

Für wen ist das Therapieangebot geeignet

Wenn Sie...

- mindestens 18 Jahre alt sind
- unter Ihrem Internetnutzungsverhalten leiden
- häufig das Gefühl haben zu viel/ zu lang online zu sein
- Ihr Nutzungsverhalten nicht mehr kontrollieren können
- sich schlecht fühlen, wenn Sie nicht online sein können
- Probleme im privaten und/ oder beruflichen Umfeld aufgrund Ihrer Onlinesexsucht bekommen haben
- Ihr Nutzungsverhalten einschränken möchten, dies jedoch bisher immer erfolglos war
- bereit dazu sind, mit Ihrem Problem vor Mitpatienten und Therapeuten offen zu sein
- die Bereitschaft haben, regelmäßig über ein halbes Jahr an psychotherapeutischen Sitzungen in Mainz teilzunehmen

... können Sie sich zur Vereinbarung eines Erstgesprächs melden. Im Erstgespräch klären wir gemeinsam mit Ihnen, ob wir Ihnen mit unserem gruppentherapeutischen Angebot helfen können.

Lageplan

Universitätsmedizin Mainz



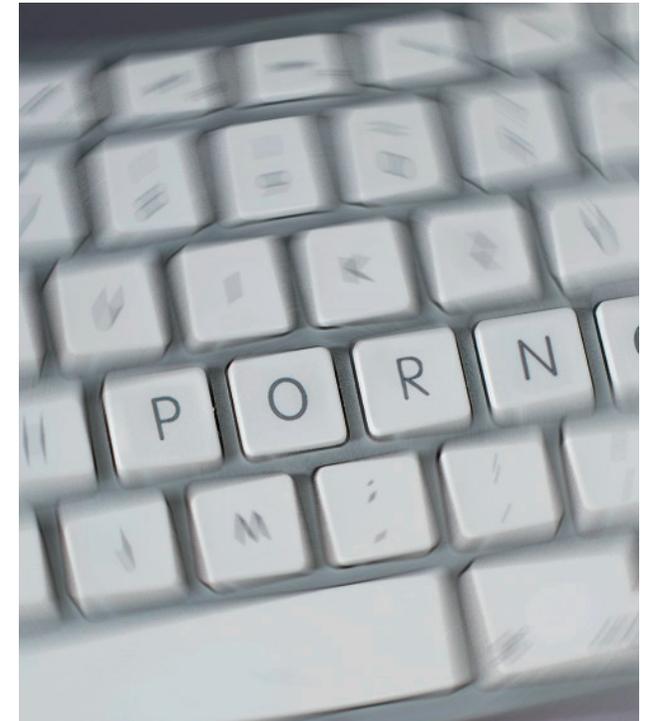
Universitätsmedizin

der Johannes Gutenberg-Universität Mainz,
Langenbeckstr. 1, 55131 Mainz

Grüsser Sinopoli-Ambulanz für Spielsucht
Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und
Psychotherapie
Untere Zahlbacher Straße 8
55131 Mainz

Telefon: 06131 - 177381
Email: sekretariate-pt@unimedizin-mainz.de
Homepage: www.unimedizin-mainz.de/psychosomatik

Auf unserer Homepage www.unimedizin-mainz.de finden Sie Anfahrtsskizzen sowie mögliche Busverbindungen.



Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

Psychotherapie für Patienten mit Online-Sexsucht

**Ambulanz für Spielsucht und
Ausbildungsambulanz
Psychodynamische Psychotherapie**

Unser Wissen für Ihre Gesundheit

Psychotherapie für Patienten mit Online-Sexsucht

Unser Behandlungsangebot

Wissenschaftlicher und klinischer Schwerpunkt der Sabine M. Grüsser Sinopoli-Ambulanz für Spielsucht an der Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie der Universitätsmedizin Mainz sind Therapieangebote für unterschiedliche Verhaltenssuchte, insbesondere Internetsucht.

Auch die Nutzung sexualitätsbezogener Inhalte aus dem Internet (z.B. Sex-bezogener Chats oder Datingportale, Pornographie) kann suchtartige Züge annehmen. Anzeichen für eine solche Entwicklung sind v.a. sozialer Rückzug, Verlust oder Interesse an anderen Aktivitäten und daraus resultierende Probleme im beruflichen und privaten Bereich.

Auf der Basis aktueller Forschungsansätze haben wir ein innovatives, gruppentherapeutisches Konzept entwickelt, das die Veränderungskraft von Gruppentherapien nutzt und durch begleitende Einzel- oder Paargespräche zugleich individuelle Problemlagen berücksichtigt.

Was ist Online-Sexsucht?

Patienten mit Onlinesexsucht nutzen exzessiv das Internet, um auf Erotikseiten zu surfen, erotische Bilder und Videos zu sammeln und zu betrachten oder in Chaträumen Kontakte zu suchen. Das Internet wird genutzt, um anonym sexuelle Erregung zu suchen und sexuelle Befriedigung zu finden.

Diese Form sexueller Aktivität gewinnt Suchtcharakter, wenn sie im Leben des Betroffenen einen großen Raum einnimmt, ein Gefühl des Kontrollverlusts auftritt und erzwungene oder freiwillige Aktivität zu Gereiztheit und Stimmungseinbrüchen führt.

Ursachen dieses sexuellen Verhaltens können in der individuellen sexuellen Entwicklung verankert sein und eine Reaktion auf Schwierigkeiten wie Beziehungen zu anderen sein oder dazu dienen von schwer aushaltbaren Gedanken und Gefühlen abzulenken.



Therapieangebot

Ziel der Therapie ist es, Strategien zum Ausstieg aus der Online-Sexsucht zu erlernen und zu verstehen, welche Faktoren der individuellen Lebenssituation und Lebensgeschichte die Suchterkrankung begünstigt haben. Die Kombination von Lernen und Verstehen unterstützt bei der Rückkehr in ein selbstbestimmtes und suchtfreies Leben.

Dazu gehören unter anderem:

- Erkennen und Bewältigen von Risikosituationen
- Erarbeiten eines individuellen Krankheitsmodells
- Verbesserung von Gefühls- und Impulsreaktion
- Strategien zur Rückfallvermeidung
- Verstehen der eigenen psychosexuellen Entwicklung

Die Gruppentherapie findet wöchentlich statt und kann durch Einzelgespräche und Paar- bzw. Angehörigengespräche ergänzt werden.

Das therapeutische Vorgehen ist integrativ: Tiefenpsychologische und verhaltenstherapeutische Ansätze werden in der Therapie miteinander kombiniert.