

# Grundlagen des „Hamburger Modells“

# Behandlung des Paares

- Die sexuelle Störung manifestiert sich in der Partnerbeziehung, auch wenn nur bei einem der Partner eine Symptombildung vorliegt
- Das Symptom des einen Partners ist in der Regel auch für den anderen Partner von hoher persönlicher Relevanz , d.h. für die innerpsychische Balance beider Partner erfüllt das (einseitige) Symptom eine wichtige Funktion

# Symptomverständnis

- **Psychodynamisches Verständnis**

Sexuelle Symptombildung als Reinszenierung alter Ängste und Konflikte aus

- der Bedürfnisgeschichte
- der Beziehungsgeschichte
- der Geschlechtsgeschichte und
- der Körpergeschichte

- **Systemisches Verständnis**

- Komplementarität der Beziehungs- und Konfliktmuster
- Strukturelle Ähnlichkeit der Erfahrungsgeschichte

- **Verhaltenstherapeutische Aspekte**

- Lerndefizite in der Entwicklung
- Selbstverstärkungsmechanismen

## Die therapeutische Arbeit fokussiert die jeweils körperliche Erfahrung und Interaktion

- Anleitung zu konkretem körperlichen Umgang mit dem Partner/der Partnerin zu Hause (Übungen)
- Schärfung der Selbstwahrnehmung durch differenzierte Körperwahrnehmung
- Einhaltung bestimmter Regeln mit der Chance dabei für ein angstfreies körperlich-sexuelles Erleben zu zweit, ohne Funktions- und Leistungszwang
- „Verankerung“ gemeinsamer positiver Körpererfahrung durch hochfrequentes Üben, was die Paarachse enorm stärkt

# Sexualität: Thema, Vehikel und Fokus der psycho- und paartherapeutischen Arbeit

- Therapie ist kein „Kurieren am Symptom“  
Arbeit an der Sexualität rückt unterschiedliche Lebens- und Beziehungsthemen ins Blickfeld, diese werden auf der Körperebene „leibhaftig“
- Reflektion der Konfliktthemen bleibt nicht auf verbale Bearbeitung beschränkt, sondern wird immer rückbezogen auf die körperlichen Erfahrungen in der Partnerbeziehung

# Kleinschrittiges Übungssetting

- Kleinschrittigkeit vermindert Überforderung und Angstüberflutung der Partner
- Die Übungsregeln insbesondere die **"Egoismusregel"** und die **"Vetoregel"** garantieren die Selbstbestimmtheit des Handelns der Partner und ermöglichen die Entwicklung neuen Verhaltens und Erlebens
- Aufeinander aufbauende Übungen sorgen für ein Beibehalten des „roten Fadens“