

Τίτλος : Δυσπροσαρμοστικές γνώσεις σε άνδρες και γυναίκες με σεξουαλικά προβλήματα

Προεδρείο : Βαϊδάκης Ν., Παπασταμάτης Κ.

Ομιλητές :

Σωτηροπούλου Β. : Διαταραχή πυελογεννητικού πόνου / διείσδυσης

Δημητρακόπουλος Χ.: Διαταραχή της στύσης

Μηνοπούλου Ε.: Υπερσεξουαλικότητα

Παπασταμάτης Κ.: Διαταραχή Σεξουαλικής Διάθεσης / Διέγερσης

Α) Διαταραχή πυελογεννητικού πόνου / διείσδυσης

Ομιλήτρια : Βιβή Σωτηροπούλου, ψυχολόγος, Δρ ψυχολογίας, Ειδικό Ιατρείο Σεξουαλικών Διαταραχών, Αιγινήτειο Νοσοκομείο

Η γνωσιακή – συμπεριφορική θεραπεία έχει εφαρμοστεί επιτυχώς σε σεξουαλικές δυσλειτουργίες κατά τη διάρκεια των τριών τελευταίων δεκαετιών με ήδη αρκετά διαμορφωμένα θεραπευτικά πρωτόκολλα. Στη βιβλιογραφία αναφέρεται ότι οι σεξουαλικές πεποιθήσεις παίζουν έναν σημαντικό ρόλο ως παράγοντες ευαισθησίας για την ανάπτυξη των σεξουαλικών διαταραχών. Οι «σεξουαλικές πεποιθήσεις μπορούν να χρησιμοποιηθούν ως φακοί που μεγεθύνουν τις αρνητικές πλευρές της σεξουαλικής εμπειρίας και κάνουν κάποια άτομα πιο ευαίσθητα στην ανάπτυξη σεξουαλικών προβλημάτων».

Η διαταραχή πυελογεννητικού πόνου / διείσδυσης αφορά γυναίκες που είτε πονούν κατά τη διάρκεια της σεξουαλικής επαφής είτε δεν επιτρέπουν, μέσω σύσφιξης των μυών του κόλπου, τη διείσδυση.

Οι λόγοι για τους οποίους οι γυναίκες εμφανίζουν αυτή τη διαταραχή είναι όπως συνήθως ένας συνδυασμός παραγόντων. Ο τρόπος που μεταφράζουν τη σεξουαλική πράξη, δηλαδή οι πεποιθήσεις τους σχετικά με το σεξ φαίνεται να είναι ένας από τους σημαντικούς παράγοντες που επηρεάζουν τελικά τη σεξουαλική λειτουργία. Οι γυναίκες αυτές έχουν βαθύτερους φόβους για την ίδια τη σεξουαλική πράξη και τις συνέπειές της (π.χ. εγκυμοσύνη, αφροδίσια νοσήματα), τη σχέση, τον πόνο και τις συνέπειές του που τις κρατούν μακριά από την απόλαυσή ή ακόμη και τη συμμετοχή σε σεξουαλική δραστηριότητα. Η θεραπεία οφείλει να στοχεύει σε αυτές τις δυσπροσαρμοστικές πεποιθήσεις ώστε να λύσει το μεγάλο εμπόδιο της αποφυγής και άρα να βοηθήσει την ασθενή να εγκαταστήσει «ασφαλείς» σεξουαλικές εμπειρίες.

B) Στυτική δυσλειτουργία

Ομιλητής: Δημητρακόπουλος Χρήστος

Ένα πρόβλημα στύσης μπορεί να έχει βάση έναρξης έναν από δύο γενικούς παράγοντες. Μπορεί να οφείλεται σε οργανικά αίτια είτε σε ψυχολογικούς λόγους. Στην πραγματικότητα ακόμα και στις περιπτώσεις που το αίτιο έναρξης είναι οργανικό τις περισσότερες φορές οι συνεχιζόμενες αποτυχίες δημιουργούν και έναν πολύ σημαντικό ψυχολογικό παράγοντα που συντηρεί το πρόβλημα. Ουσιαστικά όταν μιλάμε για ένα ψυχολογικό πρόβλημα στύσης αναφερόμαστε στην ύπαρξη δυσλειτουργικών γνωσιών του ατόμου που ξεκινούν ή ακόμα πιο συχνά συντηρούν το πρόβλημα. Οι γνωσίες αυτές κινούνται συνήθως γύρω από συγκεκριμένους άξονες. Την πρόβλεψη της αποτυχίας (μη επίτευξης ικανοποιητικής στύσης), τις γενικότερες επιπτώσεις που θα έχει η συνέχιση του προβλήματος (π.χ. ως προς την σύντροφό τους), αλλά και γύρω από την σημασία του προβλήματος για την ταυτότητα του ατόμου. Στην γνωσιακή συμπεριφορική θεραπεία τώρα επιχειρείται η αμφισβήτηση αυτών των προβληματικών γνωσιών και η αντικατάστασή τους από λειτουργικότερες ενώ οι συμπεριφορικές τεχνικές για το πρόβλημα αποσκοπούν να δημιουργήσουν ξανά ένα χαλαρότερο κλίμα μέσα στο οποίο πραγματοποιείται το σεξ χωρίς το έντονο άγχος το οποίο το συνόδευε κατά την διάρκεια του προβλήματος.

Γ) Υπερσεξουαλικότητα

Μηνοπούλου Ειρήνη

κλ. Ψυχολόγος Ψυχοθεραπεύτρια, Ειδικό Ιατρείο Σεξουαλικών Διαταραχών, Αιγινήτειο Νοσοκομείο

Η υπερσεξουαλικότητα χαρακτηρίζεται από συστηματικά επαναλαμβανόμενες, έντονες, σεξουαλικά διεγερτικές φαντασιώσεις, σεξουαλικές παρορμήσεις και συμπεριφορές (επικράτηση 3-6%). Η αναλογία των ανδρών είναι πολύ μεγαλύτερη.

Η σεξουαλική ενασχόληση καταλαμβάνει σημαντικό μέρος από το χρόνο του ατόμου παρεμποδίζοντας σημαντικά τις συνήθεις καθημερινές δραστηριότητες, την επαγγελματική λειτουργικότητα ή/και τις διαπροσωπικές του σχέσεις.

Οι συμπεριφορές σεξουαλικής ενασχόλησης περιλαμβάνουν μεταξύ άλλων: αυνανισμό, πορνογραφία, χρήση ίντερνετ, τηλεφωνικό σεξ, συστηματικό ανώνυμο και περιστασιακό σεξ και πληθώρα παράλληλων σεξουαλικών σχέσεων.

Η σεξουαλική δραστηριότητα περιγράφεται ως υποχρεωτική, επαναλαμβανόμενη και στερεότυπη.

Συχνά η ενασχόληση αυτή γίνεται πιο έντονη ως απάντηση σε μια δυσφορική συναισθηματική κατάσταση ή σε στρεσογόνα γεγονότα ζωής.

Η καταναγκαστική σεξουαλική συμπεριφορά είναι δυνατόν να εγκαταστήσει ένα μη ρεαλιστικό πρότυπο για τι θα έπρεπε να είναι μια ικανοποιητική σεξουαλική σχέση.

Μεγάλος αριθμός ατόμων έχει διαστεβλωμένες πεποιθήσεις για τη σεξουαλικότητα, τις σχέσεις και τη διαδικασία προσέγγισης (φόβος αποτυχίας/απόρριψης). Οι γνωστικές στρεβλώσεις μπορεί να οδηγήσουν σε έναν φαύλο κύκλο.

Η μελέτη της ανθρώπινης σεξουαλικότητας είναι περίπλοκο και δύσκολο θέμα. Η γνώση των αντιλήψεων, των στάσεων, των νέων τεχνολογιών, των πολιτισμικών αναγκών και της θρησκείας είναι πολύτιμο βοήθημα για την κατανόηση της σύγχρονης έκφρασης της σεξουαλικότητας και την αναγνώριση παθολογικού προτύπου.

Δ) «Διαταραχή Σεξουαλικής Διάθεσης / Διέγερσης στη Γυναίκα»

Ομιλητής: Παπασταμάτης Κωνσταντίνος ψυχολόγος.

Τα τελευταία χρόνια η επιστημονική έρευνα αναδεικνύει το σημαντικό ρόλο που διαδραματίζουν οι αρνητικές γνωσίες στην εμφάνιση και συντήρηση της Διαταραχής Σεξουαλικής Διάθεσης / Διέγερσης, η οποία αποτελεί το πιο συχνό σεξουαλικό πρόβλημα των γυναικών. Γνωσιακές στρεβλώσεις διατρέχουν όλα τα επίπεδα των γνωσιακών διεργασιών: αυτόματες σχολιαστικές σκέψεις – πεποιθήσεις – σχήματα. Σήμερα πλέον γνωρίζουμε αρκετά για το περιεχόμενο αυτών των γνωσιών, οι οποίες αφορούν ειδικά τη διαταραχή αυτή. Αυτόματες σχολιαστικές σκέψεις αποτυχίας, εκμετάλλευσης ή αποσύνδεσης από την ερωτική διαδικασία αλλά και παράλληλη απουσία ερωτικών σκέψεων. Πεποιθήσεις σχετικά με την εικόνα του σώματος και την ηλικία ή με έντονα χαρακτηριστικά συντηρητισμού. Αρνητικά σχήματα σχετικά με ανεπάρκεια, αυτο-υποτίμηση, διαφορετικότητα και μοναξιά. Όλα αυτά αποτελούν τους κύριους παράγοντες ευαλωτότητας, από γνωσιακής σκοπιάς, για την ανάπτυξη του σημαντικού αυτού σεξουαλικού προβλήματος των γυναικών. Δεν υπάρχει αμφιβολία ότι η νέα αυτή γνώση θα αυξήσει κατά πολύ την αποτελεσματικότητα των γνωσιακών παρεμβάσεων στο πλαίσιο των ψυχοθεραπειών των σεξουαλικών δυσλειτουργιών.