

کارگاه آموزشی
روان درمانی جنسی
PSYCHOSEX THERAPY

دکتر نازنین هنرپروران
متخصص مشاوره خانواده

Principles and Practice of Sex Therapy

F I F T H E D I T I O N

edited by
Yitzchak M. Binik
Kathryn S. K. Hall

Sex and Love

in Intimate
Relationships

Robert W. Firestone
Lisa A. Firestone
Joyce Catlett



Copyrighted material

DONNA FREITAS

THE END OF

SEX
SEX
SEX
SEX
SEX
SEX
SEX

How Hookup Culture Is Leaving
a Generation Unhappy, Sexually Unfulfilled,
and Confused About Intimacy

Copyrighted material

فرایند کارگاه

- ۱- سکس در اعصار مختلف
- ۲- عوامل بیولوژی تاثیر گذار بر سکس (بیولوژیکال کد ها، فرمون ها هورمون ها
- ۳ پاسخ جنسی در زن و مرد
- ۴_ سکس در دیدگاههای روانشناسی (فروید یونگ ادلر هورنای سیمون دوبووار فرانکل و یالوم (
- ۵ طرحواره های ناسازگار جنسی
- ۶ خودپنداره جنسی
- ۷ عوامل اجتماعی و معنوی تاثیر گذار بر سکس
- ۸ آناتومی و فیزیولوژی دستگاه تناسلی زن و مرد
- ۹ طبقه بندی اختلالات جنسی
- ۱۰ ارزیابی اختلالات جنسی (tiefer classification)
- ۱۱ روش های درمانی مسترز و جانسون
- ۱۲ سبب شناسی و درمان اختلالات عملکرد جنسی (کمبود میل جنسی ناتوانی جنسی انزال زودرس اختلالات درد و دخول
- ۱۳ تربیت جنسی

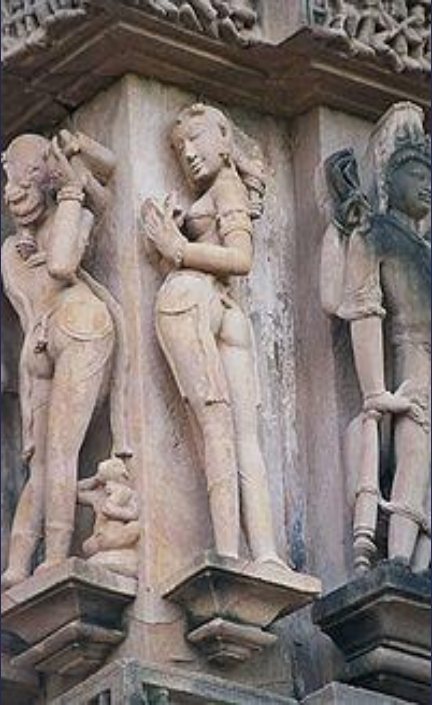
Sexology



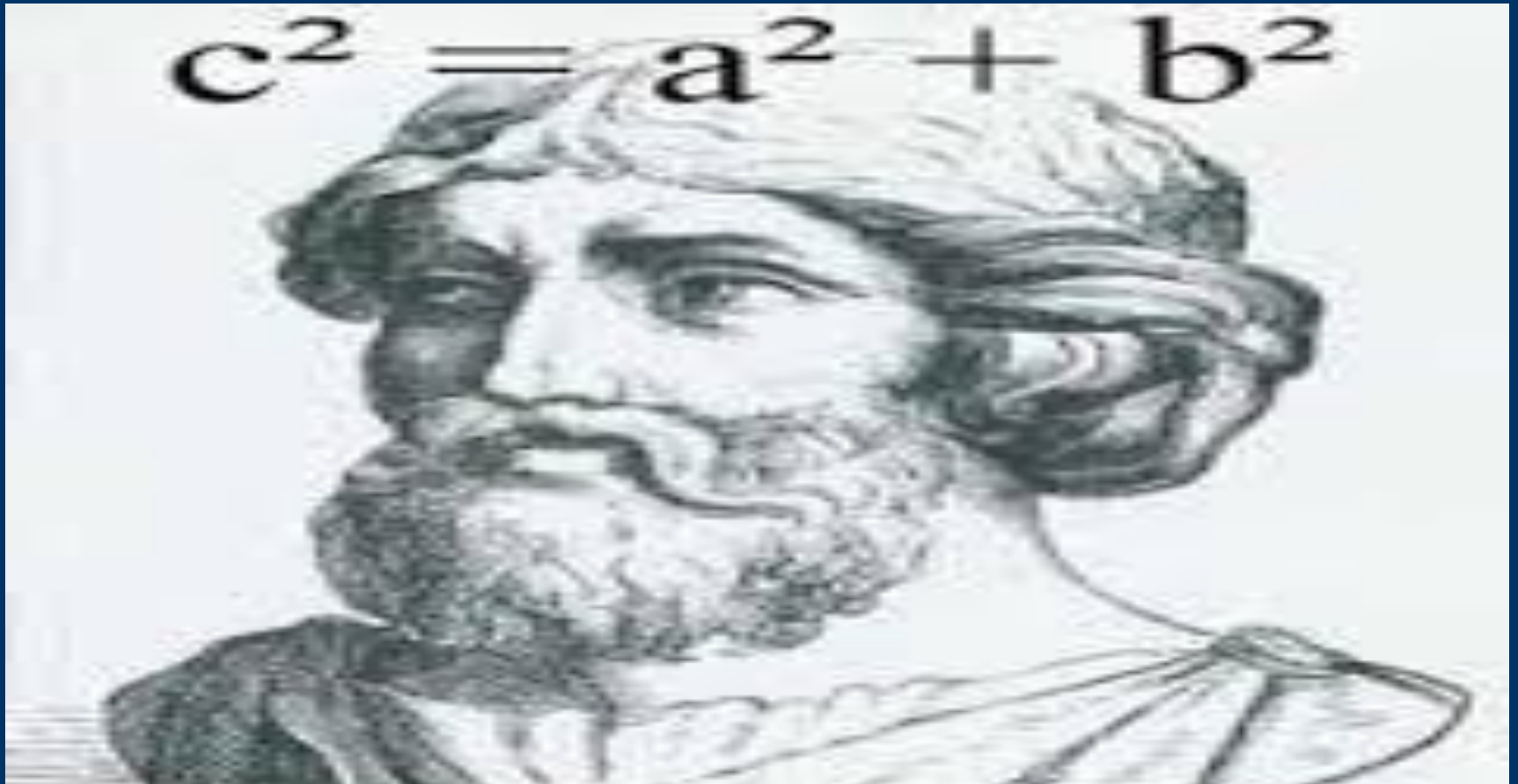
• برای شناخت
انسان باید
تاریخ ، زبان و
ناخودآگاه
را شناخت

سکس در اعصار تاریخ

- شکار و میوه چینی
- کشاورزی
- صنعتی
- فرا صنعتی



یک اصل خوب و روشنایی مرد را آفریده و
یک اصل بد و بی نظمی زن را آفریده



HYMEN

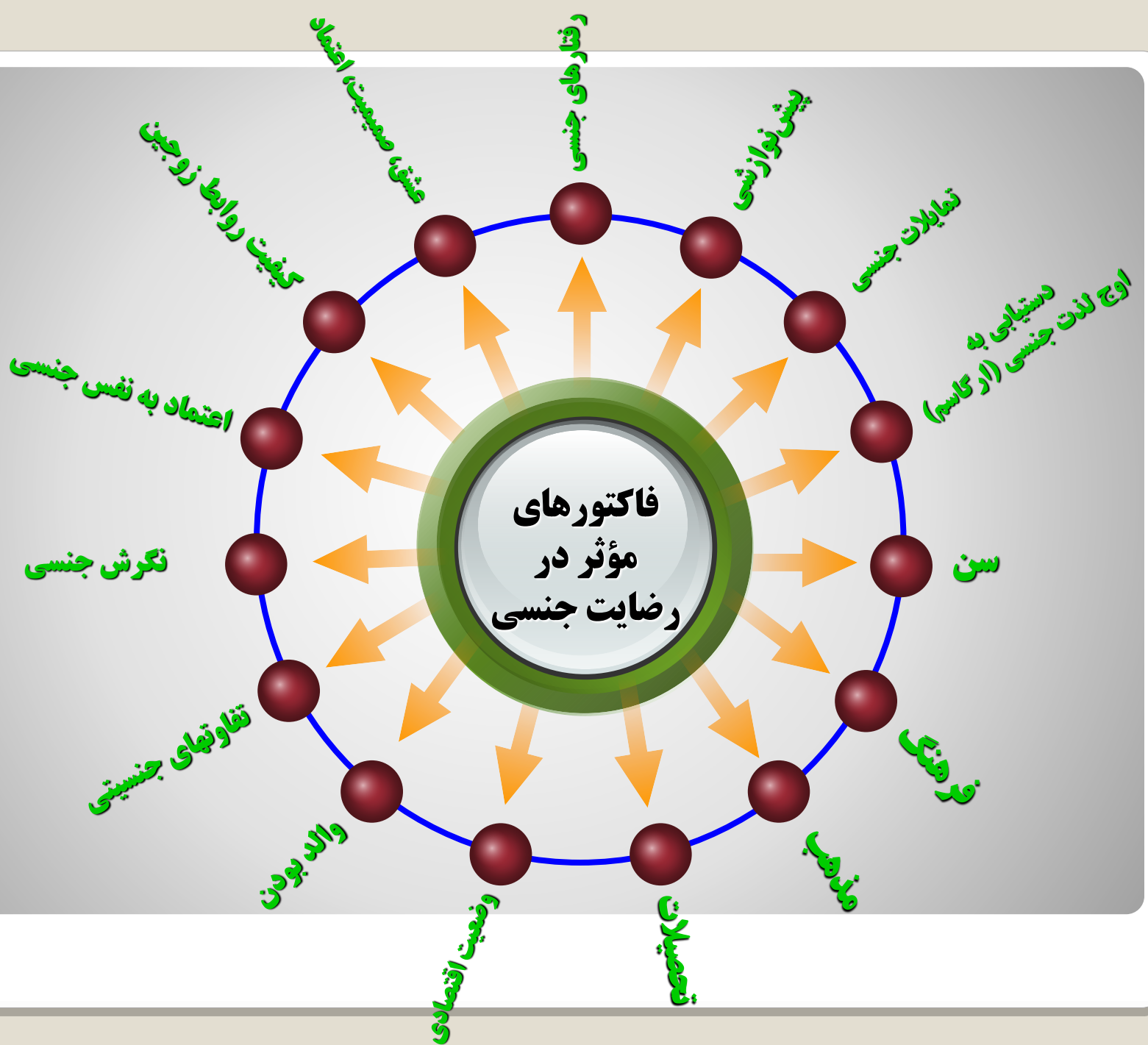
Menstruation



Bio – Psycho – Social model ■



Franz Gabriel Alexander (1891 –1964)



Biological codes

lb Extract of

DEADLY NIGHTSHADE,
Atropa belladonna,
D. M.

PREPARED IN THE UNITED SOCIETY,
NEW-LEBANON, N. Y.

Jar

lb

oz.

NON-SYMMETRICAL



SYMMETRICAL



**Waist/hip
Ratio**

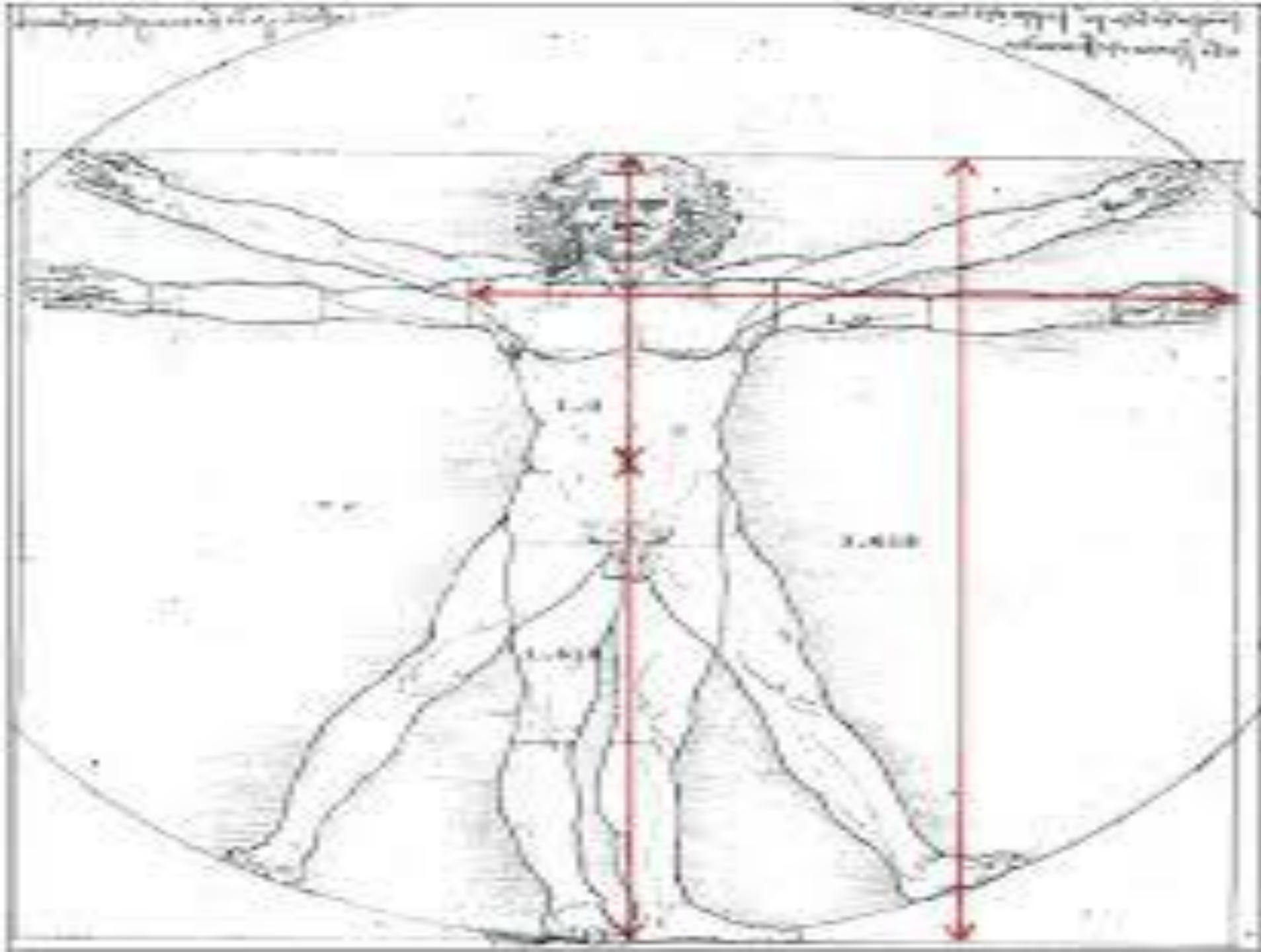
**shoulder/wait
Ratio**



**Shoulder width
at widest point**

**Waist Width
at smallest point**

$$\text{WSR} = \frac{\text{Waist width}}{\text{Shoulder width}}$$



**Body mass
index**

Pheromones

The term "pheromone" was introduced by Peter Karlson and Martin Lüscher in 1959, based on the Greek word *pherein* (to transport) and *hormone* (to stimulate)

Pheromones

menstrual cycles

McClintock effect,•

Androstadienone :

seems to affect the limbic system and causes a positive reaction in women, improving mood.

Androstenone:

Androstenone has been found to be perceived as more pleasant to men at a woman's time of ovulation.

Hormones

Testosterone

خودارضایی و رویاهای جنسی در مردان سه برابر زنان است

CATHERINE HAKIM

Honey Money

*Why attractiveness is
the key to success*

'Genius'

THE TIMES

'Refreshing'

WILL SELF

'Hakim is absolutely right'

DAILY TELEGRAPH



CATHERINE HAKIM

Honey Money

*Why attractiveness is
the key to success*

'Genius'

THE TIMES

'Refreshing'

WILL SELF

'Hakim is absolutely right'

DAILY TELEGRAPH



از هر ده
کاربر وب
سایت های
جنسی تنها
یک نفر زن
است.

در اسپانیا

۲۵ درصد

مردان و تنها ۱

درصد زنان

خریدار

سرویس های

جنسی هستند

CATHERINE HAKIM

Honey Money

*Why attractiveness is
the key to success*

'Genius'

THE TIMES

'Refreshing'

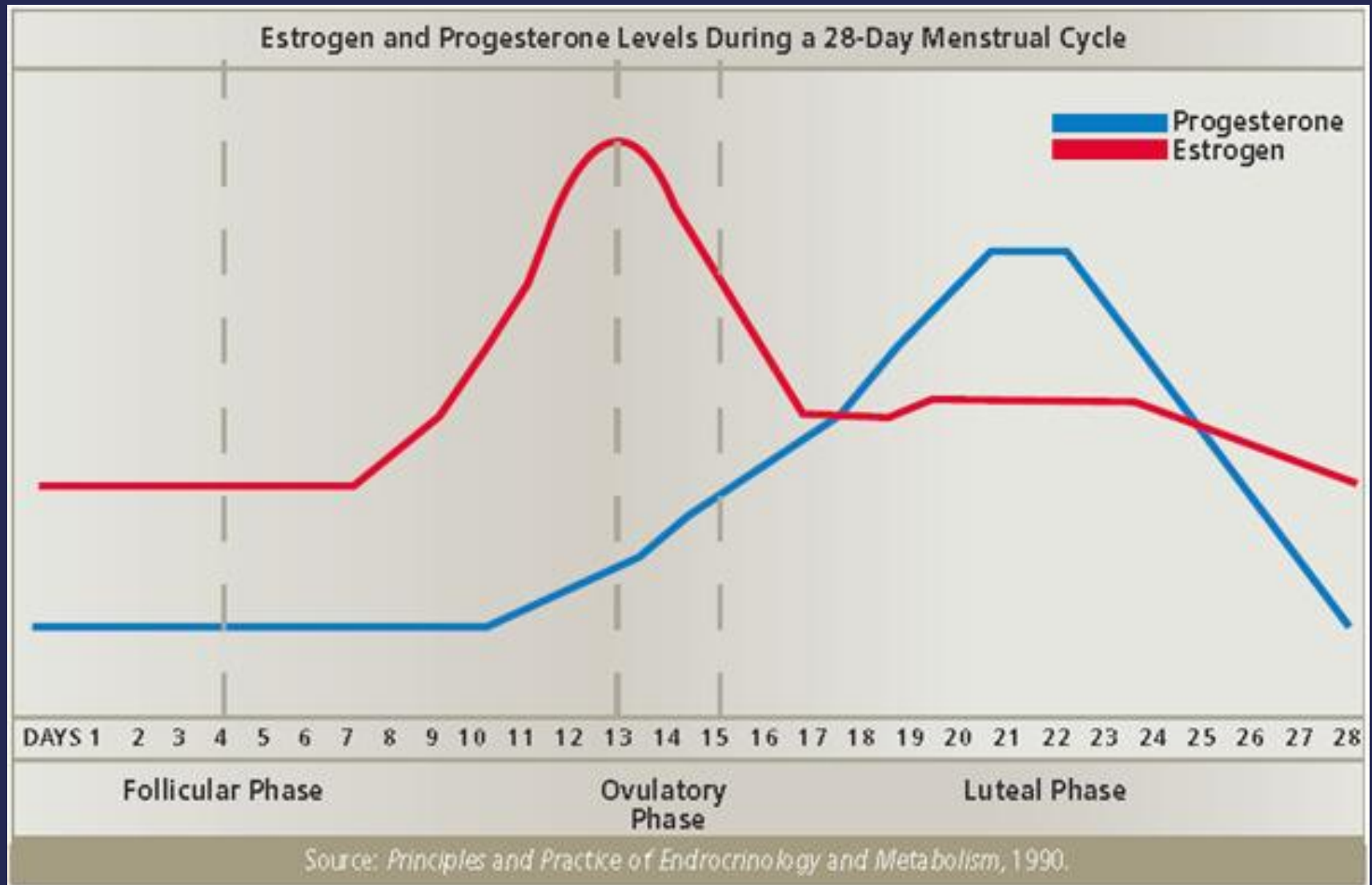
WILL SELF

'Hakim is absolutely right'

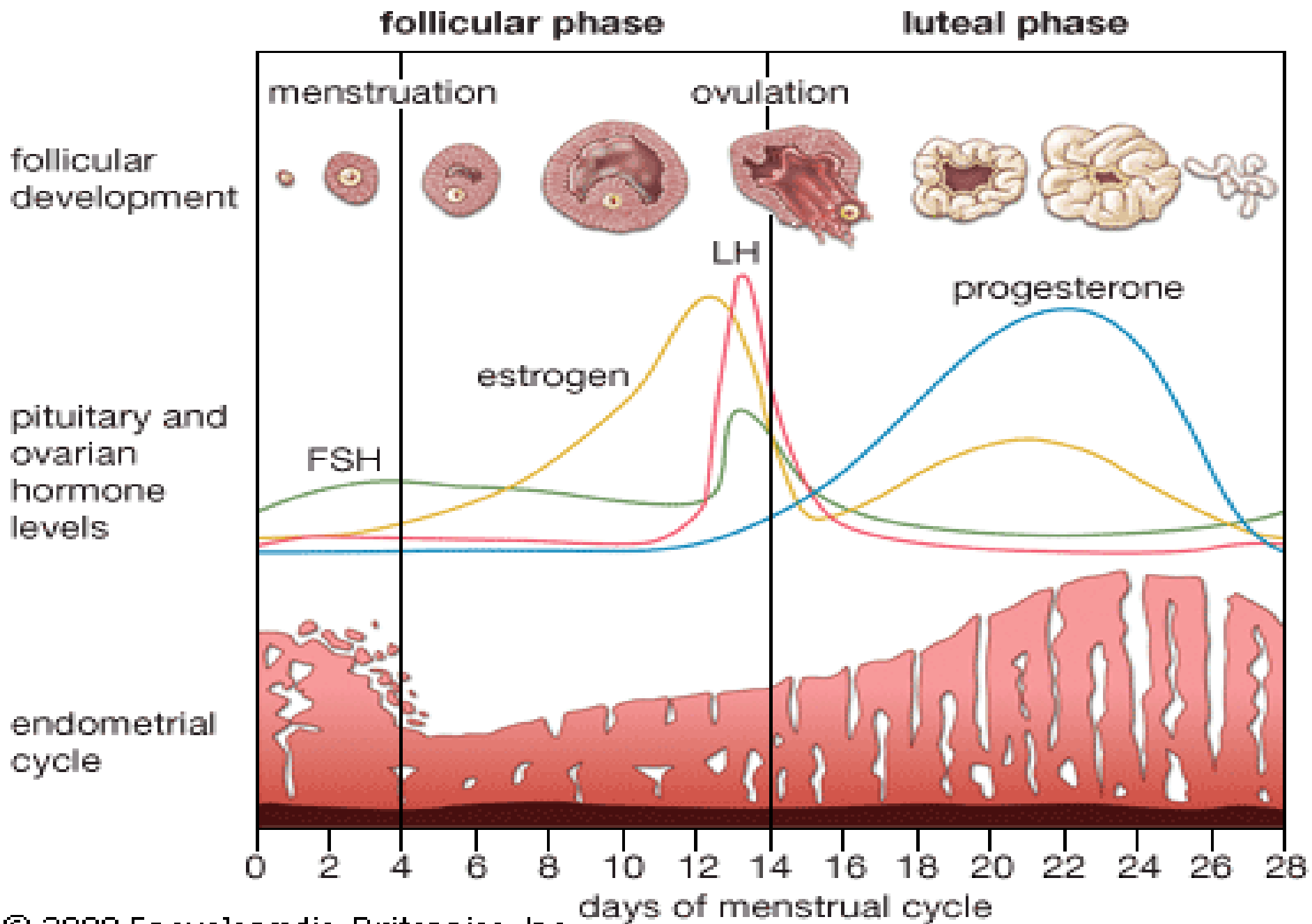
DAILY TELEGRAPH



Estrogen/ Progesterone



The menstrual cycle

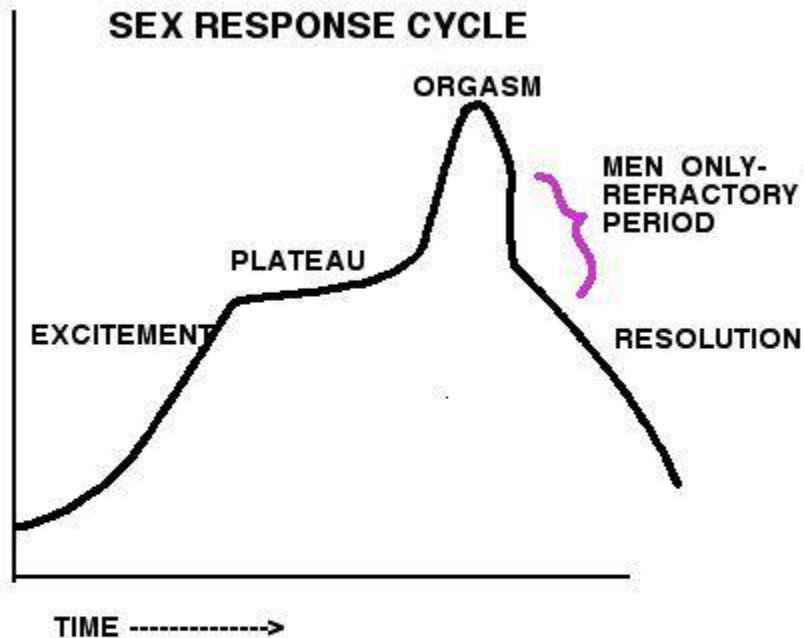


Prolactin

Vasopressin

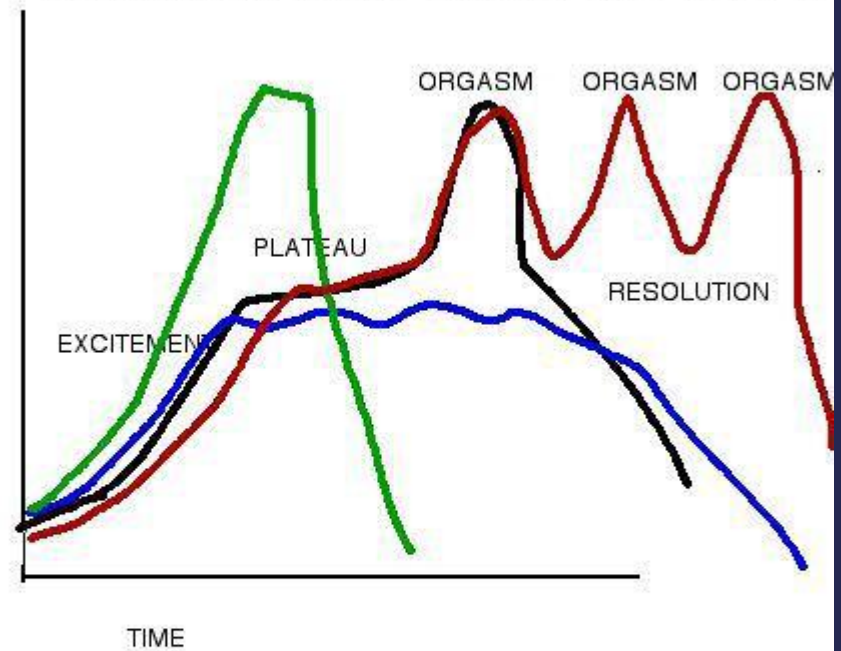
پاسخ جنسی

Sexual Response Cycle



ONE OF SEVERAL TYPICAL RESPONSE CYCLES FOR WOMEN
BUT THE MOST COMMON RESPONSE AMONG MEN

WOMEN-VARIATIONS ON RESPONSE CYCLE

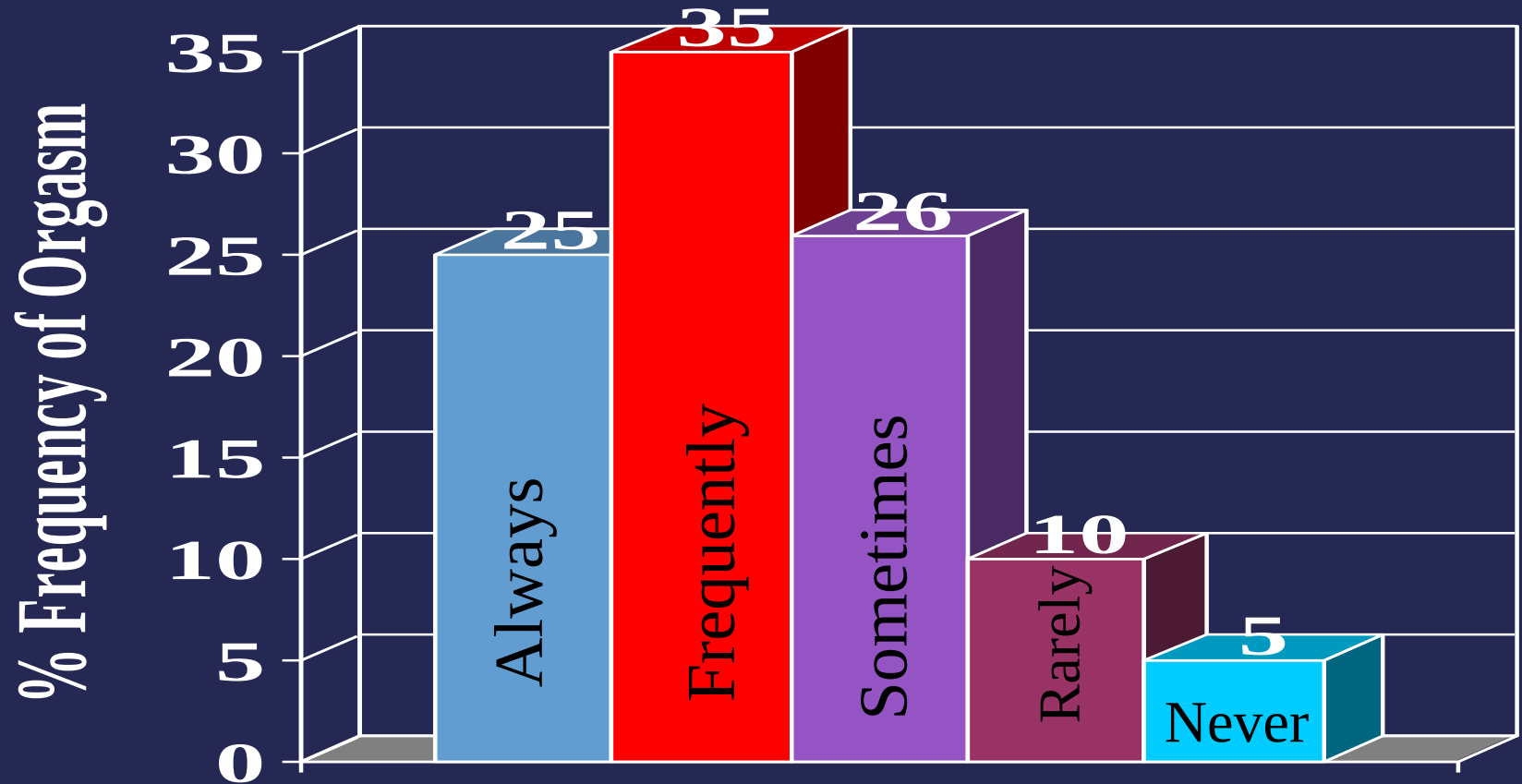


THREE OTHER COMMON RESPONSE CYCLES FOR WOMEN

Multiple Orgasms?

14% of women •
have frequent
multiple orgasms

Frequency of Female Orgasm (Western populations)



SIGMUND
FREUD



THE
Ego
AND THE
Id

Poly morphous perversity

**میل جنسی نقش مهمی در رشد
شخصیت دارد**

**کودک قادر است رضایت جنسی
را با تحریک هر قسمت از بدن
خود کسب کند**

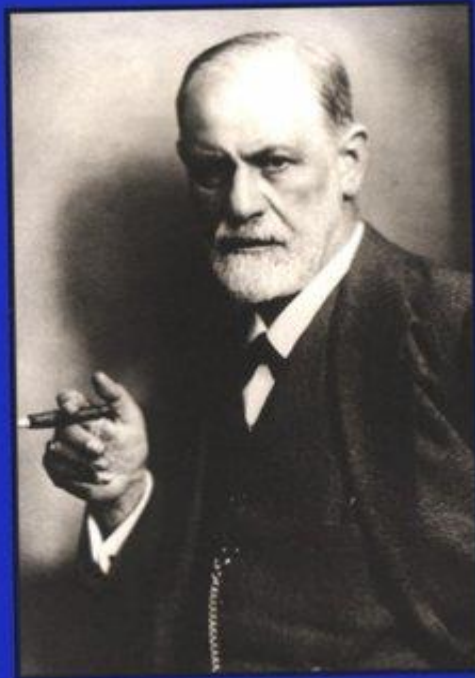
Sigmund Freud

Totem and Taboo

THE
STANDARD
EDITION

Prof. Dr. Freud

WITH
A BIOGRAPHICAL
INTRODUCTION
BY PETER GAY



ترجمہ: دکتر ایرج پورماق
(استاد دانشگاه)

زیگموند فروید

توتم و تابو





**انسانها به دلیل خوردن میوه
ممنوعه. بایک احساس گناه بنیادی
متولد می شوند
بنابر این هیچگاه نمی توانند
سکسی عاری از احساس گناه
داشته باشند**

**غسل تعمید مسیحیان. غسل جنابت
مسلمانان**

توتم

قتل رئیس قبیله

برای حل احساس گناه قتل، محدودیت هایی برای رابطه جنسی ایجاد شد تا با رفتارهای مازوخیستی تاوان قتل توتم پرداخته شود

محدودیت در رابطه جنسی سبب پیشگیری از ظهور توتمی دیگر که همه زن ها را حق خود بداند گردید

تابو

- هر چیز که به دلیلی ترس و اضطراب بدل می افکند، پلید یا اسرار آمیز باشد تابو می گردد
- بنابراین احتلام ، عادت ماهیانه ، وضع حمل بیماران و مردگان در جامعه بدوی تابو گردیدند چرا که معتقد بودند قوای شیطانی در آن ها پنهان است و تابو برانگیختن این نیرو را نهی می کرد

بیماری تابو

فریزر

- انسان طبیعتا مایل به ارتکاب زناى با محارم است اما تابو ها جلو این غریزه را گرفت

فروید

- بشر نسبت به زناى با محارم فطرتا احساس نفرت نکرده و نخستین میل جنسی او ماهیتی زناکارانه دارد

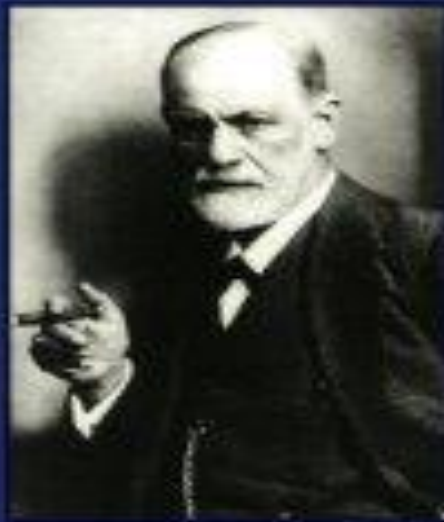
Sexual humor

Sigmund Freud Jokes and Their Relation to the Unconscious

THE
STANDARD
EDITION

Sigmund Freud

WITH
A BIOGRAPHICAL
INTRODUCTION
BY PETER GAY



مزاح راهی برای رهایی از
رفتار و افکار
بازداری شده است

رویا و مزاح هر دو بهم شبیه
بوده و بطور نمادین و نا
خودآگاه به ارضای تمایلات
واپس زده شده مبادرت
می ورزند

Penis envy →
need for support

**Castration anxiety →
need for dominance**

Vagina Dentata

SOPHOCLES

THE OEDIPUS CYCLE

Oedipus Rex
Oedipus at Colonus
Antigone



Translated by
Dudley Fitts and Robert Fitzgerald





Uterus envy

Psychoanalytic Theories

- Drive theory
- Ego psychology
- Self psychology
- Object relations





ابژه (object)

هر چیزی که نیازی را
بر طرف می سازد

ابژه (object)

- ابژه همیشه یک شخص نیست می تواند یک شخص (person) ، مکان (place) ، شیء (thing) و حتی پدیده های خیالی باشد (fantasy)

دفاع اولیه - پیوند توهمی

هنگامی که یک پیوند توهمی شکل گرفت فرد را از درون مستعد الگوهای رفتاری درونی مانند زهد و رهبانیت، امتناع از پاسخ های جنسی به همسر، خودارضایی می کند

فرد نیازمند یک توهم می گردد تا ارضای واقعی نیازمندی به دیگران



اراده معطوف به قدرت

□ برنده – بازنده بودن در روابط جنسی

□ مباحثات به اندام جنسی

Koro syndrom

Hunter Syndrome

MAIN CHAKRA CENTERS

friskmin.com



SPIRITUALITY

INTUITION

COMMUNICATION

LOVE

POWER

SEXUALITY

SURVIVAL

CROWN CHAKRA
SAHASRARA

BROW CHAKRA
AJNA

THROAT CHAKRA
VISHUDHITA

HEART CHAKRA
ANAHATA

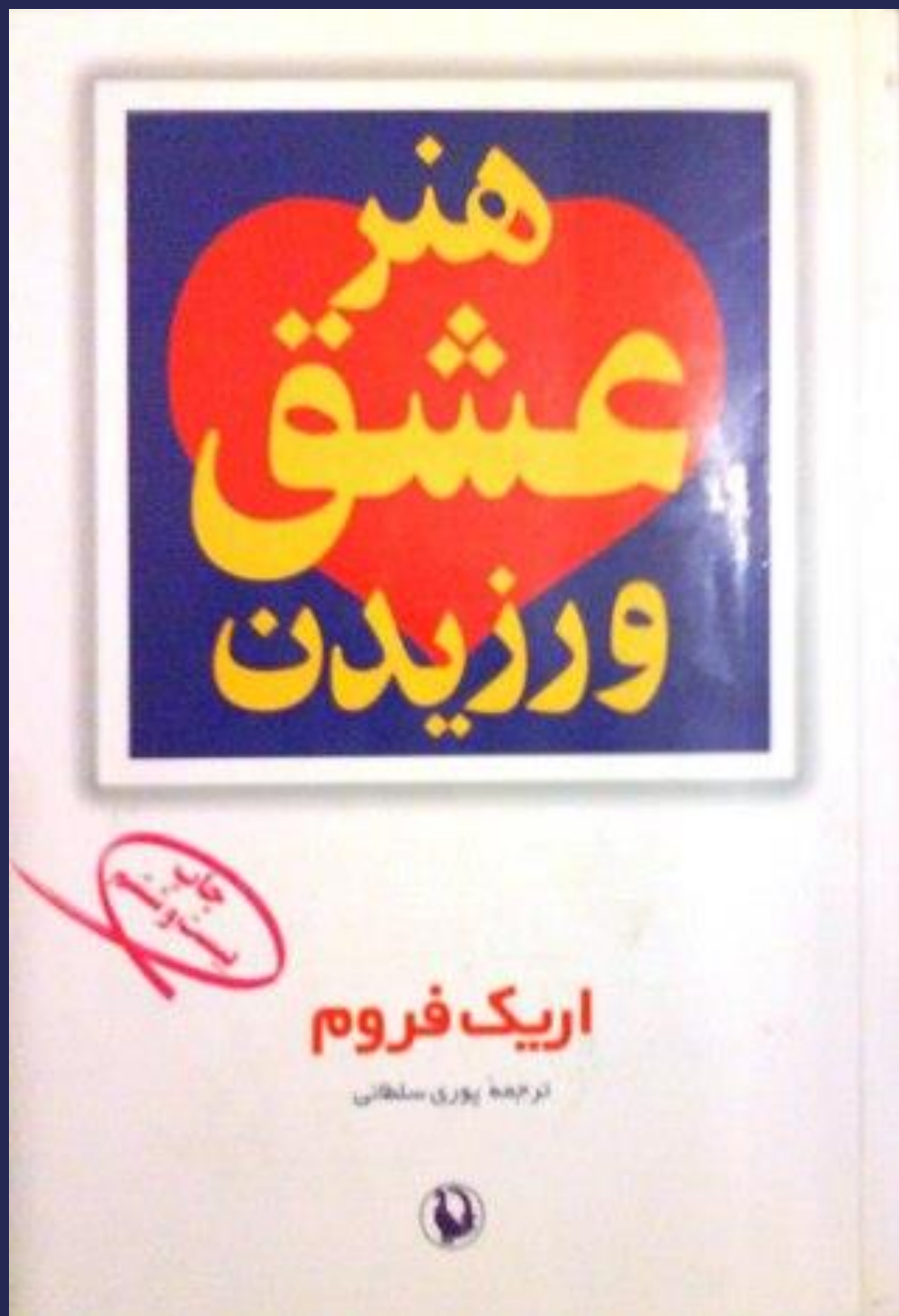
NAVEL CHAKRA
MANIPURA

SACRAL CHAKRA
SWADHISTHANA

ROOT CHAKRA
MULADHARA

Sexual insults





گزارش گوستاو یونگ
گزیده جملات

تنهایی از آن نیست که آدم کسانی را در
اطراف نداشته باشد . از این است که آدم
نتواند چیزهایی را منتقل کند که مهم
می پندارد .. از این است که آدم صاحب
عقایدی باشد که برای دیگران
پذیرفتنی نیست ..

اگر انسانی بیش از دیگران بداند
تنها می شود ...

Madonna Complex



عقده مادر در روابط زن و مرد

یونگ معتقد است مادر نماد لبیدوست و
فرزند نرینه میل به بازگشت و یکی شدن با او را
دارد

نیروی اغوا کننده مادر در غالب پلنگ ، خرس ، اژدها ، گوری بلعیده به ادراک می آید

عقده مادر در مرد (ایاکوس)

❑ لاف دلیری زدن (عقده منجی)

❑ هموسکچوال

❑ ورزش خطرناک

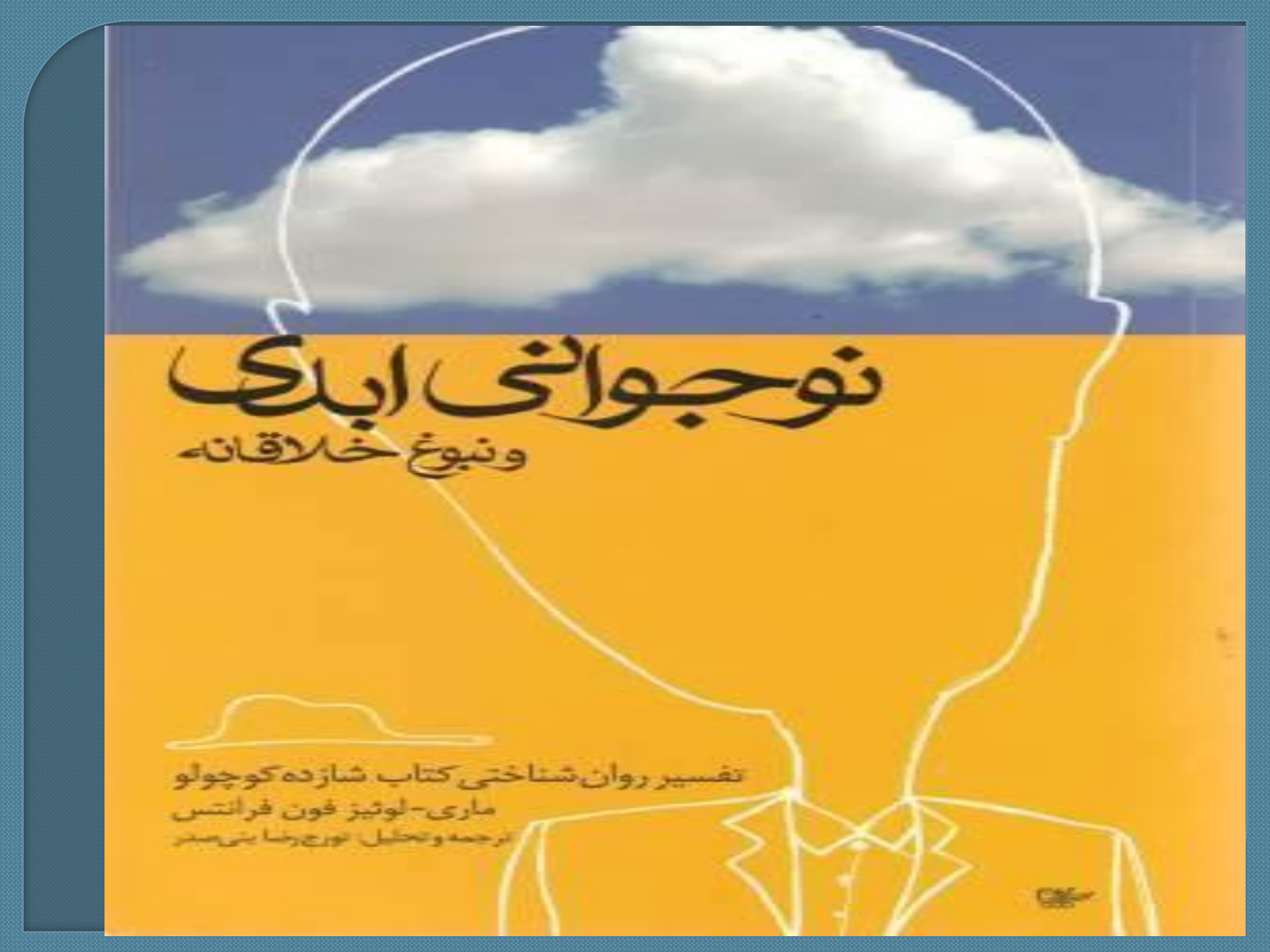
❑ دون ژانیسم

❑ ناتوانی جنسی

❑ گیجی و منگی

عقده مادر در زن

- ❑ رفتار سرد و خشن
- ❑ مقاومت در برابر نقش زنانه
(سقط مکرر ، ناباروری)



نوجوانی ابله

و نبوغ خلاقانه

تفسیر روان شناختی کتاب شازده کوچولو
ماری-لوئیز فون فرانکس
ترجمه و تحلیل تورج رضا بی صدر



اسطوره کا جا مقدس

روان شناسی کهن الگوی انسان امروز
رابرت جانسون
ترجمہ و تحلیل نورج رضا بنی صدر



عقل و مادر و روابط زن و مرد

روان شناسی کهن الگوی انسان امروز
رابرت جانسون
ترجمہ، تحقیق و تحلیل نورج رضا بنی صدر



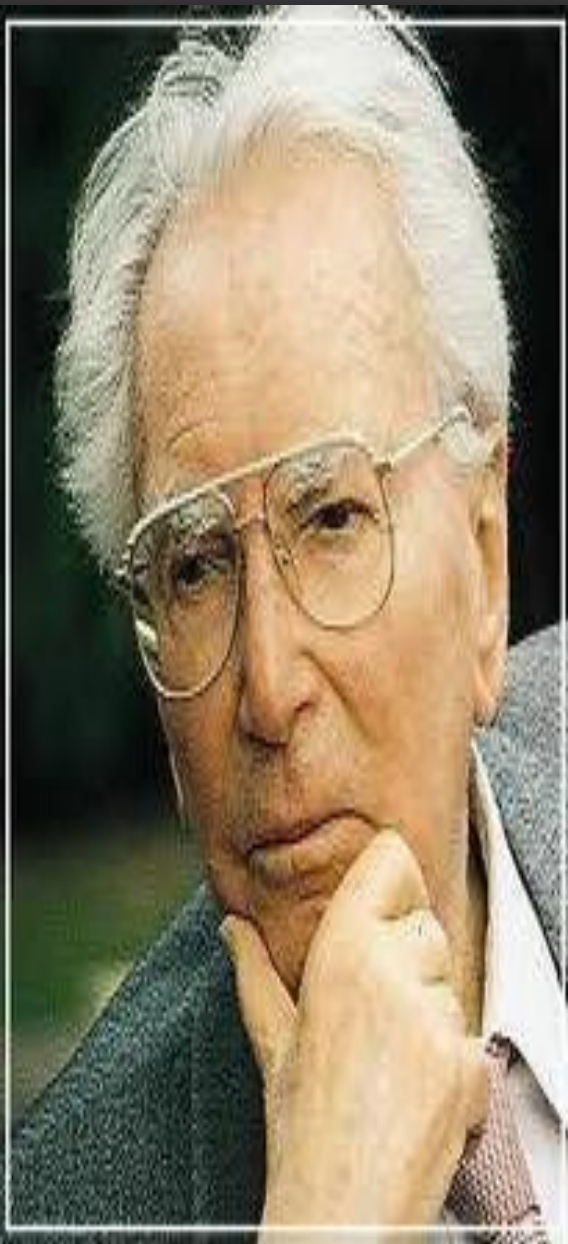


Hazan, C. & Shaver, P. (1987)
Romantic Love

دلبستگی و روابط جنسی

تحقیقات ثابت کرده اند که در الگوهای روابط جنسی یا عاشقانه زوج های بزرگسال ، هر یک نقش نگار دلبستگی اولیه را برای دیگری ایفا می کنند

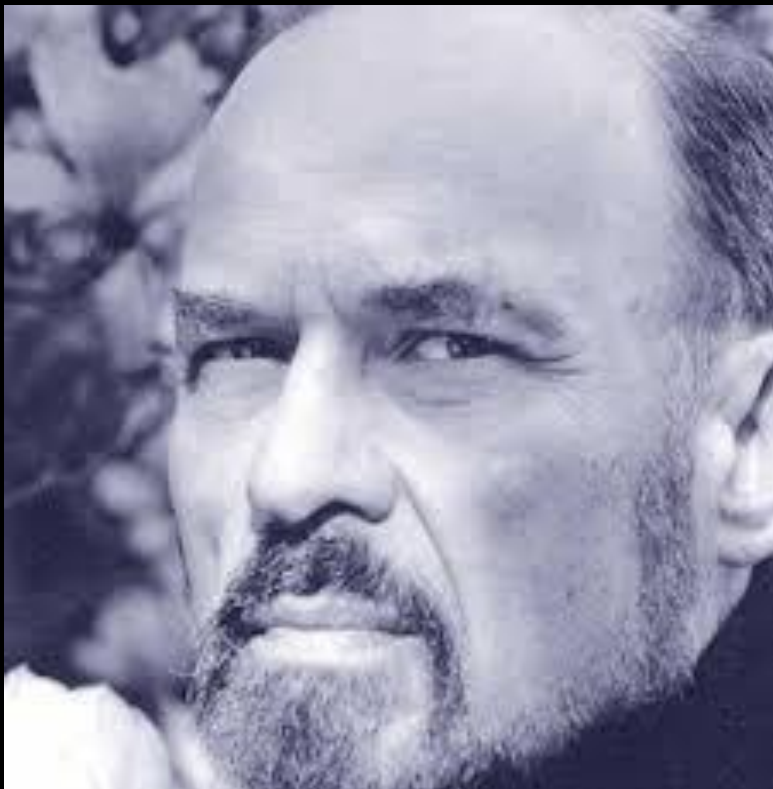
هر سه سبک دلبستگی (ایمن، اضطرابی و اجتنابی) با سطوح برانگیختگی، لذت و رضایت جنسی رابطه دارد و کاهش روابط جنسی منجر به تهدید دلبستگی می گردد.



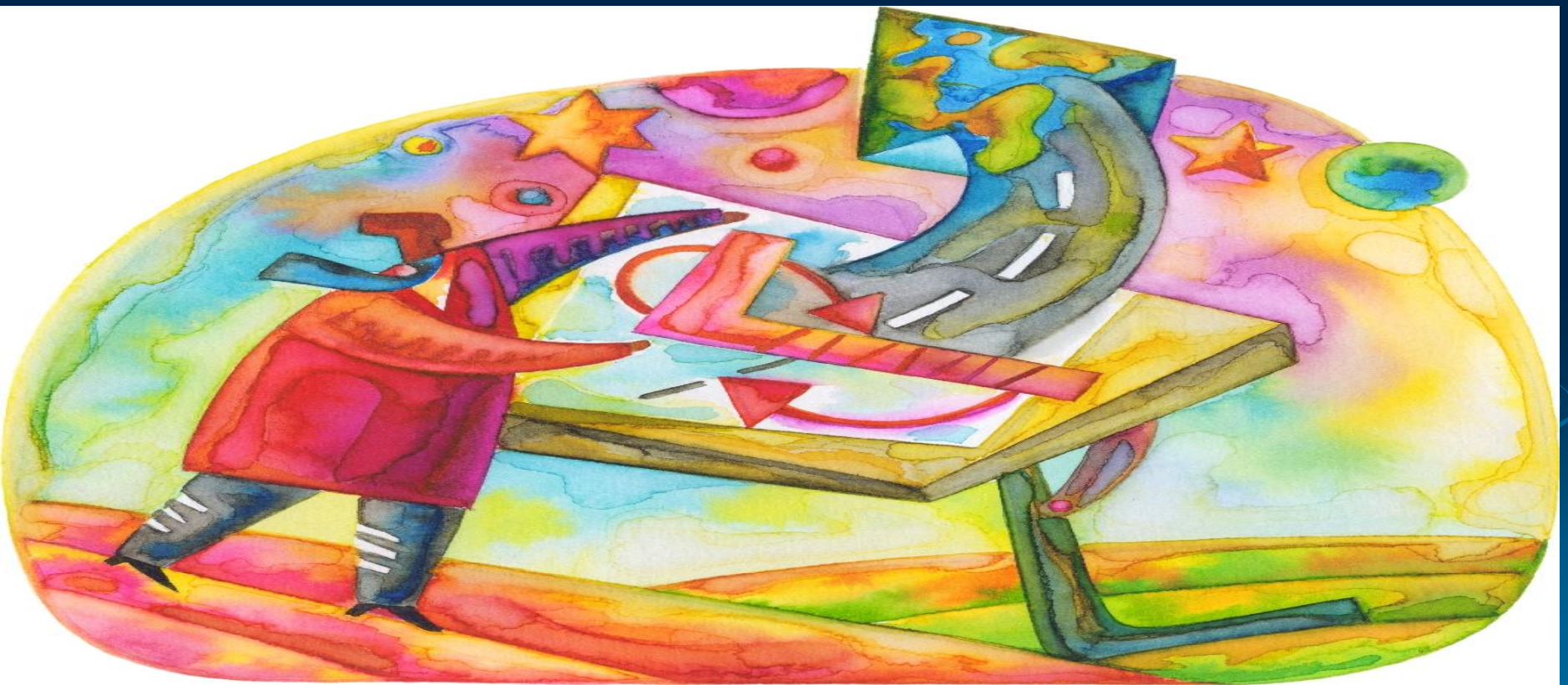
از دیدگاه فرانکل

میل جنسی زمانی
جایز و مقدس
است که مرکبی
برای عشق باشد

اضطراب مرگ حقیقتاً در رفتار جنسی مشخص است.

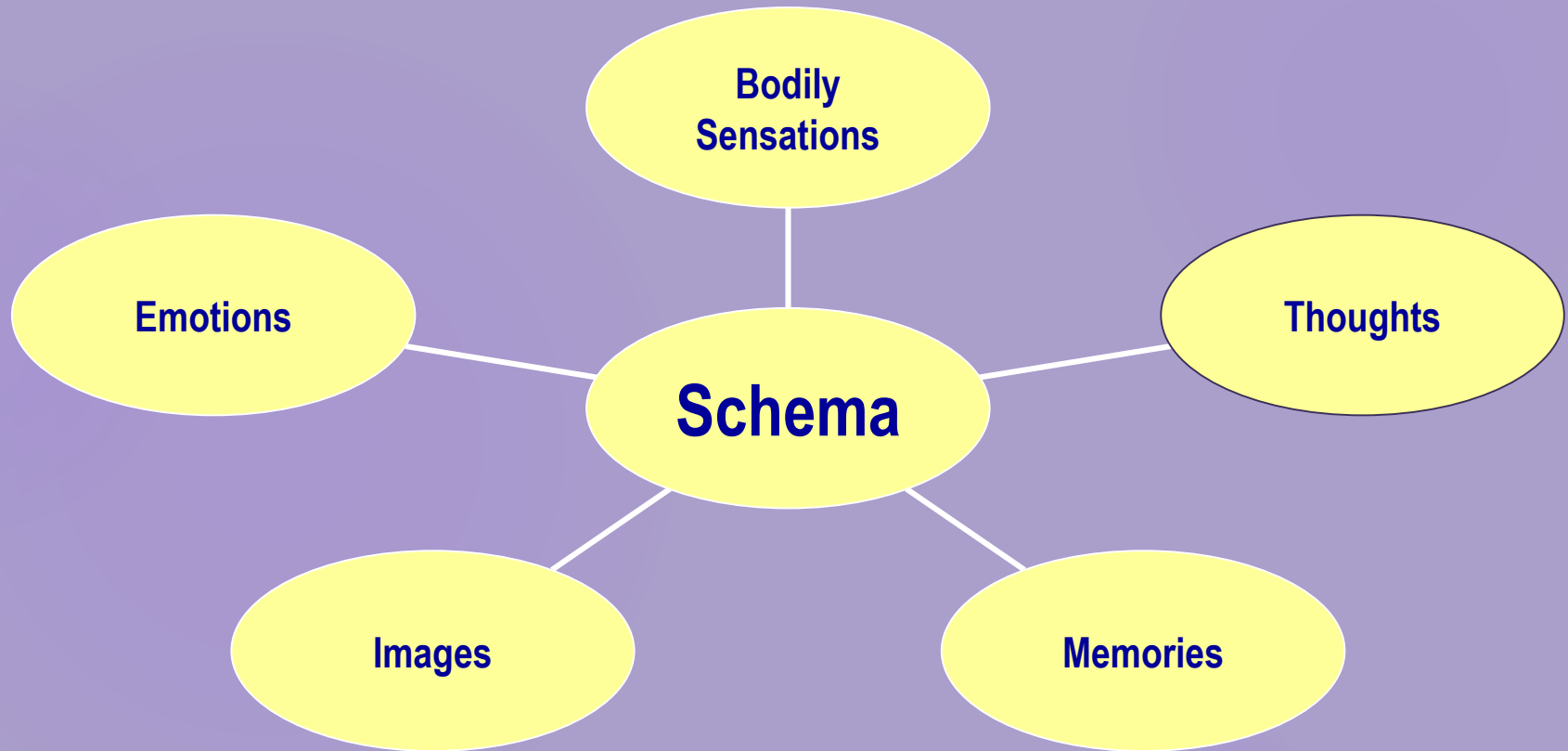


Schema

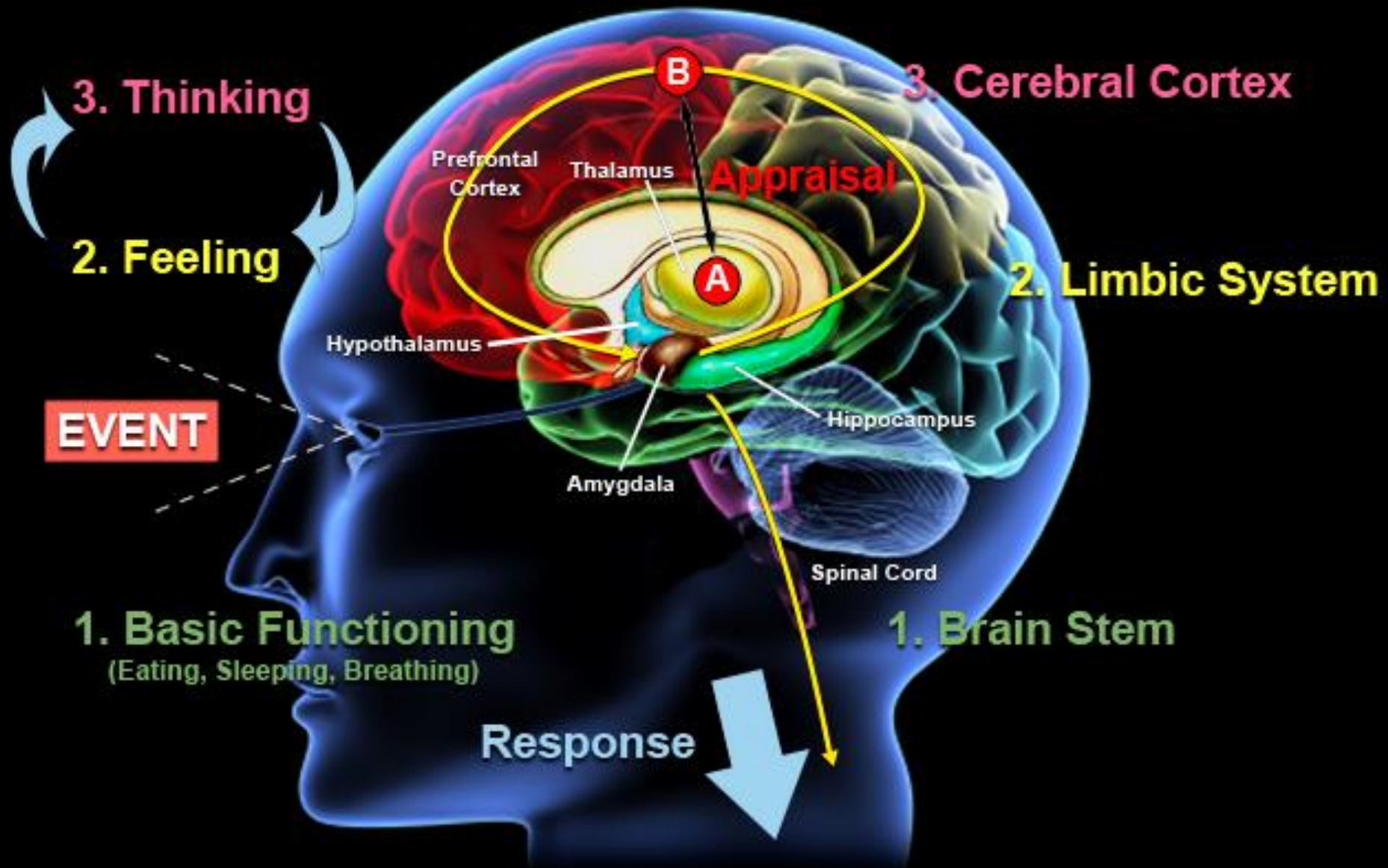


Young's Early Maladaptive Schemas (EMS)

- ▶ A broad, pervasive theme or pattern regarding oneself and one's relationships with others and the world



Emotional Brain



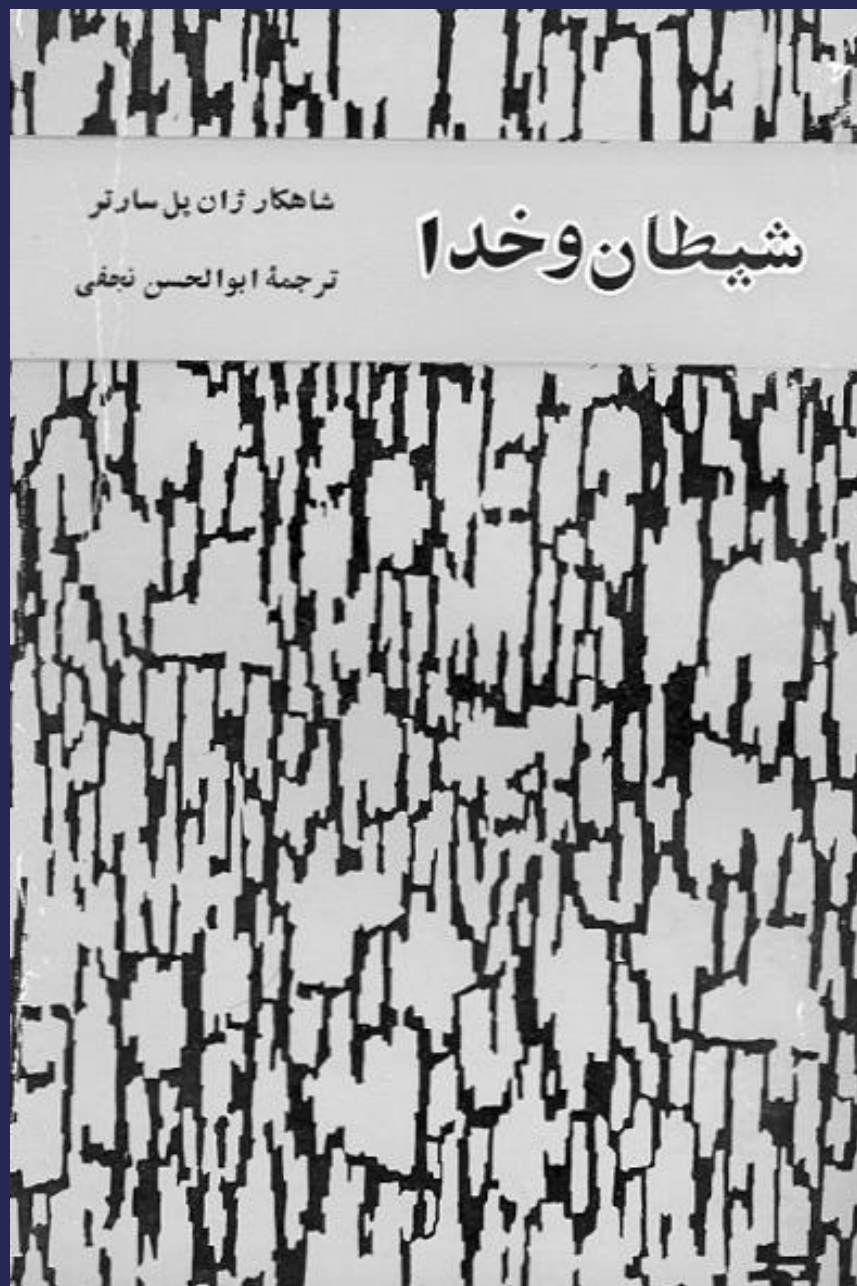
□ آمیگدال ناهوشیار است

□ خاطرات هیجانی در آمیگدال
ماندگار هستند

□ آمیگدال از تفاوتها شناختی ندارد



به یک ماه ، یک بار از آمیختن
گر افزون بود، خون بود ریختن
همین مایه از بهر فرزند را
بباید جوان خردمند را
چون افزون کنی، کاهش افزون کند
ز سستی، تن مرد بی خون کند



دیدگاه رشد جنسی

نگرش والدین نسبت به برهنگی، خودارضایی و رابطه جنسی، تاثیر قدرتمندی بر رشد جنسی فرزندان دارد.

والدین برهنگی در کودکان کم سن و سال را یک مشکل قلمداد می کنند و

نگرش آن ها این پیام را به فرزندانشان انتقال می دهد

که جسم او شرم آور است.

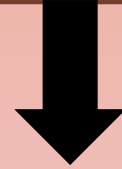
وقتی والدین، نگرش های سرکوب کننده و عقاید مذهبی کوتاه فکرانه دارند، این نگرش ها همراه با تنش های جنسی آن ها به صورت پنهانی یا آشکارا به فرزندشان منتقل می شود و معمولاً با نتایج منفی همراه است.

همیشه جنجالی برای در آوردن و پوشیدن سریع
لباسم برپا بود

حالا وقتی می خواهم در رابطه جنسی می خواهم لباسم را در بیاورم
اولین فکری که به ذهنم می رسد این است که او چه چیز غیر عادی در
بدن من خواهد دید

زمانی که ۱۰ ساله بودم. در ساحل دریا پدرم در مقابل همه ی دوستانمان با
اشاره به اینکه چقدر لاغر مردنی هستم مرا تحقیر میکرد. اکنون به
دفعات زیاد احساس پنهان شدن میکنم. من نمیخواهم آشکار شوم چون
میتراسم در مقایسه با سایر مردان بازنده باشم.

**مادر می گفت پدر شما حاجی سرشناسی است
باید آبرویش را حفظ کنید**



**با حفظ دختر بودنم آبروی پدرم را نگه می دارم و
دختر خوب او خواهم بود**

خواب تجاوز

**نخندیدن
اخمی بودن در
برابر پسرها**

واژینیسیم

باورهای عامیانه در مورد سکس

- ❑ مسئولیت درخواست. اجراء و هماهنگی سکس بر عهده مرد است.
- ❑ گر زن نتواند به ارگاسم برسد باید تظاهر (به ارگاسم) کند.
- ❑ زنان انتظار دارند مردان همه چیز را در مورد سکس بدانند.
- ❑ مرد بهتر است بعضی احساسات را نداشته باشد یا ابراز نکند.
- ❑ انجام سکس در وضعیتهای جورواجور ناپسند است.
- ❑ زن باید صبر کند تا مرد شروع کند. سکس برای لذت مرد می باشد.
- ❑ وظیفه زن ارضای نیاز مرد است
- ❑ زن باید وقار و منزلت خودش را حفظ کند

باورهای عامیانه در مورد سکس

- ❑ به مرد احساسات نشان نده و گرنه سکس می خواهد..
- ❑ زن خوب به سکس علاقه نشان نمی دهد.

❑ در عصر حاضر ، هیچیک از
باورهای عامیانه تأثیری بر
رفتار جنسی ما ندارد

خودپنداره جنسی

- خودارزشمندی جنسی: باور یک فرد در مورد توانایی رسیدگی موثر به جنبه های جنسی زندگیش.
- . هوشیاری جنسی: گرایش یک فرد به تفکر و عکس العمل نشان دادن در مورد تمایلات جنسی طبیعی خودش.
- عزت نفس جنسی: گرایش فرد در مثبت ارزیابی کردن توانایی های جنسی و داشتن رفتارهای جنسی سالم و تجربیات جنسی رضایت بخش و لذت بخش.
- . انگیزه برای پیشگیری از رفتار پرخطر جنسی: انگیزه و تمایل فرد برای انجام ندادن رفتارهای پرخطر جنسی.

- پایش جنسی: آگاهی فرد از تاثیرات عمومی تمایلات جنسی روی زندگی دیگران.
- کنترل درونی جنسی: اعتقاد فرد با اینکه جنبه های جنسی زندگیش در کنترل درونی خودش است
- رضایتمندی جنسی: گرایش فرد به رضایتمندی بالا از جنبه های جنسی زندگیش.

■ شانسى بودن كنترل رفتار جنسى: باور فرد با اينكه شانس و اقبال جنبه هاى جنسى زندگيش را تعيين مى كند.

■ درگيرى ذهنى جنسى: گرايش بيش از حد معمول فرد به جنبه هاى جنسى زندگى.

■ احساس گناه در مورد مشكلات جنسى: گرايش فرد به مقصردانستن خود در مورد مشكلات جنسى طبيعى كه برايش پيش آمده است.

■ افسردگى جنسى: تجربه احساس غمگينى، ناراحتى و افسردگى از جنبه هاى جنسى زندگى فرد

■ (دويچ، ۲۰۱۴).

اختلال شخصیت و سکس

اسکیزوئید

- روابط جنسی کم. خود ارضایی زیاد
- جذب هیستریک ها می شوند

پارانوئید

- معتقدند جنس مخالف ذاتا خیانتکار است
- روابط هیجانی سرد

مرزی

□ جزء جذاب ترین مردان هستند و خوب سکس می کنند

□ ناتوانی جنسی ناشی از اضطراب های دوره ای

□ هیستریک ها جذب آنها می شوند

هیستریک

□ سازگاری جنسی آنها اغلب ابتدایی یا بسیار سرد است که از این خبر میدهد که رفتار عشوه گرانه آنها بیشتر در خدمت هدف جلب توجه است تا تمایلات جنسی

ضد اجتماعی

□ استاد فریب جنس مخالف

نارسیستیک

□ ماجرای عشق و عاشقی‌شان کوتاه مدت است

□ اگر مرد باشند به دنبال زنان زیبارو هستند تا در مهمانی‌ها بتوانند از همسرشان به عنوان ابزاری برای افتخار و سربلندی‌شان استفاده کنند و وقتی در خانه هستند ساعتها هم سخنی با همسر ندارند

□ این افراد می‌توانند در روابط احساسی و عاطفی دیگران را آزار دهد و در روابط جنسی حالتی از خشونت و دیگر آزاری دارند.

وابسته

- دنبال دخول نیستند بلکه به دنبال نوازش هستند اما نمی توانند این کار را خوب انجام دهند
- غالباً قلابهایشان به افراد شکاک خوب گیر میکند برای اینکه شکاکها غالباً اینها را زیر ذره بین دارند و اینها خوششان می آید.

وسواسی

- اختلال میل جنسی و انزال زود رس (وجدانی و نکته بین بودن)

در هسیتریک ها و وابسته ها احتمال خیانت زیاد است

Social Marketing



Thank God you're a man.

امروز حقیقت
آن چیزی است
که تلویزیون
نشان می دهد



Spirituality

MAIN CHAKRA CENTERS

friskmin.com



SPIRITUALITY

INTUITION

COMMUNICATION

LOVE

POWER

SEXUALITY

SURVIVAL

CROWN CHAKRA
SAHASRARA

BROW CHAKRA
AJNA

THROAT CHAKRA
VISHUDHITA

HEART CHAKRA
ANAHATA

NAVEL CHAKRA
MANIPURA

SACRAL CHAKRA
SWADHISTHANA

ROOT CHAKRA
MULADHARA

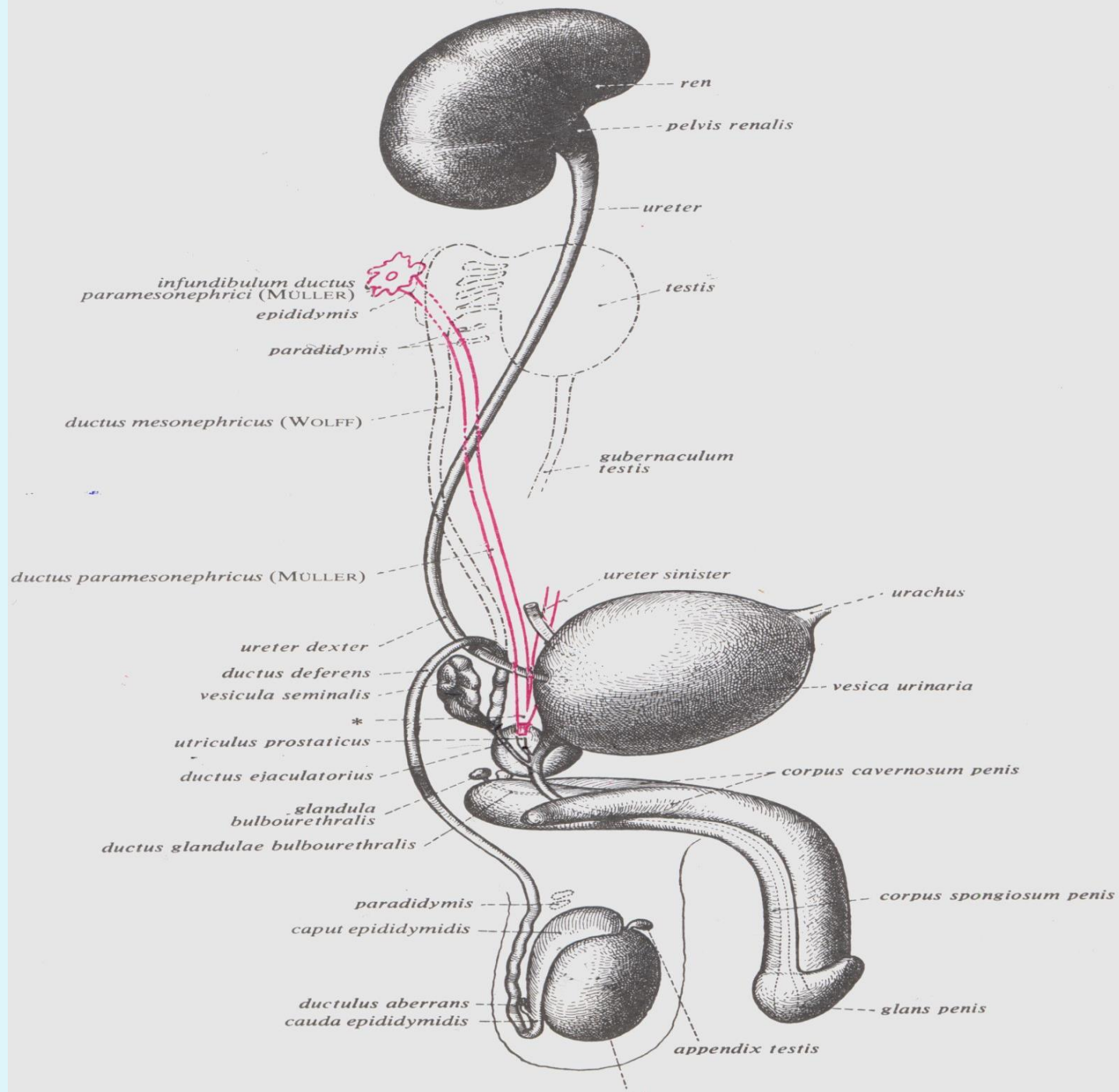
فرد سالم از نظر جنسی

انجمن اطلاعات و تعالیم جنسی ایالات متحده

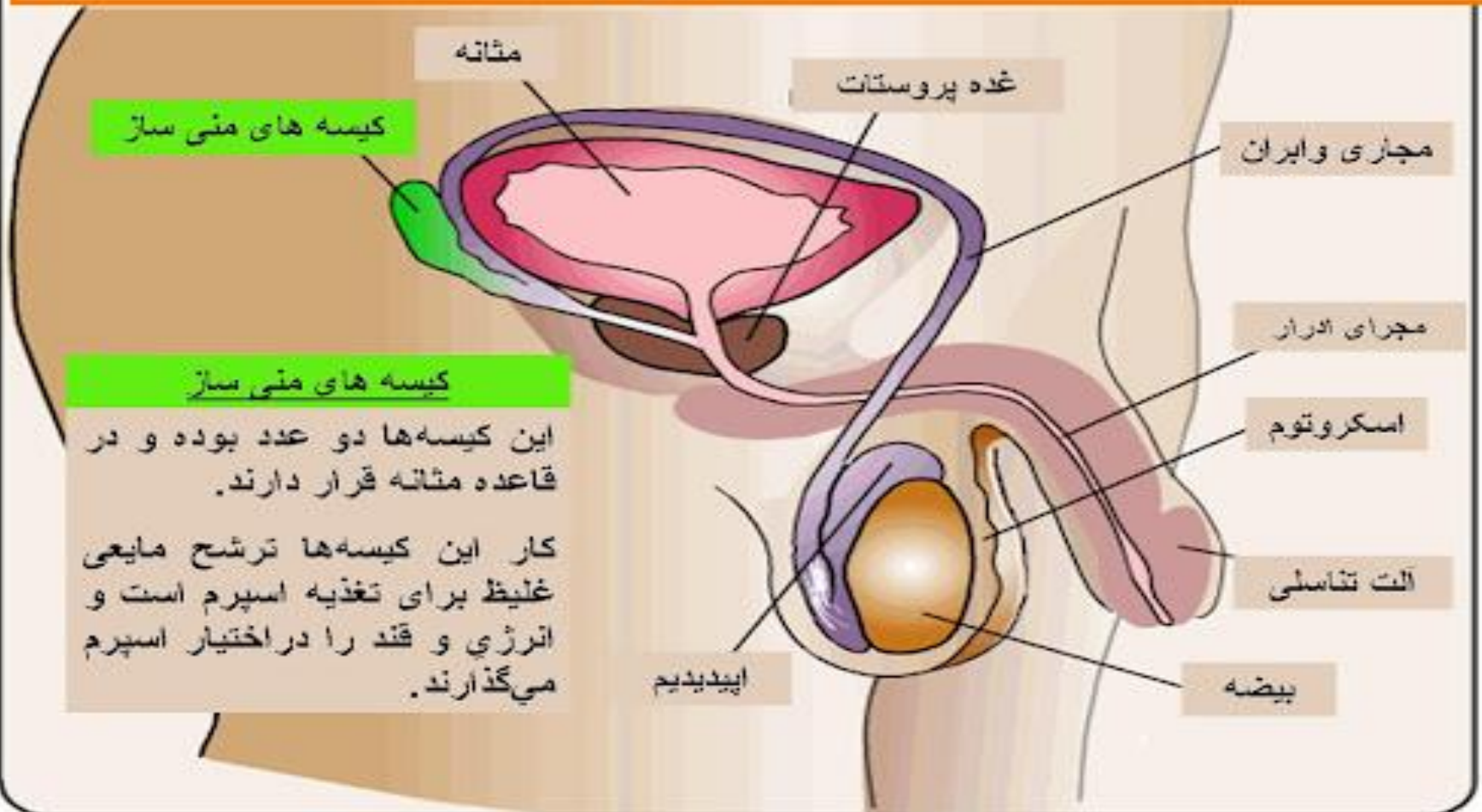
- نگرش مثبت به اندام جنسی خود
- در مورد اندام های جنسی و تولید مثل به هنگام نیاز اطلاعات بیشتری کسب می کند.
- اظهار میکند که رشد انسان شامل رشد جنسی نیز می شود که ممکن است شامل تولید مثل باشد یا نباشد.
- با هر دو جنس به شیوه ی محترمانه تعامل می کند.
- گرایش جنسی خود را تصدیق می کند و به گرایش جنسی دیگران احترام میگذارد.
- عشق و صمیمیت را به شیوه ی صحیح ابراز می کند. یک رابطه ی با معنی را ایجاد و حفظ می کند.
- از روابط استثمارگرانه اجتناب می کند.
- از روابط خود مخرب اجتناب می کند

لذت جنسی سالم

- دید بالفی نسبت به آمیزش جنسی دارد (لذت بدون احساس گناه)
- سکس را از دیگر ابعاد رابطه با همسر جدا نمیداند
- از نظر جنسی آگاه و مطلع است
- سکس را تجربه لذت بخش میداند
- در پاسخ احساسی حس خجالت نمی کنند
- احساس مثبت به اندام خود و شریک جنسی اش دارد

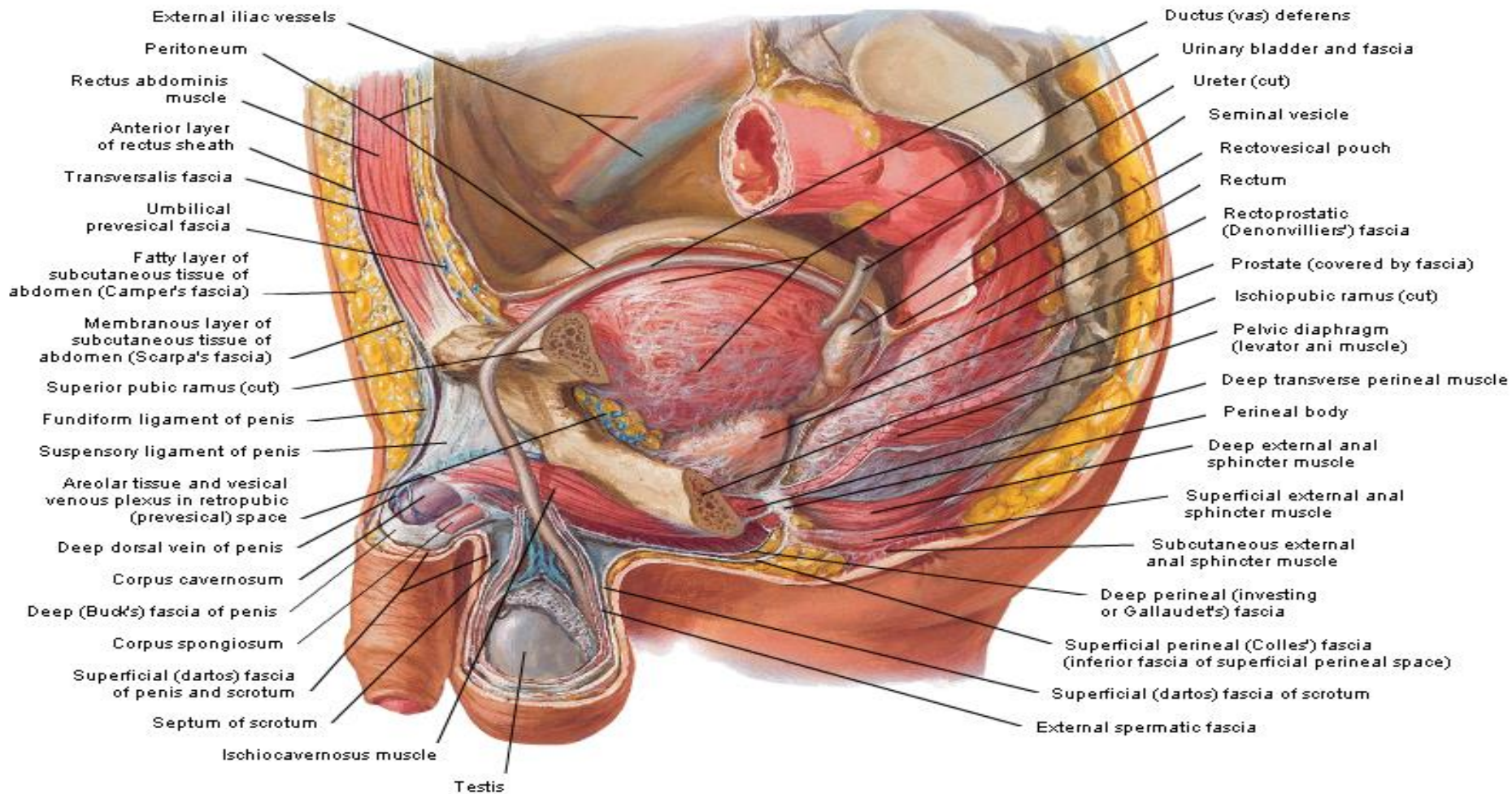


دستگاه تناسلی مردانه



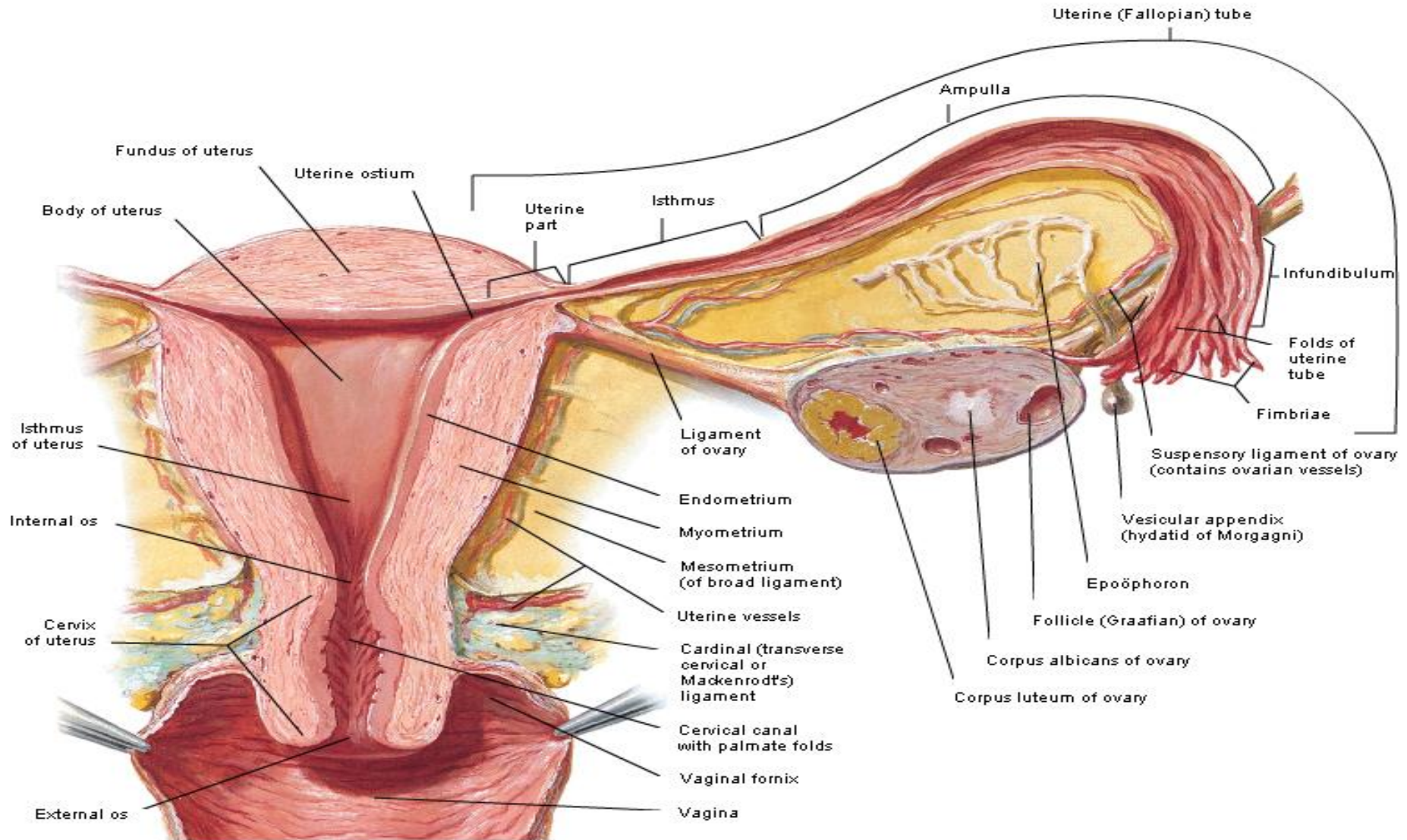
Pelvic Viscera and Perineum of Male

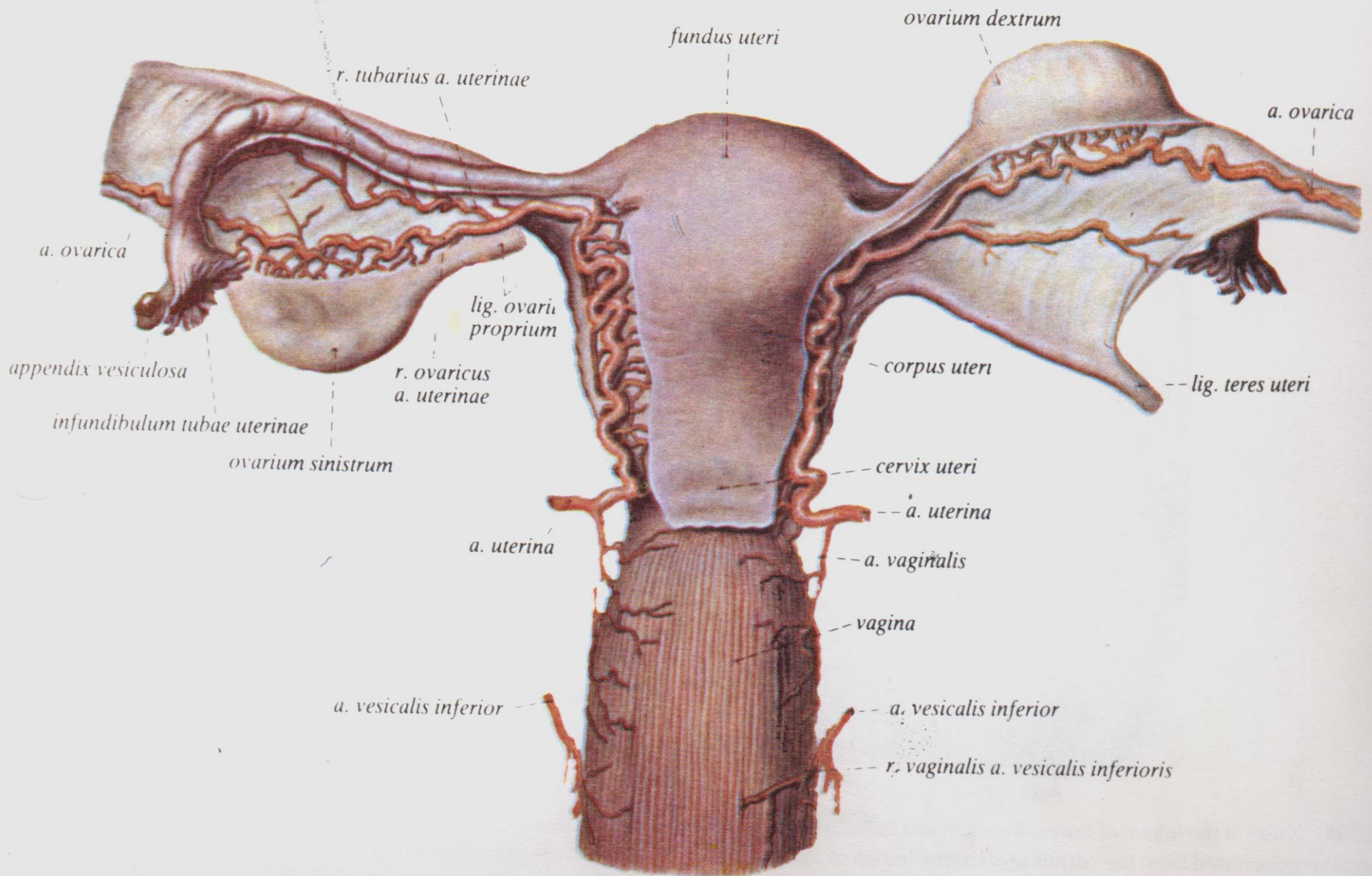
Paramedian (Sagittal) Section

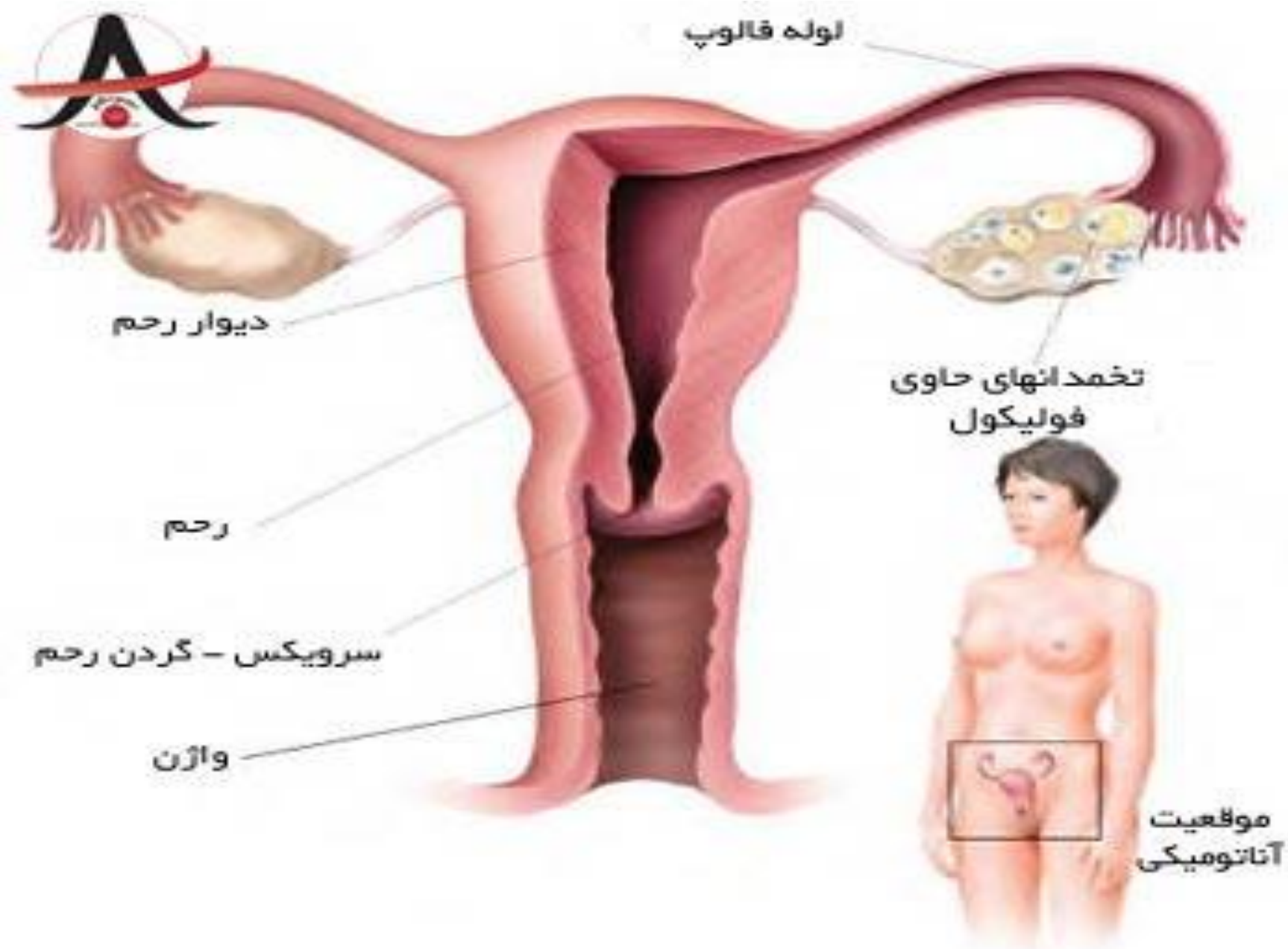


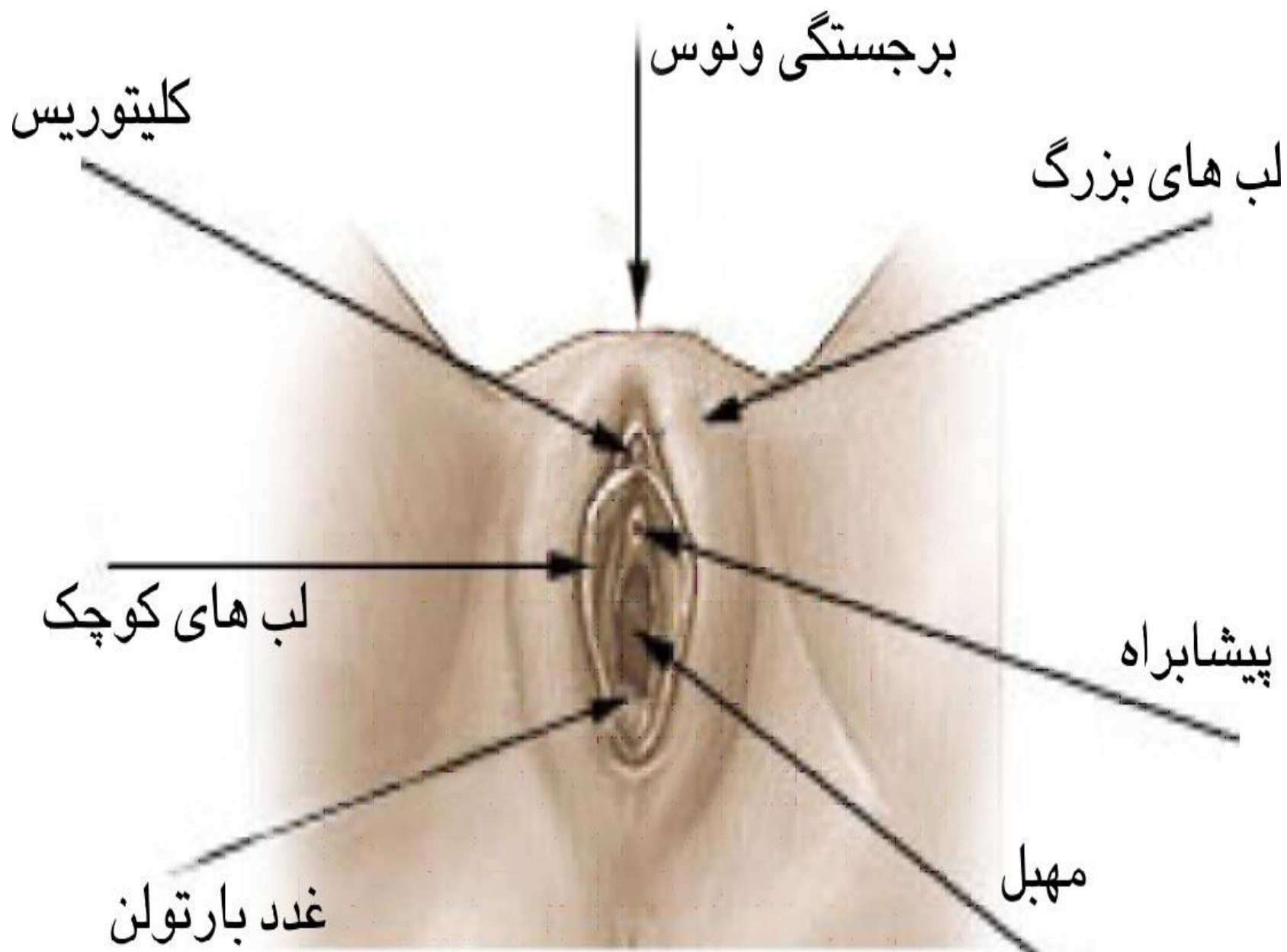
Uterus and Adnexa

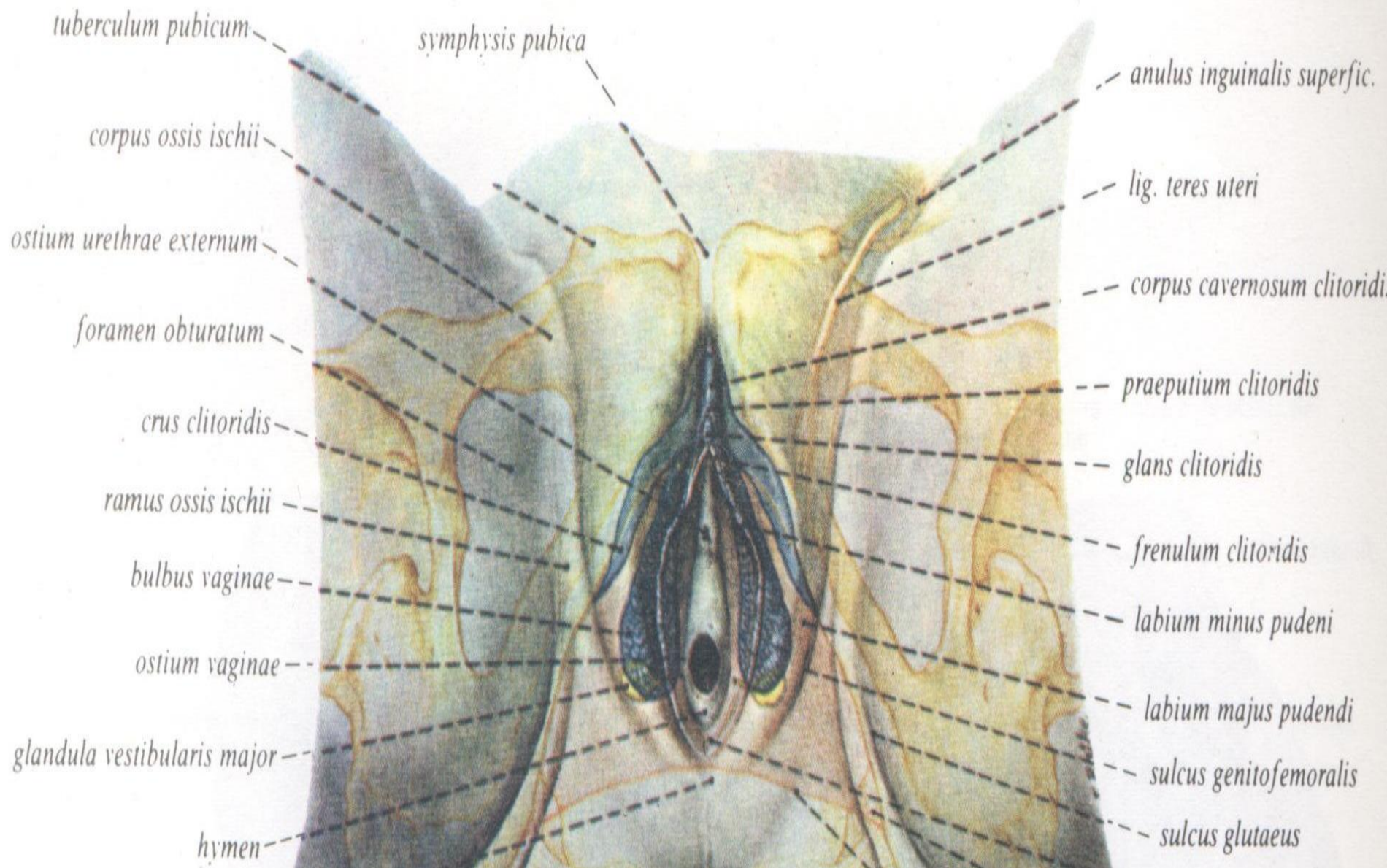
Frontal Section











مسدود



هلالی



دندانه‌ای



حلقوی - ارتجاعی



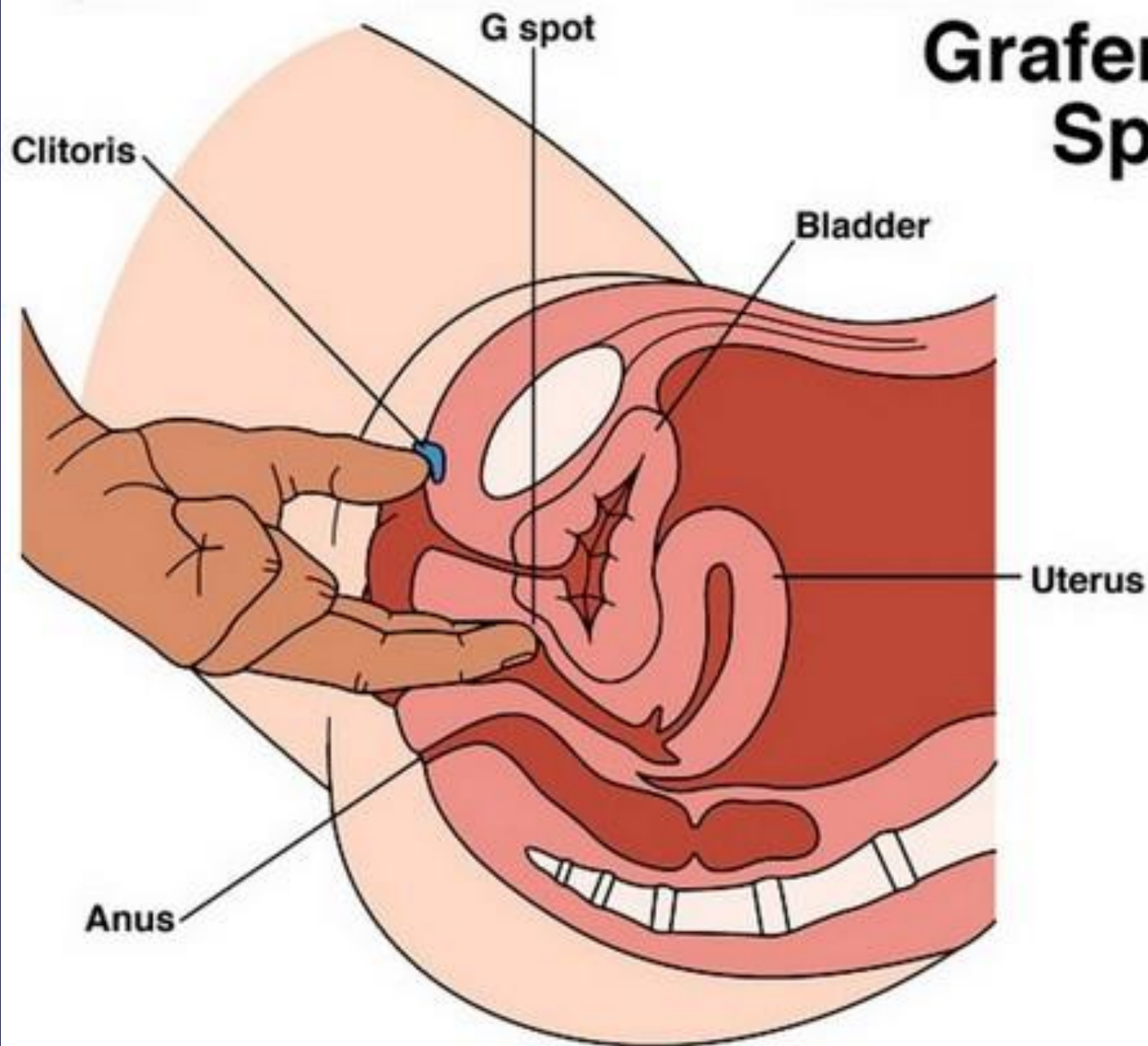
دو تکه



مشیک

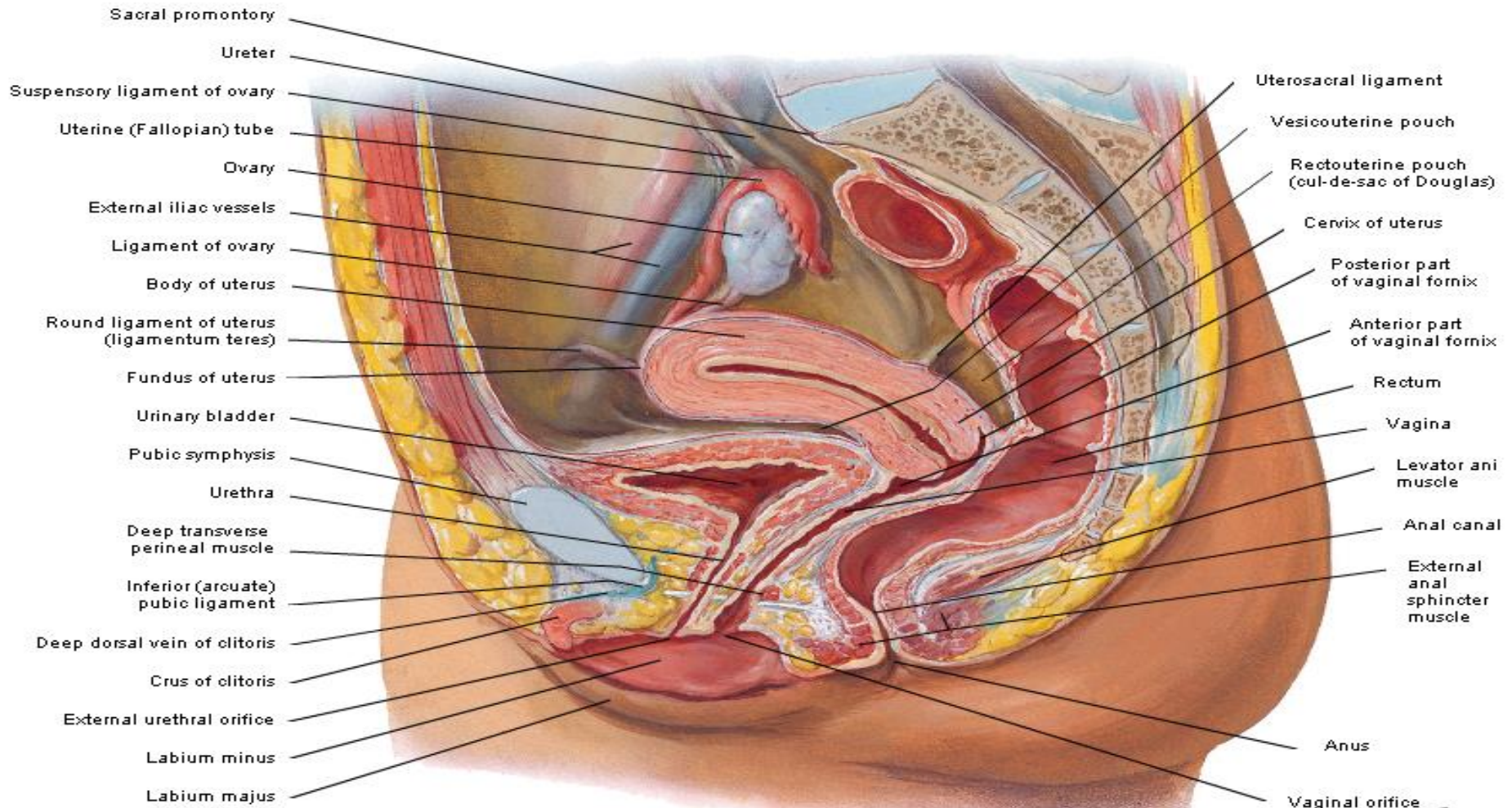


Grafenberg Spot



Pelvic Viscera and Perineum of Female

Median (Sagittal) Section



تفاوت زن و مرد در رابطه زناشویی

مرد	زن
هورمون ها به سرعت برانگیختگی جنسی ایجاد کرده و بعد از ارگاسم هم به سرعت از بین می روند	انگیختگی جنسی به آرامی ایجاد شده و بعد از ارگاسم نیز تا مدتی باقی می ماند
خواهان دست یابی به تمایلات و لذات فوری است	خواهان کسب لذت و احساس در طول زمان بیشتری است
برای احیای احساسات نیاز به رابطه جنسی دارند	عشق ، صمیمیت و مورد توجه بودن نسبت به رابطه جنسی از اهمیت بیشتری برخوردار است

تفاوت زن و مرد در رابطه زناشویی

زن	مرد
برای داشتن رابطه جنسی نیاز به آرامش روانی و حرکت تدریجی دارد	از رابطه جنسی برای کسب آرامش استفاده می کند
معمولا یک باتری و یا منبع انرژی دارند که تمام کارهای خود را با آن انجام میدهند از قبیل کار، مراقبت و رابطه جنسی.	یک باتری تعبیه شده یدک صرفا برای برقراری رابطه جنسی همواره در اختیار دارند
انتظار دارد همسر نیاز های او را بداند و از گفتن علایق و خواسته های جنسی خود امتناع می کند	خود را کارشناس و متخصص در امور جنسی می داند

تفاوت زن و مرد در رابطه زناشویی

زن	مرد
نسبت به کلام و واژه ها و لحن صدا از خود واکنش نشان داده و برانگیخته میگردند	از لحاظ جنسی موجوداتی بصری هستند
	تصور می کند هر آنچه او را راضی و خشنود می کند ، همسر را نیز خشنود می سازد

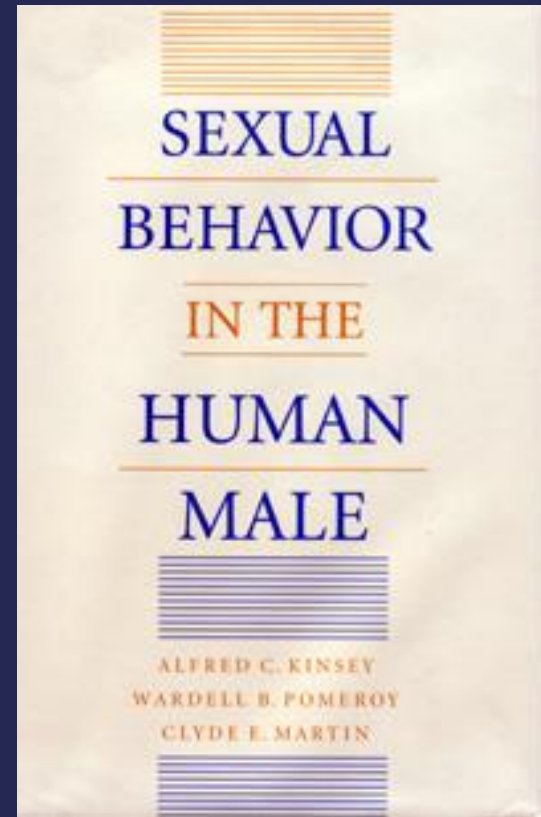
Alfred Kinsey

- "The only unnatural sexual act is that which you cannot perform."



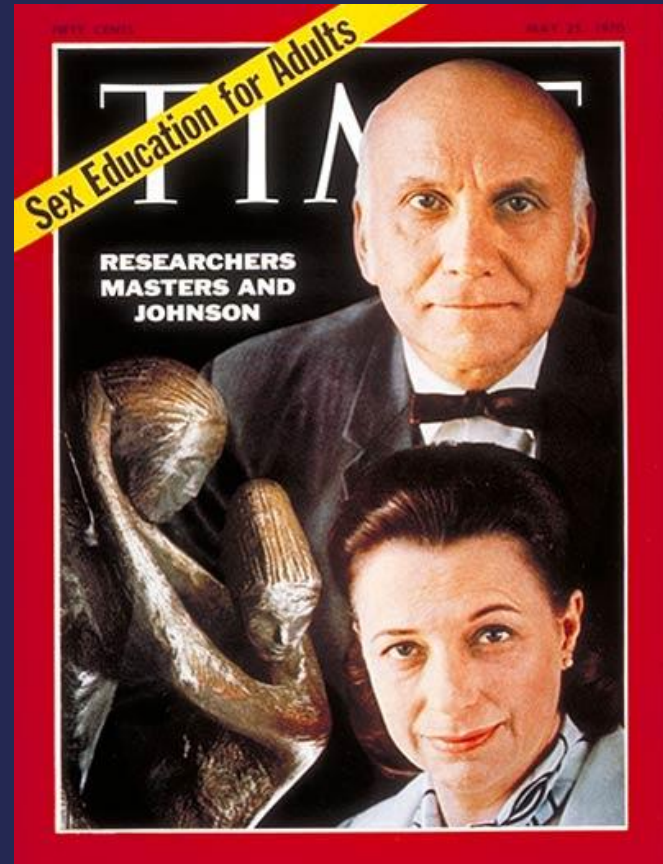
The Kinsey Report

- 9 year study of human sexuality beginning in 1948.
- Results were based on 20 thousand interviews.
- His work paved the way for the studies of Masters and Johnson during the 1960's.



Masters and Johnson

- Observed human sexual activity in a laboratory setting.
- Goal was to make sexuality a legitimate field for scientific study.
- They created the field of modern sex therapy and “sexology”.
- Theirs was a behavioral treatment model.
- Published 2 books: *Human Sexual Response* in 1966 and *Human Sexual Inadequacy* in 1970.

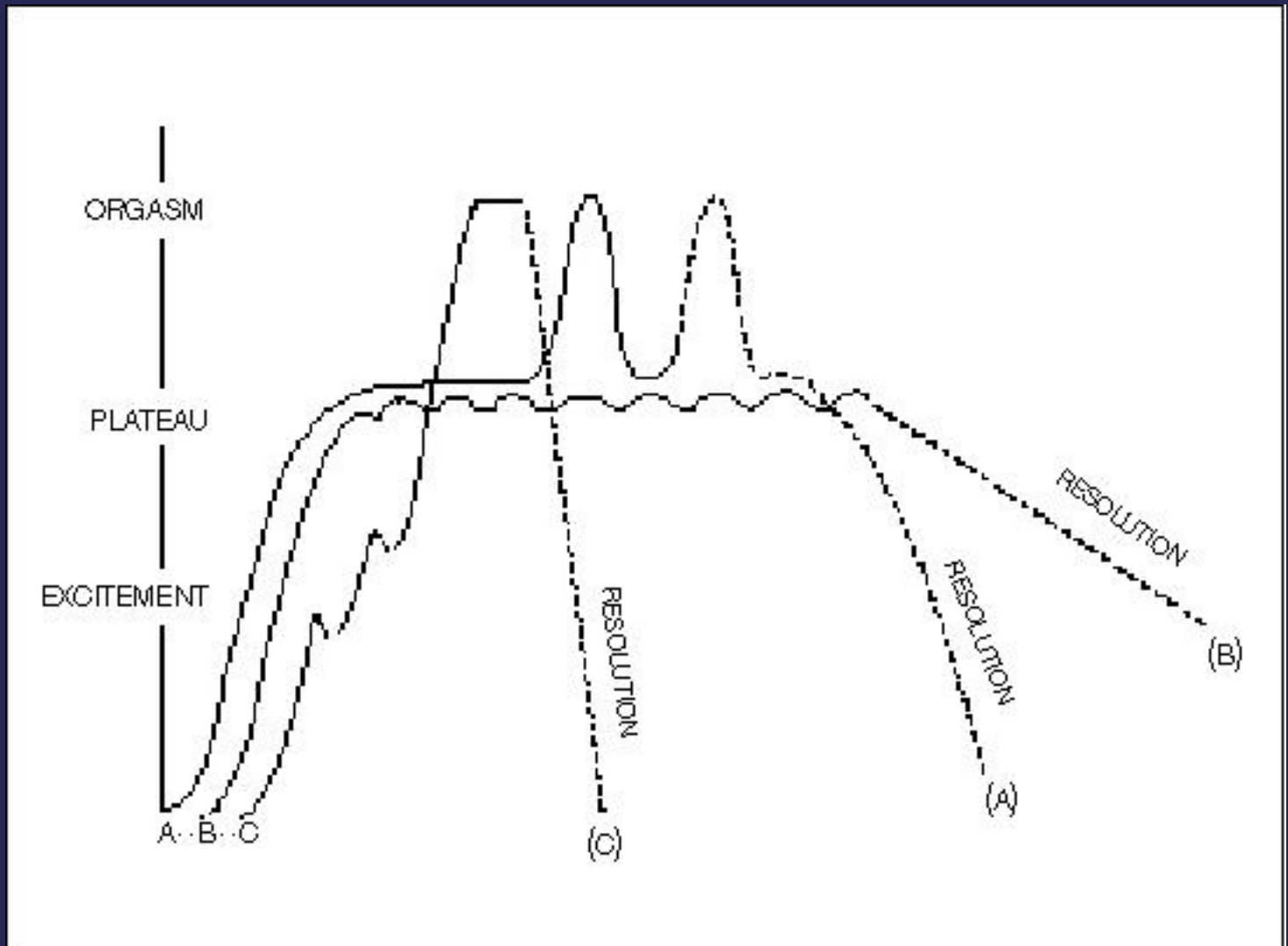


Sex Therapy for “M and J”



- **Sexual Behavior is learned.**
- Problems can be alleviated through:
 1. sex education
 2. desensitization exercises
 3. improved communication between sexual partners

Human Sexual Response Cycle (M and J)



Dual sex therapy

Talk out loud about sex

Role playing

***From
Task-oriented sex
to
sensation-oriented
sex***

تمرینات نوع ۱: لذت بردن از نواحی غیر جنسی

لذت بردن و لذت دادن به معنای تماس جنسی نیست

- این نوع از تمرکز حسی برای از بین بردن اضطراب عملکردی.
تقویت احساس اطمینان در ارتباط است.
- هفته ای سه بار و حدود یک تا سه هفته (بسته به شدت اختلال)
- این تمرین به زوجین یاد می دهد که:
 - هر شخص باید هنگام سکس ضمن این که لذت می برد احساس راحتی کند و هم چنین لازم است پیش از انتقال این تجربه ی لذت بخش به شریک جنسی، خود آن را تجربه کند.
 - درک این نکته که لمس کردن به خودی خود می تواند لذت بخش باشد.
 - رهایی از احساس اجبار در ارائه ی پاسخ مثبت به شریک جنسی

تمرینات تمرکزی نوع ۲

تنها تفاوت این مرحله با مرحله ی اول در این است که شخصی که مورد لمس شدن قرار میگیرد بازخوردهای مثبت و یا احتمالاً منفی خود را بروز میدهد.

به عبارت دیگر شخص میتواند به راحتی و آزادانه هر آنچه را که برایش لذتبخش یا ناخوشایند است بیان کند تا طرف مقابل طبق نظر او عمل نماید

همچنان مجاز به آمیزش جنسی نمیباشند.

• برای دستیابی به اهداف تمرکز حسی نوع ۲ ، لازم است زوجین حدود یک تا دو هفته (سه بار در هفته) تمرین کنند

تمرینات تمرکزی نوع ۲

تجربه ی تحریک جنسی
توسط لمس شدن و لمس کردن اندام جنسی

اهداف

یادگیری گفتگو در مورد انواع تماس های بدنی در نواحی جنسی که بیشترین لذت
را ایجاد می کند

یادگیری نواحی لذت بخش همسر و واکنشهای وی
احساس آرامش در موقعیت تماس با اندام های جنسی
تمرکز بر احساس های بدنی

تغییر نگرش های منفی جنسی

این نگرش ها غالباً ناشی از عدم هم خوانی و انطباق والدینی و اجتماعی نسبت به مسائل و روابط جنسی است که طی کودکی و نوجوانی نهادینه می شوند. اگرچه اغلب بیماران این ممنوعیت ها را منطقی نمی دانند اما مولفه های هیجانی آنان به سهولت قابل تغییر نیستند.

Voice Therapy

افکار منفی در مورد بدن خود

افکار منفی در مورد بدن و ظاهر فیزیکی شخص مخصوصا نواحی جنسی میتواند پیشروی در احساسات جنسی را متوقف کند.

بسیارری از مردهاوزن ها دیدگاه های منفی در مورد برهنگی و احساسات انتقادی در مورد بدنشان دارند که باعث دلهره ی قابل توجهی در موقعیت های جنسی میشود.

افکار منفی زنان در مورد بدن خود

سینه های تو کوچک (بزرگ) هستند آنها شبیه زن های دیگر نیستند

به او اجازه نده ان تو را لمس کند تو تمیز نیستی.

افکار منفی مردان در مورد بدن خود

الت تو خیلی کوتاه است .

تو نمیتوانی او را ارضا کنی.تو نمیتوانی ان
را به آخر برسانی . تو مثل مرد های دیگر
نیستی.

ارزیابی منفی از ترجیحات جنسی شخص:

تو خیلی تکان میخوری. او فکر میکند
تو هرزه ای

تو او را درست لمس نکردی

تو در مورد اینکه او چه چیزی دوست
دارد حساس نیستی.

صداهای منفی در مورد همسر:

تو را نمیفهمد.

او قابل اعتماد نیست. تو

نمیتوانی به او اعتماد کنی.

فقط بفکر خودش هست

صداهای نگرش جنسیتی

تنها چیزی که مرد ها میخواستند سکس است.
انها تعهد ندارند بالاخره به تو خیانت می کند .
انها از اینکه احساساتی بشوند میترسند.

زن ها غیر قابل اعتمادند حسودند غیر قابل پیشبینی
و غیر احساسی اند
انها مردها را با ازدواج به تله میاندازند.

افکار منفی بعد از سکس:

من واقعا چه چیزی از این رابطه گرفتم او
به من اهمیت نمیداد.

او به نظر خوشحال نمی آمد .

از کجا بدانم که او به ارگاسم رسیده
است؟

Sexual Disorders: (DSM- V)

- **Sexual (Gender) Identity**

Gender disformic

- **Sexual Orientation (Paraphilia)**

- **Sexual Function: Desire,
Excitement, Orgasm, Resolution**

- طبقه بندی اختلالات عملکرد جنسی تا حد زیادی منطبق با چرخه پاسخ جنسی در انسان شکل گرفته است.

- در همه موارد زیرگروه هایی مطرح شده اند:

- اختلال دائم در طول زندگی (**Lifelong**)

- اختلال اکتسابی (**Acquired**)

- اختلال به شکل عمومی و یا در همه موارد (**Generalized**)

- اختلال به شکل موقعیتی و یا در برخی موارد (**Situational**)

- اختلال مرتبط با عوامل روان شناختی (**Due to Psychological Factors**)

- اختلال مرتبط با ترکیبی از عوامل (**Due to Combined Factors**)

طبقه بندی اختلالات عملکرد جنسی بر اساس **DSM IV TR**

- اختلالات میل جنسی (**Sexual Desire Disorders**)
 - اختلال میل جنسی هایپواکتیو (**Hypoactive Sexual Desire Disorder**)
 - اختلال انزجار (بیزاری) جنسی (**Sexual Aversion Disorder**)
- اختلالات برانگیختگی (تحریک) جنسی (**Sexual Arousal Disorders**)
 - اختلال برانگیختگی جنسی در زنان (**Female Sexual Arousal Disorder**)
 - اختلال نعوظ در مردان (**Male Erectile Disorder**)
- اختلالات ارگاسم (**Orgasmic Disorders**)
 - اختلال ارگاسم در زنان (**Female Orgasmic Disorder**)
 - اختلال ارگاسم در مردان (**Male Orgasmic Disorder**)
 - انزال پیش از موقع (**Premature Ejaculation**)

طبقه بندی اختلالات عملکرد جنسی بر اساس **DSM IV TR**

- اختلالات درد جنسی (**Sexual Pain Disorders**)
 - نزدیکی دردناک (**Dyspareunia**)
 - واژینیسم (**Vaginismus**)
- اختلالات جنسی مربوط به وضعیت کلی پزشکی
(**Sexual Dysfunction Due to General Medical Condition**)
- اختلالات جنسی مربوط با مصرف مواد
(**Substance –Induced Sexual Dysfunction**)
- اختلالات جنسی طبقه بندی نشده
(**Sexual Dysfunction Not Otherwise Specified**)

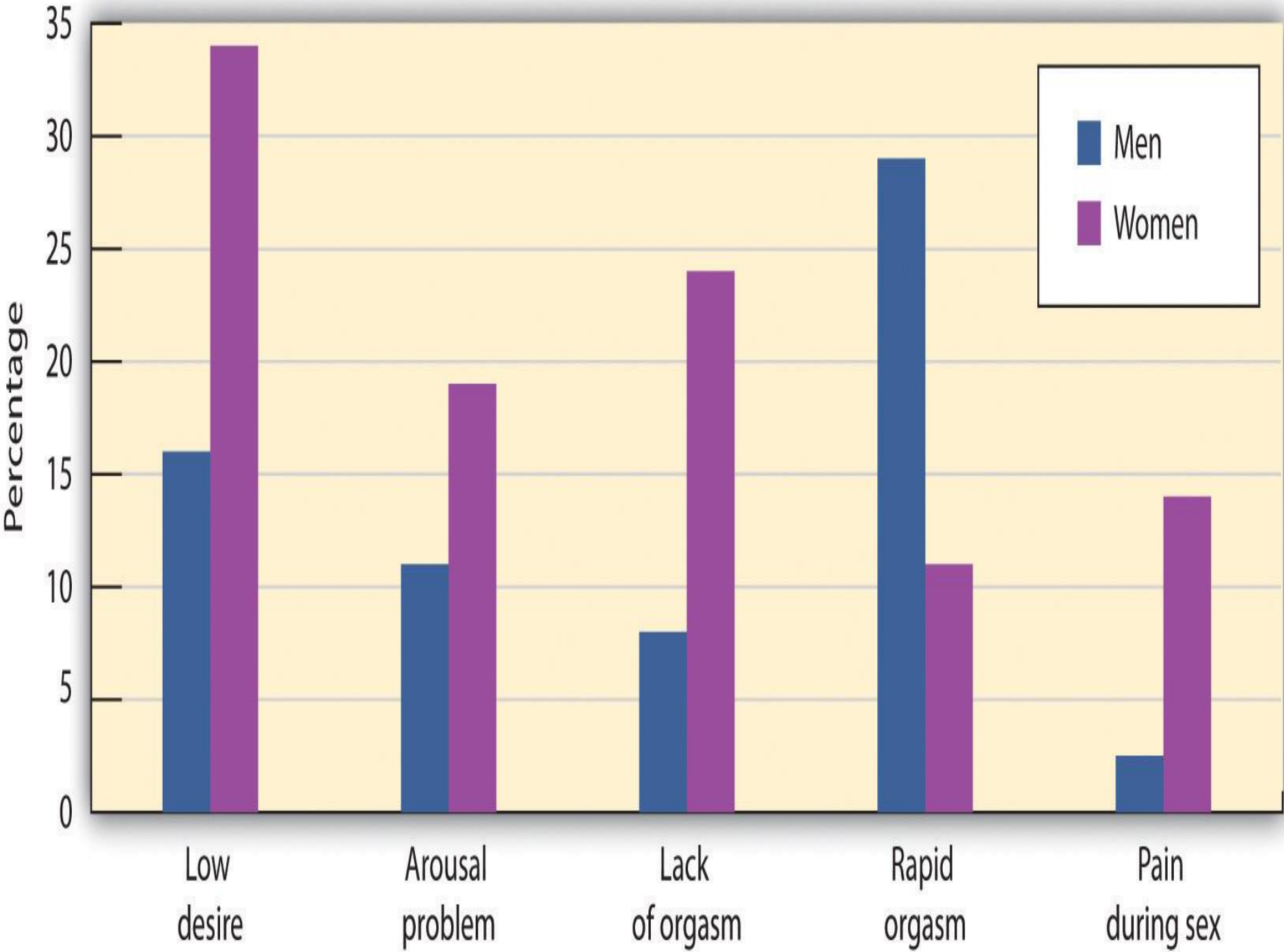
در DSM-5

در مورد زنان

اختلالات میل و برانگیختگی در هم ترکیب شده و یک اختلال
واحد تحت عنوان اختلال میل/برانگیختگی جنسی زنانه
Female sexual interest/arousal disorder

تعریف شده است.

به منظور بالابردن دقت تشخیصی و کاستن از خطر تشخیص های
بیش از حد ناصحیح به معیارهای کلیه کژکاری های جنسی مدت و
شدت خاصی منظور شده است (۶ ماه و برای شدت هم در اختلال
معیارهایی با توجه به آن منظور شده است).



Tiefer's Classificatory System

- **Medical factors:**
 - Medical conditions, drug side effects.
- **Socio-cultural factors:**
 - Lack of sex education &/or access to health services
 - Anxiety arising from feelings of inadequacy
 - Lack of interest/fatigue because of other life demands
- **Partner / relationship factors:**
 - Anger, fear, mistrust etc.
 - Desire discrepancies.
 - Communication problems.
- **Psychological factors:**
 - Past abuse.
 - Personality / attachment problems.
 - **Depression/anxiety.**
 - Fear of sexual acts.





اختلال میل جنسی

Lack or loss of Sexual
Desire

Hypoactive Sexual
Desire Disorder

اختلالات میل جنسی (Sexual Desire Disorders)

- به لحاظ ادبی، کلمات متنوعی مترادف عبارت Sexual desire به کار می روند. مثلاً:
 - لیبدو (libido)، علاقه (interest)، رغبت (urge)، اشتیاق (appetite)، هوس (lust)، غریزه (instinct)
 - میل جنسی کم (low sexual desire) نیز گاه با عباراتی مثل بی احساسی جنسی (sexual apathy)، خستگی یا کسالت جنسی (sexual malaise)، بی اشتیاهی جنسی (sexual anorexia) عنوان می شود.

□ کمبود یا فقدان میل جنسی ، که با کاهش جستجوی رابطه جنسی، کاهش اندیشه درباره رابطه جنسی و احساسات میل یا اشتهای مربوط به آن و کاهش خیال پردازیهای جنسی بروز میکند. علاقه فرد به شروع رابطه جنسی چه با شریک جنسی چه به صورت خودارضایی کاهش می یابد که سبب میشود بسامد فعالیت‌های جنسی فرد پایین تر از حد مورد انتظار سن و شرایط فرد باشد و یا تعداد فعالیت‌های جنسی نسبت به میزان بالای قبلی افت کرده باشد کژکاری مکرر رخ می دهد ولی ممکن است در مواقعی وجود نداشته باشد

کژکاری حداقل ۶ ماه طول کشیده باشد
کژکاری را نمیتوان به سایر اختلالات روانی یا جسمانی یا دارویی نسبت داد

میل جنسی طبیعی (نرمال) چیست؟

- اگرچه در جمع بندی مطالعات مختلف در جهان زوج های ازدواج کرده بطور متوسط ۳ بار در ماه نزدیکی داشته اند، ولی تنوع در نوع رابطه و تواتر روابط جنسی بین زوج ها به حدی زیاد است که نمی توان هیچ شاخص ویژه ای برای آن مشخص نمود. درمانگر باید به دو نکته توجه ویژه داشته باشد:

– شرایط قبلی بیمار و میل جنسی در او

– شرایط بوجود آمده باید باعث ایجاد ناراحتی برای فرد شده باشد.

– میل جنسی در زوجین به ندرت دقیقاً مثل یکدیگر است. مثل سایر جنبه های زندگی مشترک، زن و شوهر باید در این مورد نیز تعامل مناسب داشته باشند.

شایعترین شرایط پزشکی منجر به کاهش میل جنسی

– بیماری‌هایی که باعث کاهش تستوسترون می‌شوند:

- در مردان : برداشتن بیضه‌ها و یا آسیب به آنها / آتروفی بیضه‌ها به علت سن / هیدروسل / واریکوسل / کموتراپی / اورکیت ناشی از اوریون / ضایعات هیپوفیز و یا هیپوتالاموس / بیماری آدیسون
- در زنان : برداشتن دوطرفه تخمدان / هیپوفیزکتومی و یا ضایعات آن / کموتراپی / بیماری آدیسون /
- شرایط پزشکی منجر به درد مزمن و یا خستگی مزمن یا ایجاد اختلال در تصویر بدنی از جمله **سرطان‌ها**، **آرتريت‌ها**، بیماری‌های قلبی ریوی مزمن، نارسایی کلیه، نوروپاتی‌های محیطی و...

- شایعترین داروهایی که می توانند میل جنسی را کاهش دهند:
 - برخی داروهای شیمی درمانی مثل آدریامایسین، متوتروکسات و سیس پلاتین
 - داروهای اعصاب و روان
- Sedative/hypnotics : با دوز بالا و مزمن / از جمله الکل، بنزودیازپین ها، باربیتورات ها
- مخدرها : مثل متادون، مورفین و ...
- ضد افسردگی ها (SSRIs) ، سه حلقه ای ها، لیتیوم و کاربامازپین
- نورولپتیک ها از جمله فنوتیازین و هالوپریدول (با افزایش سطح پرولاکتین)
- داروهای قلبی (برخی داروهای ضد فشارخون مثل اسپرونولاکتون، متیل دوپا، کلونیدین / بتابلوکرها و کلسیم بلوکرها)
- سایر داروها : سایمتیدین، لوواستاتین، کورتیکواستروئیدها

وجود میل جنسی به عوامل متعددی وابسته است.
آسیب دیدن و یا فقدان هر کدام از این موارد می
تواند به کاهش میل جنسی بیانجامد:

میل بیولوژیک

اعتماد به نفس کافی

**توانایی پذیرش یک نفر به عنوان شریک
جنسی**

تجارب جنسی خوب قبلی

وجود یک شریک جنسی مناسب

روابط خوب غیر جنسی با شریک زندگی

• از نظر فروید برخی مردان که در مرحله فالیک تکامل روانی جنسی متوقف شده اند ممکن است از تماس با اندام تناسلی زنان وحشت داشته باشند. (ادامه ترس از اختگی)

- موضوعات روانی اجتماعی مرتبط با کمبود میل جنسی:
 - مشکل در تعامل بین زوجین (در زنان موثرتر از مردان)
 - مقیدات مذهبی
 - شخصیت وسواسی (می تواند باعث مشکل شدن ابراز عواطف و یا تماس فیزیکی باشد).
 - ترس از حاملگی
 - ترس و یا انزجار جنسی مثلاً مرتبط با یک سابقه خشونت جنسی در کودکی و یا بزرگسالی
 - **Madonna Syndrome**

- خودداری از روابط جنسی
(**Abstinence**) به مدت طولانی گاه می
تواند به مهار تکانه های جنسی بیانجامد.
- فقدان میل جنسی ممکن است بیان **خصومت**
نسبت به شریک جنسی باشد و یا نشانه ای از
بدتر شدن روابط بین آن دو.

طالعات نشان میدهد که شایعترین دلیل
قطع یا فقدان میل جنسی،
اختلافات زناشویی می باشد.

درمان

- بررسی اولیه یا ثانویه بودن
- اصلاح روابط غیر جنسی
- تمرینات تمرکزی
- اتاق کنترل
- تمرینات کگل

Learning to enjoy clitoral stimulation



اختلال های انگیختگی جنسی

اختلال انگیختگی جنسی در مردان یا ناتوانی

جنسی (Male erectile disorder (impotence

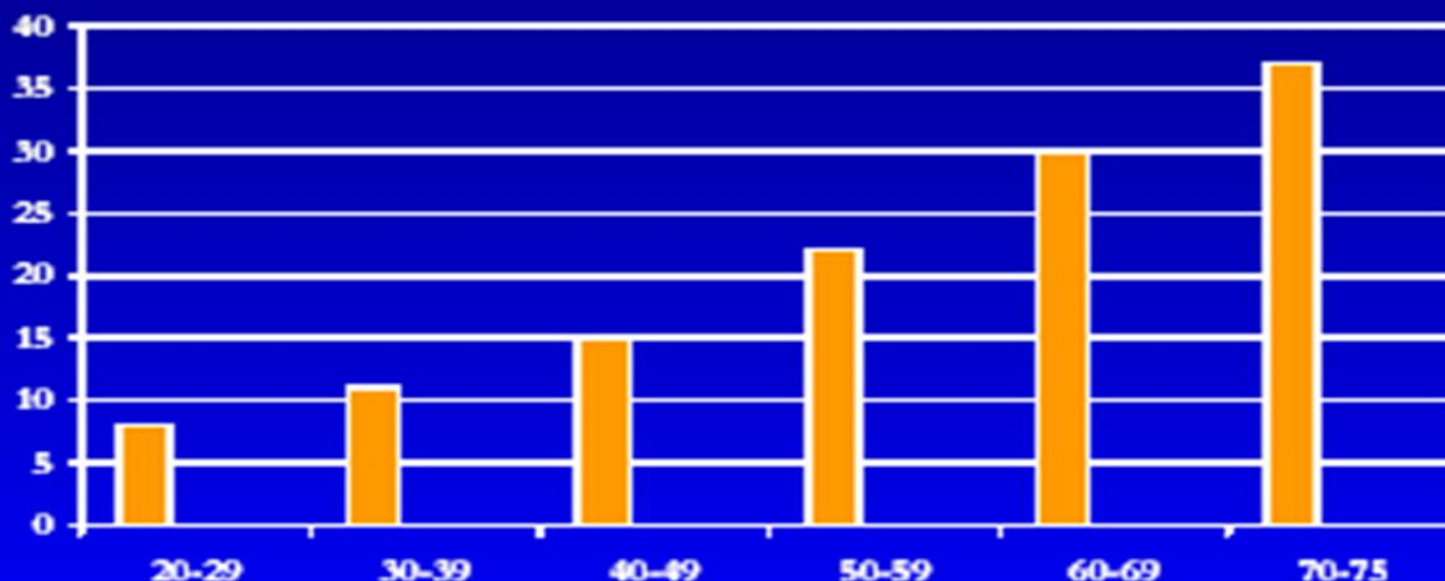
□ ناتوانی مستمر یا راجعه برای کسب و یا حفظ
نعوظ کافی تا تکمیل فعالیت جنسی

اختلال باعث ایجاد ناراحتی و یا ایجاد مشکلات
واضح در روابط بین فردی می شود.

اختلال در نعوظ با اختلال دیگری در Axis I
(بجز اختلال جنسی دیگر) قابل توضیح نباشد و
ناشی از اثرات فیزیولوژیک مستقیم مصرف مواد
(از جمله مصرف دارو و یا سوءمصرف آن) و یا
یک شرایط عمومی پزشکی نیز نباشد.

- نوع اکتسابی آن در ۱۰-۲۰٪ از مردان گزارش شده است. (افزایش بروز با افزایش سن)

MALES Study: Age-wise Prevalence of Erectile Difficulties



علل جسمانی

- مصرف مواد مخدر (نظیر: الکل، نیکوتین، نارکتین، قرص های روان گردان)
- داروهای ضد افسردگی، آنتی هیستامین و سایر داروها باشد.
- مشکلات پروستات ، عروق، اختلال غدد مترشحه ماند تیروئید و غدد فوق کلیوی
- اختلالات عصبی که به دلیل آسیب های گذشته مانند آسیب ستون مهره ها و نخاع
- بیماری هایی نظیر دیابت، تصلب بافت ها، تومور و گاهی سفلیس
- کمبود هورمونهای ماند تستسترون و آندروژن

- عوامل مختلفی (رسانه ها، ادبیات، تبلیغات، عرف و ...) دست در دست هم داده اند تا توانایی یک مرد در کسب نعوظ، به عنوان بخشی از هویت مردانه او شناخته شود. شاید به همین دلیل بیش از ۵۰ درصد از مردانی که دنبال درمان مشکلات جنسی هستند به این علت مراجعه نموده اند.

- احساس بی کفایتی یا نامطلوب بودن
- ترس و اضطراب (و ایجاد سیکل معیوب) (به ویژه موضوع Performance anxiety)
- مشکلات در روابط غیرجنسی زوجین / **خشم**
- علی همچون Madonna complex
- وجود یک سوپرایگوی سختگیر و یا سایر آسیب پذیری های تکاملی (سابقه abuse. مشکل در هویت جنسی و ...)
- افسردگی، نگرش منفی به سکس ، وجود آسیب های جنسی در گذشته ، محیط نامناسب برای رابطه جنسی ، نگرش منفی نسبت به اندام تناسلی

- در جوانان و میانسالان، معمولاً علل روان شناختی مطرح هستند.
- وجود نعوظ صبحگاهی، یا فقدان مشکل در شرایط خودارضایی و یا رابطه با شریک جنسی دیگر، در رد علل عضوی کمک کننده است.
- در این اختلال علل عضوی و روان شناختی می توانند به شکل توأم مطرح باشند و بخصوص علل عضوی، علل روانی را تشدید کنند.



• داروهای خوراکی

– Sildenafil 100mg (Viagra) :

- زمان رسیدن به حداکثر غلظت: ۱ ساعت
- نیمه عمر: ۴ ساعت

• عوارض احتمالی: سردرد، flushing، سوءهاضمه (نوروپاتی اپتیک به شکل نادر گزارش شده است).

– Vardenafil 20mg (Levitra) :

- زمان رسیدن به حداکثر غلظت: ۷/۰ ساعت
- نیمه عمر: ۴ ساعت

– Tadalafil 20mg (Cialis) :

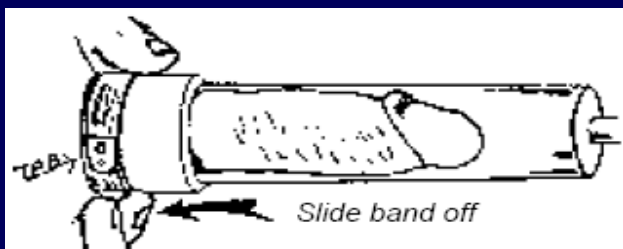
- زمان رسیدن به حداکثر غلظت: ۲/۰ ساعت
- نیمه عمر: ۵ ساعت

—در حالی که نام مواد و یا ترکیبات فراوانی
برای بهبود عملکرد جنسی در بین مردم
مطرح می شود (از جمله ریشه گیاه
جینسنگ، یوهیمبین، کوکائین، آمفتامین
ها، الکل، کانابیس، تریاک و ...) اما هیچ
کدام به این منظور قابل توصیه نیست و
اکثر آنها با مصرف دراز مدت می توانند
عملکرد جنسی فرد را به شدت مختل
نمایند.

External vacuum devices •

– در بیماران بدون مشکل عروقی قابل استفاده است. خلاء ایجاد شده خون را به آلت می کشد و حلقه ای در قاعده آلت از خروج سریع آن جلوگیری می کند. این فرآیند و نتیجه آن برای برخی از زنان چندان رضایت بخش نیست.

– وسیله مشابهی به نام EROS برای ایجاد نعوظ در کلیتوریس ساخته شده است که برخی مطالعات استفاده از آن در درمان مشکل arousal را مثبت ارزیابی کرده اند.



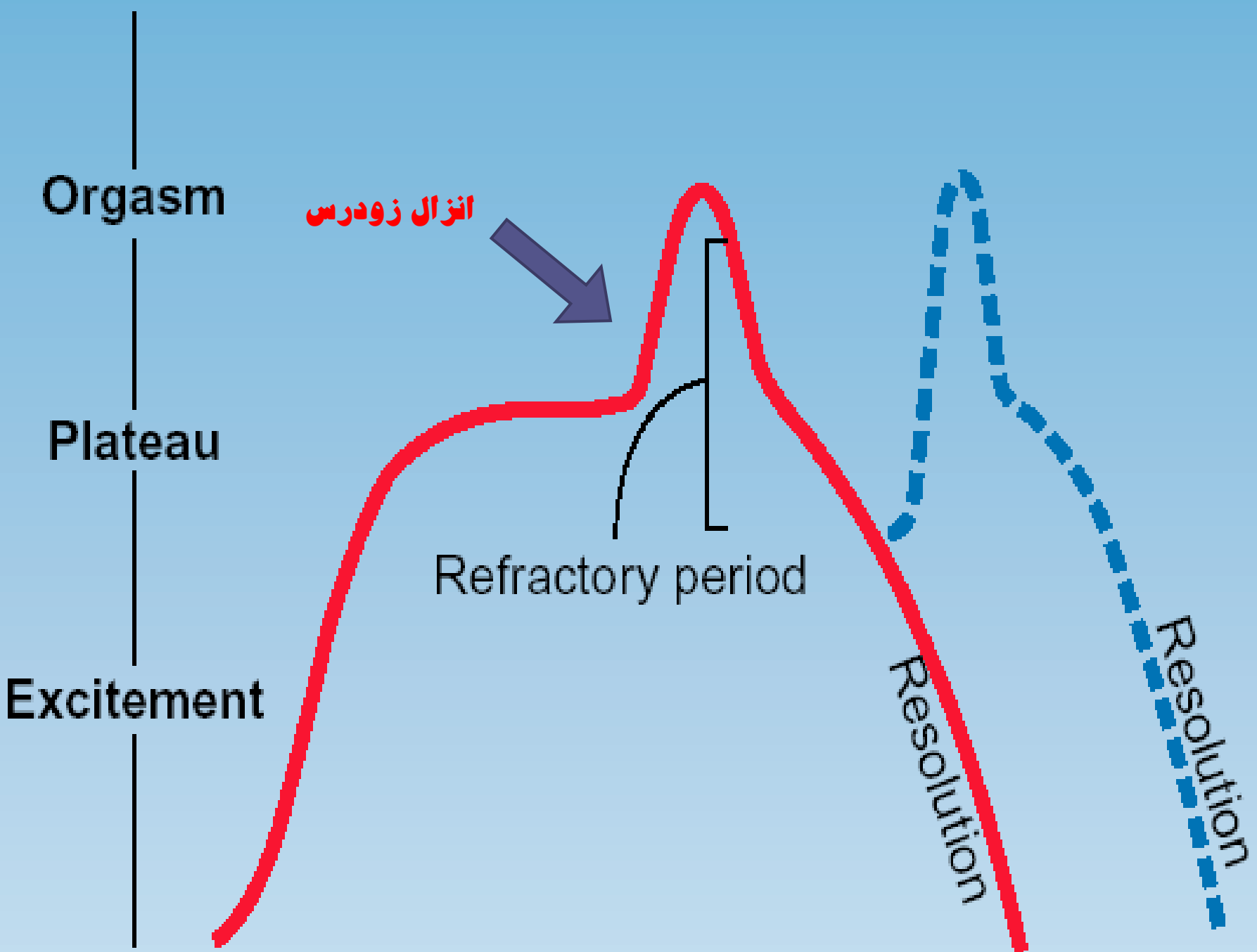
The “teasing”
technique
Learning that erection
can come and go

درمان

- ❖ تمرینات تمرکزی
- ❖ تکنیک فشردن
- ❖ آمیزش صبحگاهی
- ❖ استفاده از نرم کننده
- ❖ آمیزش دهانی



اختلال ارگاسم در مردان
(Male Orgasmic Disorder)
Inhibited orgasm
Retarded ejaculation



زود انزالی (PE) PREMATURE EGACULATION

• Early ejaculation / Rapid ejaculation

**انزال با تحریک جنسی کم بطور دائم و یا تکرار شونده. قبل.
در حین و یا بلافاصله بعد از دخول و قبل از تمایل فرد..**

شایعترین اختلال کارکرد جنسی مردان

والدینگر و همکارانش در سال ۲۰۰۵،

۱۱۰ مرد که به صورت اولیه دچار این اختلال بودند را بررسی کردند. ۱۰٪ از این افراد بین ۲ دقیقه دچار انزال می شدند در حالی که ۹۰٪ در فاصله کمتر از یک دقیقه از شروع دخول دچار انزال می شدند: ۸۰٪ در ۳۰ ثانیه اول و جالب اینکه ۶۰٪ در ۱۵ ثانیه اول دچار انزال می شدند.

• انزال زودرس مسئله ثانیه هاست نه دقایق

مسترز و جانسون

این اختلال را در قالب زوج تعریف کردند و مردی را دچار اختلال انزال زودرس در نظر گرفتند که در طی مقاربت قادر به تاخیر انداختن انزال خود برای ارضای شریک جنسی خود در حداقل نیمی از دفعات مقاربت خود نباشد.

اساس این اختلال نهفته در ضعف کنترل ارادی بر روی رفلکس انزالی است.

**Difficulty
Maintaining
erection**



**Increase
in
anxiety**



**Premature
ejaculation**

عوامل روانشناختی

مردانی که اولین تجارب جنسی آنها با روسپی ها بوده که خواستار عمل جنسی سریع تر بوده اند یا اینکه در موقعیت هایی بوده که احتمال دیده شدن توسط بقیه وجود داشته است (مانند صندلی ماشین یا در خانه پدری) ممکن است نسبت به ارگاسم زودرس شرطی شده باشند.

عوامل روانشناختی

اضطراب عملکردی (performance anxiety)

هنگامی که یک مرد به عنوان یک عاشق دچار مشغله
ی فکری و تنش روانی میشود که آیا قادر به ارضای
طرف مقابل هست یا نه. به سختی می تواند انگیختگی
جنسی خود را کنترل کند و غالباً در متوقف کردن
انزال خود ناموفق است.

عوامل روانشناختی

احساس گناه جنسی، سابقه تعارض با والدین، افزایش حساسیت بین فردی، ایده آل گرایی یا انتظارات غیر واقع گرایانه درباره ی عمل جنسی و تضادهای زناشویی

سندرم grift

- تئوری های سایکودینامیک (نارسیسیسم،
عداوت نسبت به زنان یا ترس از واژن)
- فعالیت جنسی در فواصل زیاد

Drugs For Premature Ejaculation:

SSRIs: Fluoxetine, Fluvoxamine,
Citalopram,

TCAs: Clomipramine



PE exercises

Embargo sex •

• دست خشک

• دست خیس

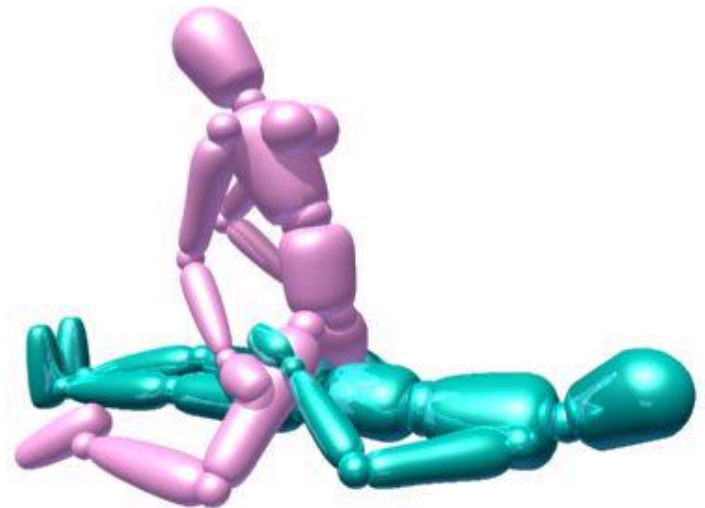
• همسر

• تند و یواش

Superior position (vaginal containment) •

Final step •

Women superior positions





اختلال ارگاسم در زنان

(Female Orgasmic Disorder)

تاخیر مستمر یا تکرار شونده، یا فقدان ارگاسم در پی مرحله انگیزش جنسی طبیعی. زن ها از نظر شدت تحریک لازم برای ایجاد ارگاسم با یکدیگر تفاوت های وسیعی دارند. تشخیص اختلال در ارگاسم در زنان باید متکی بر قضاوت درمانگر مبنی بر پائین تر بودن ظرفیت ارگاسمی زن نسبت به آنچه با در نظر گرفتن سن، تجربه جنسی و کافی بودن تحریک جنسی دریافتی او متعادل شمرده می شود باشد.

اختلال باعث ایجاد ناراحتی و یا ایجاد مشکلات واضح در روابط بین فردی می شود.

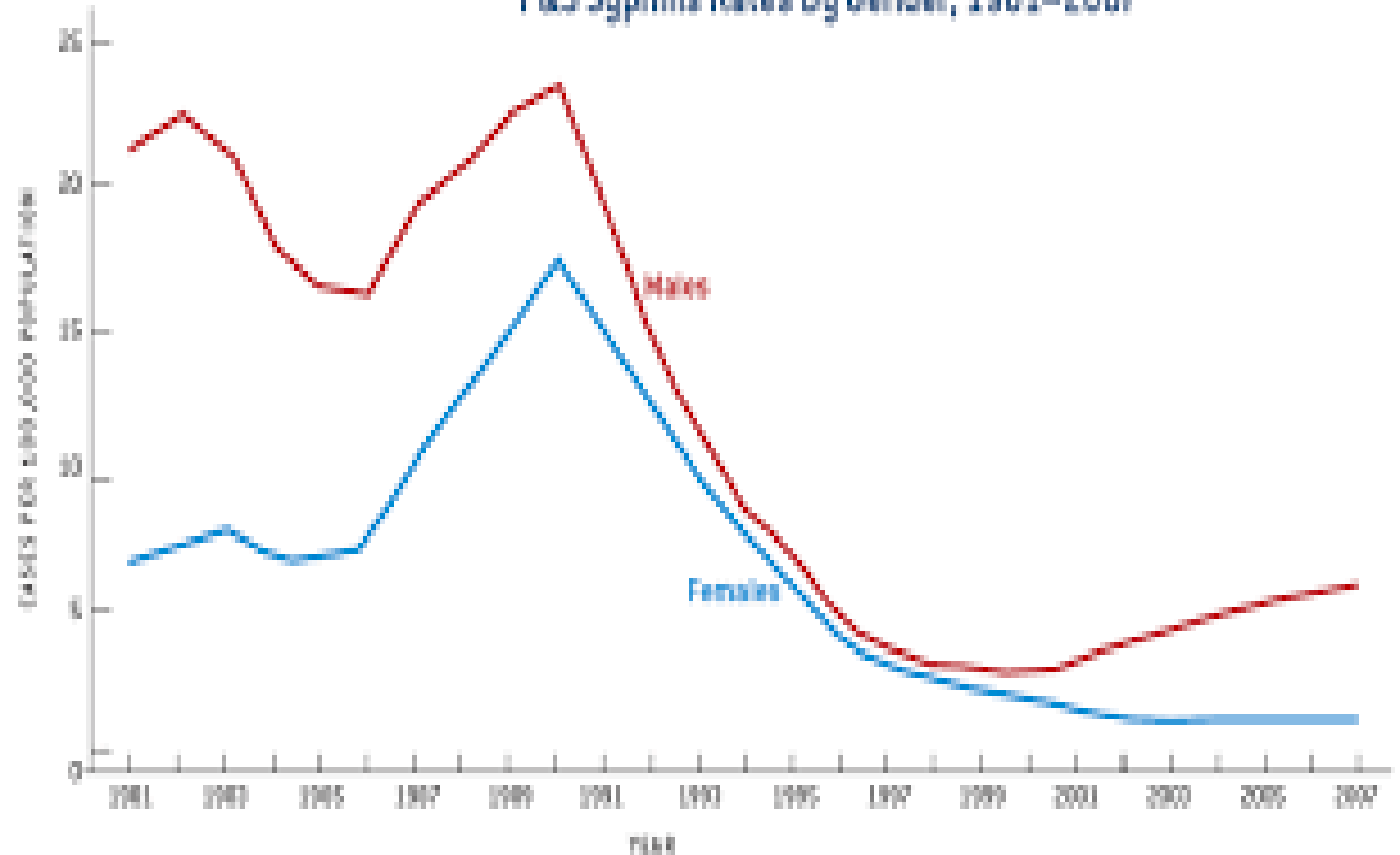
اختلال در ارگاسم با اختلال دیگری در Axis I (بجز اختلال جنسی دیگر) قابل توضیح نباشد و ناشی از اثرات فیزیولوژیک مستقیم مصرف مواد (از جمله مصرف دارو و یا سوءمصرف آن) و یا یک شرایط عمومی پزشکی نیز نباشد.



What is orgasm?

به لحاظ فیزیولوژیک،
ارگاسم ناشی از تحریک کلیتورال و
یا واژینال تفاوتی با یکدیگر ندارند
(برخلاف اعتقاد فروید)

P&S Syphilis Rates By Gender, 1981-2007



• اتیولوژی های :

- نداشتن آگاهی و اطلاعات لازم
- برخی بیماری ها و مصرف برخی داروها ممکن است باعث فرم اکتسابی آن شوند. (مثلاً ابتلا به دیابت و یا مولتیپل اسکلروزیس و یا مصرف ضدافسردگی ها، برخی فنوتیازین ها و بنزودیازپین ها) (این گروه از مشکلات جدا طبقه بندی شده اند).
- علل روانی از جمله :
 - ترس از حاملگی
 - طرد شدن از سوی شریک جنسی
 - ترس از صدمه به واژن
 - خصومت نسبت به مردان یا شریک جنسی
 - احساس گناه درخصوص تکانه های جنسی
 - ناراحت و ناراضی بودن از دختر بودن
 - ترس از دست دادن کنترل یا رفتاری خاص در نتیجه ارگاسم و یا معادل دانستن آن با تکانه های پرخاشگری و یا خشونت
- محدودیت های فرهنگی و اجتماعی (بخصوص نظام تربیتی که توجه به لذت جنسی را برای یک زن پاکدامن ضدارزش تلقی می کند).

درمان

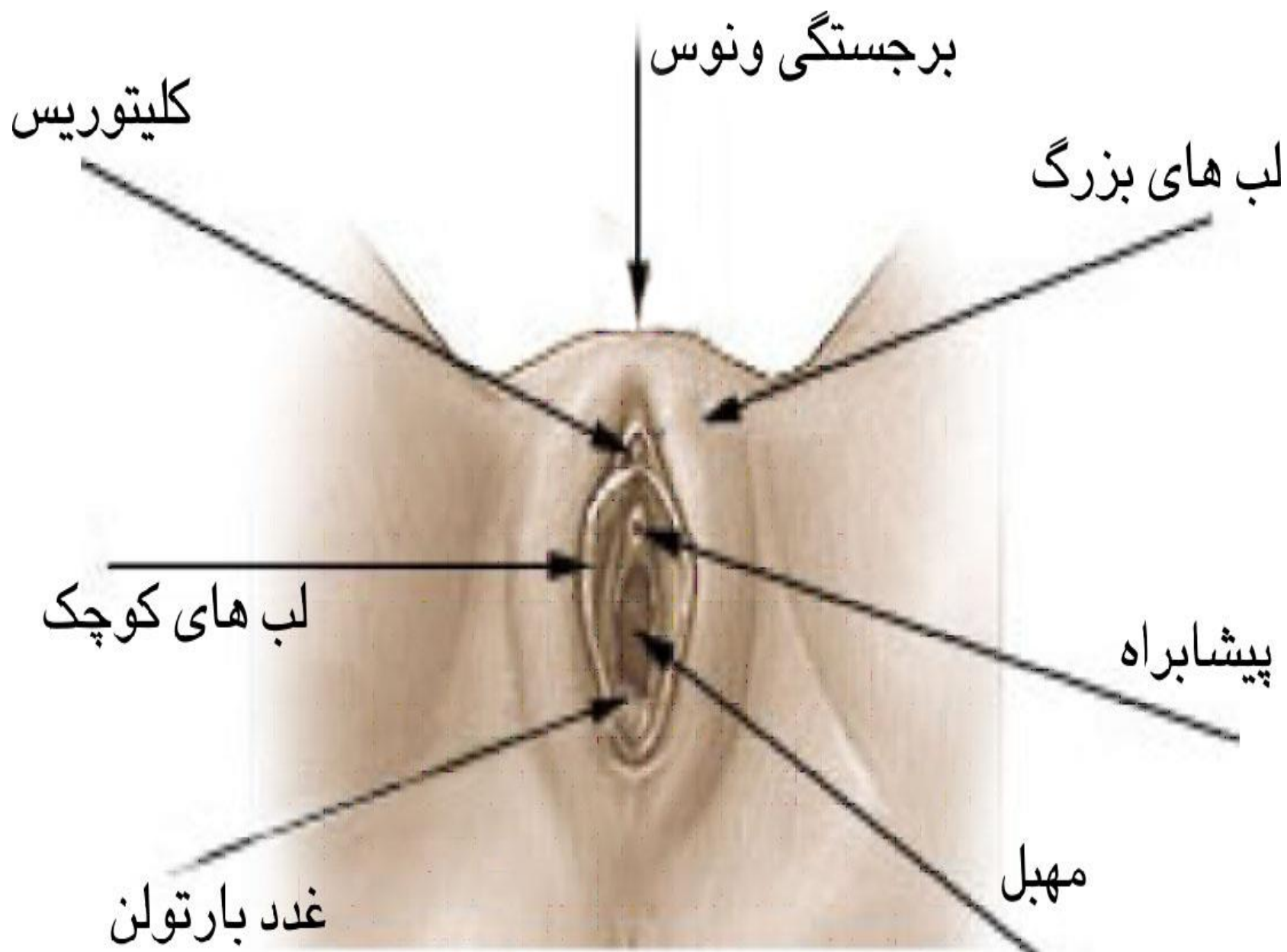
❖ دادن آگاهی و اطلاعات

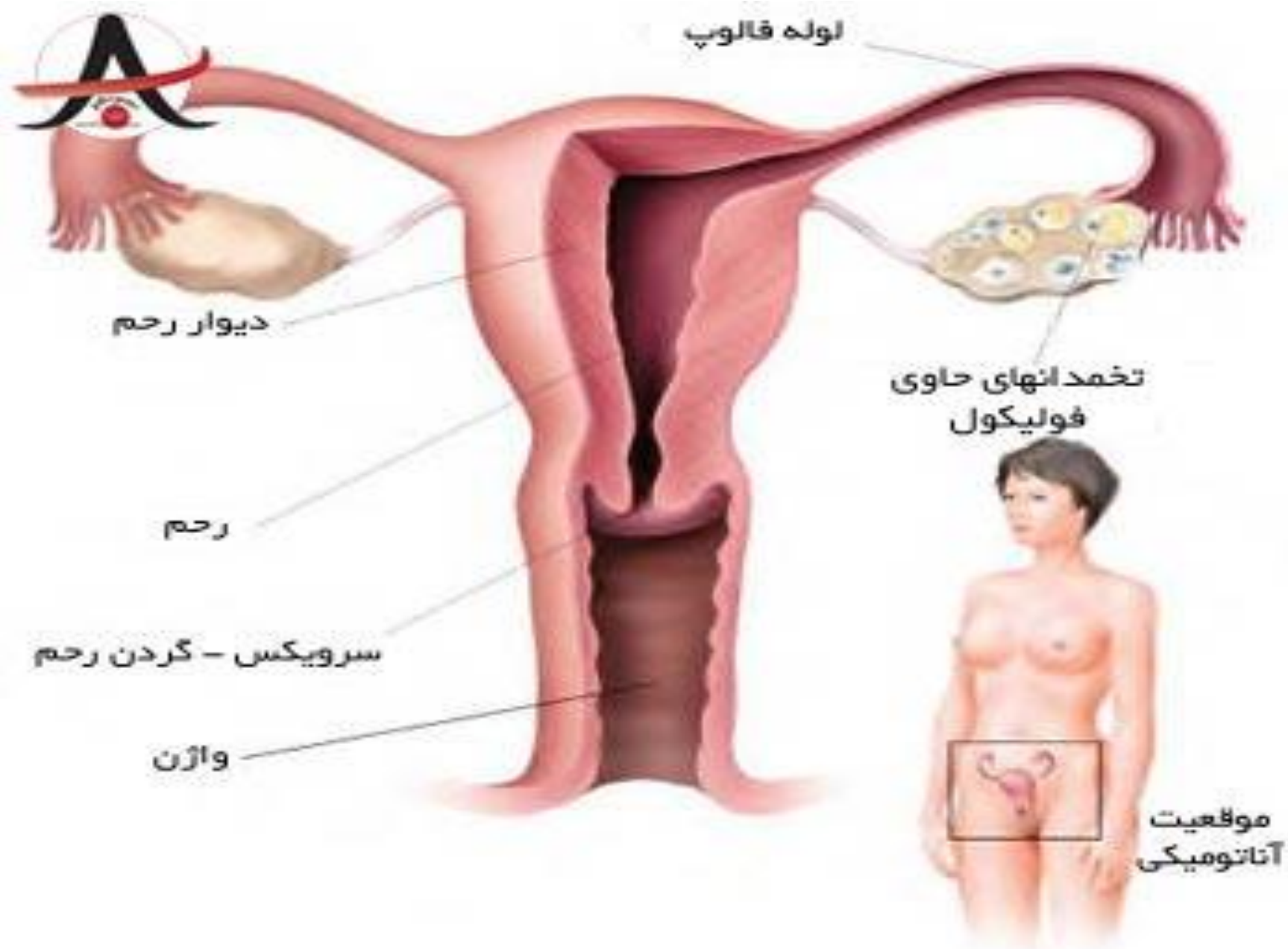
❖ Genital exploration

❖ آموزش DM (Direct Masturbation)

❖ Oral sex

❖ The bridge maneuver : تحریک مستقیم کلیتوریس
تا مرز رسیدن به ارگاسم (و یا حتی تجربه آن) درست پیش از
نزدیکی واژینال (در این شرایط گاه تماس واژینال به تنهایی
برای رسیدن به ارگاسم و یا تکرار ارگاسم کفایت می کند).







Un
consummated
marriage



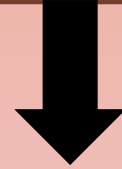
اختلال درد ناحیه تناسلی / ناشی از دخول

Genito-pelvic pain/penetration disorder

این اختلالی تازه است که در DSM-5 و از ترکیب دو تشخیص قبلی موجود در کتاب پیشین یعنی اختلال واژینیسم و اختلال مقاربت دردناک که معمولاً همراه هم بودند و تشخیص افتراقی آنها از هم سخت بود. تعریف شده است.

همچنین به دلیل نبود شواهد پژوهشی تاییدکننده و استفاده خیلی کم و ندرتاً اختلال انزجارجنسی از فهرست اختلالات جنسی در کتاب جدید حذف شده است.

**مادر می گفت پدر شما حاجی سرشناسی است
باید آبرویش را حفظ کنید**



**با حفظ دختر بودنم آبروی پدرم را نگه می دارم و
دختر خوب او خواهم بود**

خواب تجاوز

**نخندیدن
اخمی بودن در
برابر پسرها**

واژینیسیم

اسوء استفاده جنسی



نزدیکی جنسی برای
افرادى كه يك احساس
شرم در مورد بدن خود
يا جنسيت خود در طول
سالهاى ابتدای زندگى
كسب كرده اند يا
كسانى كه به درجات
متفاوت از خود و
احساساتشان جدا شده
اند غير قابل تحمل است.

What you don't
know
CAN hurt
me.

More than
70% of
child sex
abuse
cases
involve a
relative,
friend or
someone
else close
to the
child.

- NSPCC

Be sure,
BEFORE.



در هنگام بزرگسالی این افراد به صورت
ناخودآگاه از یک پاسخ جنسی کامل
خودداری می کنند تا از برانگیختن خاطرات
یا احساسات دردناک پرهیز کنند و با خود
واقعی و اصیلشان دوباره پیوند برقرار کنند.



JOHN CANNONIER.COM





FAMILY OUTING IN GRANDMA'S
BACKYARD



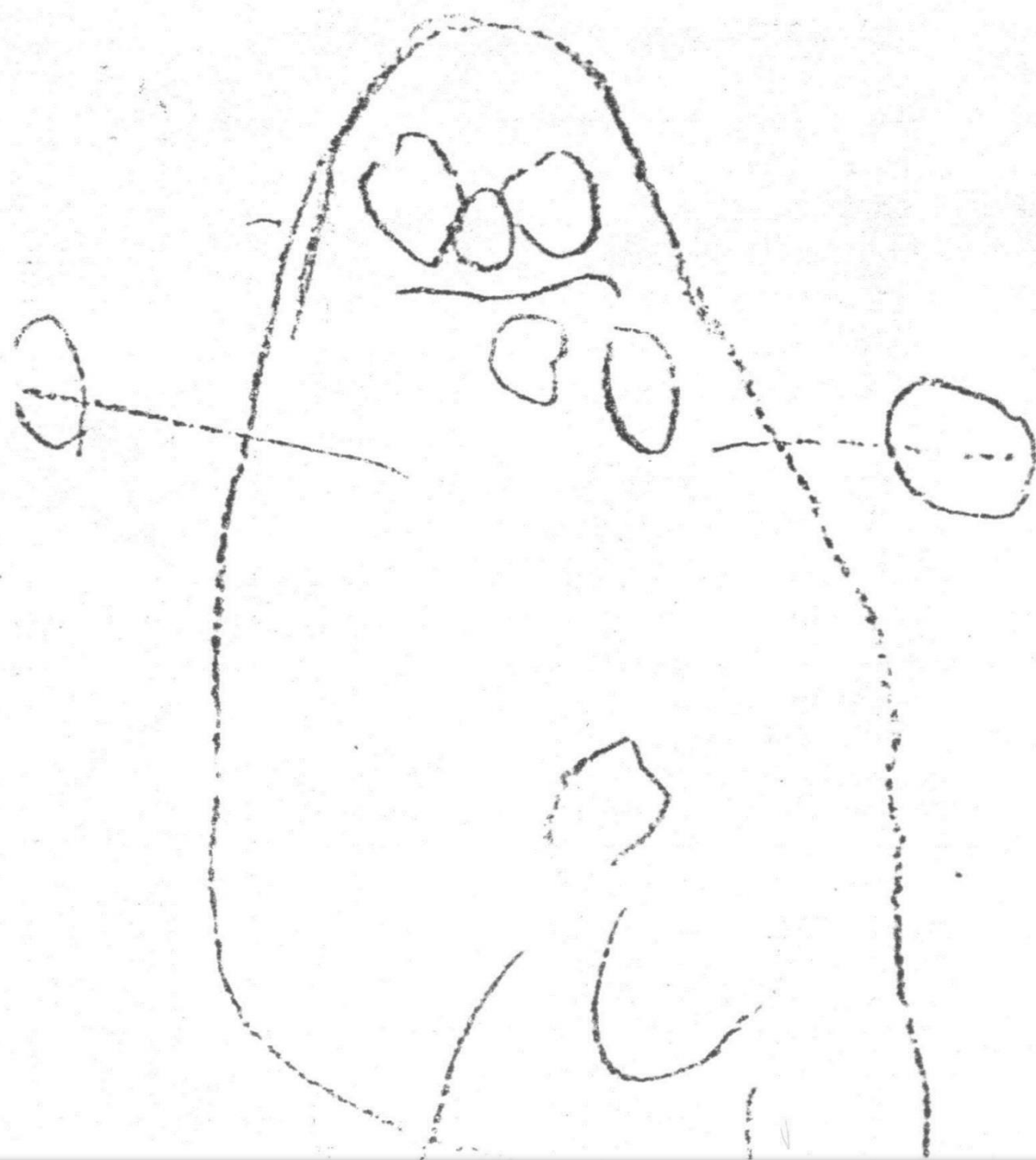
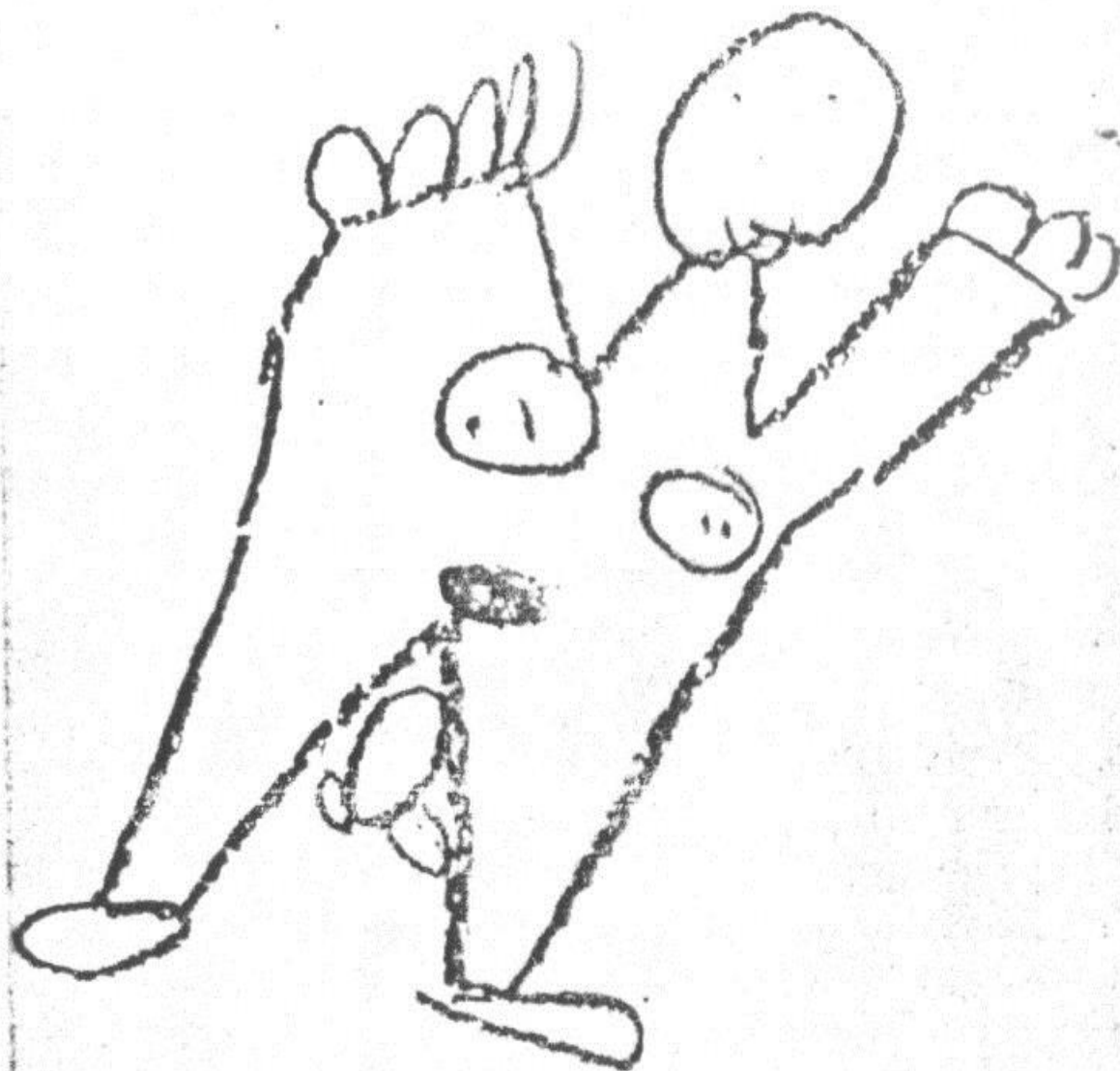


Figure 1. Self-portrait drawn by a four-year-old female who presented with vaginal and rectal gonorrhea. She had been sexually abused by an uncle. She included in the portrait what she referred to as her "titties" (breasts), "bum" (rectum), and "couchie" (vagina).

Figure 3. Portrait of the offender drawn by a nine-year-old male victim. The boy who drew this had been molested at camp by the cabin counsellor over a two week period. The drawing is unusual for several reasons, including breasts drawn on a male figure. This male victim experienced confusion over gender identity after the victimization. Genitals are poorly portrayed and the penis is erect but somewhat detached from the rest of the body.





We cannot always control
what happens to us or
others' choices. We can
control what we let Stick
to us by what we
think and believe.



stick the
positive
messages
to yourself
while ripping
away the
negative
messages
you have
let stick you



درمان

- ۱- تمرکز حسی
۲. آموزش تن آرامی
۳. تصویرسازی ذهن

هزاران سال است که ما انرژی تولید مثل را
محکوم کرده ایم .
ما به جای حرمت نهادن به سکس از آن فحش و
ناسزا ساخته ایم .
ما حتی می ترسیم در مورد آن حرف بزنیم .
**ما طوری آن را پنهانی کرده ایم که گویی اصلاً
وجود ندارد
و جایی در زندگی ندارد**

سکس را مسرورانه بپذیرید
قداست آن را تحسین کنید
برکت آن را تایید کنید
تا مقدس تر شوید