

Seksualność

trudności i problemy w obszarze seksualnym

tylko do
użytku
osobistego!!!

magdalena_poprawa@wp.pl



krótkie przypomnienie:

czym jest seksualność?

seksualność jest zaproszeniem do relacji



“Orgazm to bezcenne przeżycie pozwalające parze na zbliżenie emocjonalne i fizyczne. Powstaje wówczas nie tylko nieporównywalna z niczym oparta na zaufaniu bliskość fizyczna, ale też różnica płci zostaje uznana i akceptowana jako komplementarna.”

E. V. Welldon; Matka Madonna...

seksualność dziecka to czułość

seksualność dorosłego to namiętność

dojrzała seksualność = czułość + namiętność





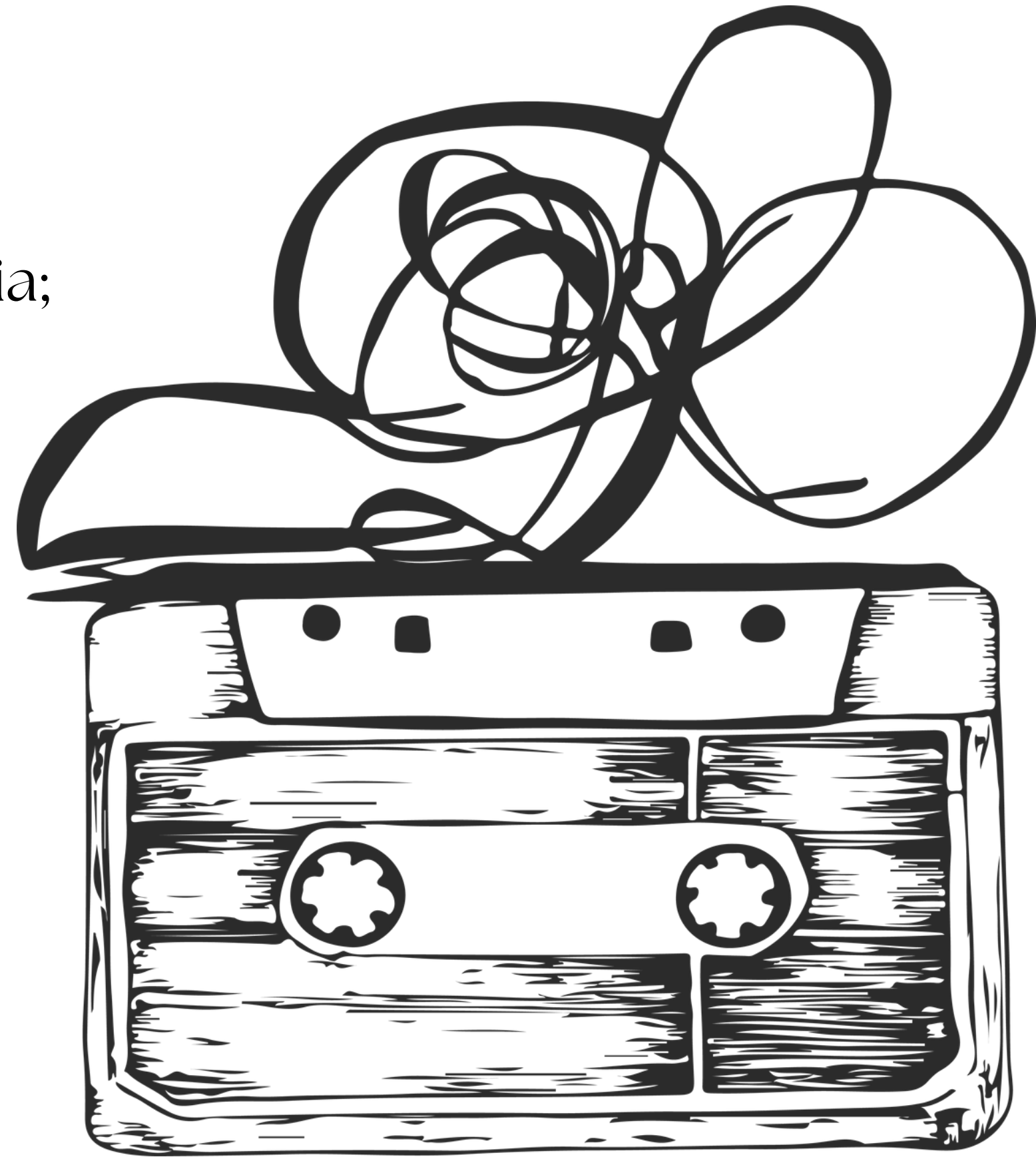
„Miłość i seks stały się problemem,
ponieważ odseparowaliśmy je od
głębokiego, osobowego sensu”.

Rollo May

terapeuta czy seksuolog?

seks w gabinecie
psychoterapeuty:

- zmniejszone (lub utrata) pożądania i/lub podniecenia;
- trudności z wytryskiem (przedwczesny, opóźniony);
- trudności bólowe;
- brak orgazmu;
- obniżona satysfakcja/przyjemność;
- brak współżycia;
- hiperseksualność;
- homoseksualizm osób wierzących;
- metody naturalnego regulowania poczęć;



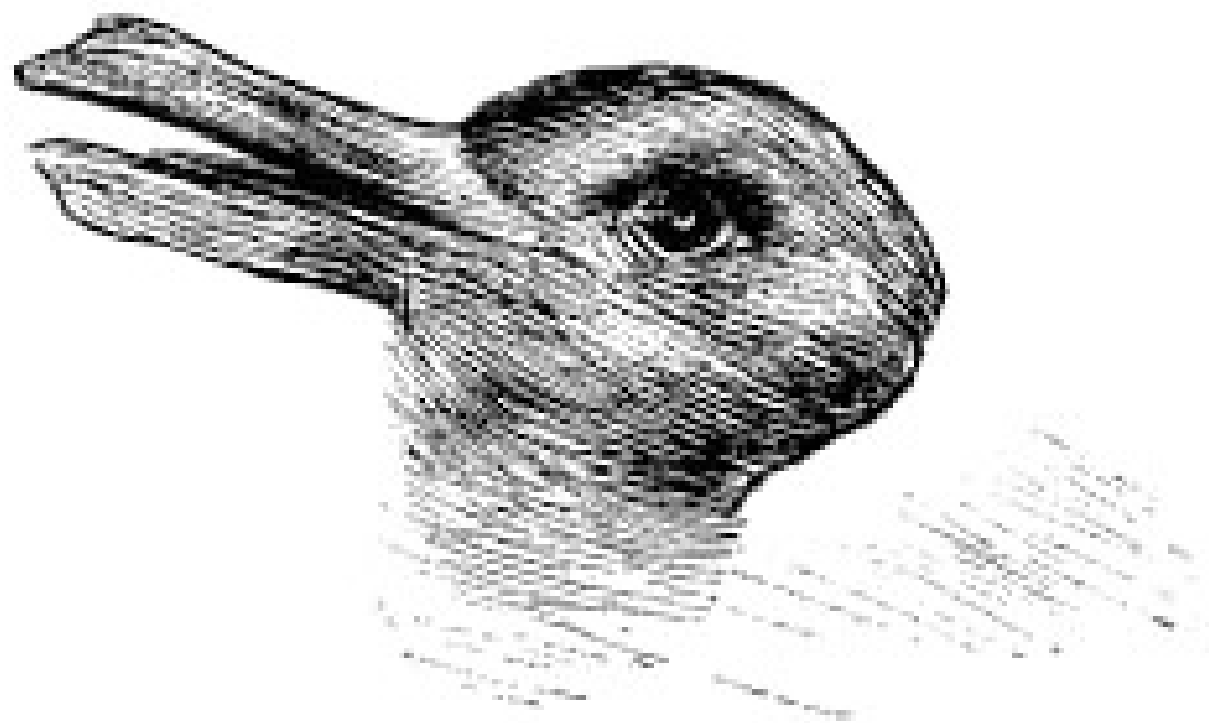
trudności w obszarze seksualności i seksu odsyłają do “głębszych” problemów

czynniki wewnętrzne:

- negatywna ocena/samoocena;
- lęki i napięcie;
- obniżony nastrój;
- zaburzenie przeżywania bliskości z partnerem.

czynniki zewnętrzne:

- fizyczne/biologiczne;
- behawioralne;
- osobowość;
- seksualność;
- społeczne;
- relacja partnerska;
- systemowe, rodzinne.



Model GES – Good Enough Sex



- ważność i rola seksu w związku;
- połączeniu seksu ze sferą emocjonalną;
- zdrowiu i szacunku do niego;
- obowiązku zgody;
- roli relaksacji;
- ważności przyjemności;
- akceptacji różnic;
- zmiennych w seksie, które są zależne od sytuacji życiowych;
- satysfakcji, która nie wynika z umiejętności!!!

Pytania

