



Віртуально про реальне
конференція для та про підлітків

Про сексуальність

Ольга Хайдукова

Акредитований
психотерапевт
гештальт-підхода в
ОППГП, супервизор.
г. Киев



Что такое сексуальность?



Сексуальность — это неотъемлемая часть человека, которая развивается на протяжении всей жизни.

Понятие сексуальности включает в себя много элементов:

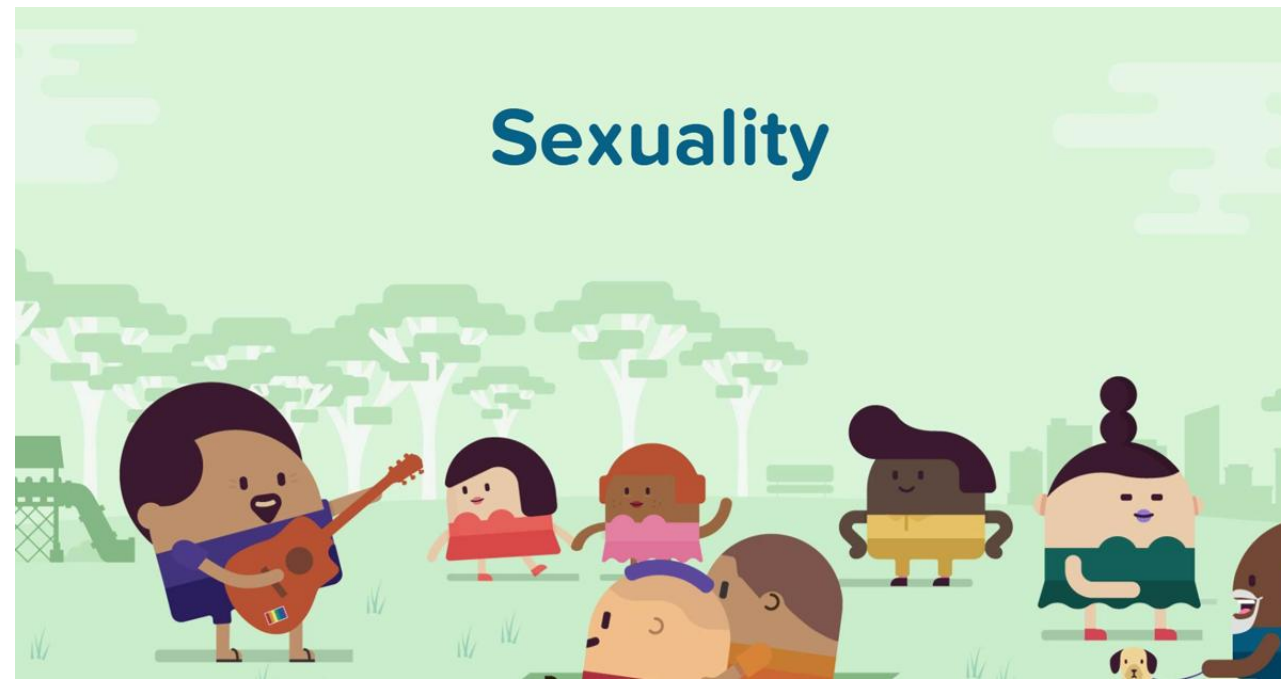
- насколько человек испытывает сексуальное влечение,
- насколько хорошо он себя чувствует,
- насколько ему нравится прикасаться к себе?
- открыт ли человек к прикосновениям близких людей, хорошо ли он понимает, чего желает?
- как он хочет себя позиционировать, что он считает идеалом красоты,
- что он считает для себя приемлемым, а что невозможным в сексуальных отношениях.

“Сексуальность является центральным аспектом бытия человека на протяжении всей его жизни и включает в себя пол, гендерные идентичности и роли, сексуальную ориентацию, сексуальное влечение, удовольствие, близость и репродукцию”.
(определение ВОЗ)



Сексуальность проявляется и выражается в мыслях, фантазиях, желаниях, убеждениях, установках, ценностях, поступках, поведении, половых ролях и отношениях.

На сексуальность влияет совокупность биологических, психологических, социальных, экономических, политических, этических, правовых, исторических, религиозных и духовных факторов.



Сексуальное здоровье

Сексуальное здоровье - это состояние физического, эмоционального, умственного и социального благополучия, связанного с сексуальностью. Это не просто отсутствие заболеваний. Сексуальное здоровье требует позитивного и уважительного отношения к сексуальности и сексуальных отношениям, а также наличие возможности безопасно вести половую жизнь, приносящую удовлетворение, свободную от принуждения, дискриминации и насилия.

Достижение и поддержание сексуального здоровья неразрывно связано с уважением, защитой и соблюдением присущих людям сексуальных прав.



Что такое сексуальная идентичность?

Этапы формирования сексуальной идентичности:

1. Этап формирования полового самосознания: по итогу этого этапа ребенок четко может определить себя мальчиком или девочкой (заканчивается в 3-4 года). На этом этапе закладывается способность любить, настраивать любовную близкую связь. Формируется способность к взаимному удовольствию. Закладывается потенциал эротизма собственного тела и способность принимать проявления собственной сексуальности.



Что такое сексуальная идентичность?



2. Гендерная идентичность (социальный пол): самоощущение человека, как представителя того или иного гендера, соотнесение себя с определяющим этот гендер набором психологических и социальных характеристик и переживание соответствия гендерным ролям, формируется под влиянием социальных ожиданий от мужчин и женщин (заканчивается в 10-12 лет).



Что такое сексуальная идентичность?

3. Формирование психосексуальной идентичности (ориентации) - на этом этапе формируется наше тело, чувственные предпочтения, сексуальные сценарии, а не только направленность нашего влечения.
Здесь же формируется наше либидо.



Литература:

1. Ди Снайдер “Курс выживания для подростков”
2. Джерри Бейли “Мое тело меняется. Все, что хотят знать подростки и о чем стесняются говорить родители”
3. Настя Мельниченко “#ЯНеБоюсьСказать. Самая откровенная книга для подростков”
4. Блог Юлии Ярмоленко - Instagram <https://www.instagram.com/sexinforia/> и Telegram <https://t.me/sexinforia>



Ольга Хайдукова

+38 (093) 966 02 28

o.khaidukova@gmail.com



**Віртуально
про реальне**

конференція для та про підлітків

