellung und Ausdruck der Spielanleitung	Schreiben des Textes – KW 17 Ausdruck KW 18 Verpackung KW 18

	Herstellung und Ausdruck der Zusatzbriefe für die einzelnen Rollen	Schreiben des Textes – KW 17 Ausdruck KW 18 Verpackung KW 18
	Herstellung des Einleitungsschreibens	Schreiben des Textes – KW18 Ausdruck - KW 18 Verpackung – KW 18
	Herstellung der Spielkarten	Erstellen des Dokumentes und schreiben der Kartentexte – KW 15 bis 17 Ausdruck und Ausschneiden der Karten – KW 17 bis 18
	Einkauf der Materialien (Box, Briefpapier, Druckpapier...)	KW 16 bis 17
Zweite Informationsphase	Alle Paare	Alle Paare wurden zeitgleich am 26. April 2025, mit eines Informationsschreiben via eines Broadcastchats per Whatsapp, über das weitere Vorgehen informiert (Siehe Anhang).
Abgabe des Prototyps	Alle Paare	In der Kalenderwoche 18, individuell vereinbart
Durchführung des Spiels	P1	Teil 1: Fr. 16 Mai 2025 Teil 2: Sa. 17. Mai 2025
	P2	Teil 1: Mittwoch, 7. Mai 2025 Teil 2: Dienstag, 14. Mai 2025
	P3	Keine Angaben
Individuelle Terminvereinbarung für das Interview / Erhalt des ausgefüllten Fragebogens	P1-A	Donnerstag, 22. Mai 2025
	P1-B	Sonntag, 25. Mai 2025
	P2-A	Montag, 26. Mai 2025
	P2-B	Montag, 26. Mai 2025
	P3-A	Kalenderwoche 23
	P3-B	Kalenderwoche 23

Tabelle 2: Ablauf der Spielkonzeption.

3.6 Interviews und Fragebogen

Für die Datenerhebung dieser Arbeit wurde eine qualitative Herangehensweise gewählt, die sowohl Interviews als auch einen schriftlichen Fragebogen umfasst. Ziel war es, über subjektive Einschätzungen und Erfahrungen der Teilnehmenden zentrale Themen wie Kommunikation, Begehren und Verführung im Kontext partnerschaftlicher Dynamiken zu erfassen sowie die Wirkung des Spiels auf diese Bereiche. Die methodische Anlage wurde so konzipiert, dass sowohl individuelle Wahrnehmungen als auch spielbezogene Reflexionen berücksichtigt werden konnten.

Interviews

Mit zwei Paaren wurden jeweils Einzelinterviews geplant, sodass insgesamt vier Interviews durchgeführt wurden. Die Gespräche fanden jeweils nach dem vollständigen Durchlauf des entwickelten Spiels statt. Die Interviewtermine wurden individuell vereinbart, um einen geeigneten Rahmen für eine ruhige und konzentrierte Gesprächssituation zu schaffen.

Die Interviews wurden anhand eines halbstrukturierten Leitfadens durchgeführt. Diese Form der Gesprächsführung ermöglichte es, zentrale Themen systematisch zu adressieren und gleichzeitig offen für individuelle Sichtweisen, spontane Impulse und vertiefende Nachfragen zu bleiben. Der zeitliche Rahmen für die Interviews wurde auf etwa eine Stunde angesetzt.

Bei der Aufnahme des Interviews mit P1B, gab es technische Probleme, wobei die Aufzeichnung verloren ging. In Absprache mit dem Masterarbeitsbetreuer Heinz Jufer, wurde noch am selben Tag ein Erinnerungsprotokoll über die besprochenen Themen erstellt, um die noch bewussten Informationen zu bewahren.

Der Interviewleitfaden war in drei thematische Abschnitte gegliedert:

1. **Thematische** **Hinführung**
Zu Beginn wurden Fragen gestellt, die die Teilnehmenden für die zentralen Themen der Arbeit – Kommunikation, Begehren und Verführung – sensibilisieren sollten. Ziel war es, ein persönliches Nachdenken über diese Themen anzuregen und erste subjektive Einschätzungen zu erfassen.
2. **Spielbezogene** **Reflexion**
Im zweiten Abschnitt wurden dieselben Themen erneut aufgegriffen, diesmal im Hinblick auf die Erfahrungen **während des Spiels**. Hierbei wurde erfasst, wie die Teilnehmenden die Dynamiken innerhalb des Spiels erlebt und interpretiert haben.
3. **Reflexion** **nach** **dem** **Spiel**
Abschliessend wurde eine dritte Ebene eingeführt, die den Zeitraum nach dem Spiel fokussierte. Ziel war es, die Nachhaltigkeit der Spielwirkung in Bezug auf die verschiedenen Themenbereiche zu erfassen. Die Teilnehmenden wurden dazu befragt, ob und in welcher Form das Spiel nachgewirkt hat– etwa in Bezug auf neue Einsichten, veränderte Kommunikationsmuster, vermehrtes Begehren oder veränderte Wahrnehmungen in der partnerschaftlichen Verführung. Zusätzlich wurde erhoben, welche Aspekte als besonders

bedeutsam erlebt wurden, was die Teilnehmenden für sich mitnehmen möchten und welche Einstellungen sie zum Spiel an sich entwickelt haben. Rückmeldungen zu konkreten Spielelementen ergänzten diesen letzten Teil.

Fragebogen

Ein weiteres Paar nahm mittels eines schriftlichen Fragebogens an der Erhebung teil. Der Fragebogen orientierte sich inhaltlich eng am Interviewleitfaden und folgte derselben dreiteiligen Struktur: thematische Hinführung, spielbezogene Reflexion und Nachbetrachtung nach dem Spiel.

Der Fragebogen wurde vorwiegend offen gestaltet, um den Teilnehmenden Raum für persönliche Gedanken und differenzierte Antworten zu geben. Bei besonders konkreten Fragen kamen vorgegebene Antwortoptionen zum Einsatz, um die Vergleichbarkeit zu gewährleisten. Die Bearbeitungsdauer wurde auf etwa eine Stunde angesetzt.

Auch beim Fragebogen war der Aufbau der Fragen bewusst auf eine schrittweise thematische Annäherung ausgelegt. Die Teilnehmenden sollten durch einen klar strukturierten Frageverlauf in eine vertiefte Auseinandersetzung mit den behandelten Themen geführt werden. Die abschliessenden Fragen zielten auch hier auf die Wirkung und Nachhaltigkeit des Spiels ab.

Für die Auswertung der Interviews sowie der Fragebögen wurde das qualitative Verfahren der Inhaltsanalyse nach Mayring angewendet. Schlüsselbegriffe zur Beantwortung der Leitfragen wurden vorkategorisiert, wobei offener Raum für zusätzliche relevante Aussagen aus den Interviews gelassen wurde, um induktive Kategorien zu ermöglichen. Im Rahmen der Auswertung der erhobenen Interview- und Fragebogendaten wurden zwei induktive Kategorien herausgearbeitet, welche sich direkt aus den Aussagen der Teilnehmenden ergaben.

Eine erste Kategorie umfasst die Erkenntnisse der Paare, die durch das Spiel gewonnen wurden. Diese Kategorie entstand ausschliesslich auf Grundlage der offenen Aussagen in den Interviews sowie der freien Antworten in den Fragebögen.

Eine weitere zentrale Kategorie war der erlebte Druck in der Rolle der/des Verführer*in. Diese Kategorie wurde von allen drei Personen benannt, die im Verlauf des Spiels die verführende Rolle eingenommen hatten.

Um diesen Aspekt vertiefend zu untersuchen, wurde ergänzend zu den initial erhobenen Daten ein schriftlicher Nachtrag verfasst. Den betreffenden Teilnehmenden wurden gezielte Reflexionsfragen zum Druck, ausgelöst durch ihre Rolle, gestellt, die sie schriftlich und im eigenen Zeitrahmen beantworten konnten. Die schriftliche Form wurde dabei bewusst gewählt, um ihnen die Möglichkeit zu geben, sich nochmals intensiv und in ihrem eigenen Tempo mit dem Spielerlebnis auseinanderzusetzen. Eine solche vertiefte Reflexion wäre in einem weiteren Interview aufgrund der zeitlichen und situativen Begrenzung in dieser Form nicht mehr möglich gewesen. Diese schriftlichen Nachträge wurden in die qualitative Auswertung integriert.

Die Transkription der Interviews erfolgte mithilfe der App „Schweizerdeutsch Übersetzen“, die Schweizer Dialekt aus Audioaufnahmen in Hochdeutsch überträgt und verschriftlicht.

3.7 Nutzung von Künstlicher Intelligenz

Im Rahmen dieser Arbeit wurde Künstliche Intelligenz, insbesondere die Tools ChatGPT und Perplexity, gezielt zur Unterstützung unterschiedlicher Arbeitsschritte eingesetzt. Zunächst kamen sie bei der Online-Recherche zum Einsatz, um relevante wissenschaftliche Quellen, theoretische Grundlagen und praxisorientierte Ansätze effizient zu identifizieren und einzuordnen.

Darauf aufbauend wurde die KI zur Ausarbeitung einer stimmigen und logischen Gliederung des Inhaltsverzeichnisses genutzt. Dabei half sie, thematische Zusammenhänge zu strukturieren und mögliche Schwerpunktsetzungen zu reflektieren.

Im weiteren Verlauf unterstützte die KI als Werkzeug zur stilistischen Angleichung sowie zur kritischen Reflexion bestimmter Formulierungen– insbesondere im Hinblick auf ihre potenziellen Auswirkungen auf Lesbarkeit, Verständlichkeit und emotionale Wirkung im Kontext der Spielelemente wie der Spielanleitung und der Zusatzbriefe.

Schliesslich wurde die KI auch bei der Entwicklung der Spielkarten eingesetzt. Ihre Formulierungen wurden mit Hilfe von ChatGPT sprachlich harmonisiert und aufeinander abgestimmt, um ein stimmiges Spielerlebnis zu gewährleisten.

Die zentralen Erkenntnisse aus den jeweiligen theoretischen Teilbereichen werden am Ende jedes Kapitels zusammengefasst dargestellt. Diese bilden die Grundlage für das folgende Kapitel zur Spielentwicklung, in dem die theoretischen Einsichten systematisch zusammengeführt und in konkrete gestalterische Entscheidungen überführt werden. Dadurch wird eine enge Verbindung zwischen Theorie und Praxis sichergestellt.

4. Theoretischer Hintergrund

Die theoretischen Grundlagen bilden das Fundament für die Entwicklung des vorliegenden Spielkonzepts. Die Auseinandersetzung erfolgt auf literaturbasierter Grundlage und vereint Perspektiven aus Spielpädagogik, Psychologie und Sexualwissenschaft. Ziel ist es, theoretisch fundierte Erkenntnisse zu gewinnen, die in die konzeptionelle und gestalterische Ausarbeitung des Spiels einfließen.

Teil 1 der theoretischen Hintergründe widmet sich dem Thema Spiel und Spielen aus verschiedenen Blickwinkeln. Es werden grundlegende Merkmale des Spiels sowie seine Bedeutung im Kontext der kindlichen Entwicklung betrachtet und dabei wird ein Überblick über die verschiedenen entwicklungspsychologischen Ansätze berücksichtigt. Zudem bietet der theoretische Hintergrund einen Überblick über den Einfluss historischer Epochen und ausschlaggebender Ereignisse auf die Entwicklung des Spielens bis in die Moderne. In einem weiteren Schritt wird anhand von Browns Untersuchung betrachtet, was das Spielen für eine Bedeutung für den Menschen hat. Vom Kindesalter bis hin zum Erwachsenen, sozial, emotional sowie neurologisch. Es wird darauf eingegangen, welche Konsequenzen ein Mangel an Spiel in der Kindheit für das spätere Leben haben kann und welchen

Stellenwert spielerische Erfahrungen auch im Erwachsenenalter einnehmen. Zudem wird sein Konzept der sogenannten „Spielpersönlichkeiten“ vorgestellt, um die Vielfalt und individuelle Ausprägung von Spielverhalten greifbar zu machen. Auf diese Weise wird ein umfassendes Verständnis davon entwickelt, welche Bedeutung Spiel für die Persönlichkeitsentwicklung, soziale Interaktion und das emotionale Wohlbefinden besitzt – und welche Relevanz dies für die Gestaltung eines Spiels zur Förderung von Kommunikation und Intimität im Erwachsenenalter haben kann.

Im Teil 2 der theoretischen Hintergründe liegt der Fokus auf der Entstehung und Wahrnehmung des Begehrens, seiner Verknüpfung mit Wünschen und Bedürfnissen und dessen Kommunikation. In diesem Zusammenhang werden Modelle und Konzepte beziehungsfördernder Kommunikation betrachtet sowie Faktoren identifiziert, die die sexuelle Dynamik in Partnerschaften beeinflussen. Ergänzend wird das Thema der Verführungskompetenz in Paarbeziehungen aufgegriffen, wobei dieser Aspekt - aufgrund der bislang begrenzten Literaturlage – als Ausgangspunkt für weiterführende Untersuchungen dient.

Teil 1: Das Spiel

4.1 Definition und Merkmale des Spiels

Das Spiel ist ein sehr vielfältiges Konzept, weshalb es schwierig ist, eine einheitliche Definition hierfür zu finden, welche sämtliche Aspekte beinhaltet (Oerter 2007, S. 7–8).

Alle uns bekannten Völker spielen auf irgendeine Art und Weise. Dies meist sogar sehr ähnlich. Dennoch verwenden die unterschiedlichen Kulturen das Wort «Spiel» unterschiedlich und es beinhaltet nicht zwangsläufig dasselbe (Huizinga 2009, S. 38). Allerdings zeigt sich das Spiel immer unter zwei möglichen Aspekten. Entweder ist es ein Kampf oder eine Darstellung von etwas (Huizinga 2009, S. 22), welche die folgenden vier Merkmale beinhaltet und erfüllt:

- 1- **Der Selbstzweck:** Die Motivation, ein Spiel zu spielen, liegt beim Spiel selbst. Hierbei spielt das Konzept des Flow von Csíkszentmihályi eine bedeutende Rolle. Im Flow fühlen sich die Beteiligten weder über- noch unterfordert, dennoch immer in einer leicht geforderten Situation. Dieser Zustand ermöglicht es, in der Tätigkeit komplett einzutauchen, ohne dass sich die Beteiligten gelangweilt oder überfordert fühlen (Oerter 2007, S. 8–9). Zu diesem Aspekt wird in weiterführenden Kapiteln noch genauer eingegangen.
- 2- **Wechsel des Realitätsbezugs:** Der Handlungsrahmen eines Spiels spielt nicht in der Realität statt, sondern in einer angepassten und untereinander ausgemachten Realität, in der Gegenstände, Handlungen und Personen eine andere Bedeutung einnehmen als in der Realität (Oerter 2007, S. 9).

- 3- **Wiederholung und Ritual:** Die Wiederholung ist ein immerwährender Bestandteil eines Spiels. Meistens in übermässigen Mengen. Der rituelle Aspekt rührt daher, dass Spiele meist einen festgelegten Ablauf haben (Oerter 2007, S. 9).
- 4- **Gegenstandsbezug:** «Spielhandlungen sind fast immer auf Gegenstände bezogen – seien es Spielsachen, Gesellschaftsspiele, Sportgeräte oder die eigenen Körperteile bei Bewegungsspielen» (Oerter 2007, S. 9).

Die Merkmale des Spiels können durch die Freiwilligkeit sowie durch die intrinsische Motivation ergänzt werden, sowie durch emotionale Faktoren wie Spass, Freude und Vergnügen (Mehring 2020, S. 17). Ein wichtiges Merkmal, welches das Spiel in jedem Sinne ausmacht, egal in welchem Alter es betrieben wird oder um welche konkrete Spielform es sich dabei handelt, sind die Spielregeln. Sie bestimmen, was in der Zeit, in der gespielt wird, gilt und was nicht. Sie gestalten den formalen Rahmen der Aktivität (Huizinga 2009, S. 20).

4.2 Historische Entwicklung des Spiels

Das Spiel zählt zu den ältesten kulturellen Ausdrucksformen der Menschheit. Bereits im alten Mesopotamien, Ägypten und Griechenland war das Spiel ein wesentlicher Bestandteil des Alltags – unabhängig von Alter oder sozialem Status. Ob als Unterhaltung, religiöses Ritual oder militärischer Zeitvertreib: Spiel war stets Spiegel gesellschaftlicher Werte, Fantasie und Regelmäßigkeit.

Auch im Mittelalter blieb das Spiel trotz christlicher Moralisierung lebendig. Die Einführung der Spielkarten im Jahre 1376 löste in Europa ein regelrechtes Spielfieber aus, obwohl kirchliche Autoritäten versuchten, es zu unterdrücken. Die Spannung zwischen Norm und Lust, Regel und Verbot zeigt: Spiele können gesellschaftliche Spannungsfelder aufnehmen und reflektieren. Diese Qualität ist bis heute von Relevanz – etwa in Spielen, die soziale Fragen thematisieren oder Spielmechanismen für Bildung, Aufklärung und Reflexion nutzen.

Die industrielle Revolution und die Entwicklung neuer Materialien veränderten nicht nur die Produktion von Spielwaren, sondern auch die Reichweite und Zugänglichkeit. Mit dem 20. Jahrhundert wandelte sich die Spielkultur erneut drastisch: Während totalitäre Systeme wie der Nationalsozialismus Spiele politisch instrumentalisierten, entfernte sich das Nachkriegseuropa zunächst von einer spielerischen Erwachsenenwelt. Erst ab den 1960er-Jahren erlebte das Spiel – nun auch für Erwachsene – eine Renaissance: Taktik-, Rollen- und kooperative Spiele eroberten den Markt. Die Einführung elektronischer Spiele rief zunächst Skepsis hervor, doch letztlich erwies sich das klassische Spiel als widerstandsfähig (Thole o. J.).

4.3 Bedeutung und Funktion des Spielens

“The master in the art of living makes little distinction between his work and his play, his labor and his leisure, his mind and his body, his information and his recreation, his love and his religion. He hardly knows, which is which. He simply pursues his vision of excellence in whatever he does, leaving others to decide whether he is working or playing. To him, he’s always doing both.”

(Jacks, 1932)

In der Auseinandersetzung mit dem Spielbegriff erweisen sich insbesondere drei klassische Theorien als relevant, die trotz ihres Alters weiterhin aktuell sind und wesentliche Grundlagen für ein tiefgehendes Verständnis des Spielens darstellen.

Laut Freud erlaubt das Spiel dem Kind, der Realität zu entfliehen, und ermöglicht das Ausleben von eher tabuisierten Impulsen wie z. B. Aggressionen.

Im Spiel legt er besonders Wert auf den Faktor der Wiederholung. So können zum Beispiel Probleme des Alltags durch Wiederholung bewältigt werden, indem es sich zum «Herrscher der Situation» macht (Oerter 2007, S. 12).

Laut Wygotski kann sich das Kind mittels des Spiels Wünsche erfüllen, welche für es noch nicht oder noch nicht realisierbar sind. Da das Kind nicht in der Lage ist, Bedürfnisse auf längere Sicht aufzuschieben, ist das Spiel die angemessene Lösung für dieses Bedürfnis.

Wenn das Kind z. B. besonders stark sein möchte, spielt es seinen Vater nach oder einen Superhelden. Diese verallgemeinerten Wünsche sind dem Kind nicht bewusst (Oerter, 2007, S. 12–13).

Piaget hat sich deutlich vertiefter als die beiden vorherigen Autoren mit dem Konzept des Spielens auseinandergesetzt. Er betont insbesondere den Prozess der Assimilation im Zusammenhang mit dem Spiel. Assimilation ist in diesem Kontext das Einbetten neuer Informationen in bereits bestehendes Wissen, um sich so die Welt nach und nach anzueignen. Spätestens aber nachdem das Kind die Ebene des Symbolspiels erreicht hat, sieht er es als eine Gegenreaktion auf die Zwänge der allgemeinen Wirklichkeit (Oerter 2007, S. 13).

«Es ist die Welt des Ich, und das Spiel hat die Funktion, diese Welt gegen die erzwungene Akkommodation an eine allgemeine Wirklichkeit zu verteidigen» (Oerter 2007, S. 13).

Alle drei Entwicklungspsychologen weisen dem Spiel eine tiefere Bedeutung zu: Das Spiel übernimmt die Funktion, das Leben zu bewältigen, während im Kindesalter noch keine anderen Strategien aufgebaut wurden (Oerter 2007, S. 13).

Übergeordnet lässt sich sagen, dass das Spiel als Realitätsbewältigung verstanden wird. So wird nach Wygotski und Piaget verstanden, dass das Kind zu spielerischen Mitteln greifen muss, um mit den Anforderungen der Umwelt umgehen zu können. Hierfür lassen sich 3 Möglichkeiten zur Realitätsbewältigung unterscheiden:

- Das Nachspielen (z. B. Autofahren, Familienspiele ...)
- Die Transformation der Realität (es verändert eine bestehende Situation, um die Kontrolle darüber zu gewinnen)
- Der Realitätswechsel (sich in eine andere Welt begeben) (Oerter 2007, S. 17).

Neben diesen psychologischen Perspektiven zeigt auch die Forschung im Tierreich die fundamentale Bedeutung des Spiels.

Das Spielverhalten ist nicht nur beim Menschen, sondern auch im Tierreich weit verbreitet und hat eine bedeutsame Funktion in der Entwicklung überlebenswichtiger Fähigkeiten. Zahlreiche Studien belegen, dass Tiere, die ein ausgeprägtes Spielverhalten zeigen, in vielen Fällen bessere Überlebenschancen haben. Dies liegt daran, dass sie im Spiel grundlegende Verhaltensweisen einüben, die für das Jagen, Kämpfen oder für die soziale Interaktion essenziell sind.

Beispielsweise konnte bei jungen Katzen beobachtet werden, dass selbst jene, die keine spielerischen Erfahrungen sammeln konnten, dennoch zu effektiven Jägerinnen heranwuchsen. Allerdings zeigten sich bei diesen Tieren deutliche Defizite im sozialen Verhalten. Es mangelte ihnen an Fähigkeiten zur Kommunikation und Kooperation mit Artgenossen.

Auch beim Menschen erfüllt das Spiel wichtige Funktionen im sozialen Lernen. Bereits im Kindesalter lernen Kinder in spielerischen Auseinandersetzungen – wie beim Rangeln oder beim verbalen Necken – feine Unterschiede zwischen freundschaftlichem und verletzendem Verhalten zu erkennen. Durch das Ausloten dieser Grenzen entwickeln sie ein Gespür dafür, wann eine Grenze überschritten wurde und wie man sich anschliessend wieder versöhnt. Diese sozialen Fertigkeiten werden im Erwachsenenalter weiter verfeinert, etwa in subtileren Formen sozialer Interaktion wie bei Smalltalk oder dem sozialen Verhalten auf gesellschaftlichen Anlässen. Dort lernen Erwachsene ebenfalls, wie man sich mit anderen arrangiert oder wie man sich in einer Gruppe sozial kompetent verhält (Brown 2010, S. 31–33).

Diese Erkenntnisse vertieft die Theorie von Wygotski, dass das Spiel mittels Nachahmung als grundlegendes soziales Lernfeld dient – sowohl im Tierreich als auch beim Menschen – und dabei hilft, nicht nur körperliche, sondern auch emotionale und zwischenmenschliche Kompetenzen auszubilden.

4.4 Entwicklung durch das Spielen

Der Forscher John Byers untersuchte den Zusammenhang zwischen Spielverhalten und der Entwicklung des Gehirns. Er stellte die Hypothese auf, dass Spiel nicht nur ein Ausdruck kognitiver Reife ist, sondern selbst aktiv zur Formung des Gehirns beiträgt. Im Spiel können sowohl Tiere als auch Menschen neue Verhaltensweisen erproben, ohne sich dabei realen Gefahren auszusetzen. Da das Spiel einen geschützten Rahmen bietet, in dem physische oder emotionale Konsequenzen begrenzt bleiben, eröffnet es einen sicheren Raum für exploratives Lernen.

Während diese neuen Verbindungen entstehen, bietet das Spiel zugleich einen Raum, um deren Funktionalität zu testen: Im spielerischen Handeln kann ausprobiert werden, welche Denk- und Verhaltensmuster zu gewünschten Ergebnissen führen – und welche nicht. So wird im sicheren Rahmen des Spiels nicht nur Neues geschaffen, sondern auch aussortiert, was sich als untauglich erweist (Brown 2009, S. 37).

Insbesondere für den Menschen birgt das Spiel enorme Entwicklungschancen. Es ermöglicht, sich in fiktive oder zukünftige Situationen hineinzusetzen – auch in solche, die man bislang noch nicht erlebt

hat, die aber im weiteren Leben eine Rolle spielen könnten. In diesem mentalen Probehandeln werden neue neuronale Verknüpfungen geschaffen, die langfristig das Verhalten und die Wahrnehmung im Alltag prägen. So dient das Spiel als eine Art Trainingsfeld für das Gehirn (Brown 2009, S. 33–34).

Durch diese Perspektive wird deutlich, dass Spiel nicht lediglich als "Zeitvertreib" oder kindliches Vergnügen betrachtet werden darf, sondern als ein zentraler Entwicklungsmechanismus, der tief in unsere biologische und psychologische Struktur eingebettet ist.

Eine wichtige Tatsache ist, wie viele wissenschaftliche Untersuchungsergebnisse aus den letzten Jahrzehnten übereinstimmend zeigten, dass das Spiel als Grundlage für den Aufbau schulischer und beruflicher Fähigkeiten gilt und eine zentrale Rolle für die Persönlichkeitsentwicklung eines Kindes darstellt (Krenz o. J., S. 3).

Das Spiel scheint für die Entwicklung des Menschen und vieler anderer Säugetiere eine so zentrale Bedeutung zu haben, dass es als ein biologischer Antrieb verstanden werden kann– vergleichbar mit grundlegenden Bedürfnissen wie Essen, Trinken, Schlaf oder Sexualität. Diese Antriebe sind jedoch nicht gleich prioritär. Unser primäres Bedürfnis besteht im Überleben, weshalb physiologische Bedürfnisse wie Nahrungsaufnahme, Flüssigkeitszufuhr und Schlaf eine höhere Priorität besitzen. Gerät ein Lebewesen in eine bedrohliche Situation, in der seine Grundbedürfnisse nicht erfüllt sind oder Gefahr droht, tritt das Spielverhalten in den Hintergrund oder wird ganz eingestellt.

Sobald jedoch Sicherheit gewährleistet ist und die grundlegenden Lebensbedürfnisse befriedigt sind, zeigen Studien, dass bei nahezu allen Säugetieren ein Spielverhalten auftritt (Brown 2009, S. 42).

Dies legt nahe, dass Spiel zwar nicht überlebensnotwendig im engeren Sinne ist, aber eine bedeutsame Rolle in der Weiterentwicklung sozialer, kognitiver und motorischer Fähigkeiten spielt.

Da sich das menschliche Gehirn im Kindesalter besonders schnell entwickelt und stark plastisch ist, hat Spielen in dieser Lebensphase einen hohen Belohnungswert. Kinder erleben Spiel nicht nur als lustvoll, sondern auch als innerlich motivierend.

Im Erwachsenenalter hingegen verlangsamt sich die neuronale Entwicklung, und die Plastizität des Gehirns nimmt ab. Infolgedessen ist der Spieltrieb oft weniger stark ausgeprägt, und das Bedürfnis nach Spiel tritt zugunsten anderer Aktivitäten in den Hintergrund. Viele Erwachsene spielen daher seltener und weniger spontan als Kinder.

Dennoch zeigen Studien, dass ein Mangel an spielerischen Erfahrungen auch im Erwachsenenalter negative Auswirkungen auf das emotionale Wohlbefinden haben kann. Wird über längere Zeit nicht mehr gespielt, sinkt die Lebensfreude. Menschen berichten häufiger von gedrückter Stimmung, einem Verlust von Optimismus und der Unfähigkeit, anhaltende Freude zu empfinden (Brown 2009, S. 43).

Bei Tieren zeigt sich, dass ein länger andauernder Mangel an Spielverhalten ähnliche Effekte wie Schlafentzug hervorrufen kann: Es entsteht ein deutliches Bedürfnis, das Spielverhalten nachzuholen.

Für den Menschen existieren bisher keine systematischen wissenschaftlichen Studien, die diesen Nachholeffekt eindeutig belegen. Dennoch berichten sowohl Eltern als auch Lehrpersonen immer wieder, dass Kinder – nach Phasen, in denen sie nicht spielen konnten – ein erhöhtes Bedürfnis nach Spiel zeigen (Brown 2009, S. 43).

Diese Beobachtungen deuten darauf hin, dass auch beim Menschen ein innerer Spieltrieb vorhanden ist, der sich bei längerem Entzug verstärkt äussern kann.

4.5 Spielen als Erwachsener

Spiel ist eine Form der sozialen Interaktion, die bereits mit kleinsten Gesten und Verhaltensweisen beginnt. So kann beispielsweise schon ein Blickkontakt, verbunden mit einer bestimmten Mimik oder Körpersprache, als Einladung zum Spiel verstanden werden. Zahlreiche nonverbale Signale vermitteln emotionale Sicherheit und schaffen damit die Voraussetzung, sich auf spielerische Interaktionen einzulassen (Brown 2009, S.161).

An diese frühen Formen des Spiels knüpfen komplexere soziale Dynamiken an: Das Ärgern von Freunden, das gegenseitige Necken oder das Erzählen von humorvollen Anekdoten stellen Möglichkeiten dar, die Grenzen einer Beziehung – insbesondere einer Freundschaft – auszuloten. Solche Formen des Spiels scheinen von Männern häufiger genutzt zu werden als von Frauen, was unter anderem daran liegen könnte, dass diese Art von spielerischer Interaktion als „rau“ oder provokativ empfunden werden kann, insbesondere wenn keine enge Beziehung besteht. Wo genau die Grenze liegt, wird kulturell mitgeprägt, doch die Körpersprache gibt in der Regel deutlich Aufschluss darüber, ob ein Verhalten als angenehm oder unangemessen empfunden wird (Brown 2009, S. 163). Diese Fähigkeit, durch Spiel soziale Nähe zu gestalten, zeigt sich besonders deutlich in romantischen Beziehungen. Spiel fungiert wie ein Katalysator für langfristige Bindungen und ist wesentlich für den Aufbau und Erhalt von Intimität. Die spielerische Kommunikation innerhalb einer Partnerschaft – etwa durch humorvolle Bemerkungen, neckisches Verhalten oder spontane Rollenspiele – fördert emotionale Nähe und Leichtigkeit im Miteinander. Dies ist auch ein Grund, weshalb viele Verabredungen beim Kennenlernen auf spielerischen Aktivitäten wie Tanz, Sport, Erlebnisparks oder Gesellschaftsspielen basieren (Brown 2009, S. 166).

Dabei bleibt es nicht nur beim emotionalen Miteinander: Darüber hinaus kann das gemeinsame Spiel die erotische und emotionale Anziehung zwischen Partnern stärken. Ohne das Element des Spiels droht die romantische Liebe in kontrollierende, territoriale oder gar aggressive Dynamiken zu kippen. Eine gesunde Portion Humor, Leichtigkeit und Ironie wirkt dem entgegen und hält das Gleichgewicht in der Beziehung aufrecht – das Spiel wird somit zu einer essenziellen Ressource für lebendige, liebevolle Verbindungen (Brown 2009, S. 171).

4.6 Spielpersönlichkeiten nach Brown

Stuart Brown hat sieben Spielpersönlichkeiten beschrieben, um je nach Motivation zu verdeutlichen, wie unterschiedlich Menschen spielen. Diese Spieltypen helfen, zu verstehen, warum uns bestimmte Spielarten besonders ansprechen oder welche Rolle Spiel im Alltag einnimmt.

Der **Wettbewerber** liebt es, sich mit anderen zu messen, und findet Freude daran, zu gewinnen – sei es bei Sportarten, Strategiespielen oder klassischen Kartenspielen. Der **Entdecker** hingegen sucht das Neue: Unbekannte Orte, Ideen oder Spielmechanismen faszinieren ihn, sei es beim Reisen, Experimentieren oder Ausprobieren neuer Spiele. Der **Geschichtenerzähler** taucht gerne in Fantasiewelten ein und spielt mit Emotionen und Identitäten – oft durch Rollenspiele oder kreative Formen des Ausdrucks. Der **Künstler oder Macher** lebt sich durch Gestalten, Basteln oder Erfinden aus; Spiel ist für ihn ein schöpferischer Prozess. Der **Spassvogel** spielt vor allem, um zu lachen und Albernheit auszuleben – seine Energie steckt an und bringt Leichtigkeit ins Spiel. Der **Regisseur** übernimmt gern die Kontrolle: Er plant, strukturiert und führt – sei es beim Organisieren eines Spieleabends oder beim Leiten eines Teams. Schliesslich ist da noch der **Beweger**, der sich über körperliche Aktivität ausdrückt und Freude an Bewegung und Spontaneität findet – etwa beim Tanzen, Toben oder Sport.

Jeder Mensch trägt meist mehrere dieser Persönlichkeitsanteile in sich. Welche dominieren, zeigt sich oft darin, wie und warum jemand spielt – ob beim Kartenspielen, beim Sport oder im Alltag (Brown 2009, S. 65–70).

Stuart Brown zeigt mit seiner Beschreibung der Spielpersönlichkeiten ein sehr weites Verständnis von Spiel auf. Für ihn ist Spielen nicht nur auf klassische Wettbewerbsformen wie Brettspiele oder Wettrennen beschränkt. Vielmehr versteht er Spiel als eine grundlegende menschliche Ausdrucksform, die sich auf vielfältige Weise zeigen kann.

4.7 Implikationen für die Entwicklung des Spielkonzepts

Spiele ist ein grundlegendes menschliches Bedürfnis und ein zentraler Bestandteil persönlicher und sozialer Entwicklung. Es bietet einen geschützten Rahmen, in dem neue Denk- und Verhaltensmuster ohne reale Konsequenzen erprobt werden können. Im Spiel können soziale Rollen ausprobiert, emotionale Kompetenzen geschult und zwischenmenschliche Dynamiken erkundet werden. Gerade diese Möglichkeit des „Übens ohne Gefahr“ macht das Spiel so wertvoll für Lernprozesse und für das emotionale Wohlbefinden. In Partnerschaften kann das gemeinsame Spielen dazu beitragen, Nähe, Vertrauen und Verbundenheit zu stärken. Es eröffnet einen Raum für Leichtigkeit, Verbindung und nonverbale Kommunikation. Im Umgang mit sensiblen Themen wie Verführung kann ein Spiel durch seinen geschützten Rahmen helfen, neue Verhaltensweisen auszuprobieren, Unsicherheiten zu überwinden und Selbstwirksamkeit zu stärken.

Unterschiedliche Spielpersönlichkeiten sollten berücksichtigt werden, um das Spiel für eine breite Zielgruppe zugänglich zu machen.

Teil 2: Begehren, Bedürfnisse und Beziehung: Zur Dynamik von Wahrnehmung, Kommunikation und Verführung

Im nachfolgenden Kapitel wendet sich der zweite Teil der theoretischen Hintergründe. In diesem Kapitel werden sämtliche Themen beleuchtet, welche zur Beantwortung der Leitfragen relevant sind.

Die New Sexual Satisfaction Scale – Short Form (NSSS-S) untersucht die individuelle sowie dyadische sexuelle Zufriedenheit (Mark et al., 2013, S. 1–2). Die Ergebnisse zeigen einen klaren Zusammenhang zwischen sexueller Zufriedenheit und allgemeiner Beziehungszufriedenheit. Besonders hervorzuheben ist, dass Paare, die offen über Sexualität kommunizieren, tendenziell sowohl eine erfülltere Sexualität als auch eine höhere Zufriedenheit in der Partnerschaft aufweisen (Mark et al. 2013, S. 3).

Auch andere Studien belegen, dass die Qualität der Paarkommunikation entscheidend zur sexuellen Erfüllung beiträgt. So stellte sich heraus, dass insbesondere ein offener Kommunikationsstil der Frauen sowie das empathische Zuhören der Männer förderliche Faktoren für eine höhere sexuelle Zufriedenheit darstellen (Larson et al. 1998, zit. nach Schönbucher, 2007, S. 35).

Bodenmann und Fux betonen zusätzlich, dass Empathie und Offenheit die partnerschaftliche Kommunikation stärken. Gleichzeitig warnen sie davor, dass Stress die Kommunikationsfähigkeit erheblich beeinträchtigen kann. In angespannten Situationen treten vermehrt kritische Bemerkungen und Vorwürfe auf, die sich auch auf paraverbalen Ebene – etwa durch Tonfall oder Stimmlage – manifestieren. Diese subtilen Ausdrucksformen sind oft schwer zu erfassen, entfalten jedoch eine besonders destruktive Wirkung. Forschungen zeigen, dass Paare, die unter Stress häufiger paraverbal destruktiv kommunizieren, ein signifikant höheres Risiko für eine Trennung oder Scheidung aufweisen (Bodenmann 2000, S. 4).

Diese Ergebnisse unterstreichen die zentrale Bedeutung einer bewussten, konstruktiven Kommunikation für das partnerschaftliche und sexuelle Wohlbefinden. Im Hinblick auf die Entwicklung eines Spiels, das Paare in ihrer Kommunikations- und Verführungscompetenz stärken soll, wird in den folgenden Kapiteln untersucht, welche Rolle Bedürfnisse und Wünsche für das Begehren und die Verführung spielen. Darüber hinaus wird die Bedeutung von Kommunikation in Paarbeziehungen beleuchtet. Die wesentlichen Erkenntnisse werden abschliessend im Hinblick auf ihren Nutzen für die geplante Entwicklung des Spiels zusammengefasst.

4.8 Das Begehren und seine Bedeutung

«Begehren ist keine Entscheidung, sondern das Ergebnis einer Reihe von Reizen.»

(Voss et al. 2024, S. 129)

Das Thema des Begehrens wird bereits von vielen Autoren aus diversen Blickwinkeln beleuchtet. Angefangen bei Freud, welcher das Begehren als einen Trieb betrachtet, welcher in eine gewisse Richtung hintrieb. Das Wort „Libido“ sollte laut Freud das subjektive Empfinden eines Bedürfnisses bezeichnen. So wie das Wort „Hunger“ das Bedürfnis nach Nahrung darstelle.

Eine der wichtigen Fragen rund ums Begehren ist sein Ursprung. Die Frage, ob sexuelles Begehren von innen heraus oder durch äussere Reize entsteht, wird seit langem diskutiert. (Both et al. 2005, S. 365).

Hardy schlug die Appetenztheorie zur sexuellen Motivation vor, welche hauptsächlich aus kognitiven Erwartungen und Affekten bestand. Aus seiner Sicht bestehen sexuelle Motive aus erlernten Erwartungen, die sich auf affektive Veränderungen richten. Die Erwartungen werden durch Reize geweckt, welche aufgrund vorheriger Erfahrungen mit bestimmten emotionalen Zuständen verknüpft sind. So können später diese Reize zum Auslöser für sexuelle Erregung und sexuelles Begehren werden. Wird diese Reiz-Emotionskette wiederholt, verstärken sich diese Assoziationen.

Hardy unterscheidet zudem die positiven erlernten Erfahrungen (Annäherungstyp) sowie die negativ erlernten Erfahrungen (Vermeidungstyp) wie auch die Kombinationen daraus (ambivalenter Typ) (Both et al. 2005, S. 366).

Das Modell der Anreizmotivation beschreibt, dass ein Begehren allgemein nicht nur von Stimuli-Eigenschaften oder von organismischen Variablen abhängt, sondern von beiden gleichermassen beeinflusst wird. Aus dieser Perspektive ist ein motiviertes Verhalten immer ein Prozess, in dem die inneren Prägungen und die Eigenheiten eines Reizes kombiniert sind.

Der Anreiz zu einem sexuellen Begehren entsteht daher aus der Wahrnehmung sexueller Signale oder den Gedanken an solche Signale. Somit müssen Motivations- sowie Emotionsmechanismen eng miteinander verbunden sein. (Both et al. 2005, S. 368).

Emotionsforscher beschreiben Emotionen als die Handlungsbereitschaft, um auf emotionale Signale hin zu handeln, und sie dienen der Zielerreichung. Ob ein Reiz auf Annäherung oder auf Vermeidung aus ist, hängt davon ab, ob das zu Erreichende als hinderlich oder förderlich eingestuft wird, Emotionen werden durch die Bedeutung, welche wir den Reizen geben, ausgelöst. Es gibt biologisch wichtige Reize, welche bereits angeboren als positiv oder negativ gewertet werden. Dennoch ist die Kopplung zwischen den meisten Reizen und deren Bedeutung für uns klassisch konditioniert. Dennoch kann sich die Bedeutung eines Reizes mit der Zeit wandeln, sodass sie auch vom inneren Zustand des Organismus abhängig ist (Both et al. 2005, S. 369).

Es wird davon ausgegangen, dass die Wahrnehmung eines effektiven oder imaginären Signals automatisch den Organismus auf sexuelle Aktivität vorbereitet. Erst durch die bewusste Wahrnehmung dieses Prozesses erleben wir sexuelle Erregung und sexuelles Begehren (Both et al. 2005, S. 370).

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die Wahrnehmung eines Reizes, welcher tatsächlich vorhanden sein kann, wobei er auch imaginär sein kann, zur Aktivierung des emotionalen Systems führt, welches körperliche Reaktionen und Veränderungen herbeiführt, die den Körper zu Handlungen vorbereiten. Ohne Reiz, der die Erregung aktiviert, entsteht kein Begehren. Dies kann als spontaner Prozess wahrgenommen werden, wenn die Person kein Bewusstsein über den auslösenden sexuellen

Reiz hat. Für die Praxis bedeutet dies, dass Menschen, welche unter einem verminderten sexuellen Begehren leiden, die Möglichkeit haben, dies bewusst zu aktivieren (Both et al. 2005, S. 375).

Der Sexualtherapeut David Schnarch betont, dass sexuelles Begehren wesentlich von unserer inneren Welt geprägt ist: von unseren bevorzugten Praktiken, erotischen Stilen und der Art, wie wir mit dem Gegenüber in Kontakt treten möchten. Diese individuellen Muster sind wiederum kulturell gerahmt und beeinflusst. Begehren ist demnach ein Spiegel psychosexueller Entwicklung und sozialer Prägung (Schnarch 2015, S. 159–160).

Diese Theorie weist deutliche Überschneidungen mit dem Modell Sexocorporel auf, das als besonders geeignete Grundlage für diese Arbeit gewählt wurde. Das Modell verbindet eine differenzierte theoretische Fundierung mit einem klaren Fokus auf dessen Relevanz in der Praxis. Sexuelles Begehren wird im Modell Sexocorporel als eine positive mentale Erwartungshaltung verstanden, die in der Lage ist, den sexuellen Erregungsreflex auszulösen (Voss et al. 2024, S. 55).

Hierbei gilt es, das koitale sexuelle Begehren vom rein koitalen Begehren zu unterscheiden. Das koitale sexuelle Begehren beinhaltet den Wunsch, ein genitales Bedürfnis mittels Penetration oder der vaginalen Aufnahme eines Phallus zu befriedigen. Das koitale Begehren hingegen hat auch das Verlangen nach klassisch-vaginaler Penetration, jedoch mit dem Bedürfnis nach affektiven Bedürfnissen, wie z. B. einem Kinderwunsch, dem Gefühl von Liebe oder dem Wunsch nach emotionaler Verschmelzung (Voss et al. 2024, S. 51).

Der Sexualtherapeut David Schnarch betont, dass sexuelles Begehren wesentlich von unserer inneren Welt geprägt ist: von unseren bevorzugten Praktiken, erotischen Stilen und der Art, wie wir mit dem Gegenüber in Kontakt treten möchten. Diese individuellen Muster sind wiederum kulturell gerahmt und beeinflusst. Begehren ist demnach ein Spiegel psychosexueller Entwicklung und sozialer Prägung (Schnarch 2015, S. 159–160).

Ebenfalls betont das Modell Sexocorporel, dass Begehren erst spürbar wird, wenn bestimmte körperliche und psychische Voraussetzungen vorhanden sind. Hierfür identifiziert das Modell vier zentrale Komponenten:

- **Wahrnehmung körperlicher Reaktionen**

Damit sexuelles Begehren entstehen kann, müssen körperliche Reaktionen wie Muskeltonus, Atmung oder Erregungssignale differenziert wahrgenommen werden. Ohne diese somatische Rückmeldung bleibt Begehren unspürbar (Voss et al. 2024, S. 129).

- **Erotisierung** **der** **Differenz**

Hier geht es um die Fähigkeit, den morphologischen Unterschied zwischen sich und dem Gegenüber erotisch zu besetzen. Besonders in Langzeitbeziehungen kann diese Differenz mit

der Zeit als störend empfunden werden, was das sexuelle Begehren schwächen oder sogar blockieren kann (Voss et al. 2024, S. 56).

- **Erotisierung** **der** **Distanz**
Auch Distanz – physisch oder emotional – kann erotisch aufgeladen werden. Sie bietet Raum für Fantasie, Sehnsucht und lustvolle Projektionen. In partnerschaftlichen Dynamiken mit starkem Verschmelzungsbedürfnis hingegen wird Distanz häufig als bedrohlich erlebt, da sie Ängste vor Verlust oder Ablehnung aktiviert. Solche Paare neigen dazu, Nähe mit Sexualität zu verwechseln. Dabei dient Verschmelzung primär der emotionalen Sicherheit, während sexuelles Begehren auf Lust, Spannung und Entladung abzielt (Voss et al., 2024, S. 56).
- **Sexuelle** **Attraktivität** **und** **Anziehungscode**
Zentral für die Entstehung von sexuellem Begehren ist das Vorhandensein von Merkmalen im Gegenüber, die dem eigenen „Anziehungscode“ entsprechen. Ist dies nicht gegeben – etwa durch fehlende körperliche Resonanz oder mangelnde Passung im erotischen Stil –, kann Begehren kaum aufrechterhalten werden (Voss et al. 2024, S. 57).

Die theoretische Perspektive des Modells Sexocorporel bietet nicht nur ein differenziertes Verständnis von sexuellem Begehren, sondern zeichnet sich zugleich durch eine starke Praxisorientierung aus. Die körperbezogene, beobachtbare und erfahrungsbasierte Perspektive des Sexocorporel eröffnet dabei eine tragfähige Brücke zwischen wissenschaftlicher Theorie und spielerischer Anwendung.

Ein besonderer Mehrwert ergibt sich zudem aus der Möglichkeit, die beschriebenen Aspekte des Begehrens im Sinne des Sexocorporel-Modells in den geplanten Interviews gezielt zu beobachten und zu erfragen. Dies schafft eine empirisch anschlussfähige Basis, auf der sich subjektive Erfahrungen systematisch erfassen und analysieren lassen.

Als theoretisches Fundament dient darüber hinaus die Annahme einer engen Korrelation zwischen Reiz und Emotion, die nicht nur für sexuelles Begehren, sondern für alle Formen des Begehrens von Bedeutung ist. Diese Perspektive wird im späteren Kapitel zu Wünschen und Bedürfnissen erneut aufgegriffen, vertieft und in Beziehung zur Spielentwicklung gesetzt, wo sie ebenfalls wesentliche Implikationen entfalten wird.

4.9 Die Bedeutung von Wünschen und Bedürfnissen

Wünsche und Bedürfnisse werden umgangssprachlich häufig als Synonyme verwendet. Sie stellen einen Mangelzustand oder einen Soll-Zustand dar, wobei die Erfüllung des Bedürfnisses eine Notwendigkeit darstellt und nicht verhandelbar ist. Diese Notwendigkeit entsteht unter dem biologischen Aspekt des Funktionierens und Überlebens sowie durch den kulturellen Aspekt der Selbstverwirklichung und Transzendenz.

(Eichinger 2013, S. 71–77). Ein Wunsch hingegen kann sich in vielen Facetten zeigen. So kann er unmöglich zu erreichen oder umsetzbar sein, etwas Nahes oder Fernes darstellen sowie sich um etwas Fremdes oder Eigenes handeln (Eichinger 2013, S. 35–36).

Das Formulieren eines Bedürfnisses oder eines Wunsches betont somit die empfundene Diskrepanz zwischen dem, was ist, und dem, was sein soll (Boothe 2010, S. 1).

Als relevanter Unterschied der beiden wird die Dringlichkeit bzw. die Aufschiebbarkeit dessen hervorgehoben. Während Wünsche einen leicht aufschiebbaren oder sogar verzichtbaren Charakter haben, weisen Bedürfnisse hingegen einen hohen Erfüllungsdruck auf (Eichinger 2013, S. 57).

Klaus Grawe befasste sich umfassend mit den menschlichen Grundbedürfnissen in seiner Konsistenztheorie. Im Rahmen seiner Forschung identifizierte er vier zentrale Bedürfnisse:

- Bindung
- Kontrolle und Autonomie
- Selbstwerterhöhung und Selbstwertschutz
- Lustgewinn und Unlustvermeidung

Grawe vertrat die Auffassung, dass diese Grundbedürfnisse erfüllt sein müssen, um körperliches, emotionales und kognitives Wohlbefinden zu ermöglichen. Werden sie dauerhaft verletzt oder vernachlässigt, kann dies zu einem Verlust von Motivation und Leistungsbereitschaft führen – im schlimmsten Fall sogar krank machen.

Unter den vier Bedürfnissen nimmt das Bedürfnis nach Bindung eine besondere Stellung ein. Das Gefühl der Zugehörigkeit stellt eine zentrale Triebkraft des menschlichen Gehirns dar (Sebastian 2022, Abs. 1–3).

Auch das Bedürfnis nach Kontrolle spielt eine wesentliche Rolle. Grawe beschreibt es als das Bestreben, Einfluss auf die Verwirklichung und Aufrechterhaltung eigener Ziele zu nehmen. Es bezieht sich auf den Kompetenzaspekt psychischer Aktivität. Eine anhaltende Ohnmacht über für uns bedeutsame Lebensbereiche wird als schwerwiegende Verletzung dieses Grundbedürfnisses verstanden (Sebastian 2022, Abs. 3).

In engem Zusammenhang dazu steht das Bedürfnis nach Autonomie. Es begleitet uns in verschiedenen Lebensphasen, insbesondere im Übergang vom Säugling zum Kind sowie später in der Entwicklung vom Jugendlichen zur erwachsenen Person. Kontrolle und Autonomie zielen darauf ab, Einfluss auf das nehmen zu können, was als sinnvoll und bedeutungsvoll erlebt wird. Bleibt die Erfüllung dieses Bedürfnisses aus, kann dies Gefühle von Abhängigkeit und Unsicherheit hervorrufen (Sebastian 2022, Abs. 5).

Zahlreiche Studien belegen zudem den Zusammenhang zwischen einem stabilen Selbstwert und dem individuellen Wohlbefinden. Entsprechend ist das Bedürfnis nach Selbstwerterhöhung und Selbstwertschutz von zentraler Bedeutung, um den bestehenden Selbstwert zu erhalten oder

weiterzuentwickeln. Dieses Bedürfnis steht in enger Wechselwirkung mit dem Bindungsbedürfnis, da frühkindliche Beziehungserfahrungen die Selbstwertentwicklung massgeblich prägen (Sebastian, 2022, Abs. 2–7).

Schliesslich wird auch das Bedürfnis nach Lustgewinn und Unlustvermeidung als bedeutendes Regulationsprinzip beschrieben. Menschen streben danach, lustvolle Erfahrungen zu machen und unlustvolle zu vermeiden. Dabei spielt die Fähigkeit zur Frustrationstoleranz eine entscheidende Rolle: Im Laufe der Entwicklung lernen wir, unangenehme Situationen auszuhalten, um langfristig lustvolle Erlebnisse zu ermöglichen (Sebastian 2022, Abs. 1–3).

Die Gegenüberstellung der beiden Modelle verdeutlicht eindrücklich, welche zentrale Bedeutung Bedürfnisse im menschlichen Erleben und Verhalten einnehmen. Sowohl Maslow als auch Grawe zeigen auf unterschiedliche Weise, dass das Streben nach Bedürfnisbefriedigung ein wesentlicher Antrieb für unser Handeln ist – mit weitreichenden Auswirkungen auf unser psychisches, emotionales und soziales Wohlbefinden. Ihre theoretischen Ansätze bieten somit eine wertvolle Grundlage für das Verständnis menschlicher Motivation und können insbesondere im Kontext von Beziehungsgestaltung und Kommunikation als bedeutsame Orientierung dienen.

Während Grawe und Maslow Bedürfnisse primär als psychologische Grundbedürfnisse einordnen, richtet Betty Martin ihren Blick stärker auf die individuelle Verantwortung im Umgang mit persönlichen Wünschen und deren Kommunikation. Um terminologische Unschärfen zu vermeiden, werden die von ihnen verwendeten Begriffe in dieser Arbeit bewusst in ihrer englischen Originalfassung beibehalten.

Im Kontext von Betty Martin kann «Desire» mit «Wunsch» übersetzt werden. Es bezieht sich nicht ausschliesslich auf Sexualität, sondern auf sämtliche Lebensbereiche. Desire beschreibt, was für eine Person Bedeutung oder Wert hat, und wird als Teil der eigenen Domain betrachtet.

Die Domain bezeichnet den persönlichen Verantwortungsbereich sowie das Recht einer Person – also alles, was ihr gehört und wofür sie Verantwortung trägt. Dies umfasst sowohl den physischen Körper als auch Gedanken, Gefühle, Wünsche, Entscheidungen und Handlungen. Die Domain ist der innere Raum der Selbstbestimmung. Das Bewusstsein über die eigene Domain ist essenziell, um Selbstverantwortung zu übernehmen und authentisch in Kontakt mit anderen treten zu können. Indem das Desire, also der Wunsch, als Teil der eigenen Domain betrachtet wird, liegt es in der Verantwortung jedes Menschen, auf sein Desire zu hören und es ernst zu nehmen (Martin 2021, S. 356).

Menschen entwickeln unterschiedliche Strategien, um ihre Wünsche und Bedürfnisse zu erfüllen. Zentral dafür ist eine bewusste Wahrnehmung der eintreffenden Reize, die das Begehren auf emotionaler und körperlicher Ebene aktiviert. Erst durch dieses bewusste Erkennen werden Wünsche und Bedürfnisse konkret erfahrbar und können klar benannt werden. So bildet die bewusste Wahrnehmung die Grundlage, um innere Impulse zu differenzieren und einen reflektierten Umgang mit den eigenen Bedürfnissen zu ermöglichen.

Fehlt dieses Bewusstsein, können Strategien zur Bedürfnisbefriedigung unklar oder wenig effektiv sein. Ein Beispiel: Wenn eine Person sich Zuwendung wünscht, sie jedoch vor allem durch sexuelle Nähe zu erreichen versucht, ist Sex nur eine mögliche – aber nicht zwingend notwendige – Erfüllungsform. Wer seine zugrunde liegenden Bedürfnisse klarer erkennt, kann flexibler und angemessener auf unterschiedliche Wege der Erfüllung reagieren (Martin, 2021, S. 361–362).

Daher lässt sich der Wunsch auch als individuell geprägte Strategie zur Befriedigung eines tieferliegenden Bedürfnisses verstehen.

Das bewusste Wahrnehmen und Reflektieren der eigenen Wünsche und Bedürfnisse ist eine wesentliche Voraussetzung für gelingende Beziehungen. Doch nicht nur das innere Erkennen, sondern auch die Art und Weise, wie diese Wünsche und Bedürfnisse nach aussen kommuniziert und vom Partner wahrgenommen werden, spielt eine entscheidende Rolle.

In diesem Zusammenhang bietet das Modell der „5 Sprachen der Liebe“ von Gary Chapman einen praxisnahen Ansatz. Es beschreibt fünf unterschiedliche Ausdrucksformen emotionaler Zuneigung, über die Menschen Wertschätzung vermitteln und empfangen.

Diese „Sprachen der Liebe“ können dabei als verschiedene Arten von Reizen verstanden werden, die in einer Beziehung als positiv oder negativ oder ambivalent wahrgenommen werden. Das Bewusstsein über die eigene Wahrnehmung dieser Reize sowie die Wahrnehmung der Liebessprachen des Partners sind zentral für die Erfüllung von Wünschen und Bedürfnissen in einer Beziehung.

Das Modell der fünf Sprachen der Liebe lässt sich zunächst als Instrument zur Wahrnehmung eigener Bedürfnisse verstehen und in einem weiteren Schritt als eine Form der Kommunikation mit dem Gegenüber. An dieser Stelle steht die individuelle Bedürfniswahrnehmung im Vordergrund; die Funktion des Modells als Kommunikationsmittel wird zu einem späteren Zeitpunkt aufgegriffen.

Das Modell unterteilt diese Reize in fünf Kategorien und macht damit sichtbar, wie wichtig es ist, die „Sprache“ des Partners zu verstehen und anzuerkennen, um gegenseitiges Begehren und Bedürfnisse auf erfüllende Weise leben zu können.

Laut Chapman entstehen viele Konflikte in Partnerschaften dadurch, dass die Liebessprachen der Partner:innen voneinander abweichen und ihnen häufig weder die eigene noch die des Gegenübers bewusst ist. In der Folge fühlen sich Bedürfnisse übersehen oder missverstanden. Das Modell schafft hier einen Überblick, um emotionale Bedürfnisse klarer zu erfassen und zu kommunizieren.

Indem es die Vielfalt an Reizen und Ausdrucksmöglichkeiten in fünf Kategorien unterteilt, erleichtert es Paaren, Unterschiede wertzuschätzen und aufeinander einzugehen. Dadurch kann nicht nur das gegenseitige Verständnis vertieft werden, sondern auch die emotionale Verbindung gestärkt und Missverständnissen vorgebeugt werden (Chapman 2002, S. 9–10).

*Wir müssen bereit sein,
die Sprache der Liebe unseres Partners
zu lernen. Erst so können wir uns*

Gary Chapman vergleicht die fünf Sprachen der Liebe mit dem Erlernen einer Muttersprache. Ein Kind, das in einem liebevollen und sicheren Umfeld aufwächst, entwickelt eine bevorzugte Art, Liebe zu empfangen und auszudrücken. Im Laufe des Lebens kann es weitere „Fremdsprachen“ erlernen und verstehen. Menschen, die in ihrer Kindheit wenig Zuneigung erfahren haben, lernen ebenfalls eine Sprache der Liebe, jedoch oft mit eingeschränktem Ausdrucksvermögen. Das bedeutet nicht, dass sie keine neuen Sprachen der Liebe erlernen können, es erfordert dennoch mehr Zeit und bewusste Anstrengung (Chapman 2002, S. 11). In der Paarkommunikation reicht es jedoch nicht aus, nur die eigene Sprache der Liebe zu sprechen, wenn der Partner sie nicht versteht. Damit unsere Zuneigung ankommt, müssen wir lernen, sie in der Sprache des anderen auszudrücken (Chapman 2002, S. 11–12).

Gary Chapman unterteilt die fünf Sprachen der Liebe in folgende Kategorien:

Lob und Anerkennung

Lob und Anerkennung stärken eine Beziehung – besonders in Form von Ermutigung. Gary Chapman beschreibt sie als Ausdruck von Vertrauen in die Fähigkeiten des Partners.

Wichtiger als bloße Aufmunterung ist echtes Interesse an seinen Träumen und Herausforderungen. Dabei sollte Ermutigung nicht als Kritik oder Erwartungshaltung wirken. Statt „Du solltest das endlich mal angehen“ hilft ein „Ich glaube an dich“.

Ein weiterer Aspekt dieser Liebessprache sind freundliche Worte. Hierbei spielt nicht nur der Inhalt, sondern vor allem der Tonfall eine entscheidende Rolle. Ebenso ist bei höflichen Worten die Wortwahl wichtig: Eine Forderung klingt anders als eine freundliche Bitte.

Durch eine wertschätzende Bitte fühlt sich der Partner nicht nur respektiert, sondern auch in Entscheidungen eingebunden. Neben Ermutigung und Höflichkeit gibt es zahlreiche weitere „Dialekte“ dieser Sprache der Liebe, die die Beziehung vertiefen können (Chapman 2002, S 29-38).

Zweisamkeit

Zweisamkeit bedeutet ungeteilte Aufmerksamkeit für den Partner – unabhängig vom Setting. Ob bei einem Spaziergang, einem Abendessen oder einem Gespräch: Das Wesentliche ist nicht die Aktivität, sondern die Person selbst.

Ein wichtiger „Dialekt“ dieser Liebessprache ist das Zwiegespräch: Hier geht es weniger darum, was wir sagen, sondern vielmehr darum, was wir hören. Aktives Zuhören mit Blickkontakt, ohne Ablenkung oder Unterbrechung, schafft echte Nähe. Ebenso gehört dazu, sich dem anderen zu öffnen, denn Zweisamkeit wird nur erfüllend, wenn beide ihre Gedanken und Gefühle teilen.

Ein weiterer Ausdruck dieser Liebessprache ist das gemeinsame Erleben. Entscheidend ist nicht die Aktivität selbst, sondern das Gefühl, Zeit miteinander zu genießen und Interesse am anderen zu zeigen. So entsteht ein wertvoller Schatz an gemeinsamen Erinnerungen, der die Beziehung stärkt. (Chapman 2002, S. 43–57)

Geschenke, die von Herzen kommen

«Geschenke sind sichtbare Zeichen der Liebe.»

(Chapman 2002, S. 61)

Für manche Menschen sind sichtbare Zeichen der Liebe besonders bedeutend. Ob gekauft, gefunden oder selbst gemacht – was als Geschenk gilt, entscheidet die schenkende Person. Es geht dabei weniger um den materiellen Wert als um die Geste selbst.

Gary Chapman betont, dass das grösste Geschenk in dieser Liebessprache die eigene Anwesenheit in Krisenzeiten ist. Kein materielles Geschenk kann die Bedeutung übertreffen, in schweren Momenten an der Seite des Partners zu sein.

Hilfsbereitschaft

«Hilfsbereitschaft sind die Gefälligkeiten und Dienstleistungen, die man aus Liebe für den anderen tut. Dabei geht es darum, dem anderen eine Freude zu machen, weil er oder sie sich das wünscht» (Chapman 2002, S. 71)

Entscheidend ist, jene Gefälligkeiten zu erkennen, die dem Partner besonders wichtig sind. Ob kleine Alltagsgesten oder grössere Unterstützung – es geht darum, durch Taten zu zeigen, dass man den anderen wertschätzt und ihm gerne Gutes tut (Chapman 2002, S. 71–80).

Zärtlichkeit

Die fünfte Liebessprache, Zärtlichkeit, umfasst körperliche Berührungen wie Händchenhalten, Küssen, Streicheln, Umarmungen und Sexualität. Diese Berührungen können eine starke Verbindung schaffen, aber auch trennend wirken, je nach Intensität und Kontext. Besonders wichtig ist der Unterschied zwischen Berührungen mit hoher und geringer Aufmerksamkeit – etwa eine gegenseitige Massage oder eine zarte Berührung am Rücken im Vorbeigehen.

Zärtlichkeit erfordert regelmässige Aufmerksamkeit, insbesondere wenn sie nicht die eigene Liebessprache ist. Wenn der Partner diese Sprache spricht, können neue Formen der Zärtlichkeit ausprobiert werden, wobei stets auf die Reaktionen des Partners geachtet werden sollte.

In Krisenzeiten bietet eine innige Umarmung, besonders bei Menschen, die Zärtlichkeit als Liebessprache haben, Trost und Sicherheit. Diese körperliche Nähe ist in schwierigen Momenten oft wirksamer als Worte. Zusammenfassend lässt sich sagen, dass Zärtlichkeit eine wichtige Rolle in der emotionalen Kommunikation spielt und Achtsamkeit und Sensibilität erfordert, um ihre Wirkung zu entfalten (Chapman 2002, S. 85–95).

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die fünf Sprachen der Liebe sich nicht nur voneinander unterscheiden, sondern auch in ihren unterschiedlichen "Dialekten". Jede Person hat eine bevorzugte Liebessprache, die ihr eigenes Liebesgefühl nährt. Die Kunst der Liebessprachen liegt darin, die eigene Sprache der Liebe zu kommunizieren und gleichzeitig die des Partners zu verstehen. In einer

Beziehung möchten beide Partner sich geliebt fühlen, und dies geschieht durch die Auseinandersetzung mit den unterschiedlichen Ausdrucksformen der Liebe.

Selbst wenn ein Paar dieselbe Liebessprache spricht, bedeutet das nicht zwangsläufig, dass beide das gleiche Liebesgefühl erfahren, da innerhalb einer Liebessprache verschiedene Dialekte existieren können. Ein Paar kann beispielsweise Zärtlichkeit als gemeinsame Liebessprache haben, jedoch kann ein Partner diese vor allem mit sexueller Nähe verbinden, während der andere sie durch kleine, alltägliche Berührungen erlebt. Es ist daher entscheidend, die Dialekte der eigenen und der Partnersprache zu verstehen, um sicherzustellen, dass beide Partner sich wirklich geliebt fühlen.

Das bewusste Wahrnehmen und Differenzieren von Reizen – wie sie exemplarisch im Modell der fünf Sprachen der Liebe beschrieben werden – spielt eine zentrale Rolle dabei, eigene Wünsche und Bedürfnisse zu erkennen.

Erst durch diese bewusste Auseinandersetzung mit der eigenen Wahrnehmung entsteht ein klareres Verständnis dessen, was man sich innerhalb einer Beziehung wirklich wünscht und benötigt.

Die fünf Sprachen der Liebe bieten dabei nicht nur eine hilfreiche theoretische Struktur, sondern bilden auch eine zentrale Grundlage für die Entwicklung der später vorgestellten Spielelemente. Indem die unterschiedlichen Ausdrucksformen emotionaler Zuwendung klassifiziert werden, schafft es eine konkrete Basis, um individuelle Reaktionen auf Beziehungsreize spielerisch und einfach erfahrbar zu machen.

Doch damit diese Bedürfnisse nicht nur erkannt, sondern auch in der Beziehung geltend werden können, braucht es mehr als nur das eigene Bewusstsein: Es braucht Kommunikation.

Im folgenden Kapitel soll daher der Fokus auf kommunikative Strukturen gelegt werden.

4.10 Kommunikation in Paarbeziehungen– Modelle, Muster und Bedeutung

Kommunikation wird als ein Prozess zwischen mindestens zwei Personen beschrieben, die als Sender und Empfänger agieren. Diese Personen treten miteinander in Kontakt, indem sie Zeichen und Symbole austauschen, die auf einem gemeinsamen Wissenshintergrund basieren. Die Nachricht, die übermittelt wird, beruht auf den Zeichen und Symbolen, die vom Sender kommuniziert und vom Empfänger entschlüsselt werden. Es kann vorkommen, dass die gesendete und die empfangene Nachricht nicht vollständig übereinstimmen (Missverständnisse). Der Kommunikationskontext wird durch die Teilnehmer und die Nachricht beeinflusst, wobei sowohl sichtbare als auch unsichtbare Aktivitäten eine Rolle spielen. Kommunikation ist immer wechselseitig, wobei der Grad der Wechselseitigkeit von der jeweiligen Kommunikationsform abhängt (Röhner 2012, S. 4–5). Kommunikation kann viele verschiedene Funktionen haben. Vom Austausch von Fakten über einen verhandelnden Zweck bis zum Gestalten und Erhalten von Beziehungen über Kooperation und Wettbewerb. Meistens werden mehrere dieser Funktionen gleichzeitig in einem Gespräch abgedeckt, wobei dessen Funktion bewusst sowie unbewusst verfolgt werden kann (Bierhoff & Frey 2017, S. 264).

4.10.1 Verbale Kommunikation

In der verbalen Kommunikation bezieht man sich auf den gesprochenen Anteil der Sprache, welcher als Kind während des Spracherwerbs erlernt wird (Götz 2021, S. 2). Verbale Kommunikation basiert auf einer bestimmten Absicht des Sprechers, einen Effekt im Zuhörer zu erzielen, wobei dieser Effekt durch das Erkennen der Sprecherabsicht ausgelöst werden soll. Dabei wird zwischen der Satzbedeutung (wörtliche Bedeutung) und der Sprecherbedeutung (intendierte Bedeutung im Kontext) unterschieden (Bierhoff & Frey 2017, S. 265).

4.10.2 Nonverbale Kommunikation

Als nonverbale Kommunikation werden in erster Linie Mimik und Gestik bezeichnet. Allerdings umfasst diese noch weitere Blickkontakte, Körperhaltungen, Berührungen, Körpergerüche, Staturen, Frisuren, Kleidungsstile, Tätowierungen, räumliche Distanzen und Raumnutzungen. Zeitliche Aspekte, Einrichtung, Temperatur, Geräuschpegel etc.

Der Blickkontakt hat als Element der Körpersprache den meisten Einfluss. Wenn eine Person als sympathisch wahrgenommen wird, wird diese länger betrachtet als eine Person, die weniger sympathisch wahrgenommen wird. Das direkte Anblicken kann zur Verstärkung von emotionalen Reaktionen führen. Somit ist das Vermeiden von Blicken oder Blickkontakt eine angemessene Reaktion auf peinliche Situationen.

Die Mimik eines Menschen hilft beim Ausdruck der Basisemotionen und kann nur zum Teil unterdrückt werden, da diese aus genetisch-kultureller Sicht stark verankert sind.

In der Interpretation der nonverbalen Kommunikation kann der ganze Körper mit seinem Ausdruck miteinbezogen werden. In diesem Bereich gelten Berührungen als eine Kategorie der Gesten, welche die betreffende Person direkt miteinbezieht.

Ebenfalls von Bedeutung ist die Nutzung der räumlichen Distanz. So kann eine Person sich sehr nahe an der anderen befinden, eine grosse Distanz aufbauen oder mit der Distanz spielen. Jede Situation beinhaltet eine andere Interpretation.

Als nonverbal gelten ausserdem das äussere Erscheinungsbild einer Person, geprägt durch Kleidung, Haarschnitt, Make-up, Accessoires, da dies einen Einfluss auf die Wahrnehmung der Person hat. Sämtliche nonverbalen Elemente hängen zu jedem Zeitpunkt stark vom gegebenen Kontext ab (Götz 2021, S. 3–5).

4.10.3 Paraverbale Kommunikation

Als paraverbal gelten die Sprachmelodie, das Sprachtempo, die Sprachpausen sowie die Artikulation des Gesprochenen. Diese Ebene gibt Aufschluss über die emotionale Befindlichkeit der Person und kann als wichtige Informationsergänzung betrachtet werden (Götz 2021, S. 3–4).

Stimme und Sprechweise gelten als wichtige Indikatoren für:

- die Aufmerksamkeit einer Person

- den Grad an Sympathie
- die individuelle Einschätzung der Kompetenz (Kruseo. J, S 9)

So zeigen die Systeme einen unterschiedlichen Wirkungsgrad in Bezug auf die Übermittlung einer Nachricht. Die gesprochenen Worte beinhalten 7 % des Inhalts, das paraverbale System 38 % und das nonverbale System 55 % der Nachricht (Kruse o. J., S. 21).

4.10.4 Modelle der Kommunikation

Es existiert eine Vielzahl von Modellen, die sich mit dem Kommunikationsprozess beschäftigen. Diese Modelle unterscheiden sich in ihrer Komplexität sowie in den untersuchten thematischen Schwerpunkten. Krauss und Fussell (Jahr) haben vier Hauptgruppen von psychologischen Modellen identifiziert:

- Encoder-/Decoder-Modelle: Diese betrachten Sprache als einen verschlüsselten Code, der über einen bestimmten Kanal an den Adressaten gesendet und von diesem entschlüsselt werden muss. Sie analysieren, wie Botschaften optimal verschlüsselt und enkodiert werden können.
- Intentionale Modelle: Diese Modelle beschäftigen sich mit der Absicht der Sprechenden Person, ihre Nachrichten zu übermitteln, und untersuchen, wie Kommunikation erfolgreich gestaltet werden kann.
- Modelle der Perspektivenübernahme: Hier wird untersucht, wie Personen sich besser verstehen können, indem sie bereit sind, sich in die Situation des Gegenübers zu versetzen.
- Dialog-Modelle: Diese Modelle erforschen, wie eine gemeinsame Realität durch den Dialog geschaffen werden kann (Röhner 2012, S. 15–16).

Diese Arbeit wird sich bewusst auf die Modelle der Perspektivenübernahme und der Dialogmodelle konzentrieren. Diese Auswahl erfolgt zum einen aus inhaltlichen Gründen, zum anderen im Sinne einer notwendigen thematischen Fokussierung. Beide Modelle bieten zentrale theoretische Grundlagen für das Verständnis gelingender Kommunikation in Paarbeziehungen, insbesondere im Hinblick auf emotionale Nähe, gegenseitiges Verstehen und die gemeinsame Gestaltung von Wirklichkeit.

Carl Rogers befasste sich mit der Frage, wie es einer Person gelingen kann, sich in ihr Gegenüber einzufühlen und dessen Perspektive einzunehmen. Sein Modell wurde ursprünglich für den Einsatz in therapeutischen Gesprächen entwickelt, lässt sich jedoch auch auf andere zwischenmenschliche Kommunikationskontexte übertragen – etwa auf die Paarkommunikation.

Rogers geht davon aus, dass jeder Mensch nach Autonomie und Selbstverwirklichung strebt. Um diesen Prozess zu unterstützen, sollten Berater:innen sowie Therapeut:innen ein empathisches Verhalten zeigen, sich durch Echtheit (Kongruenz) auszeichnen und emotionale Wertschätzung vermitteln. Empathie bedeutet bei Rogers nicht nur, sich in die andere Person hineinzusetzen, sondern auch, das Verstandene in wertschätzender Weise zurückzuspiegeln (Röhner, 2012, S. 24–25).

Paul Watzlawicks Modell wird als Dialogmodell verstanden. Er beschreibt Kommunikation als einen kreisförmigen Prozess, bei dem die Gesprächsteilnehmenden wechselseitig aufeinander einwirken. Watzlawick betont, dass Kommunikation nicht nur dem sachlichen Informationsaustausch dient, sondern auch interessengeleitet ist und bewusste oder unbewusste Absichten verfolgt (Röhner, 2012, S. 25).

Im Rahmen seiner Untersuchung gelang es Rogers, 5 Axiome der Kommunikation auszuarbeiten:

1. Axiom zur Unmöglichkeit, nicht zu kommunizieren

Dieses Axiom besagt, dass jegliche Interaktion mit einem Menschen einen Mitteilungscharakter hat. Jede Form von Verhalten kann als Kommunikation angesehen werden (verbal, nonverbal sowie paraverbal) (Röhner 2014, S. 25). Wie bereits beschrieben wird die paraverbale Kommunikation als Modulation der Stimme und des Sprechens, die Lautstärke sowie das Tempo bezeichnet. Als nonverbal werden die Körpersprache, die Mimik sowie die Gestik bezeichnet. Dazu gehören allerdings noch das Aussehen einer Person, der Geruch sowie die Raumnutzung einer Person (Götz 2021, Abschnitt 4.1.1.1). Es wird davon ausgegangen, dass Menschen miteinander kommunizieren, sobald sie sich wahrnehmen. Die Wirkung des Verhaltens hängt von der Interpretation des Empfängers ab (Röhner 2014, S. 25).

2. Axiom zum Inhalts- und Beziehungsaspekt von Kommunikation

Der Inhaltsaspekt befasst sich mit der reinen Sachinformation. Der Beziehungsaspekt, der verbal sowie nonverbal vermittelt werden kann, betrifft hingegen, wie die Information vom Empfänger aufgefasst wird und wie die sendende Person die Beziehung zueinander definiert. Der Beziehungsaspekt kann den Inhalt „färben“ und somit eine emotionale Wertung beinhalten. Die Information und die Beziehung können dabei in komplettem Widerspruch zueinanderstehen, was die Kommunikation erschweren kann. Als Beispiel dient die Ironie: In einer ironischen Äußerung kann die Absicht der Botschaft nur aus Mimik, Tonfall und dem Kontext der Situation erschlossen werden.

3. Axiom: Kommunikationsabläufe werden unterschiedlich strukturiert

Kommunikation ist ein fortlaufender Austausch, bei dem nicht klar ist, wo genau sie beginnt und wo sie endet. Watzlawick geht davon aus, dass wir unsere eigene Wirklichkeit mittels unserer Erfahrungen eigenständig formen, für wahr halten und entsprechend handeln. Die Schwierigkeit entsteht, wenn die Teilnehmenden an einem Gespräch von unterschiedlichen Wirklichkeiten ausgehen. Dies kann zu Problemen in der Paarkommunikation führen, wenn z. B. die Reaktion einer Person mit dem Verhalten der anderen gerechtfertigt wird. Als Lösung wird die Metakommunikation angeboten, die es ermöglicht, die Wahrnehmung des anderen besser zu verstehen.

4. Axiom zur digitalen vs. analogen Kommunikation

Die Information, die meist verbal vermittelt wird, bezeichnet man als digitale Modalität. Beim Übermitteln dieser Information sind Körpersprache, Mimik, Gestik, Sprachweise und Kontext stets von Bedeutung – diese werden als analoge Modalitäten bezeichnet.

Getrennt lassen sich die Modalitäten nur schwer interpretieren. Die analoge Modalität ist in sich nicht eindeutig. Ein Lächeln kann auf viele verschiedene Zustände hinweisen und unterschiedlich interpretiert werden. Fehlt es der digitalen Modalität an Ausdrucksmöglichkeiten, fehlt unter Umständen der Wortschatz, um einen gewünschten Inhalt auszudrücken. Umgekehrt mangelt es der digitalen Modalität oft an geeigneten Mitteln zur Klärung der Beziehung. Um ein umfassendes Bild des Gesprächs zu erhalten, gilt es, die Gesamtaussage – also die Form der Kommunikation mittels Gestik, Mimik und Kontext – gemeinsam mit dem Gesagten zu betrachten. Ist die Übereinstimmung zwischen analoger und digitaler Mitteilung nicht gegeben, entsteht eine Störung in der Kommunikation.

5. Axiom zur symmetrischen vs. komplementären Kommunikation

Eine Beziehung ist durch verschiedene Ungleichheiten geprägt. Wenn die beteiligten Personen um eine symmetrische Beziehung bemüht sind, versuchen sie, diese Ungleichheiten zu vermeiden. Dies zeigt sich in jeglicher Form von Rollen, die wir in der Gesellschaft einnehmen. Werden Rollen in einem bestimmten sozialen Kontext akzeptiert, wechseln Menschen zwischen symmetrischen und komplementären Kommunikationsmustern. Verändert sich der Kontext, kann sich auch die Beziehung wandeln – beispielsweise, wenn ein Chef seinem Angestellten bei einem öffentlichen Anlass begegnet (Röhner 2014, S. 25–30).

Besonders das zweite und das vierte Axiom erweisen sich als zentral für die Entwicklung der Spielelemente.

Das zweite Axiom, mit seinem Fokus auf den Beziehungsaspekt, unterstreicht die Bedeutung emotionaler Feinabstimmung und Wertschätzung innerhalb der Kommunikation. Dieser Gedanke findet sich auch im Modell von Carl Rogers wieder, insbesondere in den Aspekten der Echtheit, Empathie und bedingungslosen Wertschätzung. In der Spielentwicklung wird dieser Aspekt aufgegriffen, indem Paare spielerisch angeregt werden, sich gegenseitig Rückmeldungen zu geben.

Das vierte Axiom verweist auf die Untrennbarkeit von verbaler und nonverbaler Kommunikation. Im Spielkontext bedeutet dies, dass nicht nur das gesprochene Wort, sondern auch Körpersprache wichtige Informationen übermitteln. Diese Dimension wird bewusst in die Gestaltung der Spielelemente integriert – etwa durch achtsame Berührungen oder die bewusste Beobachtung des Ausdrucks des Gegenübers.

Zusätzlich kann das Modell Watzlawicks als Brücke zum vorherigen Kapitel geschlagen werden, das sich mit der Bedürfnis- und Wunscherfüllung beschäftigt. Die Erkenntnis, dass Kommunikation interessengeleitet ist, hilft, zu verstehen, dass hinter jeder Äußerung auch ein unausgesprochenes Bedürfnis stehen kann. Spielelemente, die dieses Interesse freilegen oder sichtbar machen, können Paare dabei unterstützen, ihre Wünsche besser zu erkennen und zu artikulieren.

4.10.5 Kommunikationsmuster

Damit eine gelingende sexuelle Kommunikation innerhalb einer Paarbeziehung möglich wird, bedarf es spezifischer kommunikativer Kompetenzen. Solche Fähigkeiten und Muster fördern den Aufbau eines

stabilen Vertrauensverhältnisses und ermöglichen eine intime Gesprächsatmosphäre, in der über Sexualität offen gesprochen werden kann (Bodenmann & Fux, 2021, S. 68).

Klinische Studien zeigen, dass Paare, die im kommunikativen Austausch Schwierigkeiten haben, häufiger unter sexuellen Problemen (Schönbucher 2007, S. 35) oder gar Dysfunktionen leiden (Crowe 2012, S. 1). Gleichzeitig belegen aktuelle Forschungsergebnisse, dass eine Reduktion negativer Kommunikationsmuster in direktem Zusammenhang mit einer Zunahme der partnerschaftlichen Zufriedenheit steht (Johnson et al. 2022, S. 1).

Diese Befunde verdeutlichen, wie eng Kommunikationsqualität und sexuelle Zufriedenheit miteinander verknüpft sind. Daher erscheint es im Rahmen dieser Arbeit sinnvoll, die verschiedenen Kommunikationsmuster innerhalb von Paarbeziehungen in den folgenden Kapiteln nochmals differenziert zu betrachten und ihre Auswirkungen auf die sexuelle Beziehung zu analysieren.

Die Forschungsergebnisse des sogenannten „Ehelabors“ von John Gottman veranschaulichen auf beeindruckende Weise, wie verlässlich sich der Verlauf eines Gesprächs sowie die langfristige Qualität einer Beziehung vorhersagen lassen. So konnte Gottman in 96 % der Fälle allein anhand der ersten drei Minuten eines 15-minütigen Dialogs prognostizieren, wie sich das Gespräch entwickeln würde (Gottman 2014, S. 33). Zudem war er in der Lage, mit einer Genauigkeit von 91 % allein durch das Zuhören eines fünfminütigen Austauschs die Wahrscheinlichkeit für das Fortbestehen oder Scheitern einer Beziehung einzuschätzen (Gottman 2014, S. 10). Seine Vorhersagen basieren auf einer differenzierten Beobachtung und Analyse der kommunikativen Interaktionen zwischen den Partnern. In seinem Werk *„Die sieben Geheimnisse der glücklichen Ehe“* identifiziert Gottman sechs spezifische Anzeichen in der Kommunikation von Ehepaaren, die auf ein mögliches Scheitern der Beziehung hinweisen. Diese gelten als wichtige Indikatoren für destruktive Kommunikationsmuster und bieten zugleich Ansätze für eine gezielte Intervention im therapeutischen Kontext. Ein zentrales Warnsignal stellt der sogenannte „harte Start“ eines Gesprächs dar, bei dem ein Dialog bereits mit Vorwürfen oder aggressivem Tonfall beginnt (Gottman 2014, S. 32).

Ein weiteres zentrales Konzept in Gottmans Theorie sind die „vier apokalyptischen Reiter“, die destruktiven Muster im Gesprächsverlauf symbolisieren:

- **Kritik:** Anders als eine konkrete Beschwerde, die sich auf ein bestimmtes Verhalten bezieht, zielt Kritik direkt auf die Persönlichkeit oder Charakterzüge des Partners ab. Dadurch wird nicht nur die Person selbst infrage gestellt, sondern es entsteht eine Eskalation des Konflikts durch Schuldzuweisungen und Verurteilungen (Gottman 2014, S. 34).
- **Verachtung:** Dies gilt laut Gottman als das gefährlichste der vier Muster. Verachtung äußert sich u. a. durch Sarkasmus, Zynismus, Augenrollen, Spott oder respektlosen Humor – all dies vermittelt eine Haltung der Überlegenheit und Ablehnung gegenüber dem Partner. Solche Botschaften erschweren die Lösung von Konflikten erheblich und untergraben das Gefühl von Wertschätzung in der Beziehung (Gottman 2014, S. 35).

- **Rechtfertigung:** Dieses Muster stellt eine verdeckte Form der Schuldzuweisung dar. Anstatt Verantwortung zu übernehmen, werden Erklärungen geliefert, die die eigene Haltung verteidigen. Dies trägt jedoch selten zur Deeskalation bei und führt meist zur Verschärfung des Konflikts (Gottman 2014, S. 37).
- **Mauern:** Wenn die zuvor genannten Muster immer wieder auftreten, zieht sich häufig einer der Partner emotional und kommunikativ zurück. Dieses Verhalten – auch „Mauern“ genannt – äussert sich darin, dass der Gesprächspartner nicht mehr reagiert, sich abwendet oder ganz aus der Interaktion aussteigt. Dieser Rückzug tritt oft erst in fortgeschrittenen Phasen einer Beziehung auf und ist ein klares Signal für Distanz und Resignation (Gottman 2014, S. 38–39).

Weitere Warnzeichen in der Kommunikation, die Gottman beschreibt, sind die sogenannte Überflutung, bestimmte nonverbale Signale (Körpersprache), misslungene Versuche der Annäherung („Rettungsversuche“) sowie eine zunehmend negative Wahrnehmung der gemeinsamen Vergangenheit („schlechte Erinnerungen“) (Gottman 2014, S. 40–47).

Gerade das „Mauern“ verdeutlicht ein hohes Mass an innerer und äusserer Distanz in der Beziehung. Diese Haltung verhindert es, Vertrauen, Nähe oder Intimität aufzubauen – essenzielle Voraussetzungen, um offen über Gefühle oder sexuelle Bedürfnisse zu sprechen (Johnson et al. 2022, S. 1).

Diese Befunde verdeutlichen die Relevanz, destruktive Kommunikationsmuster in der Paartherapie zu thematisieren und sowohl ihre Anwesenheit als auch ihr Fehlen systematisch zu reflektieren, um deren Auswirkungen auf die Beziehung und die sexuelle Zufriedenheit zu verstehen und gezielt zu bearbeiten.

Um destruktiven Kommunikationsmustern entgegenzuwirken, widmet sich diese Arbeit im Weiteren den Grundlagen konstruktiver Paarkommunikation und den Voraussetzungen für deren Gelingen. Ein zentrales Element stellt dabei die Selbstöffnung dar, die als Basis gelungener partnerschaftlicher Kommunikation hervorgehoben wird. Darunter wird das emotionale und intime Mitteilen persönlicher Erfahrungen, Eindrücke, Sorgen, Bedürfnisse und Ziele verstanden. Je häufiger sich Partner:innen in dieser Form öffnen, desto mehr Nähe und Intimität kann in der Beziehung entstehen (Bodenmann & Fux 2021, S. 68). In einer Untersuchung von Richards wird beschrieben, dass der Prozess der Selbstöffnung in einer Beziehung 4 Phasen durchläuft: Orientierung (oberflächliche, unverfängliche Gespräche), explorativ-affektiver Austausch (erste persönlichere Themen), affektiver Austausch (intime Inhalte, emotionale Nähe) und stabiler Austausch (tiefe Vertrautheit und Offenheit). Kommt es zu Rückzug und abnehmender Offenheit, folgt die Phase der *De-Penetration*, was häufig zum Beziehungsabbruch führt. Zu beachten ist, dass Partner diese Phasen nicht immer gleichzeitig durchlaufen, sondern individuell bewerten, ob sich weitere Offenheit lohnt (Richards 2016, S. 6–9).

Besonders bedeutend ist dabei, dass sich Paare nicht nur über positive, sondern auch über belastende Inhalte austauschen können – sowohl über innerpartnerschaftliche als auch über externe Themen. Voraussetzung dafür ist, dass die Beziehung als sicherer Ort erlebt wird, geprägt von gegenseitigem Vertrauen und Wohlwollen (Bodenmann & Fux 2021, S. 68–70).

Um diesen kommunikativen Austausch gelingen zu lassen, formulieren Bodenmann und Fux konkrete Gesprächsregeln für Sprecher- und Hörerrolle, die insbesondere im Umgang mit Konflikten hilfreich sind.

Regeln für die sprechende Person umfassen:

- **Konkrete Formulierungen:** Kritik oder Anliegen sollen sich auf spezifische Situationen oder Verhaltensweisen beziehen, da allgemein gehaltene Aussagen schwer greifbar sind und kaum konstruktiv bearbeitet werden können.
- **Ich-Botschaften:** Es wird empfohlen, aus der eigenen Perspektive zu sprechen und Aussagen über Gefühle und Bedürfnisse zu machen, statt Vorwürfe oder Du-Botschaften zu äussern.
- **Emotionale Offenheit:** Durch die Benennung von Gefühlen erhält der/die Zuhörer:in wichtige Hinweise auf die emotionale Bedeutung des Gesagten, was die Verständigung vertiefen kann (Bodenmann & Fux 2021, S. 78–80).

Regeln für die zuhörende Person beinhalten:

- **Aktives Zuhören:** Dies bedeutet, sich dem/der Sprechenden bewusst und zugewandt zuzuwenden, um Interesse zu signalisieren und Offenheit zu fördern.
- **Zusammenfassen:** Der/die Zuhörer:in wiederholt das Verstandene in eigenen Worten, ohne zu interpretieren oder Inhalte hinzuzufügen. Dadurch lassen sich Missverständnisse vermeiden und das Gespräch verlangsamt sich, was zur Deeskalation beiträgt.
- **Offene Fragen stellen:** Diese ermöglichen es dem/der Sprecher:in, die eigene Sichtweise weiter auszuführen oder komplexe Inhalte zu präzisieren (ebd., S. 78–82).

Diese Gesprächsregeln dienen der konstruktiven Bearbeitung von Konflikten und tragen dazu bei, eskalierende Auseinandersetzungen zu entschärfen. Sollte ein Gespräch dennoch eine destruktive Dynamik entwickeln, wird empfohlen, das Gespräch bewusst zu unterbrechen, um eine Phase der Beruhigung zu ermöglichen. Erst nach einer Pause – idealerweise nach etwa 10 bis 15 Minuten – sollte ein neuer Gesprächsversuch erfolgen, wobei wiederum klar zwischen den Rollen der sprechenden Person und der hörenden Person gewechselt wird und die Gesprächsregeln erneut zur Anwendung kommen (Bodenmann & Fux 2021, S. 82).

Daher erscheint es im Rahmen dieser Arbeit besonders sinnvoll, konstruktive Kommunikationsmuster genauer zu analysieren und ihre Bedeutung für die partnerschaftliche und sexuelle Beziehung in den nachfolgenden Kapiteln vertiefend zu beleuchten.

4.10.6 Einfluss der Kommunikation auf die sexuelle Zufriedenheit

Selbstoffenbarung ist zentral für die Entwicklung von Intimität in Beziehungen. Dabei sind zwei Rollen beteiligt: die Person, die sich öffnet, und die empfangende Person. Wenn beide Partner angemessen und unterstützend Informationen austauschen, fördern sie Vertrauen, Nähe, psychisches Wohlbefinden und sogar die körperliche Gesundheit. Studien zeigen, dass es stressreduzierend wirkt, Scham mindern kann und die Bindung stärkt. In romantischen Beziehungen trägt sie wesentlich zur Beziehungsqualität

bei, während ein Rückgang von Selbstoffenbarung oft mit einer Verschlechterung der Beziehung einhergeht. Trotz dieser positiven Effekte birgt Selbstoffenbarung auch Risiken wie Verletzlichkeit, Angst vor Ablehnung oder Gesichtsverlust. Dennoch gilt sie als notwendige Grundlage für die Entwicklung von Intimität, die sowohl emotionale als auch physische Aspekte umfassen kann (Richards 2016, S. 10–13).

Die NSSS-S-Studie (New Sexual Satisfaction Scale-Short Form) beschäftigt sich detailliert mit der Messung individueller sexueller Zufriedenheit sowie der Paarzufriedenheit (Mark et al., 2013, S. 1-2). Zur Datenerhebung wurden Fragebögen zur sexuellen Zufriedenheit, zu sexuellen Erfahrungen, zur Kommunikation über sexuelle Wünsche und zur emotionalen Nähe entwickelt. Um die Intensität ihrer Zufriedenheit zu messen, verwendeten die Teilnehmenden eine Likert-Skala.

Bei der Auswertung der Fragebögen wurde deutlich, dass sexuelle Zufriedenheit nicht isoliert betrachtet werden kann, sondern eng mit dem emotionalen und sozialen Wohlbefinden verbunden ist. In der Forschung wurden mehrere Faktoren analysiert, die Einfluss auf die sexuelle Zufriedenheit haben, darunter die Häufigkeit sexueller Aktivität, die Qualität der sexuellen Kommunikation sowie das gegenseitige Verständnis zwischen den Partnern. Zusätzlich wurden diese Aspekte durch Intimitätsgefühl, gegenseitiges Vertrauen und den Ausdruck sexueller Wünsche ergänzt (Mark et al. 2013, S. 4–5).

Als Ergebnis der Studie zeigte sich ein deutlicher Zusammenhang zwischen sexueller Zufriedenheit und der allgemeinen Beziehungszufriedenheit. Paare mit offener Kommunikation äusserten eine höhere Zufriedenheit in ihrer Beziehung, während diejenigen, die angaben, offen über ihre Sexualität zu sprechen, eine erfülltere Sexualität aufwiesen (Mark et al. 2013, S. 3).

Als förderliche Faktoren für eine höhere sexuelle Zufriedenheit im Kontext der Paarkommunikation erwiesen sich der offene Kommunikationsstil der Frauen sowie das empathische Zuhören der Männer (Larson et al., 1998, zit. nach Schönbucher, 2007, S. 35).

Positive Kommunikationsmuster wie Offenheit und Empathie können die sexuelle Zufriedenheit fördern, während Stress die Paarkommunikation erheblich beeinträchtigt. Stress wirkt sich auf mehreren Ebenen innerhalb der Beziehung aus: Unter Anspannung treten deutlich häufiger kritische Äusserungen und Vorwürfe auf, was sich auch in der Intonation der gewählten Worte widerspiegelt. Diese paraverbalen Ausdrucksformen gelten als schwer greifbar und entfalten daher eine besonders destruktive Wirkung auf die Kommunikation. Paare, die in stressbelasteten Situationen vermehrt auf paraverbale Elemente zurückgreifen, weisen laut Forschung eine signifikant höhere Wahrscheinlichkeit für eine Scheidung auf (Bodenmann 2000, S. 4).

4.11 Verführung – Definition und Voraussetzung

„Erotik ist kultivierte Erregung in der Absicht, Freude zu erfahren“

In einer Diplomarbeit für die Hochschule Merseburg wurde bereits anhand der Nutzung des Wortes 'Verführung' und seiner zahlreichen Varianten in diversen bekannten Zeitschriften recherchiert. Dabei zeigt sich, dass Verführung ein Begriff ist, der nicht ausschliesslich im sexuellen Kontext verwendet wird, sondern in verschiedenen Themenbereichen wie unter anderem Religion, Werbung, Sucht, Literatur und Musik Platz findet. Von all den Themenbereichen hat sich herausgestellt, dass 41 % aller Erwähnungen des Begriffs «Verführung» einen rein sexuellen Bezug hatten (Boniatowsky 2019, S. 15–23).

Verführung stellt zusammen mit der erotischen Kommunikation und weiteren erotischen Fähigkeiten die Beziehungskomponente des Modells Sexocorporel (Voss et al. 2024, S. 43) dar und ist somit ein Bestandteil sexueller Gesundheit (Voss et al. 2024, S. 59), mit dem Ziel, ein gemeinsames Projekt (Bischoff et al. 2020, S. 32) oder die eigenen (sexuellen) Bedürfnisse zu befriedigen (Voss et al. 2024, S. 96).

Perel kritisiert die weit verbreitete Vorstellung, dass Sexualität über die gesamte Dauer einer Beziehung hinweg spontan und leidenschaftlich bleiben müsse. Dieser Anspruch wirkt, so Perel, häufig hemmend auf das sexuelle Verlangen – gerade weil er eine Erwartung erzeugt, die dem natürlichen Wandel von Beziehungen widerspricht.

Perel betont, dass zu Beginn einer Beziehung Sexualität zwar oft als impulsiv und von selbst entstehend erlebt wird, dabei jedoch übersehen wird, dass solchen Begegnungen meist eine Vielzahl bewusster oder unbewusster Vorbereitungshandlungen vorausgeht. Vorfreude, Planung und bewusste Gestaltung – etwa durch besondere Kleidung, verführerische Gesten oder innere Einstimmung – tragen massgeblich zur erotischen Spannung bei. Was im Rückblick als spontane Leidenschaft erscheint, war in Wirklichkeit oftmals Ergebnis eines sorgfältig vorbereiteten inneren und äusseren Rahmens.

Gerade in langjährigen Beziehungen wird die bewusste Gestaltung von Intimität häufig als künstlich oder gar als unromantisch empfunden. Ein geplantes Treffen mit erotischem Fokus wird nicht selten mit Alltagsorganisation oder beruflichen Terminen gleichgesetzt – und damit entwertet. Perel weist jedoch darauf hin, dass Planung keineswegs im Widerspruch zu erotischem Erleben steht. Vielmehr könne sie – im Gegenteil – Vorfreude erzeugen und somit das Begehren aktiv nähren. Die Fantasie, die im Vorfeld solcher Begegnungen entsteht, versteht sie als eine Form des „Vorspiels außerhalb des Schlafzimmers“, das bereits Tage vor der eigentlichen Begegnung beginnt und wesentlich zur erotischen Atmosphäre beiträgt (Perel 2017, S. 291-297).

Die Art und Weise, wie wir sexuelles Begehren erleben, hängt eng mit unserer Fähigkeit zur Verführung zusammen. Dabei wird zwischen «verführerisch sein» als Zustand und «Verführer*in» als Fähigkeit unterschieden. So können auch Menschen, die kulturell nicht als besonders attraktiv gelten, durch gezielte Selbstinszenierung, Präsenz oder stimmige Kommunikation Aufmerksamkeit erzeugen und ihre Wünsche zur Sprache bringen (Voss et al. 2024, S. 129–130).

Die Grundvoraussetzung für Verführung besteht zunächst darin, ein Bewusstsein für die eigenen emotionalen und körperlichen Bedürfnisse zu entwickeln. Darauf aufbauend ist es notwendig, die Wünsche und Bedürfnisse des Partners zu erkennen, was die Fähigkeit zur Empathie und Perspektivenübernahme erfordert (Bischoff et al. 2020, S. 32).

Um eigene Wünsche erfüllt zu bekommen, ist es entscheidend, sich selbst als begehrenswert zu präsentieren. Dies gelingt durch den gezielten Einsatz von Mimik, Gestik, Körperhaltung und Sprache, die gezielt auf den Partner wirken und dessen Aufmerksamkeit sowie sexuelle Anziehung fördern (Bischoff et al. 2020, S. 32).

4.12 Verführung im Kontext der sozialen Rolle

Verführung findet nie im luftleeren Raum statt, sondern ist immer eingebettet in soziale Dynamiken und Rollen. Wer verführt und wie, wird auch davon beeinflusst, welche gesellschaftlichen Erwartungen, Normen und Zuschreibungen mit der eigenen Rolle verbunden sind – sei es als Partner, Elternteil oder Berufstätiger. Diese sozialen Rollen bringen bestimmte Handlungsspielräume mit sich, können aber auch Begrenzungen erzeugen. Damit wird deutlich: Die Fähigkeit zur Verführung ist nicht nur individuell geprägt, sondern auch sozial mitbestimmt.

Im folgenden Kapitel soll daher untersucht werden, inwiefern soziale Rollen das verführerische Verhalten beeinflussen können. Dabei wird aufgezeigt, welche Spannungsfelder zwischen individuellen Wünschen und sozialen Rollenerwartungen entstehen können und wie diese sowohl hemmend als auch förderlich auf die erotische Dynamik innerhalb von Beziehungen wirken.

Soziale Rollen bezeichnen verbindliche Verhaltenserwartungen, Einstellungen und Werte, die an Personen in bestimmten sozialen Gruppen oder Positionen gerichtet sind – etwa an Ärzte, Eltern oder Partner. Rollen sind oft komplementär angelegt, z. B. Arzt–Patient oder Lehrer–Schüler. Sie können zugeschrieben (z. B. Kind) oder erworben (z. B. Beruf) sein.

Eine soziale Rolle ist eng mit der sozialen Position verknüpft, also dem Platz einer Person im sozialen Gefüge. Die Position beschreibt den statischen Aspekt (z. B. Vereinsvorsitzender), die Rolle den dynamischen Handlungsaspekt (z. B. Leitung und Verantwortung). Wird die Position mit Ressourcen wie Bildung oder Macht verbunden, spricht man vom sozialen Status, der mit Prestige und Einfluss einhergeht (Deinzer 2018, S. 4–5).

Menschen übernehmen im Leben mehrere soziale Rollen, wobei zu beachten ist, dass eine Rolle nicht der ganzen Persönlichkeit einer Person entspricht (Röhl 1987, S. 341). Diese Rollen beinhalten allgemeine Erwartungen, lassen aber auch individuelle Gestaltungsspielräume zu – abhängig von der Rolle.

Das Ausüben sozialer Rollen kann sowohl gesundheitsförderliche (salutogene) als auch gesundheitsschädliche (pathogene) Folgen haben. Dabei kann ein Mensch zu viele Rollen übernehmen, was in Überforderung und Erschöpfung mündet.

Ein Mangel an Rollen (z. B. nach Arbeitsplatzverlust oder Verlust eines Partners) kann zu einer Rollenunterlastung führen – mit negativen gesundheitlichen Folgen wie Isolation oder fehlender Anerkennung. Insgesamt zeigen Studien, dass vielfältige, sinnstiftend gestaltete Rollen mit besserer Gesundheit verbunden sind. Entscheidend ist dabei nicht nur die Anzahl, sondern auch die Qualität und subjektive Bedeutung der Rollen für die einzelne Person (Deinzer 2018, S. 6–7).

Rollenkonflikte entstehen, wenn widersprüchliche Erwartungen an eine Person auftreten, wobei sich zwei Hauptformen an Konflikten herauskristallisieren:

- Intra-Rollenkonflikt: Widersprüche innerhalb einer einzelnen Rolle, z. B. durch unterschiedliche Erwartungen von mehreren Bezugsgruppen (z. B. Vorgesetzte vs. Mitarbeitende in einer Sandwich-Position).
- Inter-Rollenkonflikt: Konflikte zwischen verschiedenen Rollen, z. B. zwischen Berufs- und Familienrolle.

Zusätzlich kann Rollenambiguität auftreten – also unklare oder widersprüchliche Erwartungen an eine Rolle. Dies verursacht Stress, insbesondere bei Menschen, die neu in einer Rolle sind, da sie oft nicht wissen, was genau von ihnen erwartet wird oder wofür sie zuständig sind (Deinzer 2018, S. 7).

Wenn man dieses Rollenverständnis auf den Kontext der Verführung überträgt, lässt sich beobachten, dass Männern gesellschaftlich tendenziell eine sichtbare, initierende und aktive Rolle zugeschrieben wird, während Frauen eher eine zurückhaltende, vorsichtige und selektive Position einnehmen (Landgraf & Treswok 2017, S. 3).

Überträgt man das allgemeine Verständnis sozialer Rollen auf die Verführung innerhalb einer Beziehung, zeigt sich, dass auch hier gesellschaftliche Erwartungen und Normen das Verhalten prägen. Die verführende Rolle ist nicht nur Ausdruck individueller Lust und Persönlichkeit, sondern auch eingebettet in die sozialen Dynamiken – je nach Stand des Kennenlernens und der Absichten – einer Beziehung und die damit verbundenen Rollenerwartungen des Partners.

5. Entwicklung des Spiels

Im Rahmen dieser Masterarbeit wurde ein Spiel entwickelt, das Paare dabei unterstützen soll, ihre Kommunikation über Sexualität zu vertiefen, das sexuelle Begehren zu fördern und die Fähigkeit zur Verführung spielerisch und praxisnah zu erweitern. Das Spiel richtet sich an erwachsene Paare unabhängig von Alter (ab Volljährigkeit) oder sexueller Orientierung. Es verfolgt einen offenen, inklusiven Ansatz und ist so konzipiert, dass es sich an unterschiedliche Beziehungsdynamiken und Bedürfnisse anpassen lässt, sowie an die des aktuell bestehenden Spielangebotes.

5.1 Marktforschung

Im Rahmen dieser Arbeit wurde eine oberflächliche Recherche zum Thema «Spiel im Kontext von Paarkommunikation, Begehren und Verführungskompetenzen» durchgeführt. Ziel war es, aktuelle oder bewährte Spiele zu identifizieren und hinsichtlich ihrer Relevanz für die Förderung von Kommunikation, Begehren und Verführungskompetenzen innerhalb von Paarbeziehungen zu beschreiben.

Um einen Überblick über den aktuellen Markt und bewährte Ansätze zu erhalten, wurden gezielt die Begriffe „Paarkommunikationsspiele“ und „Verführungsspiele“ recherchiert. Die Recherche erfolgte bewusst auf einer einführenden, explorativen Ebene, um eine breite Auswahl an Spielkonzepten zu erfassen, die sich mit den Themen Kommunikation, Begehren und Verführung im Paaralltag beschäftigen.

Bei der Suche nach ‚Paarkommunikationsspielen‘ fanden sich insbesondere die Spiele ‚Talk About – Das Kommunikationsspiel für Paare‘ sowie ‚Zweisamkeit Bunter Mix‘. Unter dem Begriff ‚Verführungsspiele‘ wurden unter anderem ‚Wahrheit oder Pflicht‘, ‚Flaschendreher – Jetzt wird’s heiss‘, ‚Bondage – Das Verführungsspiel‘ und ‚Hot Affair‘ als Erotik- oder Sexspiel für Paare gelistet. Im Folgenden werden diese Spiele im Detail beschrieben und hinsichtlich ihrer Inhalte und Zielsetzungen analysiert.

Talk about“ ist ein Kartenspiel für Paare, das mit 110 Statements aus Bereichen wie Sex, Kommunikation und gemeinsame Zeit gezielt intensive Gespräche anregt. Beide Partner bewerten abwechselnd Aussagen und schätzen die Meinung des anderen ein, wodurch ein sicherer Rahmen für den Austausch über Wünsche und Fantasien entsteht. Der Fokus liegt klar auf Kommunikation, Begehren wird durch das offene Gespräch gestärkt, während der Verführungsaspekt subtil bleibt und sich eher aus emotionaler Nähe entwickelt.

Die „Zweisamkeit-Box – Bunter Mix“ bietet abwechslungsreiche Impulse für den Alltag, darunter kleine Gesprächsanregungen, romantische Aufgaben und gemeinsame Aktivitäten. Viele Karten regen zum Austausch an, andere fördern durch kleine Erlebnisse die Nähe. Die Kommunikation steht im Mittelpunkt, das Begehren wird durch bewusste Zeit zu zweit und kleine Gesten gestärkt, der Verführungsaspekt ist eher sanft und alltagsnah.

Bei „Wahrheit oder Pflicht“ wechseln sich Fragen und Aufgaben ab, die von harmlos bis sehr intim reichen können. Das Spiel lebt von Neugier und Mut, fördert durch persönliche oder erotische Fragen die Kommunikation und kann durch mutige Aufgaben das Begehren und die Verführung direkt ansprechen – der Verführungsaspekt ist je nach Auswahl der Aufgaben variabel und kann sehr hoch sein.

Die Erwachsenenvariante von „Flaschendreher – Jetzt wird’s heiss“ setzt mit über 60 erotischen Aufgaben und Mutproben auf den gezielten Abbau von Hemmungen. Die Spieler erfüllen Aufgaben, die meist körperlicher oder erotischer Natur sind. Gespräche finden vor allem in den Fragephasen statt, während Begehren und Verführung durch die direkte Umsetzung im Vordergrund stehen.

Das Bondage-Spiel „Bonage“ dreht sich um Fesselspiele und erotische Aufgaben, die mit beiliegenden Accessoires umgesetzt werden. Kommunikation über Wünsche und Grenzen ist wichtig, steht aber

hinter der praktischen Umsetzung zurück. Begehren wird durch das Ausleben von Fantasien intensiviert, der Verführungsaspekt ist zentral und sehr hoch, da das Spiel gezielt auf erotische Spannung und Lust ausgerichtet ist.

„Hot Affair“ ist ein Brettspiel für Paare, das mit leichten Aufgaben beginnt und sich zu immer intimeren Herausforderungen steigert. Die Spieler bewegen sich über ein Spielfeld, lösen Aufgaben und setzen am Ende eine Fantasie um. Kommunikation findet anfangs durch Gesprächskarten statt, weicht aber zunehmend der Umsetzung erotischer Aufgaben. Begehren und Verführung stehen im Mittelpunkt. Das Spiel zielt darauf ab, das Sexleben spielerisch zu beleben und neue Impulse für Lust und Intimität zu setzen.

Tabelle 1: Überblick über die untersuchten Spiele und deren Förderbereiche

Spiel	Kommunikation anregend	Begehren stärkend	Verführungs- kompetenzen fördernd
Talk About – Das Kommunikationsspiel	X	X	
Zweisamkeit-Box – Bunter Mix	X	X	
Wahrheit oder Pflicht	X	X	X
Flaschendrehen – Jetzt wird's heiss		X	X
Bondage – Das Verführungsspiel		X	X
Hot Affair	X	X	X
You & Me	X	X	X

Unter den recherchierten Spielen zeigt sich, dass lediglich «*Hot Affairs*» sowie «*you & me*» alle drei angestrebten Bereiche fördern – so, wie es auch das im Rahmen dieser Masterarbeit entstehende Spiel zum Ziel hat. Eine vertiefte Auseinandersetzung mit den festgestellten Unterschieden erfolgt im Kapitel «*Diskussion*».

5.2 Von der Grundidee zum Spielkonzept

Die ursprüngliche Idee bestand darin, Gesprächskarten zu entwickeln, die Paare dazu anregen, über ihre Sexualität zu reflektieren und sich darüber auszutauschen. Dieses erste Konzept bot zwar kognitive Impulse, erwies sich jedoch als wenig alltagstauglich.

Die Weiterentwicklung des Spiels wurde maßgeblich von drei Modellen inspiriert: dem „Wheel of Consent“ von Betty Martin, den „Fünf Sprachen der Liebe“ von Gary Chapman und den Spielpersönlichkeiten nach Stuart Brown. Diese Ansätze betonen auf unterschiedliche Weise Zustimmung, Bedürfnisorientierung und die Vielfalt der Ausdrucksformen von Zuneigung. Daraus entstand die Idee für ein interaktives Spiel, das Gespräch, gemeinsames Erleben und Handeln miteinander verbindet.

5.2.1 Spielidee und Ablauf

Das Spiel basiert auf zwei sich ergänzenden Rollen:

- **Verführer*in:** initiiierend, gebend
- **Geniesser*in:** empfangend, wahrnehmend

Ablauf:

Zu Beginn wählen die Spielenden gemeinsam ihre Rollen. Im Mittelpunkt steht ein Auswahlprozess, bei dem aus 64 Karten schrittweise diejenigen ausgewählt werden, die der Geniesser*in am meisten zusagen:

- Zwei Karten werden aufgedeckt.
- Die Verführer*in schätzt ein, welche der beiden attraktiver ist.
- Anschliessend tauscht sich das Paar über die Auswahl aus.
- Die gewählte Karte kommt auf den Favoritenstapel.
- Dieser Prozess wird fortgesetzt, bis aus 64 Karten zunächst 32, dann 16, 8 und schliesslich die persönlichen Favoriten übrig bleiben.

Die Karten umfassen sowohl konkrete als auch offene Szenarien und orientieren sich an den fünf Liebessprachen. So bietet das Spiel sowohl struktur- als auch freiheitsliebenden Paaren vielfältige Anknüpfungspunkte.

Umsetzungsphasen:

- **Phase 1: Spielabend**

Die Geniesser*in wählt eine der acht Favoritenkarten, die noch am selben Abend umgesetzt wird. Beide erhalten jeweils einen verschlossenen Umschlag mit rollenspezifischen Impulsen. Die Umsetzung erfolgt individuell und einvernehmlich.

- **Phase 2: Überraschungsdate** Im Anschluss legt das Paar gemeinsam einen Termin für ein Überraschungsdate fest.

Die Verführer*in wählt insgeheim zwei der verbleibenden sieben Karten und bereitet eigenständig eine Überraschung vor. Diese Phase fördert Spannung, Eigeninitiative und Vorfreude im Alltag.

Materialien und Gestaltung:

Die gewählten Materialien für die Herstellung des Prototyps wurden in erster Linie anhand ihrer Funktionalität gewählt, sollten jedoch auch ästhetisch ansprechend wirken.

- Ein Stülpedeckelkarton
- 64 Spielkarten aus festem Papier
- Zwei rollenspezifische Briefe auf hochwertigem Papier
- Eine klare, übersichtliche Spielanleitung

5.2.2 Sprachwahl der Spielkarten

Die Sprache des Spiels wurde bewusst so gestaltet, dass sie Offenheit, Empathie und kreative Kommunikation fördert. Dabei basiert sie auf kommunikationstheoretischen Modellen sowie auf den Prinzipien der Gewaltfreien Kommunikation (GfK) nach Rosenberg.

Ein zentrales Element ist der gezielte Einsatz des Konjunktivs II, etwa in Formulierungen wie „Wenn ich dir ... schenken würde“. Diese hypothetische Ausdrucksweise eröffnet einen Ambiguitätsraum, der es ermöglicht, Wünsche und Möglichkeiten auszusprechen, ohne Erwartungen oder Druck zu erzeugen (Sprache Kultur Kommunikation, 2025). So können neue Gedanken angestoßen und Szenarien erkundet werden – in einem sicheren, nicht verpflichtenden Rahmen.

Auch die hypothetische Formulierung der Fragen dient dazu, Kreativität anzuregen und dialogische Begegnungen zu fördern (Windolph, 2025). Die Sprache bleibt dabei beziehungsorientiert und unterstützt beide Spielenden darin, ihre Bedürfnisse in einer non-dominanten Weise zu äussern.

Die gewählte „wenn-dann“-Struktur ermöglicht es, Bitten als verhandelbare Vorschläge zu formulieren – ein zentrales Prinzip der GfK –, wodurch ein wertschätzender Austausch entsteht (Diepenhorst, 2025).

Insgesamt trägt die sprachliche Gestaltung dazu bei, nicht nur den spielerischen Charakter zu bewahren, sondern auch eine Atmosphäre zu schaffen, in der gegenseitige Wahrnehmung, Respekt und empathische Kommunikation im Mittelpunkt stehen.

6. Darstellung der Ergebnisse (Auswertung)

In diesem Kapitel werden die Ergebnisse der Untersuchung präsentiert, beginnend mit einer kurzen Erläuterung der Kategorisierungsmethodik, gefolgt von einer objektiven Darstellung der Ergebnisse jeder Kategorie.

6.1 Kategorisierung der erhobenen Inhalte

Die Interviews wurden anhand folgender Kategorien ausgewertet, welche relevant für die Beantwortung der Leitfragen sind. Jeder Kategorie wurde ein Farbcode zugewiesen, um die Inhalte im Transkript zu klassifizieren und diese in die Auswertungstabelle nach Mayring einzufügen.

Jede Kategorie wurde in der Tabelle anfangs definiert und es wurde festgehalten, welche Inhalte dieser Definition für die Auswertung relevant sind. Ausschliesslich Passagen mit dem dazu passenden Inhalt werden in der Tabelle aufgeführt.

Die nachfolgend dargestellten Hauptkategorien wurden deduktiv aus den Forschungsfragen sowie den zentralen Themen der Untersuchung abgeleitet und bilden die Grundlage für die strukturierte, objektive Präsentation der Ergebnisse.

Farbcode	Kategorie	Definition	Kodierregeln
	Bedeutung des Spielens für die Probanden- allgemein	Diese Kategorie umfasst alle Aussagen, in denen das allgemeine Spielverhalten in Form von Häufigkeit, Bedeutung sowie Spielarten der Teilnehmenden beschrieben wird.	Codiert werden alle Passagen, in denen eine Bewertung oder Beschreibung der Bedeutung des Spielens für sie erfolgt – unabhängig von der Wertung, sowie Aussagen über Spielarten und Spielszenarien.
	Haltung zum Prototyp	Emotionale und bewertende Reaktionen auf den Prototypen vor dem Spielen	Codiert werden alle Passagen, in denen eine Bewertung der Spielelemente des Prototyps enthalten. Dabei werden Aussagen bezüglich der emotionalen Haltung festgehalten.
	Rollenwahrnehmung	Wahrnehmung der eigenen Rolle in der Beziehung sowie im Spiel im Kontext des Spannungsfeldes zwischen Verführen und verführt werden sowie dem damit verbundenen Erleben und Erwartungen	Kodiert werden Aussagen zur erlebten oder gewünschten Rolle in der Beziehung und im Spiel sowie zur Bewertung dieser Rolle und die damit verbundenen Erwartungen an sich oder an den anderen Part.
	Rolle im Kontext der Sex-initiierung	Selbstwahrnehmung der eigenen Rolle bei der Initiierung von Sexualität in der Beziehung sowie die Beschreibung der Umstände, unter denen Sex initiiert wird.	Kodiert werden Aussagen, die darauf hinweisen, ob Sex eher aus eigenem Lustempfinden oder zur Stärkung der Beziehung initiiert wird.
	Begehren	Wahrnehmung und Erleben von sexuellem Begehren, differenziert nach verschiedenen Formen und Dimensionen des Begehrens	Kodiert werden Aussagen zu unterschiedlichen Aspekten sexuellen Begehrens, wie Körperwahrnehmung,

		gemäss dem Sexocorporel-Konzept. Mehr Details sind in der Auswertungstabelle zu finden.	koitales Begehren, Begehren nach Entladung, Begehren nach Distanz und Differenz, Anziehungscodes sowie nicht-sexuelle Formen des Begehrens.
	Kommunikation Wunschäusserung, Vertrauen in der Beziehung sowie Rückmeldungen	Wahrnehmung und Beschreibung der eigenen Rolle im kommunikativen Austausch innerhalb der Beziehung. Dies umfasst sowohl die Gesprächsinitiative (z. B. zuhören vs. ansprechen) als auch die Art der Wunschäusserung und die damit verbundenen Gefühle sowie das Erleben von Vertrauen im Zusammenhang mit Kommunikation.	Kodiert werden Aussagen, in denen die befragte Person ihre kommunikativen Handlungen, Haltungen oder Gefühle beschreibt – insbesondere im Hinblick auf Gesprächsverhalten, Ausdruck von Wünschen und das Erleben von Vertrauen in der Beziehung.
	Verführung	Sämtliche Strategien, die eine Person anwendet um den Partner/Partnerin für sein Projekt zu gewinnen.	Kodiert werden Aussagen, in denen Personen beschreiben, wie sie versucht haben, die andere Person für sich oder ein gemeinsames Erlebnis zu gewinnen. Ebenso werden Aussagen erfasst, die auf eine Hemmung oder bewusste Vermeidung von Verführung hinweisen, insbesondere im Kontext des Dates, sowie das Bewusstsein über AntiVerführer*inische Handlungen. Alles im Kontext des Dates
	Rückmeldung zum Spiel und dessen Elementen	Wahrnehmung und Bewertung der Spielstruktur sowie einzelner Elemente wie Anleitung, Zusatzbriefe, Kärtchen oder Ablauf.	Kodiert werden Aussagen, in denen Personen beschreiben, wie sie einzelne Bestandteile des Spiels erlebt haben – etwa als hilfreich, unklar, überraschend, störend oder inspirierend. Auch konkrete Rückmeldungen zur

			Verständlichkeit, Gestaltung oder Wirkung einzelner Elemente werden erfasst.
--	--	--	--

Tabelle 2: Kategorisierung der erhobenen Inhalte

In einem weiteren Schritt wurden weitere Kategorien gebildet, die eine differenzierte Analyse der Hauptkategorien ermöglichen und zur präziseren Erfassung inhaltlicher Feinabstufungen notwendig waren.

Kategorie	Weitere Kategorien, welche aus den Hauptkategorien entstanden sind
Rollenwahrnehmung	In der Beziehung im Kontext von Verführung Im Spiel (eingenommene Rolle) Erwartungen im Kontext der eingenommenen Rolle in der Beziehung und im Spiel.
Begehren	- Begehren im Kontext der Körperwahrnehmung - Sexuelles Begehren - Koitales Begehren - Begehren nach Entladung - Erotisierung der Distanz - Erotisierung der Differenz - Attraktionscodes - Weitere Formen des Begehrens
Kommunikation Wunschsäusserung, Vertrauen in der Beziehung sowie Rückmeldungen	- Kommunikation allgemein - Kommunikation im Kontext der Wunschsäusserung - Kommunikation und Vertrauen

Tabelle 3: Weitere Kategorien zur Ergänzung und Erweiterung der Hauptkategorien

Weitere Kategorien, welche sich implizit ergeben haben, sind die Erkenntnisse der Teilnehmenden sowie das Thema Druck im Kontext der verführenden Rolle.

6.2 Auswertung der Kategorien

Anhand der Inhalte der Interviews haben sich für die Kategorien unterschiedliche Unterkategorien für die Auswertung ergeben, welche teils tabellarisch, teils im Fliesstext zusammentragen lassen.

1. Kategorie: Bedeutung des Spielens für die Probanden – allgemein

Personen	Spielmotivation	Spielkontext	Partnerschaftlicher Bezug
----------	-----------------	--------------	---------------------------

P1A	Mitmachen, aber nicht zentral	Gelegentlich im Freundeskreis	Kaum vorhanden
P1B	Freude an Strategie, Wettbewerb	Freundeskreis (männlich)	Kaum, da keine geteilten Interessen
P2A	Komplexität schreckt ab	Kein aktiver Spielkontext ausser es handelt sich um Paarspiele	Keine
P2B	Vielfältige Spielarten, Neugier	Freunde, Familie, Partnerin	Stark vorhanden (Paarzeit)
P3A	Gemeinschaft, Variation	Familie, Freunde, Partnerin	Funktional vorhanden (Rätsel, Sport)
P3B	Freude, Leichtigkeit	Partnerin, Familie	Stark vorhanden

Tabelle 6: Bedeutung des Spielens für die Probanden – allgemein

5 von 6 Personen äussern sich positiv über das Spielen, wenn auch mit unterschiedlicher Intensität. 4 von 6 Personen erwähnen explizit, dass sie gelegentlich oder regelmässig mit ihrem Partner/ihrer Partnerin spielen.

2. Kategorie: Haltung zum Prototyp

Person	Emotionale Haltung / Bewertung	Wiederspielwunsch	Spielhäufigkeit	Kommentar
P1A	Positive Atmosphäre, entspannte Stimmung, Spiel wurde als angenehm erlebt	Ja	1x	Würde es gerne nochmals spielen
P1B	Freute sich auf das Spiel, war neugierig	Ja	1x	Nur Bewertung, keine Aussage zur Häufigkeit
P2A	Spiel wird gerne gespielt, Vergleich mit ähnlichen Spielen, eher leichte Stimmung	Ja	1x	Kennt ähnliche Spiele, spielt diese gerne
P2B	Sehr positiv, war neugierig, hebt Widerspielwert hervor, reflektierender Charakter betont	Ja	1x	Würde gerne wieder spielen, Zeitmangel als Hindernis
P3A	Sehr positiv, offen, probiert gerne aus	Ja	1x	Allgemeine Offenheit ausgedrückt
P3B	Sehr positiv, neue Dinge auszuprobieren sei spannend und reizvoll	Ja	1x	Bewertung bezieht sich auf Reiz des Neuen

Tabelle 7: Haltung zum Prototyp

Alle Personen äussern, dass sie das Spiel wieder spielen möchten. Alle Personen haben das Spiel 1 x in einer Rolle gespielt.

Alle 6 Personen bewerten den Prototyp emotional positiv. Es fällt auf, dass besonders Offenheit, Freude, Neugier und Entspannung dominieren.

3. Kategorie: Rollenwahrnehmung in der Beziehung

Person	Rolle	Selbstwahrnehmung	Bewertung / Wunsch
P1A	Eher Geniesserin	Häufig der Partner initiiierend, da eigene Lust geringer ist	Würde Rollentausch gutheissen, fühlt sich sonst passiv
P1B	Verführer	Hat mehr Lust, ist initiativ	Geniesst Rolle, wünscht sich mehr Initiative der Partnerin
P2A	Aktiv (Verführerin & Führende)	Initiativ, kreativ, kommunikativ	Positiv, fühlt sich wohl in führender Rolle
P2B	Beide	Gleichgewicht, ergänzt sich	Beide Anteile vorhanden – situationsabhängig
P3A	Geniesserin	Anfangs passiv, kann sich hingeben	Ist zufrieden, kann auch aktiv sein wenn es sich lohnt
P3B	Beide	Je nach Situation, Wohlbefinden	Geniesserrolle einfacher, aber beides schön

Tabelle 8: Rollenwahrnehmung in der Beziehung

4. Kategorie: Rollenwahrnehmung im Spiel

Person	Rolle im Spiel	Selbstwahrnehmung	Bewertung / Erleben
P1A	Verführerin	Empfand es als schön, Tempo zu bestimmen	Herausfordernd wegen innerem Druck
P1B	Geniesser	Fand es schön, passiv zu sein	Aktiv daran erinnert, passiv zu bleiben
P2A	Geniesserin	Im Mittelpunkt, aber ungewohnt	Rolle brachte Herausforderung beim Abwarten
P2B	Verführer	Aktiv und initiativ	Positiv, Gedanken gemacht zur Umsetzung,
P3A	Geniesserin	Wohlgefühl	Neutral bis positiv

P3B	Verführer	Positiv, bewusst etwas Gutes tun	Herausforderung durch Erwartungsdruck
-----	-----------	----------------------------------	---------------------------------------

Tabelle 9: Rollenwahrnehmung im Spiel

5. Kategorie: Erwartungen im Kontext der eingenommenen Rolle in der Beziehung und im Spiel

Person	Erwartungen an sich selbst	Erwartungen an den Partner	Bewertung / Reflexion
P1A	Gut machen, Freude bereiten, Plan haben	Vermutet: Lust, sexuelle Erwartung	Druck empfunden
P1B	Keine konkreten Erwartungen	Dass Partnerin führt und offen ist	Erinnerte sich daran, passiv zu bleiben
P2A	Rücksicht, gnädig sein, Geduld	Überraschung, Umsetzung	Überraschung 5/10, Umsetzung 7/10
P2B	Viel & gut machen, Bedürfnisse berücksichtigen	Vermutet: Partnerin will sehen, dass er sich bemüht	Will nächstes Mal mehr ins Setting investieren
P3A	Keine grossen Erwartungen	Das sie präsent ist	Offen, neugierig, akzeptierend

Tabelle 10: Erwartungen im Kontext der eingenommenen Rolle in der Beziehung und im Spiel

3 Personen haben die Rolle zwischen Beziehung und Spiel getauscht: P1A, P1B, P2A

Diese Personen erleben das Spiel als Raum, um Rollen auszuprobieren, was teils Entlastung, teils Herausforderung bedeutet. 1 Person ist kongruent geblieben: P3A Fühlt sich stabil und wohl in der gleichen Rolle, geniesst die Konsistenz.

2 Personen zeigen Flexibilität mit teils kongruenten, teils getauschten Rollen: P2B, P3B

Sie fühlen sich wohl mit situativem Rollenwechsel und schätzen die Vielfalt der Erfahrungen.

Druck wurde in der verführenden Rolle 4 × erwähnt, hingegen in der geniessenden Rolle 2 × – besonders im Spielkontext, wo Rollen getauscht wurden oder als ungewohnt erlebt wurden.

6. Kategorie: Rolle im Kontext der Sex-initiierung

Person	Wer initiiert eher?	Hauptmotiv Sexinitiation für	Rolle (aktiv/passiv)
P1A	Partner	Fürsorge, Beziehungspflege	Passiv

P1B	Beide (sie aus Fürsorge, er aus Lust)	Lust (eigene) / Fürsorge (Partnerin)	Aktiv
P2A	Partner (aktuell)	Fürsorge (aktuell), früher Lust	Aktiv (früher), aktuell passiver
P2B	Beide, eher er passiv	Lust	Passiv
P3A	Keine Angabe	—	—
P3B	Keine Angabe	—	—

Tabelle 11: Rolle im Kontext der Sex-initiierung

Fürsorge als Hauptmotiv wurde klar bei P1A und P2A benannt. P1A beschreibt, dass sie oft einsteigt, „fürs Team“ (Siehe Interviews), obwohl sie wenig eigene Lust empfindet. P2A sieht die Sexualität derzeit als „Notwendigkeit“ zur Stabilisierung der Beziehung, wegen Libidoverlust.

Lust als Hauptmotiv ist deutlich bei P1B und P2B. P1B beschreibt seine Initiation aus eigener Lust, erkennt aber, dass sie eher fürsorglich handelt. P2B spricht von einem ausgeglichenen Verhältnis.

7. Kategorie: Begehren im Kontext der Körperwahrnehmung

Person	Zeitpunkt	Körperliche Wahrnehmung	Emotionale/mentale Wahrnehmung	Weitere Besonderheiten
P1A	Allgemein	Körperliche Lust spürbar mit Feuchtigkeit	Lust eher situativ, nicht durch Fantasie	Lust entsteht v.a. während des Zusammenkommens
	Während Date	Lust entwickelt sich beim Kontakt	Unsicherheit im Vorfeld, Klarheit durch Interaktion	Frage „Will ich Sex?“ ist schwer zu beantworten
P1B	Allgemein	Kribbeln, v.a. im Genitalbereich	Vorfreude, Zustand des „Im-Moment-Seins“	Lust spontan, Verführung spielt wenig Rolle
P2A	Allgemein	Appetit im Becken, Bauch, Hals; Adrenalinschub	Lust als „Kick“, starke Vorfreude	Starke Körperemotion, mit Überraschung verglichen
	Während Date	Erregung im Brustbereich	Kindliche Freude, Aufregung	Klarer Auslöser (Schlüsselziehen + Grinsen)
P2B	Allgemein	Brust, Genitalbereich, Kopf – je nach Art der Lust	Nähe = warm/zärtlich, Trieb = wild/animalisch	Zwei Qualitäten: liebevoll vs. animalisch
	Vor dem Date	Vorstellung und Planung erzeugen Lust	Gedankliche Auseinandersetzung als Auslöser	Lust baut sich über Vorfreude auf
	Während Date	Intensiv durch Gespräche über Karten (Spiel)	Konkrete Vorstellung verstärkt Erregung	Erregung bei gezieltem Austausch über Fantasien

P3A	Allgemein	Becken/Vulva am intensivsten, manchmal ganzer Körper	Gedanken an Szenen, durch Tanzen, Filme, Sport, Entspannung	Verschiedene Auslöser wie Berührungen oder visuelle Reize
	Vor dem Date	Neutral	Keine spezifische Erwartung	Keine Vorfreude wahrnehmbar
	Während Date	Lust sofort da durch Berührung nach Rätsel	Intensives Wahrnehmen von Berührung	Spontane körperliche Reaktion
P3B	Allgemein	Je nach Situation unterschiedlich	Energie, Bilder, Fantasien je nach Kontext	Lust abhängig von Moment, nicht konstant
	Vor dem Date	Keine	Erwartungslosigkeit bewusst gewählt	Enttäuschung vermeiden
	Während Date	Kaum, da Stimmung nicht knisternd	Kinder haben gestört	Lust blieb verhalten

Tabelle 12: Begehren im Kontext der Körperwahrnehmung

Die Wahrnehmung sexueller Lust wird auf Grundlage der Aussagen der Teilnehmenden in zwei Kategorien unterteilt: *gut* und *eingeschränkt*. Diese Differenzierung orientiert sich daran, ob die Personen in der Lage sind, spezifische Körperregionen zu benennen und diese mit qualitativen Empfindungen zu beschreiben. Eine detaillierte, differenzierte Darstellung körperlicher Reaktionen spricht für eine gute Wahrnehmung, während vage oder kaum beschriebene Empfindungen auf eine eingeschränkte Körperwahrnehmung hinweisen.

Gute Wahrnehmung: klare, differenzierte körperliche Beschreibungen (z. B. genaue Körperregionen, Empfindungsqualität, Veränderung über Zeit)

Eingeschränkte Wahrnehmung: vage, allgemeine oder kaum vorhandene Angaben zur körperlichen Wahrnehmung

Zwei Drittel der Personen (4 von 6) nehmen ihre körperlichen Lustsignale differenziert und bewusst wahr.

Ein Drittel beschreibt ihre körperliche Lust nur vage oder abhängig vom Moment.

Viele der befragten Personen berichten, dass sie vor einem Date eher wenig Lust verspüren, diese sich jedoch im direkten Kontakt mit der anderen Person zunehmend aufbaut. Für einige entsteht Lust überhaupt erst im gemeinsamen Zusammensein – beispielsweise bei P1A oder P3A. Bei P2B zeigt sich, dass bewusste Planung und das Erzeugen von Vorfreude, etwa durch ein Überraschungsdate, wie die Lust bereits im Vorfeld aktivieren können.

Im Anschluss an das Date äussert sich lediglich eine Person (P3B) konkret zu Nachwirkungen. Dabei beschreibt sie jedoch keine direkte körperliche Lust, sondern vielmehr ein Interesse an zukünftigen Erfahrungen.

8. Kategorie: Sexuelles koitales Begehren

Zwei Drittel der befragten Personen äussern explizit ein sexuelles Begehren mit Bezug auf Penetration oder Aufnahme – häufig im Kontext von Spiel, Intimität oder konkreten Fantasien. Dieses Begehren zeigt sich z. B. durch Vorfreude auf das Eindringen (P1B, P2B), bewusste Erwartung während des Dates (P2A) oder auch durch die Kombination von Berührung und innerem Spüren (P1A).

Ein Drittel (P3A, P3B) beschreibt zwar entstehende Lust oder Fantasie, äussert jedoch kein konkretes Begehren in Bezug auf Penetration.

9. Kategorie: Begehren nach Entladung

Die Hälfte der befragten Personen (3 von 6) äussert ein klares Begehren nach dem Erleben eines sexuellen Höhepunkts während des Spiels. Dabei wird das Thema teils mit Selbstverständlichkeit (P2A), teils mit bewusster Vorfreude (P1B) oder als selbstverständlicher Bestandteil des sexuellen Erlebens (P2B) angesprochen.

Zwei Personen (P1A, P3B) äussern kein Verlangen nach einem Orgasmus im Kontext des Spiels, und bei einer Person (P3A) fehlt eine entsprechende Aussage.

10. Kategorie: Erotisierung der Distanz

Drei von sechs Teilnehmenden (P1A, P2B, P3A) berichten von einer spürbaren erotischen Aufladung der Distanzphase. Aus den Interviews lässt sich zusammenfassend sagen, dass die Distanz Vorfreude, Spannung oder den Reiz des Ungewissen hervorbrachte.

Die anderen drei (P1B, P2A, P3B) berichten keine erotische Erwartung, bedingt durch organisatorische Umstände oder Zeitmangel. Dabei äussert P3B ein mögliches Potenzial, dass bei besserer Planung Vorfreude hätte entstehen können.

11 Kategorie: Erotisierung der Differenz

Persoen	Bewertung der Differenzen	Positiv / Negativ	Begründung / Fundstelle
P1A	Differenzen als herausfordernd, aber handhabbar	Neutral bis eher negativ	Unterschiedliche Bedürfnisse bedeuten, dass P1A mehr planen muss, „ist nicht so natürlich“ (Z. 125)
P1B	Bewusst, aber schwierig zu akzeptieren	Eher negativ	Unterschiedliche Liebessprachen als schwierig, wünscht sich gleiche Bedürfnisse (Z. 28, 30)
P2A	Unterschiedliche Persönlichkeiten sind manchmal anstrengend, aber auch bereichernd	Gemischt, eher positiv	Differenzen „bringen runter“, aber auch „sehr schön“ und schätzt den selbstbewussten Partner (Z. 168–174)
P2B	Differenzen sind spannend und machen Beziehung aus	Deutlich positiv	Differenzen sind der Grund für Spannung und machen die Beziehung interessant (Z. 73, 104)
P3A	Keine Antwort	—	—
P3B	Differenzen erhöhen Spannung leicht	Eher positiv	Spannung durch Differenzen leicht erhöht (Z. 109)

Tabelle 13: Erotisierung der Differenz

2 von 5 Personen (P2B, P3B) bewerten die erotisierte Differenz eher positiv als Quelle von Spannung und Anziehung. 2 von 5 Personen (P1A, P1B) empfinden die Unterschiede eher negativ, weil sie Planung und Akzeptanz erfordern und manchmal als Belastung empfunden werden. 1 Person (P2A) beschreibt ein ambivalentes Bild, das sowohl Vor- als auch Nachteile sieht.

12. Kategorie: Wahrnehmung der Attraktionscodes

Personen	Wahrnehmung am Partner allgemein	Während des Dates	Nach dem Spiel
P1A	Kommunikation anziehend, körperlich stabil, nichts Neues	Nicht explizit erwähnt	Wahrnehmung bleibt gleich
P1B	Kommunikationsfähigkeit geschätzt, andere Merkmale zweitrangig	Nicht erwähnt	Fokus auf Kommunikation bleibt
P2A	Geruch sehr attraktiv	Selbstbewusst, vermittelt Sicherheit	Wahrnehmung bestätigt
P3A	Körperlich vital, muskulös, führt, sinnlich	Eigenschaften bekannt, bestätigt	Wahrnehmung unverändert, bestätigt
P3B	Geniesst geführt zu werden, Unsicherheit reizvoll	Nicht erwähnt	Anziehung und Spannung steigen

Tabelle 14: Wahrnehmung der Attraktionscodes

1 von 4 Personen (P3A) hat keine Äusserung zur Zunahme der Anziehung gemacht (keine Veränderung oder keine Aussage dazu).

1 von 4 Personen (P1A) beschreibt die Anziehung als neutral/gleichgeblieben („nichts Neues dazugekommen“).

2 von 4 Personen berichten von einer Bestätigung oder Zunahme der Anziehung nach dem Spiel.

13. Kategorien: Weitere Formen des Begehrens

P2A: Wunsch nach dem „Liebespaar-Sein“ ausserhalb von „Alltag“, „Haushalt“ und „Kindern“ (siehe Transkript, Z. 128); Wunsch nach „Nervenkitzel“ (siehe Transkript, Z.197)

P3A: Wunsch nach „gemeinsam verbrachter Zeit“, in der Alltagspflichten („Putzen, Organisieren“) aussen vor bleiben, eine „Parallelwelt“ nur für das Paar (siehe Transkript, Z.120).

P3B: Wunsch nach besserem Verständnis für die Partnerin (siehe Transkript, Z. 121).

P1B: Keine weiteren Begehrensformen geweckt.

14. Kategorie: Kommunikation in der Beziehung allgemein

P1A: Beschreibt sich als „zuhörende“ Person (siehe Transkript, Z. 211). Ihr Zuhören basiert auf dem „Gefühl helfen zu wollen“ (siehe Transkript, Z. 217).

P1B: Gibt an, eher derjenige zu sein, der Gespräche beginnt. Ergänzend beschreibt er beide als „gute Zuhörer“(siehe Transkript, Z. 51)

P2A: Äussert sich nicht zur Gesprächsinitiative, beschreibt jedoch ausführlich nonverbale Kommunikation. Erwähnt, dass der Partner durch „Schmollen“ (siehe Transkript, Z. 305) Stimmung zeigt. Sie spricht von wiederkehrenden nonverbalen „Missverständnissen“ (siehe Transkript, Z.309).

P2B: Beschreibt sich als zurückhaltend in der Gesprächsinitiative. Er spricht selten über eigene Erlebnisse, geht aber auf das Gesagte des Gegenübers ein (siehe Transkript, Z. 167). Zur „nonverbalen Kommunikation“ sagt er, dass er auf „nichtsexueller Ebene“ vorwiegend verbal kommuniziert, während auf „sexueller Ebene“ auch nonverbale Mittel wie „Kleidung“ oder „Raumgestaltung“ zum Einsatz kommen können (siehe Transkript, Z. 123).

P3A / P3B: Es liegen keine Aussagen zur Kommunikationsrolle oder nonverbalen Kommunikation vor.

15. Kategorie: Kommunikation und Wunschäusserung

Person	Wesentliche Punkte zur Wunschäusserung
P1A	Spricht Wünsche meist verbal aus, sexuelle Wünsche sind schwerer; Wunschäusserung meist einfach, sexuell eher „überfordernd“ (siehe Transkript Z. 164), „da sie nicht so klar sind“ (siehe Transkript, Z.160); will eigene Vorlieben besser verstehen.
P1B	Wünsche werden klar und direkt verbalisiert; bei sexuellen Wünschen „eher vorsichtig, um keinen Druck aufzubauen“ (siehe Transkript Z.36) ; fühlt sich mit direkter Kommunikation wohl.
P2A	„Muss“ Wünsche aussprechen, siehe Transkript Z. je nach Thema leichter oder schwieriger; kennt Widerstände beim Wunsch
P2B	Spricht Wünsche je nach Situation aus; bei Themen die „Unbehagen auslösen können“ (siehe Transkript Z. 121) schwieriger.
P3A	Nutzt Sprache und Körpersprache; fühlt sich meist gut, manchmal angespannt; nimmt „Risiko“ bewusst in Kauf siehe Transkript Z.132).
P3B	Spricht Wünsche offen an; bindet sie „aktiv“ in Sexualität ein; generell sehr „offene“ Kommunikation siehe Transkript Z. 130-133).

Tabelle 15: Kommunikation und Wunschäusserung

16. Kategorie: Kommunikation und Feedbackkultur

Person	Empfohlenes Feedback nach dem Spiel	Allgemeine Feedbackkultur in der Beziehung
P1A	Ja, eher „kurz“; je nach Situation mehr siehe Transkript Z. 203)	Gibt Rückmeldung, „übt“ noch. Versucht Feedback „umzusetzen“ oder nimmt es als „Kompliment“ an (siehe Transkript Z.203-205)
P1B	Ja, z. B. dass es „gefallen hat“ (siehe Transkript Z. 48)	Feedback ist „selten“, aber wird als schön empfunden. Wünsche werden klar ausgesprochen (siehe Transkript Z. 47)
P2A	Ja, direkt nach dem Spiel & beim Date (siehe Transkript Z. 288-295)	Sehr etabliert: Wöchentliches „Badewannen-Date“ zur Rückmeldung und Reflexion. Wichtig für Beziehung (siehe Transkript Z. 273)

P2B	Ja, „kurze Rückmeldung“ nach dem Date erhalten (siehe Transkript Z. 198)	Offen für Feedback, bevorzugt klare Kommunikation bei Problemen, spricht Dinge direkt an (siehe Transkript Z.198)
P3A	Ja, mitgeteilt, dass es „intensiv“ war (siehe Transkript Z. 166)	Gibt direkte Rückmeldung (z. B. bei Schmerz), auch emotionale Eindrücke werden geteilt siehe Transkript Z. 158)
P3B	Nicht explizit erwähnt	Rückmeldung erfolgt durch „Gespräche“, Gesten und nonverbale Hinweise in der Sexualität (Z.b. intensive Berührungen durch Aussprechen oder dem Atem)(siehe Transkript Z.163)

Tabelle 16: Kommunikation und Feedbackkultur

5/6 Personen äussern, direktes Feedback nach dem Date gegeben zu haben. Die Aussagen von P3B, welche schriftlich erfolgten, können nicht verwendet werden, da sie unverständlich sind.

17. Kategorie: Verführung

Person	Verführungsverhalten während des Dates	Reflexion des eigenen Verführungsverhaltens
P1A	„Massierend“, „abwechselnder Druck“, keine „Forcierung“ (siehe Transkript Z.183)	Wird sich über antiverführerisches Verhalten während des Interviews aktiv „bewusst“ (siehe Transkript Z. 197)
P1B	Keine Aussage	Erkennt geringen Stellenwert von Verführung in der eigenen Sexualität, da Lust sehr „spontan“ ist (siehe Transkript Z. 43)
P2A	Subtile Hinweise („Rabattgutschein, Bild/Text“), „stichelnd“, auf „Vorfreude“ ausgerichtet (siehe Transkript Z. 260)	Keine Aussage
P2B	Nähe durch Körperkontakt („Umarmung, Krabbeln“) (siehe Transkript Z. 149)	Erkennt Notwendigkeit der „Vorbereitung“ (siehe Transkript Z. 47)
P3A	„Klare Worte“, „Blickkontakt“, „Berührungen am Arm“ (siehe Transkript Z. 144)	„Klare Worte“ (siehe Transkript Z.141)
P3B	„Stressfreies, entspanntes und wohliges Ambiente“ (siehe Transkript Z.145)	„Ansprechen“, teils „subtil“ durch „neckische Andeutungen“ (siehe Transkript Z. 142)

Tabelle 17: Verführung

P1A, P2A, P2B und P3A/B reflektieren ihre Rolle in der Verführung bewusst (P1A).

Viele Teilnehmende nutzen Berührungen, Atmosphäre oder kleine Gesten, um Verführung einzuleiten (z. B. Massageöl, Blickkontakt, Dekoration).

Auch antiverführerische Aspekte (z. B. Ablenkung durch Handy, emotionale Distanziertheit – P2A) werden erkannt und benannt (P2).

18. Kategorie: Rückmeldung zum Spiel

Hauptaussage der Rückmeldung	Anzahl spezifischer Rückmeldungen	Konkrete Aussagen
Positive Gesamtrückmeldung zum Spiel (direkt oder indirekt)	6 von 6	Spannend (P1A) (siehe Transkript Z.97) Hilfreich (P2A) (siehe Transkript Z. 241)
Spiel war gut verständlich strukturiert	4 von 6	Verständliche Anleitung, klare Struktur, Überraschungselemente geschätzt (P1A) (siehe Transkript Z. 271)
Karten als teils repetitiv wahrgenommen	4 von 6	Besonders das Thema Kochen wurde mehrfach als zu häufig kritisiert. P3A, P2B, P1B, P2A (Siehe Tabelle, Auswertung nach Mayring, S.53-59)
Karten als anregend / hilfreich für Gespräche erlebt	5 von 6	Insbesondere die Ambiance- und Fantasie-Karten wurden als inspirierend erlebt (P2A) (siehe Transkript Z. 350)
Wunsch nach mehr sexuellen / expliziten Karten geäußert	3 von 6	Besonders von P1B und P2A explizit angesprochen (Siehe Tabelle Auswertung nach Mayring im Anhang, S.54-55)
Zusatzbriefe als hilfreich bewertet	4 von 6	Besonders im Hinblick auf Reflexion, Kommunikationsfehler (P3A)(siehe Transkript Z.223)

Tabelle 18: Rückmeldung zum Spiel

Die Rückmeldungen der Teilnehmenden fielen insgesamt positiv aus. Das Spiel wurde als bereichernd, anregend und hilfreich beschrieben – insbesondere im Hinblick auf neue Einsichten über sich selbst (P1A), den Partner (P1A) oder die Beziehung (P2) gewertet werden kann. Einige berichteten, dass sich durch das Spiel alte Wünsche reaktivierten (P2A, siehe Transkript Z. 241) oder Veränderungen in der Partnerschaft bewusst wurden (P2A, siehe Transkript Z. 354).

Die Spielanleitung wurde als klar und verständlich empfunden. Die visuelle Gestaltung mit „Symbolen“ erleichterte die Orientierung und regte zur Reflexion an, besonders bei P1 und P2 (siehe Transkript, Z. 257 von P1A und Z. 18 von P2B).

Das Öffnen persönlicher Briefe und das überraschende Moment einzelner Elemente wurden als besonders gelungen beschrieben (siehe Transkript Z. 271, von P1A).

Kritisch angemerkt wurden die teils als repetitiv empfundenen Karten, insbesondere rund um das Thema „Kochen“. Mehrere Personen wünschten sich mehr sexuelle oder fantasievolle Inhalte. Ergänzend wurden „Blanko-Karten“ vorgeschlagen, um eigene Ideen einbringen zu können (siehe Transkript Z. 61.64 von P1B).

Die Zusatzbriefe wurden als „hilfreich“ erlebt, auch wenn sich nicht alle im Nachhinein an den Inhalt erinnerten. Konkrete Umsetzungsbeispiele wurden als hilfreich angeregt, insbesondere für weniger kreative Spielende.

Insgesamt wurde das Spiel als flexibel einsetzbar erlebt – geeignet für verschiedene Beziehungsphasen. Die Teilnehmenden betonten, dass sowohl glückliche als auch unsichere Paare davon profitieren können. Mehrere Paare äusserten den Wunsch, es erneut zu spielen oder individuell weiterzuentwickeln (siehe Transkript Z. 226 von P2B).

19. Kategorie: Erkenntnisse der Teilnehmenden (implizite Kategorie)

Bei Paar 1 führte das Spiel zu einer verstärkten Auseinandersetzung mit den eigenen und den gegenseitigen Wünschen. P1A reflektierte darüber, wie sie künftig „bewusster“ (Transkript, Z. 95, P1A) auf die Wünsche ihres Partners eingehen könne und überlegte, Rollen innerhalb der Beziehung „gezielt zu verteilen“ (Transkript, Z. 95, P1A). Dabei wurde deutlich, dass bestimmte Themen, die zuvor wenig Beachtung fanden, nun in den Fokus rücken und langfristig bearbeitet werden sollen (Transkript, Z. 95, P1A). Ebenfalls entdeckte die Probandin P1A durch die Kartenauswahl „unerwartetes“ (Transkript, Z. 191, P1A), was sie sich vorgenommen hat, mit ihrem Partner zu besprechen. Eine weitere Erkenntnis war, dass sie durch die „Verführende Rolle“ die Liebessprache des Partners so umsetzen konnte, dass es ihr auch Freude machte, obwohl es nicht ihrer eigenen Liebessprache entsprach (Transkript, Z. 137, P1A). P1B berichtete, dass durch das Spiel ein stärkeres Bewusstsein dafür entstand, was im partnerschaftlichen Miteinander bereits „gut funktioniert“ (Transkript, Z. 25, P1B). Diese positive Rückschau führte zu einem Gefühl von Zufriedenheit. Darüber hinaus nahm sich P1B vor, konkrete Themen – etwa den Austausch über „sexuelle Fantasien“ – aktiv anzusprechen (Transkript, Z. 25, P1B). Beide äusserten den Wunsch, Impulse aus dem Spiel bewusster in den Alltag zu integrieren (Transkript, Z. 25, P1B).

P2A beschrieb eine spürbare Verschiebung der Prioritäten: Während zuvor vor allem „praktische Unterstützung“ im Familienalltag im Vordergrund stand, entstand nun „Raum für anderes“ (Transkript, Z. 193, P2A). P2A erlebte dabei eine überraschend positive Neubewertung des Partners, insbesondere im Hinblick auf sein „Engagement im Alltag“ (Transkript, Z. 297, P2A). Das Spiel förderte zudem Gespräche über „sexuelle Fantasien“ (Transkript, Z. 336, P2A), die vorher wenig Raum hatten. P2B berichtete, dass das Spiel der Beziehung nach einer herausfordernden Phase wieder einen „sexuellen Anstrich“ (Transkript, Z. 28, P2B) verliehen habe. Darüber hinaus nahm er eine zunehmende „Ruhe“ und „Sicherheit“ in der Beziehung wahr (Transkript, Z. 111, P2B). Beide Partner*innen formulierten die Erkenntnis, dass es wichtig sei, den Partner auch im Verlauf einer langjährigen Beziehung immer wieder „neu kennenzulernen“ und „alte Annahmen zu hinterfragen“ (Transkript, Z. 196, P2B).

Bei Paar 3 stand insbesondere die Auseinandersetzung mit eigenen Erwartungen und der Gestaltung gemeinsamer Erlebnisse im Zentrum. P3A lernte, eigene Vorstellungen „loszulassen“ und dem Partner Freiraum für eigene Interpretationen und Umsetzungen zu geben (Transkript, Z. 53, P3A). Das Spiel weckte darüber hinaus bei P3A die Freude an neuen Erlebnissen – im Sinne von „Mikroabenteuern“ (Transkript, Z. 147, P3A) – und rief den Wunsch wach, „bewusste Paarzeit“ wieder stärker im Alltag zu verankern (Transkript, Z. 214, P3A). Auch P3B nahm sich vor, aktiv zur Beziehungsgestaltung beizutragen, etwa durch „Überraschungen“ oder „gemeinsame Erlebnisse“ (Transkript, Z. 151, P3B). Gleichzeitig gewann er neue Erkenntnisse über die Wünsche und Bedürfnisse seiner Partnerin, insbesondere hinsichtlich des Wunsches nach „verbaler Wertschätzung“ (Transkript, Z. 206, P3B). Beide Partner*innen betonten den Wert „kleiner bewusster Gesten“ und „Rituale“ für die Beziehungsqualität (Transkript, Z. 212, P3B).

20. Kategorie: Druck im Kontext der verführerischen Rolle (implizite Kategorie)

Als Nachtrag zum Interview wurden den Teilnehmenden, welche die verführerische Rolle einnahmen, folgende Fragen nachträglich gestellt:

1. Was hat den Druck in deiner Rolle erzeugt?

P1A: Wahrscheinlich die unausgesprochene Erwartungshaltung. (Ich an mich selbst und die meines Partners an mich, auch wenn's nie bestätigt wurde.) Ich spürte trotzdem, dass das Ziel der Verführung in Sex enden sollte. Auch wenn das Spiel mehrmals erwähnt, dass es um sinnliche Momente geht und nicht per se um Sex.

P2B: Der Druck meiner Rolle als Verführer wurde hauptsächlich durch die Angst ausgelöst, die Erwartungen meiner Partnerin nicht zu erfüllen.

P3B: Vermutlich eine gewisse Erwartungshaltung, obwohl man eigentlich keine haben sollte. Macht man sich trotzdem Gedanken, ob man eine gute Idee hat, ob's für beide stimmt und ob's schön und gut ist?

2. Wie hättest du dir selbst den Druck reduzieren können?

P1A: Nochmals im Gespräch mit meinem Partner abklären, dass es auch sein kann, dass es nicht zu Sex kommt, aber ich denke, ich hätte trotzdem nicht weniger Druck verspürt (also grundsätzlich war da auch nicht viel Druck, der ist vor allem ausserhalb des Spiels vorhanden, bei ungeplanten, unausgesprochenen Alltagssituationen (bspw. beide liegen im Bett, jemand will schlafen, jemand sehnt sich nach Sexkontakt und beide spüren die jeweils andere Haltung)).

P2B: Diese Angst meiner Partnerin gegenüber zu kommunizieren, hätte die Situation entschärfen können.

P3B: Wenn ich keine Erwartungen gehabt hätte. Wenn die Situation zwischen mir und meiner Freundin zu dem Zeitpunkt entspannter und einfacher gewesen wäre.

3. Was hätte das Spiel beitragen können, um den Druck zu reduzieren?

P1A: Ich fand's eigentlich gut, dass extra erwähnt wurde, dass es nichts muss und alles kann. Eine Möglichkeit wäre vielleicht, extra eine Runde explizit ohne Sex einzuplanen. --> weniger Erwartungen, mehr Verlangen wegen "Verbot" vielleicht?

P2B: Vielleicht genau diesen Punkt textlich zu schreiben. Die Rolle des Verführers kann Druck auslösen. Wenn du diesen verspürst, sprich doch mit deiner Partnerin darüber.

P3B: Wenn ich mehr Zeit gehabt hätte oder kein Termin festgelegt gewesen wäre (15 Minuten fürs Vorbereiten für einen spontanen unvergesslichen Moment sind doch eher knapp). Und auch für ein Überraschungsdate ist es so, dass man fast einen Termin vereinbaren muss, wenn man nebenbei noch arbeitet, und das ist für mich manchmal schwierig. Es stresst mich manchmal schon genug, für jemanden ein Geschenk zu einem Termin (Geburtstag oder so) zu organisieren, daher setzt das Spiel mehr keinen Termindruck. Klar ist aber natürlich, dass man es irgendwann sowieso machen wird und möchte, also ist es schwierig.

4. Was hatten die letzten Szenarienkarten in der Endauswahl für einen Einfluss auf deinen Druck bezüglich deiner Rolle als Verführer*in?

P1A: Also, da wir alles recht eng und zeitnah geplant hatten, hatte ich nur begrenzte Zeit zum Vorbereiten und Planen der Szenarien (z. B. kleine Liebesbotschaften oder gute Snacks und Getränke). Dies war evtl. ein gewisser (Zeit)druck, aber war eigentlich auch ok, damit man nicht zur Perfektion oder zum perfekten Zeitpunkt (der nicht kommt) zuwarten kann.

Was aber die Endauswahl angeht, nimmt es auch ein bisschen Druck, da es quasi eine konkretere Anleitung liefert, was sich der Partner wünscht, und das ist supertoll! :)

P2B: Eigentlich keinen.

P3B: Dass ich je nach Karte das gewünschte Szenario in genau dieser Situation, zu diesem Zeitpunkt oder in meiner momentanen Gefühlslage nicht hätte erfüllen können oder wollen.

6.3 Spielgestaltung der Paare

Alle Paare haben den ersten Teil der Spielleitung entsprechend gespielt. Die Rollen wurden verteilt und die Karten entsprechend durchgespielt. Die Varianten im Spielverlauf beginnen bei der ersten Umsetzung im Spiel.

Spielphase	Vorgeschriebener Ablauf	Umsetzung Paar 1	Umsetzung Paar 2	Umsetzung Paar 3
1.Start mit den Karten	Alle Paare bearbeiten den Kommunikationsteil über die Karten.	Wurde wie vorgeschrieben gespielt.	Wurde wie vorgeschrieben gespielt.	Wurde wie vorgeschrieben gespielt.
2.Erste Umsetzung	Direkt nach Kommunikation soll eine Karte von der Geniesser*in für die Umsetzung gewählt werden.	Wurde aus Zeitgründen übersprungen.	Direkt 6 Karten umgesetzt, da diese stimmig erschienen.	Entsprechend der Anleitung umgesetzt (1 Karte).

3.Überra- schungsdate	2 Karten sollten von der Verführenden Person ausgesucht werden und in den nächsten Tagen umgesetzt werden.	Direkt nach Punkt 1 (ca. 2 Std. später) mit 2 Karten gespielt.	Zunächst nicht bewusst, nach Klärung einige Tage später mit 2 Karten durchgeführt.	1 Karte für Überraschungsdate ausgewählt und umgesetzt.
----------------------------------	--	--	--	---

Tabelle 19: Darstellung der Ergebnisse – individueller Spielverlauf pro Paar

7. Diskussion

In diesem Kapitel werden die Ergebnisse der Literaturrecherche und der durchgeführten Interviews zusammengeführt und im Hinblick auf die Beantwortung der Leitfragen diskutiert. Darüber hinaus werden aufgetauchte Zusammenhänge reflektiert und gegebenenfalls neue Fragestellungen aufgegriffen, die sich im Verlauf der Arbeit ergeben haben.

7.1 Beantwortung der Leitfragen

Leitfrage 1: Warum spielen Menschen, und welche Bedeutung hatte und hat das Spiel in zwischenmenschlichen Beziehungen?

Menschen spielen, weil es ein grundlegender biologischer Antrieb ist – vergleichbar mit dem Bedürfnis nach Schlaf oder Nahrung. Spielen tritt vor allem dann auf, wenn sich ein Mensch sicher fühlt und seine Grundbedürfnisse erfüllt sind. In diesem Zustand entsteht ein innerer Freiraum, in dem spielerisches Verhalten möglich wird (Brown 2009, S. 42).

Entwicklungspsychologen wie Freud, Piaget und Wygotski beschreiben das Spiel als ein zentrales Mittel zur Realitätsverarbeitung. Es hilft, innere Konflikte zu bewältigen, Wünsche symbolisch auszuleben und neue Erfahrungen in das eigene Weltbild zu integrieren. Dabei bietet das Spiel einen sicheren Raum, in dem Neues erprobt und gelernt werden kann – ohne reale Konsequenzen (Oerter 2007, S. 13).

Auch aus neurobiologischer Sicht ist das Spiel bedeutsam: Es unterstützt die Bildung neuronaler Verknüpfungen und fördert das Lernen auf eine Weise, die risikofrei ist. Dabei üben wir soziale Interaktionen ein, lernen, Rollen zu übernehmen, und erproben Handlungen in verschiedenen Kontexten – ein zentraler Bestandteil menschlicher Entwicklung (Brown 2009, S. 33–34).

Die Bedeutung des Spiels für zwischenmenschliche Beziehungen ergibt sich unmittelbar daraus. Im Spiel lernen wir Kommunikation, Kooperation, Abgrenzung und Versöhnung – alles wesentliche Fähigkeiten für das soziale Leben in einer Gemeinschaft. Es ermöglicht das Einüben gesellschaftlicher Regeln und fördert ein tieferes Verständnis für das Gegenüber (Brown 2010, S. 31–33).

In Beziehungen kann eine gelebte Spielkultur Nähe, Leichtigkeit und Verbindung schaffen. Spielerische Momente halten Beziehungen lebendig, stärken das Miteinander und schaffen Raum für gemeinsames Erleben. So wirkt das Spiel nicht nur entwicklungsfördernd, sondern auch beziehungsstiftend – und wird zu einem wichtigen Element menschlicher Verbundenheit (Brown 2009, S. 171).

Leitfrage 2: Welche Aspekte des Wissens über die historische Entwicklung des Spiels können in die moderne Spielkonzeption integriert werden?

Von den frühen Hochkulturen bis hin zur Gegenwart lässt sich erkennen, dass das Spiel stets mehr war als blosser Zeitvertreib: Es war und ist Ausdruck kultureller, sozialer, psychologischer und entwicklungsbezogener Prozesse. Diese frühe Vielfalt an Bedeutungen legt nahe, dass moderne Spielkonzepte davon profitieren können, Spiel nicht auf reinen Zeitvertreib zu reduzieren, sondern als bedeutungstragendes Handlungsfeld zu begreifen. In antiken Gesellschaften war das Spiel tief in religiöse Rituale und soziale Strukturen eingebettet. Auch im Mittelalter – trotz kirchlicher Verbote – diente es als Ausdrucksmittel und Mittel der Gemeinschaftspflege. Heute wird das Spiel erneut als kulturelles Medium verstanden, das gesellschaftliche Diskurse aufgreifen und mitgestalten kann (Thole o. J.).

Ein weiterer Aspekt, der aus der historischen Entwicklung für die heutige Spielgestaltung bedeutsam ist, liegt in der Ritualisierung und Strukturierung des Spiels. Schon frühe Spielformen waren durch klare Regeln und symbolische Rahmen geprägt, die einen sicheren Erfahrungsraum schufen. Durch Regeln, Wiederholungen und festgelegte Abläufe entstehen Orientierung, Flow und ein Gefühl von Sicherheit (Huiziga 2009, S. 20).

Daraus ergibt sich eine spannungsreiche Sichtweise: Spiel kann gleichzeitig zweckfrei und zielgerichtet sein. Es bietet die Möglichkeit, Lern- und Bildungsprozesse zu initiieren, ohne seine spielerische Eigenlogik zu verlieren. Indem es als Handlungsfeld gestaltet wird, das durch eigene Regeln und Wiederholungen geprägt ist, kann es zur Entwicklung bestimmter Fähigkeiten oder Haltungen beitragen. Dabei ist die intrinsische Motivation ein zentrales Element für das Kreieren eines spielerischen Anlasses. Wird das Spiel jedoch zu stark mit pädagogischen oder therapeutischen Erwartungen überfrachtet, besteht die Gefahr, dass die spielimmanente Freude und Leichtigkeit verloren gehen. Eine Überfunktionalisierung des Spiels kann die offene Haltung der Spielenden und damit auch deren Engagement und Lernbereitschaft beeinträchtigen. Deshalb ist es wichtig, ein gutes Gleichgewicht zwischen den beiden Elementen zu finden.

Leitfrage 3: Welche Bedeutung hat die Paarkommunikation im Zusammenhang mit dem sexuellen Begehren und den Verführungskompetenzen nach Sexocorporel und wie können diese Erkenntnisse in die Entwicklung eines Spiels integriert werden?

- **Bedeutung der Paarkommunikation im Kontext des Begehrens**

Im Modell Sexocorporel spielt Paarkommunikation eine zentrale Rolle für das sexuelle Begehren, da sie wesentlich dazu beiträgt, die körperlichen und psychischen Voraussetzungen für Begehren herzustellen und zu erhalten. Darüber hinaus ermöglicht Paarkommunikation die erotische Besetzung

von Differenz und Distanz. Im Modell Sexocorporel wird betont, dass das Begehren die Fähigkeit voraussetzt, morphologische Unterschiede zwischen sich und dem Gegenüber erotisch zu nutzen sowie physische oder emotionale Distanz als spannungsvolle und lustvolle Quelle zu akzeptieren. Kommunikation schafft den Raum, um diese Differenzen und Distanzen offen zu verhandeln, sie als Reiz und nicht als Bedrohung zu erleben und so die Lust zu fördern (Voss et al. 2024, S. 129).

Nicht zuletzt wirkt sich Paarkommunikation auf den „Anziehungscode“ aus werden (Voss et al. 2024, S. 57): Durch verbale und nonverbale Signale können Menschen in Beziehungen ihre sexuelle Attraktivität füreinander ausdrücken und bestätigen.

- **Bedeutung der Paarkommunikation im Kontext der Verführungskompetenzen**

Verführung ist laut Sexocorporel Teil der erotischen Kommunikation und sexuellen Gesundheit, mit dem Ziel, gemeinsame oder individuelle sexuelle Bedürfnisse zu erfüllen (Voss et al. 2024, S. 39–59).

Paarkommunikation ist dabei ein wechselseitiger Prozess zwischen mindestens zwei Personen, die Zeichen und Symbole austauschen. Dabei können Missverständnisse entstehen, da gesendete und empfangene Nachrichten unterschiedlich interpretiert werden (Röhner 2014, S. 25–30). Kommunikation umfasst verbale, nonverbale und paraverbale Ebenen, wobei nonverbale Signale wie Mimik, Gestik, Blickkontakt und körperliche Nähe besonders wirkungsvoll sind (Kruse o. J., S. 21).

Eine gelingende sexuelle Kommunikation erfordert spezifische Kompetenzen, die Vertrauen und eine offene Gesprächsatmosphäre schaffen (Bodenmann & Fux, 2021, S. 68). Studien zeigen, dass Paare mit Kommunikationsproblemen häufiger sexuelle Schwierigkeiten erleben (Schönbucher 2007, S. 35) und dass eine Verbesserung der Kommunikation die partnerschaftliche Zufriedenheit erhöht (Mark et al. 2013, S. 3).

John Gottmans Forschung hebt hervor, dass destruktive Kommunikationsmuster wie Kritik, Verachtung, Rechtfertigung und Mauern die Beziehung und sexuelle Nähe gefährden (Gottman 2014, S. 34–39). Solche Muster verhindern Verführungskompetenz, weil sie Nähe und Vertrauen blockieren. Im Gegensatz dazu fördert die Selbstöffnung – das ehrliche und intime Teilen von Gefühlen und Bedürfnissen – emotionale Nähe und schafft eine Grundlage für Verführung und erfüllte Sexualität (Bodenmann & Fux 2021). Die Fähigkeit zur Perspektivenübernahme und zum empathischen Dialog nach Rogers unterstützt Partner dabei, sich besser zu verstehen und gemeinsam sexuelle Bedürfnisse zu erkunden (Röhner, 2012, S. 24–25).

Zusammenfassend ist Paarkommunikation essenziell für Verführungskompetenzen nach Sexocorporel, da sie Vertrauen, Nähe und gegenseitiges Verstehen ermöglicht und somit die Basis für eine lebendige, gemeinsame Sexualität bildet.

- **Implikationen für die Entwicklung eines Spielkonzepts**

Für die Entwicklung eines Spiels, das Paarkommunikation, Begehren und Verführungskompetenzen fördert, lassen sich aus den theoretischen Grundlagen sowie den empirischen Erkenntnissen verschiedene zentrale Implikationen ableiten.

Ein zentrales Element ist die gezielte Schaffung von Kommunikationsräumen. Das Spiel sollte Mechanismen enthalten, die es den Paaren ermöglichen, miteinander in Kontakt zu treten. Durch Gesprächsimpulse können Paare angeregt werden, offen über Wünsche, Grenzen und Fantasien zu sprechen. Dies fördert nicht nur die emotionale Intimität, sondern auch die Fähigkeit, Bedürfnisse klar zu kommunizieren. Auch Selbstöffnung und Empathie sollten als zentrale Elemente integriert werden. Reflexionsfragen oder Satzergänzungen regen dazu an, intime Gedanken, Wünsche oder Unsicherheiten zu teilen. Solche Momente der Offenheit können emotionale Nähe vertiefen und bilden die Grundlage für eine erfüllte sexuelle Beziehung. Spielerische Aufgaben, bei denen sich die Personen in der Rolle des Verführenden erleben, stärken die kreative, körperlich orientierte Auseinandersetzung mit Sexualität. Dabei steht nicht Leistung im Vordergrund, sondern das gemeinsame Entdecken und Gestalten erotischer Begegnungen.

Ein Spiel, das Verführungs Kompetenzen fördern will, sollte jedoch auch die verführte Person darin bestärken, sich als begehrenswert zu erleben. Beide Partner:innen können durch gezielte Impulse ihren sogenannten Attraktionscode aktivieren – etwa durch Kleidung, Blicke, Gestik oder das bewusste Betonen von Merkmalen, die das Gegenüber attraktiv findet. Im Spiel entstehen Kommunikationsräume, in denen diese Signale gezeigt, gespiegelt und wertschätzend benannt werden können.

Auch nonverbale Übungen – wie Blickkontakt, Berührungen oder Körpersprache – fördern die gegenseitige Wahrnehmung und stärken die körperliche Resonanz. Rituale oder kleine Aufgaben können dabei helfen, die sexuelle Anziehung bewusst zu machen und das Begehren füreinander aktiv zu nähren.

Zentral ist ein sicherer, wertschätzender Spielrahmen. Das Spiel sollte destruktive Kommunikationsmuster vermeiden und stattdessen eine offene, humorvolle Atmosphäre schaffen, in der emotionale und sexuelle Nähe entstehen kann.

Leitfrage 4: Welche Theorien unterstützen die Entwicklung eines Spiels, welches das sexuelle Begehren und die Verführungs Kompetenzen fördert?

In dieser Arbeit werden ausgewählte Theorien herangezogen, die die Entwicklung eines Spiels unterstützen, das sexuelles Begehren sowie Verführungs Kompetenzen in Paarbeziehungen fördert. Dabei wurde bewusst auf eine umfassende Darstellung aller bestehenden theoretischen Ansätze verzichtet. Stattdessen lag der Fokus auf Konzepten mit einem starken Praxisbezug sowie auf solchen theoretischen Erkenntnissen, die sich gut in spielerische Elemente überführen lassen.

Ziel war es, Theorien zu integrieren, die eine inhaltliche Auseinandersetzung mit sexuellen sowie Beziehungsbedürfnissen ermöglichen, die spielerische Kommunikation im Kontext von Selbstöffnung fördern und gleichzeitig eine Umsetzungsebene bieten. Das Spiel soll nicht nur zum Austausch anregen, sondern auch konkrete Handlungen und Begegnungen zwischen den Paaren unterstützen.

Ein zentraler Bezugspunkt bildete das Konzept der **Spiepersönlichkeiten nach Stuart Brown**, das unterschiedliche spielerische Zugänge beschreibt. Diese dienten als Inspiration dafür, wie Spielkarten unterschiedliche Typen von Spielern ansprechen und aktivieren können – sei es durch Fantasie, Bewegung, Rollenspiel oder sinnliche Wahrnehmung.

Ebenso einflussreich waren die **«Fünf Sprachen der Liebe» von Gary Chapman**, die als Grundlage dienten, um Bedürfnisse zu erkennen, auszudrücken und besser zu verstehen. Die Spielmechanik sollte es Paaren ermöglichen, sich auf einer für sie stimmigen Ebene zu begegnen, Szenarien zu gestalten, die auf ihre individuelle Beziehung abgestimmt sind, und so den Zugang zu erotischer Spannung zu erleichtern.

Betty Martins Modell des „Wheel of Consent“ ergänzte diesen Ansatz, indem es eine differenzierte Auseinandersetzung mit Wünschen, Grenzen und Konsens ermöglichte. Es regte dazu an, das Geben und Empfangen bewusst zu reflektieren – eine zentrale Voraussetzung für authentische, lustvolle Begegnungen.

Abgerundet wurde die theoretische Grundlage durch die Überlegungen von **Esther Perel**, die den romantisierten Mythos vom spontanen, leidenschaftlichen Sex hinterfragt. Sie betont, dass sexuelles Begehren oft nicht von selbst entsteht, sondern durch Vorbereitung, Fantasie und bewusste Gestaltung angeregt wird. Bereits kleine Handlungen oder Gedanken vor einem Treffen mit einer begehrten Person tragen zur erotischen Spannung bei. Dieser Gedanke floss in das Spiel ein, indem es gezielt Räume schafft, in denen Paare solche vorbereitenden, verführerischen Momente gestalten und bewusst erleben können.

Die Kombination dieser Theorien ermöglichte es, ein Spiel zu entwickeln, das sowohl kommunikative Tiefe als auch sinnliche Erfahrbarkeit miteinander verbindet – mit dem Ziel, Verführungs kompetenz und Begehren nicht nur zu thematisieren, sondern zu gestalten.

Leitfrage 5: Welche Spiele gibt es aktuell auf dem Markt, welche die Paarkommunikation und/oder die Verführung betreffen, und welche konkreten Ziele verfolgen diese?

Wie im *Kapitel «Marktforschung»* dargestellt, existieren bereits einige aktuelle Spiele auf dem Markt, die darauf abzielen, die Kommunikation, das Begehren oder die Verführungs kompetenzen von Paaren zu fördern. Im Rahmen der Recherche konnten zwei Spiele identifiziert werden, die – ähnlich wie das im Rahmen dieser Masterarbeit konzipierte Spiel – alle drei genannten Kompetenzbereiche ansprechen. Im Folgenden sollen zentrale Unterschiede im Aufbau der drei Spiele herausgearbeitet werden.

Kriterium	You & Me	Hot Affair	Prototyp
Spielmechanik	Kartenspiel mit 90 Aufgaben- und 8 Spezialkarten;	Brettspiel: Spielfigur wird über Felder bewegt, Aufgaben und Gesprächskarten werden ausgelost, Intensität steigt mit Spielfortschritt.	Kartenbasiertes Auswahlverfahren: 64 Karten werden schrittweise nach Präferenz reduziert, dann umgesetzt.
	Aufgaben werden abwechselnd gezogen und umgesetzt; Würfel und Sanduhr für Zeitdruck.		

Kriterium	You & Me	Hot Affair	Prototyp
Rollen	Keine festen Rollen, beide Partner ziehen und erfüllen Aufgaben abwechselnd.	Keine festen Rollen, beide Partner setzen Aufgaben gemeinsam um; keine explizite Rollenzuteilung.	Klare Rollenteilung: Verführerin (<i>initiiierend, gebend</i>) und Genießerin (empfangend, wahrnehmend).
Individualisierung	Gering bis mittel: Aufgaben sind vorgegeben, Auswahl erfolgt zufällig durch Ziehen.	Gering: Aufgaben und Herausforderungen werden zufällig ausgelost, Individualisierung nur durch Auswahl der Stufe.	Hoch: Genießer*in wählt gezielt aus 64 Karten, Wünsche und Grenzen werden explizit berücksichtigt.
Kommunikation	Hoch: Viele Karten regen zu Gesprächen und Austausch über Wünsche und Fantasien an.	Mittel: Gesprächskarten und Aufgaben zu Beginn, im Verlauf weniger, Fokus verlagert sich auf Umsetzung.	Sehr hoch: Austausch über Präferenzen, Einschätzungen und Wünsche ist integraler Bestandteil des Auswahlprozesses.
Verführungs-kompetenz	Hoch: Aufgaben und Impulse fördern spielerisch Verführung und Intimität.	Hoch: Aufgaben und Fantasiekarten steigern Verführung, aber ohne gezielte Rollenzuweisung.	Sehr hoch: Verführung wird gezielt durch Rollenklarheit, individuelle Impulse und Überraschungsphasen gefördert.
Begehren	Hoch: Sinnliche und erotische Aufgaben stärken Begehren und Nähe.	Hoch: Steigerung der Aufgabenintensität fördert Begehren im Spielverlauf.	Sehr hoch: Begehren wird individuell und gezielt durch Wunschkarten und bewusste Umsetzung gestärkt.
Phasenstruktur	Einfache Struktur: Aufgaben werden nacheinander abgearbeitet, flexible Dauer.	Progressiv: Aufgaben werden mit Spielfortschritt intensiver, das Spiel gipfelt in der Umsetzung einer Fantasie.	Zweiphasig: 1. Gemeinsamer Spielabend mit Umsetzung einer Lieblingskarte, 2. Überraschungsdate mit Vorbereitung.

You & Me ist besonders für Paare geeignet, die unkompliziert und ohne grosse Vorbereitung mehr Nähe und Kommunikation erleben möchten. Hot Affair punktet mit einem klassischen Brettspiel-Charakter und einer progressiven Steigerung, ist aber weniger individuell und kommunikativ.

Der Prototyp bietet eine hohe Flexibilität und Individualisierung und spricht gezielt Wünsche und Grenzen an.

Leitfrage 6: Wie können Theorien zum sexuellen Begehren und zur Verführung als Erweiterung der Kommunikation unter dem Aspekt des Rollenkonzepts in ein Spiel integriert werden?

Laut Both et al. und dem Modell des Sexocorporel entsteht sexuelles Begehren nicht willentlich, sondern durch die Wahrnehmung (bewusst oder unbewusst) innerer und äusserer Reize (Both et al. 2005, S. 366). Dies kann im Spiel genutzt werden, indem gezielt Sinnesreize, Fantasien oder Fragen zu persönlichen Anziehungscodes angeboten werden. Die Spieler werden durch szenische oder dialogische Elemente dazu angeregt, sich mit ihrem eigenen Begehren und dem des Gegenübers auseinanderzusetzen. So wird das Begehren als individueller, konditionierter Prozess erlebbar.

Verführung kann als kulturell eingebettete, bewusste oder unbewusste Gestaltung erotischer Spannung verstanden (Perel 2017, S. 291–297). Im Spiel kann dies über spielerische Rollenwechsel, symbolische Aufgaben oder Flirtszenarien erfahrbar gemacht werden. Diese ermöglichen ein Ausprobieren und Reflektieren von Verhaltensweisen, auf die Wünsche des Partners und somit auf die Beziehungszufriedenheit. Dabei kann das Spiel gezielt mit Distanz, Differenz und Spannung arbeiten – zentrale Komponenten für das Entstehen von Begehren laut Voss et al. (2024).

Die Wahl oder Zuweisung von Rollen im Spiel kann dabei helfen, starre Beziehungsmuster zu verlassen und neue Ausdrucksformen zu erkunden, was P1A deutlich im Interview äusserte. Rollenspiele ermöglichen es, neue Facetten der eigenen sexuellen Identität oder der partnerschaftlichen Dynamik zu erproben – und fördern dadurch die Erotisierung der Differenz und Distanz, wie im Sexocorporel beschrieben.

Leitfrage 7: Wie erleben Paare die Wirkung eines solchen Spiels bezüglich Kommunikation, Begehren und Verführung?

Die Ergebnisse aus den Interviews zeigen, dass das Spiel ein wirkungsvolles Instrument zur Förderung von Kommunikation, Begehren und Verführungscompetenz innerhalb von Partnerschaften darstellen kann – wenn auch mit individuellen Unterschieden in der Nutzung und Wirkung. Das zeigt sich deutlich in den Interviews.

- **Wirkung des Spiels auf die Kommunikation**

Die Auswertung der Interviews zeigt, dass das Spiel die Kommunikation der Paare auf mehreren Ebenen beeinflusste und teilweise nachhaltig veränderte. Bereits vor dem Spiel zeigten sich unterschiedliche kommunikative Dynamiken: P1A beschreibt sich als „zuhörende Person“ mit dem Wunsch, „helfen zu wollen“ (Z. 211, Z. 217), während P1B häufiger Gespräche initiiert, beide aber als „gute Zuhörer“ sieht (Z. 51). Bei Paar 2 ist nonverbale Kommunikation zentral: P2A erkennt Stimmung am „Schmollen“ des Partners und spricht von „Missverständnissen“ (Z. 305, Z. 309). P2B beschreibt sich als zurückhaltend, kommuniziert im Alltag verbal, in sexuellen Kontexten jedoch eher nonverbal

über „Kleidung“ oder „Raumgestaltung“ (Z. 123). Zu Paar 3 liegen keine Angaben zur Gesprächsinitiative vor.

Beim Thema Wunschaussprechung zeigen sich Unterschiede: P1A formuliert Wünsche meist verbal, empfindet sexuelle Wünsche jedoch als „überfordernd“, da sie „nicht so klar sind“ (Z. 160, Z. 164). P1B fühlt sich mit klarer Kommunikation wohl, agiert bei sexuellen Themen aber „vorsichtig, um keinen Druck aufzubauen“ (Z. 36). P2A betont die Notwendigkeit, Wünsche auszusprechen. Abhängig vom Thema falle es ihr mal leichter, mal schwerer. P2B benennt Hemmungen bei Themen, die „Unbehagen auslösen können“ (Z. 121). P3A äussert Wünsche verbal und körperlich, nimmt das „Risiko“ dabei bewusst in Kauf (Z. 132). P3B spricht Wünsche offen an und beschreibt eine „sehr offene“ Kommunikation (Z. 130–133).

Nach dem Spiel berichteten fünf der sechs Personen, direktes Feedback gegeben zu haben. P2A sprach sowohl unmittelbar danach als auch beim späteren Date darüber (Z. 288–295). P1A übt sich im Feedbackgeben, versucht Rückmeldungen umzusetzen oder als „Kompliment“ aufzunehmen (Z. 203–205). P1B äusserte positives Feedback („dass es gefallen hat“, Z. 48), merkte jedoch an, dass dies „selten“ vorkommt (Z. 47). P3A gab Rückmeldung zur Intensität (Z. 166) und sprach auch über emotionale Eindrücke wie Schmerz (Z. 158).

- **Wirkung des Spiels auf das Begehren**

Die Analyse zeigt, dass das Spiel bei allen befragten Paaren unterschiedliche Formen des Begehrens anregen konnte, wobei sich insbesondere eine Erweiterung über das rein sexuell-körperliche Begehren hinaus beobachten liess. Es zeigte sich, dass das Spiel nicht nur bestehende Begehrensmuster sichtbar machte, sondern auch alternative oder bisher unbewusste Zugänge zum eigenen Begehren eröffnete.

Die Mehrheit der Teilnehmenden berichtet über eine differenzierte körperliche Wahrnehmung sexueller Lust. Vier von sechs Personen benennen spezifische Körperregionen und qualitative Empfindungen. P2A beschreibt „Appetit im Becken, Bauch, Hals“, einen „Adrenalinschub“ sowie eine „Erregung im Brustbereich“ mit kindlicher Freude (Kat. 7). P2B unterscheidet: „Brust-, Genitalbereich, Kopf – je nach Art der Lust“, mit „Nähe = warm/zärtlich“ und „Trieb = wild/animalisch“.

Das Spiel selbst wird mehrfach als Auslöser beschrieben. P2B nennt „intensiv durch Gespräche über Karten“ und den „gezielten Austausch über Fantasien“ als erregungssteigernd. Das Spiel fungierte hier als Medium, über das Fantasie, Gespräch und Vorstellung zu körperlicher Lust führen konnten.

Ein Drittel nimmt Lustsignale eher situationsabhängig oder eingeschränkt wahr. P3B spürt etwa kaum körperliche Lust, was sie mit einer nicht knisternden Stimmung aufgrund äusserer Störungen („Kinder haben gestört“) begründet.

Zwei Drittel äussern im Spielverlauf koitales Verlangen. P1B spricht von „Vorfreude auf das Eindringen“, P2B nennt eine „konkrete Vorstellung“, die durch Gespräche im Spiel entstand. P2A beschreibt eine klare Erwartungshaltung in Bezug auf Penetration.

P3A und P3B hingegen äussern kein entsprechendes Begehren während des Spiels, was ein Hinweis auf die Wirkung der Rahmenbedingungen sein könnte, da ihr Überraschungsdate in der Natur durch Kinder gestört wurde und somit ihre Stimmung sank.

Einzelne Teilnehmende erleben verstärktes Begehren nach sexueller Entladung. P2A nennt dieses Bedürfnis „selbstverständlich“, P1B spricht von Vorfreude, P2B sieht es als integralen Teil. Andere (P1A, P3B) äussern kein entsprechendes Bedürfnis oder machen keine Angabe (P3A).

Auch das Zusammenspiel von Distanz und Vorfreude spielte bei mehreren Paaren eine Rolle und wurde als lustförderlich erlebt (P1A, P2B, P3A). So beschrieb P2B, dass sich Begehren bei ihr bereits beim Planen eines Überraschungsdates aufbaute: „Schon beim überlegen, was ich ihm für ein Überraschungsdate mache, hat sich bei mir Lust aufgebaut.“ Drei von sechs Personen beschrieben ähnliche Erfahrungen, bei denen sich Begehren bereits im Vorfeld des Treffens in Form von Fantasie, Spannung und Erwartung zeigte. In diesen Fällen wurde die Zeit der Distanz nicht als hinderlich, sondern als erotisch aufgeladen erlebt.

Auch Differenz kann als erotisch erlebt werden. Zwei Personen (P2B, P3B) empfinden Unterschiede zwischen den Partnern als spannend. P2B sagt: „Differenzen sind der Grund für Spannung“ (Z. 104). Das Spiel scheint unterschiedliche Perspektiven sichtbar zu machen und so Differenz zu erotisieren.

P2A und P3B berichten von gesteigerter Anziehung nach dem Spiel. P3B nennt eine gewachsene Spannung, P2A empfindet das selbstbewusste Auftreten des Partners als attraktiv („vermittelt Sicherheit“). Ausdrucksweisen im Spiel scheinen Attraktivitätscodes aktivieren zu können. Das Spiel ermöglichte somit in manchen Fällen eine erneute oder vertiefte erotisch-sinnliche Wahrnehmung des Gegenübers.

Das Spiel spricht auch emotionales oder romantisches Begehren an. P2A wünscht sich „Liebespaar-Sein ausserhalb von Alltag, Haushalt und Kindern“ (Z. 128) und mehr „Nervenkitzel“ (Z. 197). P3A beschreibt den Wunsch nach einer „Parallelwelt“ nur für das Paar (Z. 120). Es zeigt sich ein Verlangen nach Abwechslung vom Alltag und emotionaler Verbundenheit.

- **Wirkung des Spiels auf die Verführungs Kompetenzen**

Die Auswertung der Interviews zeigt, dass das Spiel das Verführungsverhalten der Teilnehmenden unterschiedlich aktiviert und reflektierbar macht. Während des „Dates“ traten verschiedene Verführungsformen auf: P1A massierte mit „abwechselndem Druck“ ohne „Forcierung“ (Z. 183), P2B setzte auf Nähe durch „Umarmung“ und „Krabbeln“ (Z. 149), P3B schuf ein „stressfreies, entspanntes Ambiente“ (Z. 145). Diese drei nahmen die verführende Rolle ein.

P1B, P2A und P3A waren eher in der geniessenden Rolle. P1B und P2A mussten sich bewusst daran erinnern, nicht aktiv zu verführen und ihre Rolle abzugeben (Z. 43, Z. 260). P3A beteiligte sich trotz rezeptiver Rolle aktiv durch „klare Worte“, „Blickkontakt“ und „Berührungen“ (Z. 144), was zeigt, dass Verführung auch in der passiven Rolle gestaltet wird.

Das Spiel förderte zudem die Selbstreflexion: P1A wurde sich ihrer antiverführerischen Verhaltensweisen bewusst (Z. 197), P2B erkannte die Bedeutung von „Vorbereitung“ (Z. 47). Nicht alle messen Verführung denselben Stellenwert: P1B etwa erlebt Lust eher „spontan“ und bewertet Verführung als weniger wichtig (Z. 43).

Ausserdem wurde deutlich, dass das Einnehmen einer bestimmten Rolle neue Handlungsspielräume eröffnen kann: So konnte eine Teilnehmerin durch die „verführende Rolle“ die Liebessprache ihres Partners auf eine Weise umsetzen, dass es ihr selbst Freude bereitete – obwohl diese Ausdrucksform ursprünglich nicht ihrer eigenen entsprach (Z. 137, P1A). Dies unterstreicht das Potenzial des Spiels, Paare dazu zu befähigen, neue Verhaltensweisen im Kontakt mit dem Gegenüber auszuprobieren und dabei Selbstwirksamkeit zu erleben.

Insgesamt bot das Spiel Raum für verschiedene Verführungsstrategien – von sprachlichen Andeutungen über Körperkontakt bis zur Atmosphäre – und regte zur Reflexion hemmender wie förderlicher Verhaltensweisen an. Die Wechselwirkung zwischen aktiver und rezeptiver Rolle stärkte nicht nur die Verführungscompetenz der Führenden, sondern auch die Sensibilität der Zurückgenommenen. Somit fördert das Spiel Verführungscompetenz sowohl in der Umsetzung als auch in der bewussten Auseinandersetzung mit individuellen Verführungsstilen.

- **Thema Druck in der verführenden Rolle:**

Druck in der Rolle des Verführers oder der Verführerin entsteht vor allem durch unausgesprochene Erwartungen – sowohl gegenüber sich selbst als auch gegenüber dem Gegenüber. Obwohl das Spiel betont, dass es nicht zwangsläufig zu sexuellen Handlungen kommen muss, bleibt oft die implizite Vorstellung bestehen, dass Verführung letztlich in Sex münden sollte. Diese Zielvorstellung, gepaart mit der Angst, Erwartungen nicht zu erfüllen, kann zu einem starken inneren Leistungsdruck führen. Zusätzlich tragen Zeitdruck und feste Terminsetzungen dazu bei, dass Spontaneität und Kreativität eingeschränkt werden, was die Leichtigkeit der Verführung erschwert. Auch das Bedürfnis, in der Rolle "gut zu performen", kann den Druck erhöhen – besonders wenn keine klare Absprache über Wünsche, Grenzen oder Möglichkeiten erfolgt.

- **Kritische Reflexion zur Beantwortung der 7. Leitfrage**

Die Interviews bieten wertvolle Einblicke in die Rückmeldungen der Teilnehmenden nach dem Spiel, lassen jedoch offen, wie die Kommunikation während des Spiels – insbesondere im ersten Teil – von den Paaren erlebt wurde. Auch die Gesprächsqualität im zweiten Teil („Date“) wurde nur am Rande thematisiert. Eine vertiefte Befragung könnte hier konkretere Informationen zu Themen wie Nähe, Offenheit oder auch erlebten Unsicherheiten im Spielverlauf liefern. Zwar ermutigt die Spielanleitung zu liebevoller Rückmeldung, doch blieb deren konkrete Umsetzung und Wirkung in den Interviews weitgehend unklar. Grundsätzlich zeigte sich das Spiel als geeigneter Anlass für Austausch, doch die während des Spiels stattfindenden kommunikativen Prozesse verdienen eine weiterführende Untersuchung.

Im Verlauf der Interviews wurde zudem deutlich, dass das individuelle Erleben von Begehren bei vielen Teilnehmenden erst durch die nachgelagerte Reflexion bewusst wurde – weniger während des Spiels selbst. Dies legt nahe, dass Begehren nicht unmittelbar durch das Spiel ausgelöst wird, sondern auf bewusster Auseinandersetzung und Selbstwahrnehmung beruht. Das Spiel bot dabei einen sinnlich-emotionalen Einstieg und diente als hilfreicher Türöffner zum Thema, führte jedoch nicht automatisch zu einer tiefergehenden Beschäftigung mit dem eigenen Begehren. In Verbindung mit den Interviews

erwies es sich dennoch als gute Grundlage für weiterführende Gespräche. Künftig könnte überlegt werden, wie gezielte Reflexionsimpulse bereits im Spiel selbst integriert werden können, um diesen Prozess frühzeitig anzustossen.

Herausfordernd gestaltete sich ausserdem die Erfassung des konkreten Verführungsverhaltens. Bei vielen Teilnehmenden – mit Ausnahme von Paar 2 – war das Bewusstsein für die eigenen Verführungsschritte eher gering, was die Auswertung erschwerte. Ein stärker fokussierter Interviewansatz, der expliziter nach einzelnen Handlungsschritten fragt, hätte hier vermutlich tiefere Einblicke in das erlebte und ausgeübte Verführen ermöglicht.

Gleichzeitig sind bei der Interpretation der Ergebnisse gewisse Einschränkungen zu beachten: Die Stichprobe war klein und nicht repräsentativ, was die Übertragbarkeit der Ergebnisse begrenzt. Zudem sind sowohl die Erhebung als auch die Auswertung der Daten stark subjektiv geprägt. Auch die zeitliche Dimension der Untersuchung stellt eine Begrenzung dar, da keine Aussagen über längerfristige Wirkungen des Spiels auf Paarbeziehungen getroffen werden können.

Dennoch lässt sich festhalten, dass das Spiel besonders für Paare hilfreich sein kann, die es (noch) nicht gewohnt sind, offen über ihre (sexuellen) Bedürfnisse und Wünsche zu sprechen. Es bietet einen geschützten, spielerischen Rahmen, um ins Gespräch zu kommen und Unsicherheiten zu überwinden. Inhaltlich lässt sich das Spiel flexibel anpassen – etwa durch gezielte Auswahl von Themenkarten, die bisher nicht angesprochene oder vermiedene Bereiche thematisieren oder mit abdecken. So kann das Spiel auch längerfristig als Reflexions- und Kommunikationsimpuls genutzt werden.

- **Fazit zur Leitfrage 7**

Insgesamt zeigte sich, dass das Spiel nicht nur bestehende Kommunikationsmuster sichtbar machte, sondern auch neue Gesprächsanlässe bot. Der spielerische Rahmen und die ritualisierte Gesprächsanregung durch Karten erleichterten das Ansprechen von Themen, die im Alltag oft unausgesprochen bleiben – insbesondere bei schambesetzten Inhalten wie sexuellen Wünschen oder Fantasien. Rückmeldungen zum Erlebten fanden entweder unmittelbar oder in einem nachgelagerten Reflexionsrahmen statt und förderten bewusste Mitteilungen auf emotionaler, körperlicher und erotischer Ebene.

Dem Spiel kann somit eine strukturgebende, reflexionsfördernde und verbindende Funktion im Bereich der Kommunikation zugeschrieben werden. Es unterstützt sowohl den Ausdruck individueller Bedürfnisse als auch die Auseinandersetzung mit der partnerschaftlichen Dynamik. Dabei hängt die Wirkung stark von der bereits bestehenden Kommunikationskultur sowie dem Setting ab, in dem das Spiel eingebettet ist.

Bei einem Grossteil der Befragten hatte das Spiel positive Effekte auf das Erleben und Wahrnehmen von Begehren – sowohl körperlich als auch emotional. Es förderte eine differenzierte Körperwahrnehmung, unterstützte Vorfriede und Lust, konnte koitales Begehren aktivieren und eröffnete die Möglichkeit, auch Distanz und Differenz erotisch zu besetzen. Darüber hinaus zeigten sich erweiterte Formen des Begehrens nach Nähe, gemeinsamer Zeit und Spannung in der Beziehung. Die Wirkung blieb jedoch abhängig von situativer Passung und äusseren Rahmenbedingungen.

Die qualitative Untersuchung verdeutlicht, dass das entwickelte Spiel einen vielschichtigen Nutzen für Paare haben kann. Es regt nicht nur die Kommunikation über sexuelle Bedürfnisse und Wünsche an, sondern eröffnet neue Perspektiven auf Verführung, Beziehungsgestaltung und persönliche Entwicklung. Dabei bietet es Paaren einen Raum, um neue Verhaltensweisen auszuprobieren und dabei Selbstwirksamkeit zu erleben. Besonders hervorzuheben ist in diesem Zusammenhang die implizite Kategorie „Erkenntnisse“, die sichtbar macht, wie durch das Spiel persönliche Einsichten gewonnen wurden – sowohl über sich selbst als auch über die Beziehung. Diese Reflexionsprozesse wurden von den Teilnehmenden als besonders wertvoll beschrieben.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass das Spiel für alle Paare ein hilfreiches Werkzeug darstellt, um Kommunikation, Begehren und Verführung innerhalb der Partnerschaft zu fördern, wobei der individuelle Kontext stark beeinflusst, wie die Wirkung erlebt wird:

- Das Spiel öffnet Räume für sexuelle Kommunikation, die oft im Alltag zu kurz kommt, und hilft dabei, Wünsche und Grenzen klarer zu artikulieren.
- Es fördert das bewusste Erleben von Begehren, sowohl in seiner spontanen als auch in seiner sich entwickelnden Form, und ermöglicht es, Unsicherheiten spielerisch zu begegnen.
- Verführung wird als Kompetenz erfahrbar, die durch spielerische Rollenwechsel, Fantasieimpulse und strukturierte Anleitungen trainiert und erweitert werden kann.
- Dabei wird das Spiel je nach Paar unterschiedlich genutzt: als Möglichkeit, passive oder zurückhaltende Partner zu ermutigen, als Ausgleich unterschiedlicher Zugänge zu Sexualität und Kommunikation oder als kreatives Ventil und Verstärker emotionaler Nähe.

7.2 Interpretation weiterer Ergebnisse

7.2.1 Reflexion eines Spannungsfeldes

Ein Widerspruch zeigt sich im Vergleich zwischen Browns Konzept des Spiels als geschütztem, risikofreiem Übungsfeld und der konkreten Anwendung des entwickelten Prototyps. Laut Brown ermöglicht das Spiel ein gefahrloses Erproben realitätsnaher Handlungen, ohne unmittelbare Konsequenzen für das „echte“ Leben. Überträgt man dieses Verständnis auf den vorliegenden Prototypen, könnte man ihn als Möglichkeit zum Einüben von Verführungsstrategien deuten – mit einem potenziellen Umsetzungsaspekt in die Realität.

Jedoch wird dieser Übungscharakter durch das spezifische Setting relativiert: Die Verführung findet im Rahmen eines Überraschungsdates mit dem eigenen Partner statt – einer Person, zu der eine emotionale Bindung besteht. Wie die Teilnehmenden berichteten, entstehen dabei Erwartungen an sich selbst und der Wunsch, die Umsetzung besonders stimmig zu gestalten. Ebenfalls spielen beziehungsinterne Themen eine Rolle. Dies deutet darauf hin, dass das Spiel nicht als völlig risikofreier Raum erlebt wird. Vielmehr scheint bereits stark mit der Realität verwoben – und damit weniger als klassisches Übungsfeld im Sinne Browns zu verstehen.

7.2.2 Erkenntnisse der Paare im Spielprozess

Die Auswertung der Interviews zeigt, dass das Spiel auf vielfältige Weise zur persönlichen und partnerschaftlichen Reflexion anregte und neue Impulse für das Miteinander setzte.

Ein zentrales Thema war die **verstärkte Auseinandersetzung mit eigenen und gegenseitigen Bedürfnissen**. So berichtete P1A, dass sie künftig „bewusster“ auf die Wünsche ihres Partners eingehen wolle (Transkript, Z. 95, P1A) und darüber nachdenke, Rollen in der Beziehung gezielter zu verteilen. In der Auswahl der Karten entdeckte sie zudem „Unerwartetes“, das sie mit ihrem Partner besprechen möchte (Transkript, Z. 191, P1A). Auch bei P2A zeigte sich ein verändertes Bewusstsein für die Partnerschaft: Während zuvor vor allem praktische Unterstützung im Alltag im Vordergrund stand, entstand durch das Spiel nun „Raum für anderes“ (Transkript, Z. 193, P2A).

Das Spiel führte darüber hinaus zu einer **Neubewertung des Partners**. P2A beschrieb eine überraschend positive Wahrnehmung des Engagements ihres Partners im Alltag (Transkript, Z. 297, P2A), was in der bisherigen Dynamik weniger beachtet worden war. In ähnlicher Weise berichtete P2B, dass das Spiel der Beziehung nach einer schwierigen Phase wieder einen „sexuellen Anstrich“ verliehen habe (Transkript, Z. 28, P2B) und ein Gefühl von „Ruhe“ und „Sicherheit“ entstanden sei (Transkript, Z. 111, P2B).

Eine weitere Wirkung zeigte sich in der **vertieften Kommunikation über intime Themen**, insbesondere über sexuelle Wünsche. Sowohl P1B als auch P2A nahmen sich vor, Themen wie sexuelle Fantasien aktiv(er) anzusprechen (Transkript, Z. 25, P1B; Z. 336, P2A). Dies lässt darauf schließen, dass das Spiel nicht nur Austausch anregt, sondern auch Themen sichtbar macht, die bisher wenig Raum hatten.

Einige Teilnehmende berichteten ausserdem von einem **veränderten Umgang mit Differenzen in der Partnerschaft**, insbesondere in Bezug auf Liebessprachen. P1A stellte fest, dass sie durch die „verführerische Rolle“ die Liebessprache ihres Partners auf eine Weise umsetzen konnte, die auch ihr Freude bereitete – obwohl sie selbst eine andere Sprache bevorzugt (Transkript, Z. 137, P1A).

Ein wiederkehrendes Motiv war zudem die **Wiederentdeckung gemeinsamer Zeit und Freude**. P3A sprach davon, dass das Spiel bei ihr den Wunsch nach „bewusster Paarzeit“ im Alltag geweckt habe (Transkript, Z. 214, P3A) und sie Freude an neuen Erlebnissen im Sinne von „Mikroabenteuern“ verspürte (Transkript, Z. 147, P3A). Gleichzeitig betonte sie, dass sie lernte, eigene Vorstellungen loszulassen und dem Partner mehr Freiraum für eigene Umsetzungen zu geben (Transkript, Z. 53, P3A). P3B ergänzte, dass er künftig aktiv zur Gestaltung der Beziehung beitragen wolle, etwa durch „Überraschungen“ oder „gemeinsame Erlebnisse“ (Transkript, Z. 151, P3B), und äußerte zudem ein neues Verständnis für das Bedürfnis seiner Partnerin nach „verbaler Wertschätzung“ (Transkript, Z. 206, P3B). Beide Partner von Paar 3 betonten den Wert „kleiner bewusster Gesten“ und „Rituale“ für die Beziehungsqualität (Transkript, Z. 212, P3B).

Schließlich formulierten insbesondere die Teilnehmenden von Paar 2 eine übergeordnete Erkenntnis, die über das konkrete Spiel hinausweist: Es sei wesentlich, sich auch in langjährigen Beziehungen immer wieder „neu kennenzulernen“ und „alte Annahmen zu hinterfragen“ (Transkript, Z. 196, P2B).

Diese Ergebnisse deuten darauf hin, dass das Spiel sowohl reflexive als auch kommunikative und erlebnisbezogene Prozesse anstossen kann, die auf verschiedenen Ebenen zur Stärkung der Paarbeziehung beitragen.

Die Ergebnisse verdeutlichen, dass die im Spiel enthaltenen Elemente – insbesondere durch ihren stark individualisierbaren Charakter – das Potenzial besitzen, Paare in unterschiedlichen Lebensphasen und Beziehungskonstellationen gezielt abzuholen. Dabei treten nicht nur sexuelle, sondern auch umfassendere beziehungsrelevante Themen in den Vordergrund: von individuellen Auseinandersetzungen mit eigenen Bedürfnissen und Rollenbildern bis hin zu neuen Sichtweisen auf das gemeinsame Miteinander. Die durch das Spiel angestossenen Reflexionsprozesse sind somit stets kontextabhängig und knüpfen an die jeweils aktuellen Dynamiken und Entwicklungsbedürfnisse der Paare an. Diese Vielschichtigkeit macht deutlich, dass das Spiel als Medium nicht nur sexuelle Kommunikation fördern, sondern auch tiefere Beziehungserkenntnisse anregen kann.

7.3 Limitationen und methodische Reflexion

Reflexion der Datenerhebung und Auswertung

Die Durchführung der Interviews erfolgte in einem ruhigen und geschützten Umfeld, was zu einer angenehmen und entspannten Gesprächsatmosphäre beitrug. Die Teilnehmenden wirkten offen und reflektiert, was sich positiv auf die Qualität der erhobenen Daten auswirkte. Eine Ausnahme bildete das Interview mit der Person P1B, das aufgrund technischer Schwierigkeiten nicht korrekt aufgezeichnet werden konnte. Um den Datenverlust zu minimieren, wurde unmittelbar nach dem Gespräch ein Erinnerungsprotokoll angefertigt. Dieses wurde P1B zur Durchsicht und Freigabe vorgelegt und in der finalen Fassung von der Person bestätigt.

Die Interviews waren jeweils auf eine Dauer von etwa einer Stunde angesetzt. In der Praxis zeigte sich jedoch, dass einige Gespräche deutlich länger andauerten – teils bis zu eineinhalb Stunden. Dies lag insbesondere an der inhaltlichen Dichte und Komplexität der besprochenen Themen. Die Interviewstruktur umfasste Aspekte der Kommunikation, des Begehrens sowie der Verführung im Kontext von Rollenverständnissen – jeweils vor, während und nach dem Spiel. Die Herausforderung bestand darin, als Interviewerin den Überblick über die Vielzahl der Themenkomplexe zu behalten und sicherzustellen, dass alle Bereiche ausreichend behandelt wurden. Rückblickend stellt sich die Frage, ob ein noch präziser strukturierter Leitfaden oder eine methodisch andere Form der Datenerhebung an dieser Stelle sinnvoll gewesen wäre, um die Gesprächsführung gezielter und effizienter zu gestalten.

Der ergänzend eingesetzte Fragebogen stellte sich insbesondere aus organisatorischen Gründen als hilfreich heraus. Die zeitaufwändige Terminvereinbarung sowie die Transkription entfielen, was den Prozess effizienter gestaltete. Gleichzeitig zeigte sich jedoch auch ein methodischer Nachteil: Manche Fragen wurden von den Teilnehmenden möglicherweise nicht so verstanden, wie sie ursprünglich gemeint waren, was in Einzelfällen die Verwendbarkeit der Antworten einschränkte. Diese Erfahrung verweist auch auf die inhaltliche Komplexität bestimmter Themen, insbesondere des Konzepts „Begehren“, das sich in einem persönlichen Gespräch oftmals differenzierter und kontextbezogener erfassen lässt als im Rahmen eines standardisierten Fragebogens.

Trotz dieser Einschränkungen war die Qualität der schriftlichen Rückmeldungen insgesamt überraschend hoch. Die Teilnehmenden, die den Fragebogen ausfüllten, gaben an, etwa zwei Stunden für die Beantwortung benötigt zu haben. Gleichzeitig wurde rückgemeldet, dass mit zunehmender Bearbeitungsdauer die Konzentration nachliess, was sich potenziell auf die Tiefe der späteren Antworten auswirkte. Dies legt nahe, dass für zukünftige Erhebungen mit schriftlichen Instrumenten über eine stärkere Fokussierung oder zeitliche Begrenzung nachgedacht werden sollte.

Insgesamt haben sowohl die Interviews als auch der Fragebogen wertvolle und vielschichtige Daten hervorgebracht. Die Reflexion der eingesetzten Methoden zeigt jedoch auch, dass insbesondere bei komplexen, mehrdimensionalen Themenbereichen eine methodisch sehr präzise Planung und Strukturierung entscheidend ist, um sowohl inhaltliche Tiefe als auch Vergleichbarkeit zu gewährleisten.

8. Fazit und Ausblick

Im Rahmen dieser Arbeit wurde ein Spielkonzept entwickelt, das Paaren ermöglicht, ihre Kommunikation, ihr sexuelles Begehren und ihre Verführungskompetenzen spielerisch zu fördern. Grundlage war die Annahme, dass Spielen ein natürlicher menschlicher Trieb ist, der soziale Kompetenzen auf kreative Weise erfahrbar macht und neue Fähigkeiten hervorbringt. Die Verbindung von Spielfreude und Zielorientierung war dabei ein zentrales Anliegen.

Um ein Spiel mit dieser Zielsetzung zu entwickeln, war es notwendig, das Phänomen des sexuellen Begehrens differenziert zu betrachten. Begehren lässt sich als Wechselwirkung zwischen Reiz und Emotion verstehen – es löst eine positive Vorerwartung aus und gilt somit als erstrebenswert. Die bewusste Wahrnehmung der eigenen Begehrensstruktur bildet eine wichtige Grundlage für die Artikulation von Wünschen – nicht nur in Paarbeziehungen, sondern auch im alltäglichen Leben.

Ein weiterer zentraler Aspekt war die Auseinandersetzung mit Paarkommunikation. Dieser Themenbereich erwies sich als besonders literaturreich, was auf seine hohe gesellschaftliche Relevanz und wissenschaftliche Durchdringung hinweist. Das Bewusstsein dafür, dass unser Körper sowohl bewusst als auch unbewusst Signale durch Mimik, Körperhaltung und Sprachmelodie sendet und empfängt, ist entscheidend für die Reflexion der eigenen Wirkung sowie für das Verständnis des Gegenübers – insbesondere im Kontext von erotischer Kommunikation und Verführung.

Paare, die offen über ihre sexuellen Bedürfnisse und Wünsche sprechen, berichten von einer höheren Beziehungszufriedenheit. Verführung kann dabei als Ausdrucksform sexueller Wünsche verstanden werden – verbunden mit dem Wunsch, vom Gegenüber gesehen, gespürt und begehrt zu werden.

Die Analyse bestehender Spiele für Paare zeigte, dass ein Bedarf an spielerischen Zugängen zur Förderung von Kommunikation und Intimität besteht. Bestehende Angebote sind oft stark vorgegeben oder fokussieren einseitig auf Kommunikation oder Erotik. Der entwickelte Prototyp traf daher das Bedürfnis nach Individualisierung und Offenheit in der Umsetzung. Das Spiel vereint konkrete Handlungsimpulse mit frei interpretierbaren Szenarien, um ein breites Spektrum an Bedürfnissen und Beziehungskonstellationen abzudecken.

Die Inhalte wurden u. a. durch die fünf Sprachen der Liebe sowie durch Brown's Spielpersönlichkeiten ergänzt, um unterschiedliche Motivations- und Ausdrucksformen von Intimität abzubilden. Perels

Konzept der geplanten Lust sowie das Prinzip der erotischen Distanz (Sexocorporel) wurden ebenfalls berücksichtigt – unter anderem in Form eines „Überraschungsdates“, das Vorfreude und Begehren bewusst aufbaut.

Die Rückmeldungen aus den durchgeführten Interviews zeigten ein sehr differenziertes Bild, abhängig von der individuellen Lebenssituation der Paare, dem Grad der Selbstöffnung, dem Interesse an Sexualität und den eigenen Erwartungen an ein gemeinsames Date. Dennoch wurde deutlich, dass das Spiel auf verschiedenen Ebenen – Kommunikation, Begehren und Verführung – eine förderliche Wirkung entfalten kann und darüber hinaus eine gute Grundlage für die Reflexion der Beziehung sowie der eigenen Bedürfnisse bietet. Die Interviews stellten einen wertvollen ersten Zugang zur Wirkungsweise des Spiels dar.

Insgesamt zeigt sich, dass ein spielerischer Zugang Neugierde, Offenheit und Lust auf Beziehung und Sexualität fördern kann – und somit eine niedrighschwellige, lustvolle Möglichkeit bietet, sich als Paar in zentralen Themen der Intimität weiterzuentwickeln.

Trotz der hohen gesellschaftlichen Relevanz sind empirische Studien zur Verführung bislang noch rar, was ebenfalls eine gute Grundlage für weitere Forschungen bietet.

Das in dieser Arbeit lediglich angedeutete Konzept des Flow-Erlebens bietet in vielerlei Hinsicht Potenzial für weiterführende Untersuchungen. Besonders spannend wäre die Frage, inwiefern Paare während des Spiels einen Flow-Zustand erleben konnten und welche spezifischen Elemente dieses Erlebens fördern oder hemmen. Gerade in der Konzeption von Spielen für Paare könnte der gezielte Einbau flowfördernder Aspekte dazu beitragen, eine vertiefte, lustvolle und präsente Spielerfahrung zu ermöglichen.

Eng damit verknüpft ist die Frage, wie ein Spiel langfristig zur erotischen Belebung des Beziehungsalltags beitragen kann. Denkbar wäre, dass sich durch wiederholtes Spielen ein gewisser Ritualcharakter entwickelt, der Paare dabei unterstützt, Erotik bewusst zu gestalten und der drohenden Verflachung in Langzeitbeziehungen entgegenzuwirken. In diesem Zusammenhang könnte auch die präventive Wirkung eines solchen Spiels untersucht werden: etwa in Bezug auf Beziehungsmuster, die durch Routine, Unsicherheit oder Sprachlosigkeit gekennzeichnet sind.

Ein nächster Schritt in der Weiterentwicklung des Konzepts könnte darin bestehen, das Spiel mit denselben Paaren mehrfach durchzuführen und dabei pro Spieleinheit die Erlebens- und Erkenntnisprozesse systematisch zu erfassen. Auf diese Weise liesse sich untersuchen, ob und in welcher Form die Spielerfahrung nachhaltige Effekte auf die Kommunikation, das Begehren oder die Rollenverteilung innerhalb der Beziehung entfaltet. Parallel dazu könnten die Spielkarten thematisch erweitert und differenziert werden – beispielsweise durch die Integration expliziterer sexueller Szenarien. Dies könnte insbesondere solchen Paaren entgegenkommen, die weniger kreativ oder erfahren im Ausdruck erotischer Fantasien sind, und sie dazu anregen, neue Erfahrungsräume gemeinsam zu erkunden.

Darüber hinaus stellt sich die Frage, inwiefern das entwickelte Spiel – oder Teile davon – als ergänzendes Instrument in der sexualtherapeutischen Praxis eingesetzt werden kann. Gerade die niederschwellige, spielerische Herangehensweise könnte neue Zugänge schaffen, um Paaren in einem

geschützten Rahmen die Auseinandersetzung mit Intimität, Kommunikation und Begehren zu erleichtern.

Besonders hervorzuheben ist zudem das in mehreren Rückmeldungen benannte Erleben von Druck in der Rolle der oder des Verführenden. Dieses Thema bietet eine vielversprechende Grundlage für vertiefende Forschung – etwa im Hinblick auf die Frage, aus welchen gesellschaftlichen, kulturellen oder psychologischen Quellen dieser Druck entsteht. Eine differenzierte Auseinandersetzung mit diesen Faktoren könnte nicht nur ein vertieftes Verständnis der individuellen Erlebniswelt ermöglichen, sondern auch dazu beitragen, spielerische Strategien zu entwickeln, um diesen Druck zu reduzieren. So könnten gezielte Spielmechanismen dazu beitragen, eigene Ressourcen zu stärken, Rollenflexibilität zu fördern und dadurch die Leichtigkeit und Freude am Verführen zurückzugewinnen.

9. Persönliches Schlusswort

In der Auseinandersetzung mit dieser Arbeit haben sich für mich viele Themen auch als persönliche Lernprozesse gezeigt. Besonders die intensive Beschäftigung mit dem Thema „Spiel“ war für mich bereichernd. Die weite Definition von Spiel, wie sie beispielsweise Brown beschreibt – vom einfachen Kartenspiel über kindliche Rollenspiele bis hin zum verspielten Flirten zwischen Paaren –, hat mir eine neue Perspektive auf das Spielerische im Alltag eröffnet. Zu erkennen, welchen Einfluss spielerisches Verhalten auf die Stimmung eines Menschen und die Dynamik einer Beziehung haben kann, war eine schöne und inspirierende Erkenntnis für mich. Es hat meinen Blick geöffnet für die Möglichkeiten, mit mehr Leichtigkeit, Freude und Neugier durch den Alltag und durch zwischenmenschliche Beziehungen zu gehen.

Auch die Auseinandersetzung mit dem Begehren war für mich ein bedeutender Prozess: die eigenen Wünsche wahrzunehmen, sie ernst zu nehmen und in Worte fassen zu können – aber auch die Bedürfnisse anderer würdevoll zu hören. Diese Themen haben mich nicht nur fachlich beschäftigt, sondern auch persönlich berührt.

Mein Wunsch war es von Beginn an, einen praxisnahen Zugang zu schaffen. Da ich selbst sehr gerne spiele, lag es nahe, das Medium Spiel zu wählen – als Möglichkeit, Menschen auf eine zugängliche und gleichzeitig tiefgehende Weise in Kontakt mit sich selbst und miteinander zu bringen. Die Idee wuchs auch aus vielen Gesprächen mit Freunden, die sich bereits seit längerer Zeit in Paarbeziehungen befinden. Sexualität ist dort ein immer wiederkehrendes Thema. Es hat mich gereizt, diesem Bereich forschend und gestalterisch nachzugehen.

Mir ist bewusst, dass diese Arbeit nur eine erste, oberflächliche Annäherung an ein komplexes Feld darstellt und dass es unzählige weitere, kreative Wege gibt, ein solches Thema spielerisch umzusetzen. Gleichzeitig bin ich dankbar für diesen ersten Schritt – für den Mut, ein eigenes Spiel zu entwickeln, das vielleicht eines Tages tatsächlich produziert wird.

Literaturverzeichnis

Armin Krenz (unbekannt). *Das Spiel ist der Beruf des Kindes: das kindliche Spiel als Grundlage der Persönlichkeits- und Lernentwicklung von Kindern im Kindergartenalter. Kinderspiel Der Mensch hört nicht auf, zu spielen, weil er älter wird. Er wird alt, weil er aufhört, zu spielen.*

Bierhoff, H.-W. y Frey, D. (2017). *Kommunikation, Interaktion und soziale Gruppenprozesse, herausgegeben von Prof. Dr. Hans-Werner Bierhoff, Bochum, und Prof. Dr. Dieter Frey, München* (1. Auflage). *Enzyklopädie der Psychologie: Themenbereich C, Theorie und Forschung: Serie 6, Sozialpsychologie: Band 3.* Göttingen: Hogrefe.

Bodenmann, Guy & Cina, Annette. (2000). Stress und seinen Einfluss auf die Partnerschaft. *Dialog Spezial: Informationen zur Ehe und Familie*, (2).

Boniatowsky, Nyke. (2019). *Verführung im Spannungsfeld von Lust und Gewalt: Der Begriff der Verführung vor dem Hintergrund von 'Consent'-Prinzipien Sexueller Bildung.* Bachelorarbeit Bachelor of Arts – Soziale Arbeit.

Boothe, Brigitte. (2010). *Psychoanalyse des Wunsches.*

Both Stefanie, Everaerd Walter y Laan Ellen. (2005). *Sexuelles Begehren und sexuelle Erregung. Sexuelle Motivation aus psychophysiologischer Sicht.*

Brown, S. L. y Vaughan, C. C. (2009). *Play : How It Shapes the Brain, Opens the Imagination, and Invigorates the Soul / Stuart Brown with Christopher Vaughan.* New York: Avery.

Chapman, G. D. (2003). *Die fünf Sprachen der Liebe: wie Kommunikation in der Ehe gelingt Gary Chapman. [Dt. von Ingo Rothkirch].* Marburg an der Lahn: Francke.

Crowe, M. (2012). Couple relationship problems and sexual dysfunctions: therapeutische Guidelines. *Advances in Psychiatric Treatment*, 18(2), 154–159. <https://doi.org/10.1192/apt.bp.109.007443>

Deinzer, R. (2018). *Online-Lehrbuch der Medizinischen Psychologie und Medizinischen Soziologie.* Berlin: Medical Science GMS Publishing House.

Deutsch lernen – Grammatik, Wortschatz und vieles mehr! (2023). *Konjunktiv 2 – Bildung, Beispiele & Übungen!* Recuperado de <https://sprachekulturkommunikation.com/konjunktiv-2/>

Diepenhorst, H. (2022). *GfK – Wunsch/Bitte*. Recuperado de <https://teamentwicklung-lab.de/gfk-gewaltfreie-kommunikation/gfk-wunsch-bitte>

Eichinger, Tobias. (2013). *Jenseits der Therapie: Philosophie und Ethik wunscherfüllender Medizin: Körperkulturen*.

Götz Fabri. *Grundlagen der Kommunikation*, 2021.

Jacks, P. L.: *Education throughout creation*. The University Press.

Jan Kruse & Tobias Wilbrand. (o. J.). *Kommunikation – Grundlagen, Modelle und Kommunikationsstörungen*.

Karnatz, O.: *Verführung nach System* (Dissertation). Friedrich-Schiller-Universität Jena.

Karoline Bischof, Annette Bischof-Campbell & Stephan Fuchs (2020). *Ausbildung in Sexocorporel: Heft 2*, Zürich.

Kuhn, O., Tornieporth, D. y Bednarek, R. (2007). *Der perfekte Verführer: Wie Sie garantiert jede Frau erobern* Oliver Kuhn. Unter Mitarb. von Dietlind Tornieporth und Robert Bednarek (Orig.-Ausg.). Knaur: Vol. 77987. München: Knaur-Taschenbuch-Verl.

Landgraf, Steffen y Treskow, Isabella. (2017). *The Seduction Script: Psychological and Cultural Norms of Interpersonal Approach and Sexual Behavior*.

Maaz, H.-J. (2009). *Die neue Lustschule: Sexualität und Beziehungskultur*. München: Beck.

Mark, K. P., Herbenick, D., Fortenberry, J. D., Sanders, S. und Reece, M. (2014). A psychometric comparison of three scales and a single-item measure to assess sexual satisfaction. *Journal of Sex Research*, 51(2), 159–169. <https://doi.org/10.1080/00224499.2013.816261>

Martin, B. y Dalzen, R. (2021). *The art of receiving and giving: the wheel of consent / Betty Martin, D.C., with Robyn Dalzen*. Eugene, OR: Luminare Press.

Mehringer, V. y Waburg, W. (2020). *Spielzeug, Spiele und Spielen. Aktuelle Studien und Konzepte* (1. Auflage 2020). Wiesbaden: Springer Fachmedien Wiesbaden.

Oerter, R. *Zur Psychologie des Spiels*.

Perel, E. y Windgassen, M. (2020). *Was Liebe braucht: das Geheimnis des Begehrens in festen Beziehungen* Esther Perel ; aus dem amerikanischen Englisch von Michael Windgassen (1. Auflage, Taschenbuch-Neuausgabe). Hamburg: Harper Collins.

Richards, Riley. (2016). *The Role of Sexual Self-Disclosure in Partner Relational Satisfaction and Uncertainty*.

Röhl, K. F. (1987). *Rechtssoziologie: ein Lehrbuch* / von Klaus F. Röhl. Köln: C. Heymanns.

Röhner, J. y Schütz, A. (2012). *Psychologie der Kommunikation*. Wiesbaden: Springer Fachmedien Wiesbaden.

Schnarch, D., Willi, J., Ueberle-Pfaff, M. y Trunk, C. (2016). *Die Psychologie sexueller Leidenschaft* / David Schnarch ; aus dem Amerikanischen von Christoph Trunk und Maja Ueberle-Pfaff (erste Auflage in dieser Ausstattung). Stuttgart: Klett-Cotta.

Schönbucher, V. (2007). Sexuelle Zufriedenheit von Frauen: psychosoziale Faktoren. *Zeitschrift für Sexualforschung*, 20(1), 21–41. <https://doi.org/10.1055/s-2007-960559>

Sven Sebastian. *Die vier Grundbedürfnisse nach Grawe*. Recuperado de <https://www.drsvensebastian.de/post/grawe-bindung>

Thole, B. (2025). *Geschichte des Spiels*. Recuperado von <https://www.spiele7.de/geschichte/>

Voss, H.-J., Stumpe, H., Audette, N., Baumgartner, M., Bischof, K., Chatton, D., ... Kneubühler, B. (2024). *Grundlagen des Sexocorporel: Ein Modell für die körperorientierte Sexualberatung und sexuelle Bildung*. Giessen: Psychosozial-Verlag.

Windolph, A. (2023). *Fragetechniken: der Schlüssel zu erfolgreichen Gesprächen*. Recuperado von <https://projekte-leicht-gemacht.de/blog/softskills/kommunikation/fragetechniken/>

Spielverzeichnis

Talk About – das Kommunikationsspiel (ca. 1990). [Gesellschaftsspiel]. Parker Brothers.

Zweisamkeit-Box – bunter Mix. (o. J.). [Gesellschaftsspiel]. moses. Verlag.

Wahrheit oder Pflicht. (o. J.). [Gesellschaftsspiel]. Diverse Verlage.

Flaschendreher – jetzt wird's heiss. (o. J.). [Gesellschaftsspiel]. moses. Verlag.

Bondage – das Verführungsspiel (o. J.). [Gesellschaftsspiel]. Diverse Erotikspiel-Verlage.
Hot Affair (ca. 2003). [Gesellschaftsspiel]. Creative Conceptions Ltd.

Schneider & Tiburtius, Rubber GmbH. (ca. 2018). You & Me [Gesellschaftsspiel].

Anhang

Anhang 1: Selbstständigkeitserklärung

Selbstständigkeitserklärung

isp zürich

Institut für Sexualpädagogik
und Sexualtherapie

Selbstständigkeitserklärung

Hiermit erkläre ich, dass ich die vorliegende Arbeit selbstständig und ohne fremde Hilfe verfasst und keine anderen Hilfsmittel als die angegebenen verwendet habe. Sämtliche Textstellen der Arbeit, alle Formulierungen, Ideen, Untersuchungen, Gedankengänge, Analysen und sonstigen schöpferischen Leistungen, Grafiken, Tabellen und Abbildungen, die benutzten Werke oder Quellen aus dem Internet eins zu eins oder dem Sinn nach entnommen sind, habe ich durch Quellenangaben korrekt kenntlich gemacht.

Die Eigenständigkeit der Arbeit erstreckt sich über alle Phasen der Erstellung, von der Konzeption über die Durchführung bis hin zur Dokumentation. Der Einsatz von Künstlicher Intelligenz (KI) erfolgte ausschliesslich zur Unterstützung in Form von Recherchehilfen oder sprachlicher Verbesserung. Alle durch KI generierten Inhalte wurden überprüft und ggf. angepasst, um den wissenschaftlichen Standards zu entsprechen.

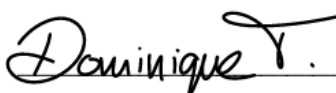
Diese Erklärung gilt als verbindliche Zusicherung meinerseits über die Authentizität und Selbstständigkeit meiner wissenschaftlichen Leistung.

Die Arbeit wurde bisher in gleicher oder ähnlicher Form keiner anderen inländischen oder ausländischen Prüfungsbehörde vorgelegt und noch nicht veröffentlicht. Die vorliegende schriftliche Fassung entspricht der eingereichten elektronischen Version.

Name, Vorname Tanner, Dominique

Matrikelnummer 29110

Ort, Datum Aarau, 12. 07.2025

Unterschrift 

Anhang 2: Einverständniserklärung der Teilnehmenden



Einwilligungserklärung

Institutioneller Rahmen des Forschungsprozesses

Institut (ISP) In Kooperation mit der Hochschule Merseburg

Titel der Masterarbeit: **Spielend verführen**

Untertitel: Entwicklung eines Spielkonzepts zur Förderung und Erhaltung von sexuellem Begehren und Verführungskompetenzen als Erweiterung der Kommunikation in Paarbeziehungen mit Fokus auf Langzeitbeziehungen

Studentin / Projektleiterin: Dominique Tanner /dominique_t17@hotmail.com/ 079 255 63 36

Information für Teilnehmerinnen zur Datenerhebung, Transkription und Auswertung

Geschätzte Teilnehmer*innen

Herzlichen Dank für das Interesse an meiner Forschungsarbeit und die Bereitschaft, mit Ihrem Beitrag daran mitzuwirken. Nachstehend erhalten Sie wichtige Informationen zum Zweck, zur Datenerhebung, zur Auswertung der Daten und zum Datenschutz. Bitte lesen Sie diese Informationen aufmerksam durch und nehmen Sie bei Fragen Rücksprache mit mir.

Zweck der Datenerhebung

Mit dieser Einwilligungserklärung stimme ich der Teilnahme an der Untersuchung im Rahmen der Ausarbeitung der Masterarbeit von Dominique Tanner zu. Ziel der Untersuchung ist es, den entwickelten Spielprototypen zu testen und dessen Auswirkungen auf Paare in Langzeitbeziehungen zu evaluieren.

Die Teilnehmer*innen (drei Paare in Langzeitbeziehungen) werden einen vollständigen Durchlauf des Prototypenspiels durchführen und anschliessend an einem leitfadenorientierten Interview von etwa einer Stunde teilnehmen oder einen Fragebogen ausfüllen. Das Interview sowie der Fragebogen dienen dazu, qualitative Rückmeldungen und Erfahrungen zum Spiel sowie zur praktischen Umsetzung der Aufgaben zu sammeln.

Die Ergebnisse dieser Untersuchung werden in der Masterarbeit und möglicherweise in späteren wissenschaftlichen Publikationen verwendet werden.

Umgang mit Ihren Daten

Mit Ihrer Unterschrift stimmen Sie zu, dass das Interview zu wissenschaftlichen Zwecken aufgezeichnet wird. Die Audioaufnahmen werden genutzt, um eine genaue Transkription und Auswertung der gesammelten Informationen zu gewährleisten. Es ist möglich, dass diese Aufnahmen in bereits anonymisierter Version an einen externen Anbieter oder einen KI-Dienst weitergeleitet werden, der die Transkription übernimmt.

Es wird garantiert, dass alle Daten anonymisiert werden und keine Rückschlüsse auf Ihre Identität oder die Identität Ihrer/Ihres Partner*in möglich ist. Die erhobenen Daten werden ausschliesslich im Rahmen der Auswertung und Analyse verwendet und können zu wissenschaftlichen Zwecken genutzt werden, ohne dass eine Zuordnung zu konkreten Personen erfolgt.

Ihre Daten werden sicher, lokal bis zur Annahme der Masterarbeit aufbewahrt und anschliessend gelöscht.

Ihre Rechte

Ihre Teilnahme ist freiwillig. Sie können Ihre Einwilligung zur Teilnahme jederzeit zurückziehen, ohne Begründung und ohne dass Ihnen dadurch Nachteile entstehen.

Ich bedanke mich herzlich für Ihre wertvolle Unterstützung.

Einwilligungserklärung zur Teilnahme an einer Intervention und an einem Interview

Ich wurde von der Projektleiterin über das Vorgehen bei der Datenerhebung, Datenspeicherung, Verschriftlichung und Auswertung des von mir gegebenen Interviews und der von mir verfassten Texte schriftlich informiert.

Meine Fragen bezüglich der Teilnahme wurden mir beantwortet.

Ich hatte genügend Zeit, mich für das Forschungsvorhaben zu entscheiden.

Meine Teilnahme ist freiwillig und ich kann meine Einwilligung jederzeit zurückziehen, ohne dass mir dadurch Nachteile entstehen.

Die Einwilligungserklärung sowie die Tonaufnahmen werden nach Annahme der Masterarbeit vernichtet.

Ich bin einverstanden,

- dass die während der Intervention geschriebenen Texte zur Auswertung zur Verfügung stehen.
- dass das Interview in einer Tonaufnahme digital aufgezeichnet wird.
- dass die in der Intervention entstandenen Texte und das Interview in anonymisierter und transkribierter Form (evtl. durch dritte) für die wissenschaftliche Analyse verwendet werden.
- dass die geschriebenen Texte und das Interview von Dominique Tanner, unter Erstellung ihrer Masterarbeit und weiteren möglichen Veröffentlichungen verwendet werden - unter Einhaltung des Schutzes der Anonymität, so dass keine Rückschlüsse auf die Teilnehmerin möglich sind.

Ich erkläre mich bereit, unter den oben genannten Bedingungen an der Erstellung der Masterarbeit mitzuwirken.

Teilnehmer*in

Ort und Datum:

Name:

Unterschrift:

Projektleiterin:

Ort und Datum:

Unterschrift:

Anhang 3: Interviewleitfaden

Interviewleitfaden – Wirkung des Spiels

Einzelinterview zur Evaluation des Spiels hinsichtlich Kommunikation, Begehren und Verführung.

Bereich/Leitfrage	Was will ich wissen?	Konkrete Frage	Mögliche Vertiefungsfragen
Warum spielen Menschen, und welche Bedeutung hatte und hat das Spiel in zwischenmenschlichen Beziehungen?	Welche Rolle spielt Spielen im Leben der Befragten?	Ihr habt jetzt dieses Spiel gespielt. Wie war das für dich?	Inwiefern spielst du gerne?
	Wie oft und in welchem Kontext wird gespielt?	Wie oft spielst du spiele?	Mit wem? Spielst du eher spontan oder ausgemacht?
		Wie wichtig ist das Spielen für eure Beziehung?	Inwiefern? Was wäre, wenn ihr es nicht hättet? Von wem aus geht es aus? Möchten dies beide oder nur jemand von euch? Was für einen Einfluss hat das Spielen auf eure Beziehung?
Einstellung zum Spiel	Wie war die Grundhaltung der Teilnehmenden zu diesem Spiel?	Was hat dir beim Einstieg ins Spiel geholfen oder es dir eher erschwert?	Das ist jetzt ein spezielles Spiel...Wie war es jetzt mit dem Spiel? Ihr spielt nicht so viel, und jetzt komm ich mit dem Spiel und den Regeln... wie hast du das empfunden, dich auf DIESES Spiel einzulassen?

	Wie oft wurde gespielt?	Wie oft habt ihr den Prototypen gespielt?	Was hat dich motiviert es nur einmal oder öfters zu spielen?
Bereich Rolle	Welche Rolle/n wurde eingenommen?	Welche Rollen hast du eingenommen?	Hast du beide Rollen eingenommen? Falls ja, welche Rolle hast du als erstes eingenommen? Wie seid ihr diese Entscheidung angegangen? Falls nein, könntest du dir vorstellen das Spiel nochmals zu spielen und die Rollen zu tauschen?
		Wie ging es dir in der Rolle? Die erste, falls beide eingenommen wurden. Und anschliessend die zweite.	Was hat dich gefreut, verunsichert, begeistert... an deiner Rolle?
		Was denkst du, bist du in der Beziehung eher oder überwiegend GeniesserIn oder VerführerIn?	Was denkst du, gibt es Gründe dafür? Wie ist das für dich diese Rolle in der Beziehung zu haben? *Hier paraphrasiere ich* Falls störend: wie würdest du es dir wünschen?

		*Wie war es für dich im Spiel die Rolle zu wechseln? *Wie war es für dich, im Kontext des Spiels deine dir bekannte Rolle bewusst so einzunehmen?	Was fiel dir leicht? Was war herausfordernd? Wie hast du den Wechsel empfunden? Du hast vorhin gesagt, dass dir diese Rolle bereits aus der Beziehung bekannt ist. Nun hast du die Rolle bewusst in dem Spiel eingenommen. Inwiefern hat dieser Spielerische Rahmen, deine Wahrnehmung zu deiner Rolle beeinflusst?
Ausgangslage	Welche Erwartungen hatten die Paare in ihren jeweiligen Rollen?	Was hattest du für Erwartungen an dich?	Wie ist es dir gelungen diese zu erfüllen? Würdest du im Nachhinein etwas ändern? Wenn ja, was?
	Mit Hinweisen auf die Erotisierung der Distanz	Was für Erwartungen könnte dein Partner* an dich gehabt haben?	Wie ist es dir gelungen diese zu erfüllen? Würdest du im Nachhinein etwas ändern? Wenn ja, was?
	Initiation des Sex und Gründe	Was denkst du, ist es möglich, dass jemand von euch beiden, Sex aus Fürsorge für die Beziehung initiiert?	Wenn ja, wer von euch beiden? Was denkst du sind die Gründe dafür?

		Wer von beiden initiiert Sex eher aus eigener Lust heraus?	Was denkst du, gibt es Gründe dafür? Wie ist das für dich die initiativer oder weniger initiativ Rolle in der Beziehung zu haben? In diesem Zusammenhang, wie siehst du das, wer hat mehr sexuelle Bedürfnisse?
Wie können Theorien zum sexuellen Begehren und zur Verführung als Erweiterung der Kommunikation unter dem Aspekt des Rollenkonzepts in ein Spiel integriert werden?	Theorien zum Begehren nach Sexocorporel Wahrnehmung des Körpers Lustkurve	Wie nimmst du deine eigene Lust Körperlich wahr? Wie erlebst du diese körperliche Lust emotional? Was löst diese Lust für Gedanken oder Fantasien in dir aus? Wie hat sich dies vor dem Überraschungsdate gezeigt?	Wo im Körper? In welcher Qualität? Zeigt sich das körperlich? Falls nichts kommt- Beispiele einbringen

	• Sexuelles Begehren	Wie hat sich dies während des Dates gezeigt? Hat sich in deiner Wahrnehmung bzgl. deiner Lust, seit dem Spiel etwas verändert? Ist während des Spiels eine Vorfreude auf Sex entstanden? Begehren kann sehr unterschiedlich wahrgenommen werden. Wenn man es ganz genau betrachtet, ist man sich ja dann sehr nah ist, so dass man entweder in die Partnerin ist oder den Partner in sich zu spüren. Inwiefern nimmst du diese Vorfreude wahr?	Je nachdem, was kommt... inwiefern möchtest du das Beibehalten? Vorfreude auf was genau?
--	--	--	--

	• Koitales Begehren nach Entladung	Ist in dieser Vorfreude auch die Vorfreude auf einen Orgasmus dabei gewesen/entstanden?	Wie hast du das gemerkt? Wie hat die ausgesehen?
	• Erotisierung der Distanz	Inwiefern hat die Wartezeit zum Überraschungsdate eine Spannung erzeugt?	Es gibt ja positive oder negative Spannung, verbunden mit Fantasien, Bilder...
			Gab es bestimmte Gedanken, Wünsche oder Gefühle, die dich in dieser Zeit begleitet haben?
			Wie hast du dich gegenüber deinem Partner in der Zwischenzeit gefühlt? Hat sich dein Blick/Gedanken auf deine* Partner* verändert?
	• Erotisierung der Differenz	Sinnliche Spannung (im Zusammenhang mit Sexualität) kann ja durch Unterschiedlichkeiten von dir und deine* Partner* erzeugt werden. Was hat das Spiel zu	*Z. B, Wünsche Vorstellungen aber auch Charaktereigenschaften.

		dieser Art der Spannung beigetragen? In einer Partnerschaft gibt es Merkmale oder Eigenschaften am Partner* welche man attraktiv findet. Inwiefern hast du diese Merkmale und Fähigkeiten während des Dates wahrgenommen? Inwiefern hat das Spiel die Wahrnehmung und den Stellenwert davon verändert?	
	• Sexuelle Attraktivität und Anziehungscodes		Was hast du während des Dates besonders an deine* Partner* geschätzt?
	• Nicht sexuelles Begehren	Inwiefern hat das Spiel den Wunsch geweckt, sich gefühlsmäßig nahe zu sein?	Inwiefern hat sich das verstärkt oder ist es gleichgeblieben?

		Mann kann es auch emotional verschmelzen nennen. Hast du das Gefühl es hat noch andere Formen von Wünschen in dir geweckt?	Gemeinsame Zeit verbringen oder die Partnerschaft zu verstärken?
Wie erleben Paare die Wirkung eines solchen Spiels, bezüglich Kommunikation, Begehren und Verführung? Art der Kommunikation Thema Wünschen Vertrauenswürdigkeit Intimkommunikation	Umgang mit Wünschen: Wie können Wünsche geäußert werden?	Wie äusserst du Wünsche in der Beziehung allgemein?	Ist das eher leicht oder schwer für dich? Nutzt du eher verbale oder nonverbale mittel? Oder beides? Wie verdeutlichst du es?
		Wie äusserst du Wünsche, wenn es um Sexualität geht?	Ist das eher leicht oder schwer für dich? Nutzt du eher verbale oder nonverbale mittel? Oder beides? Wie verdeutlichst du das?
		Wie geht es dir in beiden Bereichen, wenn du deine Wünsche äusserst?	Wie kommst du dir da so vor? Fordernd oder bittend...
		Wie ist es jetzt, nach dem Spiel?	Hat sich jetzt da etwas verändert? Da musstest du dich ja jetzt äussern...
			Ob man sich traut Wünsche zu äussern hat auch etwas mit dem Vertrauen zu tun, auch mal etwas

	Vertrauen erfragen: Ist das Vertrauen so gross, dass sämtliche Fragen gestellt werden können, oder gibt es Hemmungen und Ängste die, dies verhindern?	Inwiefern hat das, was du eben zum Wunsche äussern gesagt hast, etwas mit deinem Vertrauen deinem Partner* gegenüber zu tun?	zu sagen, was evtl. etwas daneben ist oder vielleicht nicht so gut ankommt... Welche Strategien nimmst du normalerweise ein?
	Verführung als theoretischer Aspekt Aktive Handlung der Verführung als Erfüllung vom Wunsch	Wenn du diese Wünsche so wahrnimmst, welche Schritte gehst du ein, um dein Partner* für deinen Wunsch zu gewinnen? Welche Strategie hast du während des Spiels angewandt Inwiefern hast du die - Gestaltung des Raumes - Wortwahl - Körperkontakt	Was war für dich förderlich oder hinderlich? (Kognition)

	Antiverführung	dazu verwendet? Inwiefern hat dir das Spiel Mut gemacht, neue Schritte auszuprobieren? Würdest du etwas davon beibehalten oder hast du Pläne Neues auszuprobieren? Verführung kann bereits deutlich früher beginnen, weit bevor die* Partner* da ist. Inwiefern nutzt du diesen Raum vor einer Begegnung? *Raum umfassend gemeint	
		Gibt es Dinge in Bezug auf dein Verführungsverhalten die für dich nicht in Frage kommen? (die bei ihm /ihr nicht gut ankommen.	Inwiefern, bist du dir bewusst, dass gewisse Verhaltensweisen auf meine*Partner* abschreckend wirken?

			Was würdest du nicht machen?
	Feedbackkultur in der Sexualität	Gebt ihr euch allgemein Rückmeldungen in eurer Beziehung?	Macht ihr das? Wenn ja wie, sprecht ihr es aus, zeigt ihr es Körperlich oder mimisch...
		Wie gibst du deinem Partner* Rückmeldung in der Sexualität?	Wenn ja wie, sprecht ihr es aus, zeigt ihr es Körperlich oder mimisch...
		Wie geht es dir damit?	Wie kommst du dir dabei vor?
		Wie geht es dir damit bezüglich der Sexualität, jetzt nach dem Spiel?	
	Art der Kommunikation	Bist du eher die Person die viel zuhört oder die Person die Gespräche angeht und sich äussert?	Wie zeigt sich das? Interesse, Neugierde?
		Inwiefern setzt, dein* Partner* Non- Verbale Kommunikation in eurer Beziehung ein? Und spezifisch in der Sexualität?	Bewegungen, Gesten, Zwinkern und welche Wirkung haben die auf dich? Welchen Stellenwert hat das für dich?

		Und was sieht dein* Partner* von dir? Inwiefern hat das Spiel etwas bei euch bewirkt?	Bewegungen, Gesten, Zwinkern und welche Wirkung haben die auf dich? Welchen Stellenwert hat das für dich?
Wie erleben Paare die Wirkung ein solchen Spiels, bezüglich Kommunikation, Begehren und Verführung?	Welches Szenario haben die Paare im ersten Teil der Umsetzung erlebt und wie wurde es aus der Sicht der jeweiligen Rolle empfunden? <i>Fokus auf Szenario</i>	Welche Spielkarte habt ihr im ersten Teil, noch am selben Abend umgesetzt? Wie sah die Umsetzung aus? <i>Falls Rollen noch am selben Abend gewechselt, nochmals in der anderen Rolle erfragen.</i>	Wie war es für dich dieses Szenario als VerführerIn umzusetzen oder es zu genießen? Wie hast du dich dabei gefühlt? V: Was hast du eingesetzt, um deine Partner* emotional oder Körperlich zu erreichen? G: Was hat dein Partner* eingesetzt, um dich emotional oder körperlich zu erreichen? Was hat dich besonders gefreut? Gab es etwas, was dich weniger gefreut hat? Wie hast du den Kontakt zu deine*Partner* vor, während und nach der Umsetzung empfunden?

	Welches Szenario wurde beim Überraschungsdate umgesetzt und wie wurde es aus der jeweiligen Sicht ihrer Rolle wahrgenommen?	Welche Spielkarten wurden für das Überraschungsdate ausgesucht?	Wie war es für dich dieses Szenario als VerführerIn umzusetzen oder es zu genießen? Wie hast du dich dabei gefühlt? V: Was hast du eingesetzt, um deine Partner* emotional oder Körperlich zu erreichen? G: Was hat dein Partner* eingesetzt, um dich emotional oder körperlich zu erreichen? Was hat dich besonders gefreut? Gab es etwas, was dich weniger gefreut hat? Wie hast du den Kontakt zu deine*Partner* vor, während und nach der Umsetzung empfunden?
	Hat die Umsetzung des Spiels eine nachhaltige Wirkung auf das Paar, insbesondere auf das Verführungsverhalten des einzelnen und auf das Begehren in der Beziehung?	Hast du etwas über dich oder dein* Partner* gelernt?	Was denkst du hat diese Erkenntnis für eine Auswirkung auf eure Beziehung?
		Gibt es etwas, was du aus dem Spiel gelernt hast?	Gibt es etwas, was ihr nun bewusster in eurer Beziehung macht?

		Gibt es etwas was du aus dem Spiel beibehalten möchtest?	
	Hat der/die GeniesserIn der/dem VerführerIn eine Rückmeldung in Bezug auf das Spiel gegeben? Was war die Wirkung?	An G: Hast du deine* Partner* am Schluss des 1. Teils und/oder des Überraschungsdates deine* Partner* noch eine Rückmeldung gegeben?	Wenn ja, welche? Wenn nein, wie würde diese jetzt lauten? Was denkst du, wie ging es deine*Partner* nach dieser Rückmeldung?
		An V: Hast du eine Rückmeldung zu deinen Überraschungen und Umsetzungen erhalten?	Wie war das für dich?
Rückmeldung zu den Spielmaterialien	Metafragen: Wie zufrieden sind die Teilnehmer* mit der Auswahl der Karten?	Wie hat dir die Auswahl der Karten gefallen?	Was hat dir besonders gefallen? Was würdest du ändern oder ergänzen? Hat dich etwas irritiert?
	Wie zufrieden sind die Teilnehmer* mit der Anleitung?	Wie fandest du die Spielanleitung?	Hat dir etwas gefehlt? War etwas verwirrend oder unklar? Was hätte dir geholfen?

	Waren die zusätzlichen Briefe an der/die VerführerIn oder der/die GeniesserIn hilfreich?	Wie empfandest du die Zusatzbriefe für deine Rolle?	Waren sie klar verständlich? Hat dir etwas gefehlt? Was würdest du verändern?
	Würden die Teilnehmer* das Spiel nochmals spielen?	Würdest du das Spiel nochmals spielen oder allenfalls die Rolle tauschen?	Wenn ja, warum? Wenn nein, warum?
	Welche Szenarien würden sich die Teilnehmenden wünschen?	Wenn du ein Szenario für eine Karte erstellen könntest, wie würde die lauten?	
Abschluss		Gibt es noch etwas, das du gerne rückmelden möchtest – etwas, das dich bewegt hat, oder das in diesem Gespräch noch keinen Platz gefunden hat?	

Anhang 4: Fragebogen – wurde vom Interviewleitfaden direkt abgeleitet, hier werden Beispiele aufgeführt

Spielst du gerne Spiele – ganz im Allgemeinen?

1. P3A (weiblich): «Ja, manchmal.»
2. P3B (männlich): Selten

Was für Spiele und mit wem?

P3A (weiblich): Kartenspiele wie Uno, Skipbo, Rummikub, Strategiespiele wie Siedler, Dog, Rätsel lösen. Polysportive Spiele.

Mit Freunden und Familie.

P3B (männlich): Karten oder Brettspiele, nicht zu kompliziert oder strategisch. Spass und Geschicklichkeit sollen im Vordergrund sein.

Mit Freunden.

Wie oft spielst du Spiele mit deine*m Partner*?

P3A (weiblich): selten

P3B (männlich): Selten

Was für Spiele spielt ihr zusammen?

P3A (weiblich): Rätsel lösen, selten Uno. Sportliche Spiele (Volleyball, Beachball), wenn das auch dazu zählt, am ehesten.

P3B (männlich): Memory, Rätselspiele wie Escape, lustige Kartenspiele

Wie oft habt Ihr den Prototyp gespielt? (Teil 1, also Vorlieben des Partners mit den Karten entdecken mit erster kleiner Umsetzung, plus Überraschungsdate zählt als 1 ×)

P3A (weiblich): 1 ×

P3B (männlich): 1 ×

Wie war der Spielablauf bei euch? (wann und wie habt ihr begonnen, wie war die Stimmung, wie habt ihr entschieden, wer welche Rolle erhielt, wann sind Gespräche entstanden ...)

P3A (weiblich): Wir brauchten zwei Abende, an denen wir die Karten der Szenarien durchgingen. Am zweiten Abend konnten wir das erste kleine Szenarium nach 15 min Vorbereiten erleben. Ein separates Überraschungsdate konnte abgemacht werden und wurde 2 Tage danach gemacht. Erster Abend: Stimmung gut, mussten herausfinden, wie es funktioniert, noch ein wenig ...

Anhang 5: Transkriptionsregeln

Transkriptionsregeln (Auszug aus Anhang 4: Kodierleitfaden, vollständige Version digital eingereicht):

- Zeilennummerierung des Transkripts.
- Codierung der Gesprächsteilnehmenden:
z. B. **P1, P2, P3, Interviewerin**.
- Äussere Ereignisse kursiv und ohne Klammern auf separater Zeile notieren:
Tasche fällt zu Boden, Handy klingelt.
- Lautäusserungen wie «*mhm*», «*äh*» usw. gehören zur gesprochenen Sprache und werden wie andere Wörter transkribiert.
- Auffällige Betonungen werden **unterstrichen** dargestellt: z. B. «*Das war wirklich **wichtig**.*»
- Unverständliche Stellen durch Punkte in Klammern kennzeichnen: z. B. (...)
- Vermuteter Wortlaut bei schwer verständlichen Stellen in Klammern angeben: z. B. (*also ich denke*).
- Nonverbale Kommunikation wird in **kursiver Schrift in runden Klammern** notiert, z. B.: (*nickt*), (*zögert*), (*leise*), (*betont*), (*kurze Pause*), (*schweigt 30 Sek.*).
- Unterbrechungen oder Einwürfe des Gegenübers kursiv in **eckigen Klammern** darstellen: z. B. [*unterbricht*].
- Mundarttexte werden sorgfältig ins Hochdeutsche übertragen. Auffällige oder typische Ausdrücke dürfen beibehalten werden. Anzugeben ist, welche sprachlichen Besonderheiten nicht berücksichtigt wurden.
- Die Transkription kann als eine Art "Theatertext mit Regieanweisungen" verstanden werden.
- Die Transkription wurde direkt nach Kategorien farblich kodiert.

Anhang 6: Transkripte, Beispiel – die vollständige Version wurde digital eingereicht

180. **Interviewer:in:** Selbstbewusst zu sein, ist etwas, das du schätzt.
181. **P2A:** Ja, was ich auch sehr attraktiv finde
182. **Interviewer:in:** Ja. Sehr schön. Hat dich das Spiel auf irgend eine Art Stellenwerte davon geändert?
183. **P2A:** Von was?
184. **Interviewer:in:** Von deiner Wertschätzung gegenüber seinem Selbstvertrauen?
185. **P2A:** Es wurde mir schon bewusst. Und es wurde mir auch bewusst, was mir durch dieses Spiel fehlt und wie stark sich doch unsere Bedürfnisse verändert haben.
186. **Interviewer:in:** Was fehlt dir? Oder was ist dir aufgefallen, was dir fehlt?
187. **P2A:** Das Liebespaar Sein ausserhalb von Haushalt und Kind und Alltag fehlt mir sehr stark. Diese Überraschung und das Nicht-immer-nur-zuhause-Sein.
188. **Interviewer:in:** Das Spiel hat das noch einmal aufgebracht?
189. **P2A:** Ja. Hätten wir es vorher gespielt, also vor einem Jahr, wäre es ganz anders herausgekommen.
190. **Interviewer:in:** Mhm. Also ganz anders, als die Bedürfnisse zu verändern wären?
191. **P2A:** Ja. Das wurde mir erst durch das Spiel bewusst.
192. **Interviewer:in:** Sehr schön. Jetzt wären die Bedürfnisse mehr in Richtung was?
193. **P2A:** Also jetzt sind ... Vorher waren die Bedürfnisse eher Unterstützung. Ganz massiv. Gemeinsame Einkäufe, gemeinsame Zeit mit den Kindern, gemeinsame Erziehung, gemeinsamer Haushalt. All das wäre in meiner Prioritätenliste ganz klar zuoberst oben gewesen. Und nur das. Während er die Bereiche von sich aus abdeckt, ist es ganz anders geworden. Es gibt Raum für anderes.

Anhang 7: Tabellarische Auswertung nach Mayring, Beispiel – Die vollständige Version wurde digital eingereicht.

Kategorie	Definition	Kodierregeln	Ankerbeispiel	Fund- stelle
Rollenwahrnehmung in der Beziehung	Wahrnehmung der eigenen Rolle in der Beziehung im Spannungsfeld zwischen Verführen und Verführtwerden sowie dem damit verbundenen Erleben.	Kodiert werden Aussagen zur erlebten oder gewünschten Rolle in der Beziehung sowie zur Bewertung dieser Rolle.	P1A: Dass er gerne auch mal verführt werden will. Weil es eigentlich sonst immer der ist, der fragen oder anfangen muss. Und weil ich halt weniger will, ist halt wie so... ...dann bleibt halt die andere Rolle immer. Also das heisst nicht unbedingt für mich, dass er dann wirklich den verführenden Part hat immer, aber mehr den fragenden, oder den initiierenden Part.	30
			P1B: P1B ist normalerweise der Verführende Part in der Beziehung und auch der Luststärkere und wünscht sich von seiner Partnerin mehr initiative In der Beziehung ist er überwiegend der Verführer dadurch da er das stärkere Motiv nach sex hat. Er hat mehr Lust, daher zeigt er mehr initiative. Die Verführende Rolle zu haben in der Beziehung geniesst er normalerweise auch, würde sich aber wünschen mehr Begehren der Partnerin zu spüren.	40
			P2A: Was denkst du? Wer bist du in der Beziehung? Bist du überwiegend Verführerin oder Geniesserin? Schon eher als Verführerin. Ich bin grundsätzlich initiativer. Auch kreativer. Kommunikativer. Ich habe nicht nur die verführende, sondern auch die führende Rolle.	10
				13
				37-41

Anhang 8: Spielmaterial – Spielkarten in Textform im Kontext von Chapman und Browns Theorien – die vollständige Version wurde digital eingereicht

Textbeispiel	Sprache der Liebe	Spelpersönlichkeit
...wenn ich dir einen kleinen Liebesbrief schreibe.	Lob & Anerkennung	Geschichtenerzähler
...wenn ich für dich koche. Nur für dich.	Dienst an der Partnerschaft	Künstler
...wenn ich dich einfach halte – so lange, wie du möchtest.	Zärtlichkeit	Entdecker
...wenn wir gemeinsam einen nächtlichen Spaziergang machen.	Gemeinsame Zeit	Bewegung
...wenn ich dir ein kleines, unerwartetes Geschenk mache, das nur ein Lächeln auf dein Gesicht zaubern soll.	Geschenke	Künstler
...wenn ich dir eine erotische Geschichte vorlese.	Lob & Anerkennung	Geschichtenerzähler/Darsteller
...wenn ich dir eine Nackenmassage schenke – in der Intensität, die dir gerade guttut.	Zärtlichkeit	Entdecker/ Regisseur
...wenn ich dir ein Spiel vorschlage, das wir gemeinsam entdecken.	Gemeinsame Zeit	Joker/Wettbewerber/Entdecker

Anhang 9: Spielmaterial – Spielanleitung – wurde digital eingereicht

Anhang 10: Spielmaterial – Zusatzbriefe – wurde digital eingereicht

Anhang 11: Informationsschreiben an die Teilnehmenden – wurde digital eingereicht

