

Paartherapie bei sexuellen Störungen

Grundlagen

Die Paartherapie basiert auf dem so genannten „Hamburger Modell“, einem seit mehr als 30 Jahren in der praxisklinischen Erfahrung erprobten Therapiekonzept zur Behandlung sexueller Störungen. Dieses übende Therapieverfahren wurde vom „Institut für Sexualforschung und forensische Psychiatrie“ des Universitätsklinikums in Hamburg in den 70er Jahren entwickelt und in verschiedenen empirischen Untersuchungen auf ihre Wirksamkeit überprüft.

Anwendungsbereiche

Die Anwendung dieses Paar-Therapie-Konzepts ist sinnvoll bei sexuellen Schwierigkeiten wie beispielsweise Erektionsstörungen, vorzeitigem Samenerguss beim Mann oder Erregungs- und Orgasmusstörungen und Vaginismus bei der Frau sowie sexueller Lustlosigkeit bei einem oder beiden Partner(n).

Voraussetzung

Keine Trennungsabsicht der Partner; Bereitschaft zu einer gemeinsamen Therapie.

Ablauf

In ausführlichen Einzelgesprächen werden mit den Partnern die Hintergründe für das sexuelle Problem erforscht. Die sichtbaren Zusammenhänge werden danach in einem Paargespräch noch einmal eingehend erörtert. Die Paare werden dann in einem kleinschrittigen Therapieprozess immer wieder konkret angeleitet, zu Hause den körperlich-sexuellen Umgang mit dem Partner/der Partnerin nach bestimmten Regeln zu gestalten, die helfen, aufkommende Ängste abzubauen und den Zugang zu einem positiven körperlichen Erleben (wieder) möglich zu machen.

Dauer

Ca. 25 - 35 jeweils einstündige Therapie-Sitzungen in wöchentlichem Abstand.