

SEX

Психолог

СВЕТЛАНА ФЁДОРОВА

- 13 лет в практической психологии.
- 1500 часов практики тренингов, персональных консультаций и коучинга.
- Образование: БашГУ - **биофак**; БашГУ - **психфак**; Международный Эриксоновский Университет, Международный Сократовский университет управления, коучинга и психологии - **коучинг**.
- Курсы повышения квалификации по ИНП и кризисной психологии.



An orange bracket is positioned on the left side of the text, spanning the height of both lines.

С КАКИМ ВОПРОСОМ
ВЫ ПРИШЛИ НА ЭТОТ ВЕБИНАР?

ЧТО ТАКОЕ СЕКСУАЛЬНАЯ НОРМА?

Гамбургским сексологическим институтом были предложены **критерии так называемой партнёрской нормы:**

- различие пола,
- зрелость,
- взаимное согласие,
- стремление к достижению обоюдного согласия,
- отсутствие ущерба здоровью,
- отсутствие ущерба другим людям.

!!! НО И ЭТО МНЕНИЕ НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ГЛАВНЫМ!

В итоге, большинство сексологов говорят о норме так:

➤ «**Сама пара определяет – что есть норма, а что нет.** И чем бы пара не занималась по обоюдному согласию, если это не вредит другим людям и не нарушает закон, это и есть норма. Различие пола при этом не имеет значения».

КАКИЕ ПОТРЕБНОСТИ
ЗАКРЫВАЕТ СЕКС:

ОБНИМАШКИ

1

Недообнятые
родителями дети чаще
вступают в ранние
половые отношения.



2

КАКИЕ ПОТРЕБНОСТИ
ЗАКРЫВАЕТ СЕКС:

САМООЦЕНКА

Уверена ли я в себе,
когда у меня нет секса?
А когда есть?



3

КАКИЕ ПОТРЕБНОСТИ
ЗАКРЫВАЕТ СЕКС:

СТАБИЛЬНОСТЬ

В многолетних отношениях секс залог стабильности в отношениях. Пропадает секс – начинается тревога.



4

КАКИЕ ПОТРЕБНОСТИ ЗАКРЫВАЕТ СЕКС:

ВЫРАЖЕНИЕ ЧУВСТВ

С выражением чувств у многих людей сложности. Проще заняться сексом, чем словами сказать **«Я тебя люблю»**, например.



5

КАКИЕ ПОТРЕБНОСТИ
ЗАКРЫВАЕТ СЕКС:

ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ
ПОТРЕБНОСТИ



КАКИЕ ПОТРЕБНОСТИ
ЗАКРЫВАЕТ СЕКС:

6

БОРЬБА СО
СКУКОЙ



7

**КАКИЕ ПОТРЕБНОСТИ
ЗАКРЫВАЕТ СЕКС:**

**ПОТРЕБНОСТЬ ВО
ВЛАСТИ, СИЛЕ
И КОНТРОЛЕ**



8

КАКИЕ ПОТРЕБНОСТИ
ЗАКРЫВАЕТ СЕКС:

УДОВЛЕТВОРЕНИЕ
СЕНСОРНОГО
ГОЛОДА



СЕКСУАЛЬНОСТЬ И КУЛЬТУРА: АПОЛЛОНОВСКИЙ ТИП

Аполлоновский тип, характерный **для античного общества**, а в современный период – **для Японии** и для коренных жителей некоторых островов Тихого океана.

В этом культурном типе **сексуальность рассматривается наравне с другими потребностями человека** (в еде, сне и т. д.), отсутствует развитая система связанных с половыми отношениями табу и ограничений. Отдельные составные части этой культуры прослеживаются также в современных движениях натуризма, а также некоторых религиозных сектах (адамиты).

СЕКСУАЛЬНОСТЬ И КУЛЬТУРА: **ЛИБЕРАЛЬНЫЙ** ТИП

Либеральный тип, характеризующийся **терпимостью в отношении широкого разнообразия проявлений сексуальности**, отсутствием принуждения к определённым нормативным формам сексуального поведения.

В то же время, этот тип культуры не рассматривает сексуальность строго как естественную, биологическую составляющую жизни человека, **сексуальность в нём является одной из важных составляющих социальных взаимоотношений.**

СЕКСУАЛЬНОСТЬ И КУЛЬТУРА: КУЛЬТУРЫ БЕДНОСТИ

«Культуры бедности», формирующиеся в пролетарской и крестьянской среде, как в развитых, так и в развивающихся странах с заметным влиянием патриархальных традиций.

Для этой культуры характерен **малый уровень осведомлённости отдельных субъектов о вопросах сексуальности**, отсутствие организованной системы сексуального воспитания, в том числе в семье, представления о главенствующей роли мужчины и подчинённой роли женщины, допустимости насилия в половой и семейной жизни.

СЕКСУАЛЬНОСТЬ И КУЛЬТУРА: КУЛЬТУРЫ ЛЮБОВНИКОВ



Культуры любовников, характеризующиеся распространённостью **«двойных» моральных стандартов**, осуждающих открытые проявления сексуальности, но допускающих «за закрытыми дверями» отдельные проявления сексуальной свободы, в том числе супружескую измену (для одного или обоих партнёров).

СЕКСУАЛЬНОСТЬ И КУЛЬТУРА: ОРГИАСТИЧЕСКИЕ КУЛЬТУРЫ

Оргиастические культуры, абсолютизирующие **цель достижения удовольствия** как результата сексуальных отношений, и **допускающие для этого все формы сексуальной активности**, в том числе гомосексуальные отношения, групповые формы сексуальной активности, сексуальные девиации и т. д.

Элементы оргиастической культуры были характерны для Древнего Рима, коммунистических сект первых веков христианства, придворной, аристократической и богемной среды Нового времени, движения либертинов, коммун хиппи, а сейчас они встречаются в некоторых городских субкультурах.

СЕКСУАЛЬНОСТЬ И КУЛЬТУРА: МИСТИЧЕСКИЕ КУЛЬТУРЫ



Мистические культуры, в которых **сексуальное поведение является формой реализации религиозных и философских предписаний** (даосские сексуальные практики, тантрический секс).

СЕКСУАЛЬНОСТЬ И КУЛЬТУРА: РЕПРЕССИВНЫЕ КУЛЬТУРЫ

Репрессивные культуры, **стремящиеся к практически полному подавлению сексуальности**, что выражается в крайне строгих запретах на внебрачные и добрачные связи, отсутствии системы сексуального воспитания, ограничении роли сексуальных отношений в браке продолжением рода.

Указывается, что такие культуры **подавляют развитие связанных с сексуальностью личностных черт**, в том числе романтической любви.

СЕКСУАЛЬНОСТЬ И КУЛЬТУРА: ПУРИТАНСКАЯ КУЛЬТУРА

Пуританская культура, являющаяся крайним выражением **религиозной** (в первую очередь протестантской) установки христианства на **отказ от земных удовольствий, в том числе сексуальных.**

Для пуританской культуры характерны **цензурные запреты**, касающиеся всех хотя бы косвенно связанных с сексуальностью тем литературы и искусства, и даже медицины, **распространение ложных представлений о вреде сексуальных отношений** (например, о том, что мастурбация вызывает импотенцию, слепоту, оволосение ладоней), **жестокие методы пресечения сексуальных переживаний у подростков**, установление уголовной ответственности за отдельные разновидности сексуальных практик.

Пуританская культура появилась в XVII веке в Англии; расцвет её связывается с правлением королевы Виктории в XIX веке («викторианство»), позже она распространилась в Европе и США. Позиции пуританской культуры в западной цивилизации были очень ослаблены сексуальными революциями в XX веке, однако в отдельных странах её влияние продолжает оставаться достаточно высоким.

КАК РАЗВИВАТЬ ЖЕНСКУЮ СЕКСУАЛЬНОСТЬ:

- Развитие чувственности
- Исследование своего тела
- Фантазии
- Наращивание либидо
- Флирт
- Проработка сексуальных травм с психологом
- Любовь к своему телу
- Заниматься сексом



МЕТОДИКА ОЦЕНКИ СЕКСУАЛЬНОГО ПРОФИЛЯ

Методика предложена в 1993 году
О. Ф. Потемкиной.

Опросник (150 вопросов) позволяет
**выявить особенности сексуального
поведения человека.**

Методика содержит 14 шкал,
составляющих распределение полярных
форм сексуального поведения.



➤ <https://psytests.org/family/sexprofile.html>

ТИПЫ СЕКСУАЛЬНЫХ ФАНТАЗИЙ:

- Экспериментирование
- Завоевание
- Замена партнера
- Групповой секс
- Наблюдение
- Изнасилование
- Идиллические встречи
- Садомазохизм

Мужские и женские фантазии схожи

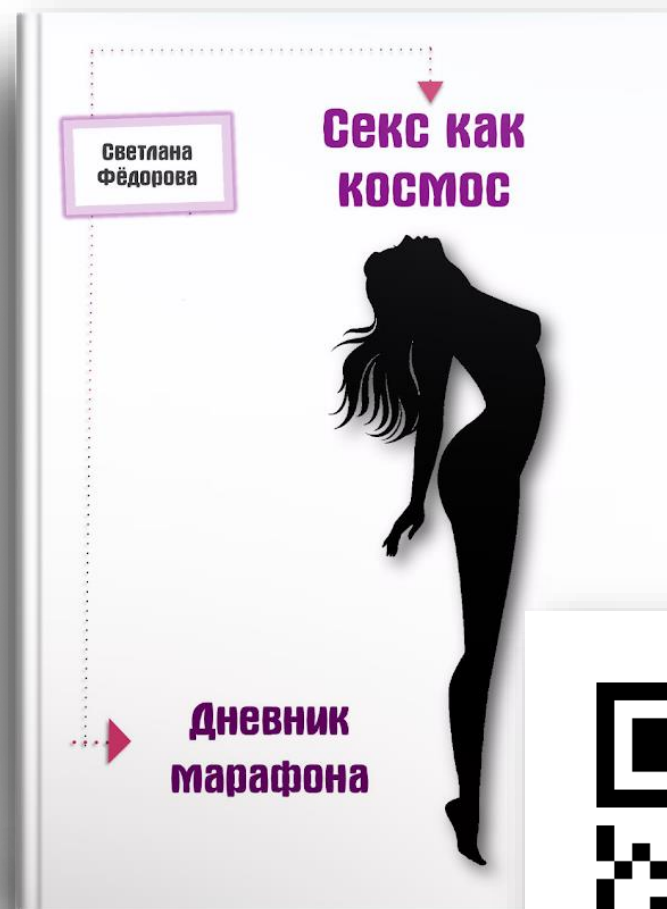


ГОТОВОЕ РЕШЕНИЕ ПО ИСЦЕЛЕНИЮ И РАЗВИТИЮ СЕКСУАЛЬНОСТИ

В результате: Определите
причины своих комплексов
и получите инструменты
для их проработки.

- 50%

~~2500~~ ₴ 1250 ₴



ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ