

5. Paarsitzung: Gut miteinander umgehen durch Sex?

- Gut miteinander umgehen durch Sex?:
- Wenn Ihre Sexualität trotz aller Probleme eine Oase schöner Gemeinsamkeit geblieben ist und Sie Sex noch mit Ihrem/r Partner/in genießen können, dann wäre es schade, wenn Sie diese Quelle nicht nutzen würden!
- Wenn es für Sie beide ruhig etwas mehr sein könnte oder wenn es für Sie beide etwas genüsslicher gestaltet werden könnte, dann tun Sie das!
- Sorgen Sie dafür, daß die Oase größer und die Wüste kleiner wird!
- Es ist ein Irrtum, dass Sex nur stattfinden sollte, wenn die Beziehung ganz toll ist. Gönnen Sie sich wenigsten diesen Genuss!

Serge Sulz Paartherapie 5. Gut miteinander umgehen durch Sex
2017

1

5. Paarsitzung: Gut mit SICH umgehen durch Sex?

- Der Mensch ist BIOPSYCHOLOGIE
- Deren Verwirklichung ist seine **VITALITÄT**
- Seine Lebendigkeit
- Wachheit
- Beweglichkeit
- Kraft
- Neugier
- Humor
- Kreativität

Serge Sulz Paartherapie 5. Gut
miteinander umgehen durch Sex
2017

2

5. Paarsitzung: Gut mit SICH umgehen durch Sex!

- Der Mensch ist BIOPSYCHOLOGIE
- Deren Verwirklichung ist seine **VITALITÄT**
- Und
- seine **EROTIK** und **SEXUALITÄT**

Serge Sulz Paartherapie 5. Gut
miteinander umgehen durch Sex
2017

3

5. Paarsitzung: Gut mit SICH umgehen durch Sex!

- Sex macht

!
Vital
Froh
Schön
Kraftvoll
Ausgeglichen
Selbstbewusst
Körperlich gesund

Serge Sulz Paartherapie 5. Gut
miteinander umgehen durch Sex
2017

4

5. Paarsitzung: Gut mit SICH umgehen durch Sex!

- Sex macht

!
LUST
BEGIERDE
ERREGUNG
MEHR ERREGUNG
NOCH MEHR ERREGUNG
ORGASTISCHE ERREGUNG
und danach
Wonnevolles Nirwana, wunschloses Befriedigtsein

Serge Sulz Paartherapie 5. Gut
miteinander umgehen durch Sex
2017

5

5. Paarsitzung: Gut mit SICH umgehen durch Sex!

- **SEX ist Musik:**
- Mein **Gehirn** ist mein Komponist, der meine erotischen Melodien erschafft
- Mein **Körper** ist mein Musikinstrument, das meine erotischen Melodien zum Erklängen bringt
- Meine **Sinne** sind das Publikum, das diese wunderbaren Klänge aufnimmt und genießt

Serge Sulz Paartherapie 5. Gut
miteinander umgehen durch Sex
2017

6

5. Paarsitzung: Gut mit MITEINANDER umgehen durch Sex!

- Wir musizieren zu zweit
- Unsere Melodien begegnen sich
- Auf eine aufregende Weise
- Vermischen sich
- Durchdringen sich
- Entfernen sich
- Steigern sich
- Erschaffen einen Höhepunkt
- Und ein genussvolles Ausklingen
- Bis zu einer göttlichen Stille mit dem langen Nachklingen unserer Begegnung

Serge Sulz Paartherapie 5. Gut
miteinander umgehen durch Sex

7

5. Paarsitzung: Gut mit MITEINANDER umgehen durch Sex!

- **Die Ehe ist der Tod des Eros**
- Der Partner wird entidealisiert
- Der Partner wird durch und durch vertraut
- Der Partner frustriert mich chronisch
- Der Partner interessiert sich für seinen Sex, aber nicht für meinen
- Der Partner ist nicht so gut wie ich mir wünsche

Serge Sulz Paartherapie 5. Gut
miteinander umgehen durch Sex

8

5. Paarsitzung: Gut mit MITEINANDER umgehen durch Sex!

Biologisch benötigt Sex

- Die Fremdheit des anderen (kontra Inzest)
- Die Stärke des anderen (Überleben der Art)
- Sichtbare Zeichen seiner Potenz
- Deshalb ist die Ehe der Tod des Eros

Serge Sulz Paartherapie 5. Gut
miteinander umgehen durch Sex

9

5. Paarsitzung: Gut mit MITEINANDER umgehen durch Sex!

- In einer Ehe gibt es keinen Sex mehr.
- Was geschieht?

Serge Sulz Paartherapie 5. Gut
miteinander umgehen durch Sex

10

5. Paarsitzung: Gut mit MITEINANDER umgehen durch Sex!

- Der frustrierte Partner, der Sex will,
- Äußert seinen Ärger, seine Unzufriedenheit durch **chronische Gereiztheit**
- Durch **schlechtes Behandeln** des anderen
- Durch **Vernachlässigen** des anderen
- Durch Kompensation in der **außerfamiliären** Welt, sei es sublimiert (Arbeit, Verein etc.) oder durch Affären und Nebenbeziehungen

Serge Sulz Paartherapie 5. Gut
miteinander umgehen durch Sex

11

5. Paarsitzung: Gut mit MITEINANDER umgehen durch Sex!

- **Biologisch**
- **Erfolgt intrafamiliär**
- **psychische Kastration**
- **Wenn dadurch der Zusammenhalt der Familie erreicht werden kann.**
- **Denn die Familie ist Überlebensform.**

Serge Sulz Paartherapie 5. Gut
miteinander umgehen durch Sex

12

5. Paarsitzung: Gut mit MITEINANDER umgehen durch Sex!

- Es scheint, als ob beide Partner keinen Sex brauchen
- Wenn aber nicht einmal katholische Geistliche dies schaffen, wie dann Ehepartner?

Serge Sulz Paartherapie 5. Gut miteinander umgehen durch Sex 2017

13

5. Paarsitzung: Gut mit MITEINANDER umgehen durch Sex!

- Wenn ein Partner dem anderen mitteilt, dass er keinen Sex mehr in der Beziehung will
- Ist dann das Fremdgehen des anderen
 - **Betrug?**
- „Sie hat mich jahrelang betrogen.“
- „Wie soll ich Vertrauen haben, wenn er mich immer wieder betrügt?“

Serge Sulz Paartherapie 5. Gut miteinander umgehen durch Sex 2017

14

5. Paarsitzung: Gut mit MITEINANDER umgehen durch Sex!

- Wie kann Sex wieder mehr in die Beziehung rein kommen?
- Der Groll sei schon reduziert
- Sympathie ist wieder vorhanden
- Beide werden von der ehelichen Pflicht frei gesprochen (Ich muss es ihm/ihr nicht geben)
- Beide erklären sich bereit, auszuprobieren, in wie kleinen Schritten sie wieder Erotik in die Begegnungen rein lassen können und wollen

Serge Sulz Paartherapie 5. Gut miteinander umgehen durch Sex 2017

15

5. Paarsitzung: Gut mit MITEINANDER umgehen durch Sex!

- Ziel ist einfach
- Kleine **EROTISCHE SEKUNDEN** zu erhaschen
- Vorübergehende aufregende Momente
- Hervorgerufen durch
 - Eine kurze Berührung
 - Einen Blick
 - Eine Phantasie
 - Eine Erinnerung
- Und es soll bei diesen Sekunden bleiben. Diese können ganz privat sein, ohne dass der andere das merkt.

Serge Sulz Paartherapie 5. Gut miteinander umgehen durch Sex 2017

16

Literatur

- www.cip-medien.com
- Bücher
- Ratgeber

Serge Sulz Paartherapie 5. Gut miteinander umgehen durch Sex 2017

Yvonne Jessica Kulbartz-Klaff 

LIEBE meint auch Körper

Der GEMEINSAME WEG zu erfülltem SEX



Literatur

- www.cip-medien.com
- Bücher
- Paar und Familie

Serge Sulz Paartherapie 5. Gut miteinander umgehen durch Sex 2017

S. Sulz (Hrsg.)

PAARTHERAPIEN



Mit Beiträgen von

Christoph Braukhaus & Kurt Hahlweg
Michael Gölln
Bernd Höppler
Paul Kochenleite
Gisela & Hans-Georg Mähler
Dirk Revenstorff
Ludwig Schindler
Martin Schmidt
Serge Sulz
David Wilchfort

 CIP-Medien