



Dr. Susanne Ditz

WIE IST DER ABLAUF EINER SEXUALBERATUNG?

Die Beratung besteht in der Regel aus einer Reihe von Gesprächen = Sitzungen. Die Dauer der Sitzungen beträgt 60 oder 90 Minuten in einem Rhythmus von einmal pro Woche bis zu einmal pro Monat. Da in der Beratung Prozesse angestoßen werden – z.B. um bestimmte Verhaltensweisen zu ändern –, kann die Beratung auch eine längere Zeit dauern. Dabei ist die Gesamtdauer einer Sexualberatung sehr unterschiedlich: manchmal reicht ein klärendes Gespräch, die meisten dauern 5 bis 20 Sitzungen, manche auch länger, bis das gewünschte Ziel erreicht ist. Im Vorhinein ist das nicht genau festlegbar.

Meistens sind mehrere Ursachen an der Entstehung einer sexuellen Störung beteiligt. Je nachdem, um welche Ursache(n) es sich im Einzelfall handelt, ist ein anderes Vorgehen erforderlich. Deswegen ist am Anfang eine sorgfältige Diagnose wichtig. Hierzu kann es erforderlich sein, neben einer Sexualberatungsstelle auch einen Arzt aufzusuchen, um mögliche körperliche oder medizinische Ursachen (z.B. Bluthochdruck, Diabetes, Hormonstörungen, Folgen von Operationen, Folgen von Medikamenten) erkennen zu können.

Wenn die Ursache für das sexuelle Problem eine psychische Erkrankung ist (z.B. Depressionen, Psychosen, Angststörungen, Suchterkrankungen, Traumatisierung durch Gewalterfahrung), so muss diese zuerst psychotherapeutisch und/oder medizinisch versorgt werden, bevor eine Sexualberatung durchgeführt werden kann.



Dr. med. Susanne Ditz
Ärztin für Psychosomatische Medizin
und Psychotherapie -Psychoanalyse-
Bergstraße 85,
69121 Heidelberg

Telefon: 06221 / 401849
Mobil: 0171 / 4045008
Fax: 06221 / 401889
E-Mail: ditz@psychosomatische-frauenheilkunde.de
Termine nur nach Vereinbarung (per E-Mail oder Telefon)