

## Die Ursachen...

...für sogenannte „sexuelle Funktionsstörungen“ sind weder ausschließlich körperlicher noch psychischer Natur. Leben und Gesundheit, somit auch die Sexualität, setzen sich immer aus körperlichen, seelischen als auch sozialen Aspekten zusammen.

Diese unterschiedlichen Zusammenhänge betrachte ich mit Ihnen gemeinsam. Somit wird schnell klar, wo in Ihrem Körper/Geist-System Veränderung stattfinden sollte.

Auf diesem Weg begleite ich Sie gern.

Auch **fehlende partnerschaftliche Kommunikation** kann ein Grund dafür sein, dass die Sexualität in der Beziehung zu einem Problem wird.

Systemtherapeutische Praxis

Inh.: Frank Henrich

Sexualtherapeut / klinischer Sexologe

Eutin, Bismarckstraße 2

Lübeck, Ziegelstraße 25a

Termine nach Vereinbarung

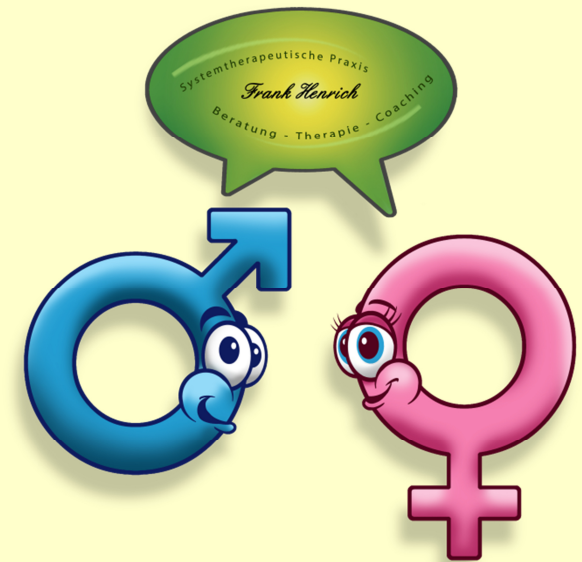
0175-1676113

[www.systemtherapeutische-praxis.de](http://www.systemtherapeutische-praxis.de)

**Beratungen und Therapien zu sexuellen Defiziten werden nur auf Selbstzahlerbasis behandelt.**



## Wenn unten nicht macht, was oben will



## Die gute Nachricht: Sexualität ist erlernbar!

## In einer Gesellschaft, ...

... in der wir das Gefühl haben, immer und überall „können“ zu müssen, ist es nicht einfach darüber zu sprechen, wenn **der Körper in der Sexualität nicht so mitmacht** wie wir es uns wünschen.

**Verzweiflung, Ärger, Frust, Unlust oder die Vermeidung von sexueller Intimität**, können die Folgen sein.

Das **Selbstwertgefühl der Betroffenen sinkt**, aufkommende Schuldgefühle und Leistungsdruck lassen einen die Situation ausweglos erscheinen -

ein **Teufelskreis beginnt**.



## Sexuelle Funktionsstörungen sind längst keine Einzelfäll mehr.

Neuere Untersuchungen haben ergeben, dass ca. **20% der Männer** zwischen 30 und 80 Jahren **Erektionsstörungen** haben (ca. 2% – 3% bei bis 39 jährigen (Tendenz stark steigend), dagegen 50% bei über 70 jährigen). Zudem kommt noch dazu, dass knapp über 20 % **aller Altersgruppen an vorzeitiger Ejakulation** leiden. Etwa jede  **dritte Frau** bekommt **keinen Orgasmus**. Weitere erleben **Schmerzen beim Geschlechtsverkehr**, zu **geringe Erregung und Lustmangel**.

Hinter diesen nüchternen Zahlen steckt **viel Leid und Einsamkeit**. Sexuelle Funktionsstörungen müssen **nicht das Ende einer befriedigenden Sexualität** sein

## Wie kann der Weg zu einem Ziel aussehen?

In einem geschützten und **vertraulichen Rahmen** biete ich Ihnen Beratungsgespräche an.

Einem Teil dieser Funktionsstörungen kann schon mit **kleinen Veränderungen** von Gewohnheiten **Abhilfe geschaffen** werden. Sie können lernen, Ihre **eigene Erregung** bewusster **wahrzunehmen** und sich Techniken zur **Erregungssteigerung** anzueignen. Hierzu gehören unter anderem die Erweiterungen der Stimulationstechniken und daserspüren der Beckenbodenmuskulatur.

Leidet ein Partner unter **Sexuellen Defiziten**, ist immer auch die Sexualität des **anderen Partners betroffen**. Oft ist es sinnvoll den Partner mit in die Beratungskommunikation **einzubeziehen** um den Aufbau einer anderen, **entspannten Sexualität zu ermöglichen**.