

# Психологія інтимних стосунків у подружній парі



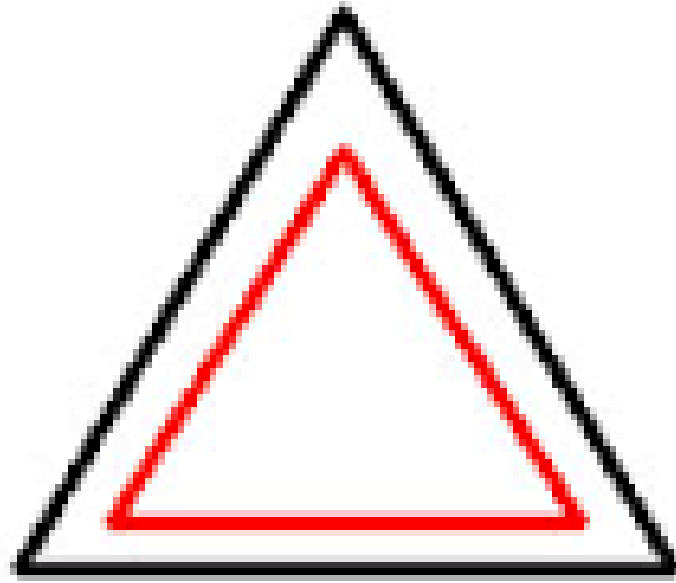
# План

- 1. Сексуальність у культурно-історичному контексті.
- 2. Соціалізація сексуальності та еротичне бажання
- 3. Психологічні основи інтимних стосунків подружжя
- 4. Любов, як передумова інтимних стосунків
- 5. Дошлюбні чинники подружнього життя
- 6. Психологія сексуальності у подружніх стосунках.
- 7. Психосексуальні порушення в сімейному житті.
- 8. Норма і девіації в сексуальній поведінці

# *1. Сексуальність у культурно-історичному контексті*



утом,  
зобов'язання



дружба

пристрасть

## 2. Соціалізація сексуальності та еротичне бажання





# 3. Психологічні основи інтимних стосунків подружжя



## 4.Любов, як передумова інтимних стосунків



## 5. Дошлюбні чинники подружнього життя





# 6. Психологія сексуальності у подружніх стосунках



# 7. Психосексуальні порушення в сімейному житті

# 8. Норма і девіації в сексуальній поведінці



Любовна адикція (залежність), як порушення парних стосунків.



# Я страждаю – значить, я люблю

- Не любов, а необхідність : «Я не можу жити без мого чоловіка (дружини, коханого, коханої), адже я так люблю його (її)»
- Люди, які страждають такими порушеннями, тобто пасивно залежні, настільки сильно прагнуть бути коханими, що у них не залишається сил, щоб любити
- Через порожнечу такі люди по-справжньому не відчують себе особистістю, ідентифікуються тільки через стосунки з іншими людьми.

# Потреба та почуття залежності vs залежність

- Кожна людина, якою б дорослою та зрілою вона не була, шукає і бажає мати в своєму житті зразкову особистість з материнськими і / або батьківськими функціями. Але ці бажання не є першочерговими і не впливають на розвиток індивідуального життя. Якщо ж вони керують життям і диктують якість існування, то, значить, у вас не просто почуття або потреба залежності, у вас – залежність.
- Головні труднощі в лікуванні любовної залежності – це небажання людини позбавлятися від цього гнітючого його особистість стану. Людина, що страждає любовною залежністю, свій душевний біль сприймає як прояв істинної любові і добровільно готова страждати.



# Наукове підґрунтя

- Дослідження **мазохізму** розвінчує міф про любов як самопожертву. Це непорозуміння часто дає підставу **мазохістам вважати, що вони терплять неприпустиме ставлення до себе через любов.**
- Стентон Піл та Арчі Бродські у своїй книзі «Любов та залежність» відзначають, що **адикція** може бути неминучою, якщо людина не бажає знаходити можливості вирішення проблем. **Залежність** – не хімічна реакція, це – досвід, заснований на **шаблонній суб'єктивній реакції людини** на те, що має для нього особливе значення.
- До кінця ХХ століття нейробіологи, психіатри, антропологи, нейропсихологи та ін. вчені звернулися до нейрохімічних досліджень любові. Вони порівнювали томограми мозку романтичних закоханих пар і наркотично залежних пацієнтів. В результаті у обох випадках **були активні одні і ті ж зони**, що відповідають за так звану «систему нагород». Виражалось це **підвищеним рівнем дофаміну** (речовини, що виробляється в мозку у великих кількостях, під час позитивного, за суб'єктивним уявленням людини, досвіду). Тільки у закоханих це підвищення було природним, а у наркоманів – штучним. **Гормон дофамін дає відчуття радості, задоволення, відомого відчуття «метеликів у животі».**

# Індикатори залежної любові:

- **Ефект «коридорного зору»:** нав'язливе мислення, неможливість зосередитися на інших речах, всі думки поглинені «ідеальним» об'єктом пристрасті.
- **Різкі емоційні зміни настрою:** відчуття «польоту» і ментального сп'яніння, загострення почуттів, емоційний підйом, виникає бажання співати, танцювати, робити щось екстраординарне, незвичайне, несподіване.
- **Порушення апетиту:** або його відсутність, або надмірне вживання їжі, можливі розлади травлення.
- **Почуття тривожності, невпевненості, нестабільності, безглуздості життя, депресія і пригнічений стан** (іноді думки суїцидального характеру).
- **Ігнорування волі іншого і зростаюча потреба зміни, «покращення» коханої людини** (відповідно до своїх уявлень, які можуть змінюватися).

# дев'ять характерних рис зрілого кохання

## Отто Кернберг :

- Інтерес до життєвого плану партнера (без руйнівної заздрості).
- Базова довіра: спільна здатність бути відкритим і чесним, навіть щодо своїх недоліків.
- Здатність до прощання, на відміну від підпорядкування і від заперечення агресії.
- Скромність і подяка.
- Спільні ідеали як основа сумісного життя.
- Зріла залежність: можливість прийняти допомогу (без сорому, страху або провини) і надати допомогу, справедливий розподіл завдань і обов'язків на відміну від боротьби за владу, звинувачень і пошуків правих і винуватих, які ведуть до взаємного розчарування.
- Постійність сексуальної пристрасті. Любов до іншого, незважаючи на тілесні зміни і фізичні вади.
- Визнання неминучості втрат, ревнощів і необхідності захищати межі пари. Розуміння, що інший не може любити нас точно так само, як ми любимо його.
- Любов і оплакування: в разі смерті або втрати партнера дозволяє нам повною мірою зрозуміти, яке місце він займав в нашому житті, що веде до прийняття нової любові без почуття провини.



Дякую за увагу!

