

# Сексуальная аддикция

Опубликовано 20.12.2005.

По определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), сексуальная активность улучшает сексуальное здоровье и общее самочувствие человека. В сексуальной, как и в других сферах жизни, встречается множество различных проблем. В США в конце 1970-х годов в обществе анонимных алкоголиков подняли вопрос о прямой сексуальной зависимости.

Сексуальные желания и способы их удовлетворения у каждого человека индивидуальны. В связи с этим, трудно обозначить границы сексуальной активности, за которыми начинается патологическая сексуальная зависимость или сексуальная аддикция. Все мы в какой-то мере зависимы, в хорошем смысле слова, от удовольствия и ласк во время интимной близости.

Сексуальной аддикцией являются навязчивые мысли и действия, связанные с сексом. Часто они выражаются в непотребных действиях или приставаниях, которые человек пытается скрывать от своих коллег и друзей. Эти навязчивые сексуальные желания повторяются и, наконец, становятся ежедневными и проявляются, например, в регулярном самоудовлетворении. Они могут выражаться и в иных навязчивых действиях, таких как непрерывные поиски новых партнеров или зависимость от определенных неприемлемых форм любовных отношений.

Признаками сексуальной аддикции считаются приведенные ниже 12 видов сексуального поведения. О проблемной или патологической зависимости можно говорить тогда, когда какое-либо из этих явлений играет заметную роль в жизни человека или его партнера, носит навязчивый или пагубный характер, либо человек страдает одновременно от нескольких навязчивых идей. Необходимо помнить, что соответствующее поведение может проявляться сознательно или в более слабой форме при ведении нормальной половой жизни.

1. Навязчивое самоудовлетворение, которое может повторяться несколько раз в день. Зачастую с помощью оргазма пытаются смягчить симптомы различных психологических проблем: подавленности, депрессии или стресса.
2. Навязчивый поиск эротических и порнографических журналов, видео- и интернет-материалов, и их постоянное использование в качестве источника сексуального возбуждения.
3. Чрезмерное, неконтролируемое пользование виртуальными секс-услугами с целью самовозбуждения. Сюда относятся, например, секс по телефону и сексуальные услуги в Интернете.
4. Частая смена сексуальных партнеров и поиск новых. Связь продолжается недолго и имеет целью получение исключительно сексуального самоудовлетворения, а не развитие подлинных любовных отношений.
5. Неконтролируемый, часто повторяющийся секс с проститутками.
6. Частый анонимный секс с незнакомыми партнерами в необычных местах, например, в общественном туалете или на парковках.
7. Увлечение запретным сексом. Например, человек, состоящий в браке, долгое время изменяет супругу и испытывает возбуждение от возможного выявления этого факта.
8. Регулярное посещение секс-баров, -ресторанов и -клубов или пользование услугами эротического массажа.
9. Навязчивое стремление к подглядыванию за занятием сексом с целью возбуждения, зачастую также сопровождаемое мастурбацией.
10. Частое обнажение с целью самовозбуждения. Оно может быть откровенным, когда обнажаются отдельные части тела, или предполагать слишком развратные наряды, неприемлемые в определенной ситуации.
11. Недозволенные прикосновения к знакомым или незнакомым людям с целью возбуждения. При этом прикосновения выдаются за случайные.
12. Периодическое сексуальное насилие в виде домогательств или изнасилований.

Помимо этого, о патологической сексуальной зависимости свидетельствуют следующие

дополнительные признаки:

1. Вам или вашим близким кажется, что ваше сексуальное желание слишком часто или даже навязчиво овладевает вашим разумом.
2. Явное навязчивое желание начать половое сношение, когда вы находитесь в состоянии стресса, подавленности, напряжения или депрессии.
3. После занятия сексом чувство расслабления и удовлетворенности быстро проходит и появляется потребность в новом половом акте.
4. Ваша половая жизнь вызывает серьезные проблемы в реальности (угроза разрыва отношений, развод, венерические болезни, другие проблемы со здоровьем или сексуальное насилие). Если сексуальная зависимость перерастает в проблему, вы можете обратиться в ближайшую клинику психического здоровья или другое учреждение, предоставляющее подобные услуги. Получить консультацию у сексопатологов, имеющих большой опыт лечения сексуальной зависимости, можно, к примеру, в клинике сексуального здоровья Ассоциации объединений гражданского населения Финляндии (Väestöliiton seksuaaliterveysklinikka), фонде «Sexpo» и Сексологической Ассоциации Финляндии (Suomen Seksologinen Seura).

Osmo Kontula (Осмо Контула)

профессор исследований, Ассоциация объединений гражданского населения Финляндии

Jukka Virtanen (Юкка Виртанен)

клинический сексолог, больница района Эйра в г. Хельсинки

link

Источник: <https://paihdelinkki.fi/ru/bank-informacii/informacionnye-izdaniya/gambling-other-behavioural-addictions-and-their-treatment-4>