



1. Aufl. 2021, XV, 135 S. 15 Abb.

### Gedrucktes Buch

Softcover

[<sup>1</sup>]19,99 € (D) | 20,55 € (A) | CHF 22,50

### eBook

[<sup>2</sup>]14,99 € (D) | 14,99 € (A) | CHF 18,00

Erhältlich bei Ihrer Bibliothek oder  
[springer.com/shop](http://springer.com/shop)

Barbara Laimböck

# Guter Sex dank Selbsthypnose

So behandeln Sie Ihre sexuellen Probleme

- Mit einem Geleitwort von Prof. Dr. Dirk Revenstorff
- Selbsthilfe bei Tabu-Thema: direkt anwendbar
- MoreMedia: Hörübungen zum Download
- Einladung zur Lust: mit seriösen Informationen und Fallbeispielen

Falls Sex ein Thema in Ihrem Leben ist – sei es, weil er zu oft, zu selten, gehemmt, schmerzhaft oder unbefriedigend, monoton oder exzentrisch oder gar nicht stattfindet – dann lesen Sie einfach dieses Buch. Viele Menschen beschäftigen Fragen wie diese: War ich gut? Was hält sie/er von mir? Bin ich ein guter Liebhaber? War der Orgasmus echt? Oh nein, nicht schon wieder! Hoffentlich klappt es heute! Wenn ich nur nicht wieder so schnell komme! Wie sag ich ihr/ihm, dass ich keine Lust habe? In diesem Selbsthilferatgeber hat die Sexualtherapeutin Dr. med. Barbara Laimböck Erfahrungen und Interventionen von 30 Jahren ärztlicher Tätigkeit mit Hypnosetherapie gesammelt. Sie erzählt Ihnen dazu Fallgeschichten, die therapeutische Wirkung erzielen. Auch Paarübungen stehen zur Verfügung. Probieren Sie es einfach aus und überraschen Sie die/den Partner\*in. Aus dem Inhalt: Seriöse Informationen, Trance-Geschichten zum Direkt-Anhören, Einzel- und Paarübungen. Über die Autorin: Dr. med. Barbara Laimböck ist u.a. Ärztin für Allgemeinmedizin und psychotherapeutische Medizin, für KIP und Hypnose nach Milton Erickson. Immer schon hat sie alles Tabuisierte und Geheimnisvolle interessiert: der Körper des Menschen, sein komplexes Denken und Fühlen und insbesondere Sexualität. Ihre Erfahrungen in mehr als 30 Jahren Sexualtherapie stellt sie in diesem Ratgeber zur Verfügung.

Erhältlich bei Ihrem Buchhändler oder – Springer Nature Customer Service Center GmbH, Haberstrasse 7, 69126 Heidelberg, Germany / Call: + 49 (0) 6221-345-4301 / Fax: +49 (0)6221-345-4229 / Email: [customerservice@springer.com](mailto:customerservice@springer.com) / Web: [springer.com](http://springer.com)

[<sup>1</sup>] € (D) sind gebundene Ladenpreise in Deutschland und enthalten 7% MwSt; € (A) sind gebundene Ladenpreise in Österreich und enthalten 10% MwSt. CHF und die mit [<sup>2</sup>] gekennzeichneten Preise für elektronische Produkte sind unverbindliche Preisempfehlungen und enthalten die landesübliche MwSt. Programm- und Preisänderungen (auch bei Irrtümern) vorbehalten. Es gelten unsere Allgemeinen Liefer- und Zahlungsbedingungen. Springer-Verlag GmbH, Handelsregistersitz: Berlin-Charlottenburg, HR B 91022. Geschäftsführung: Haank, Mos, Hendriks

