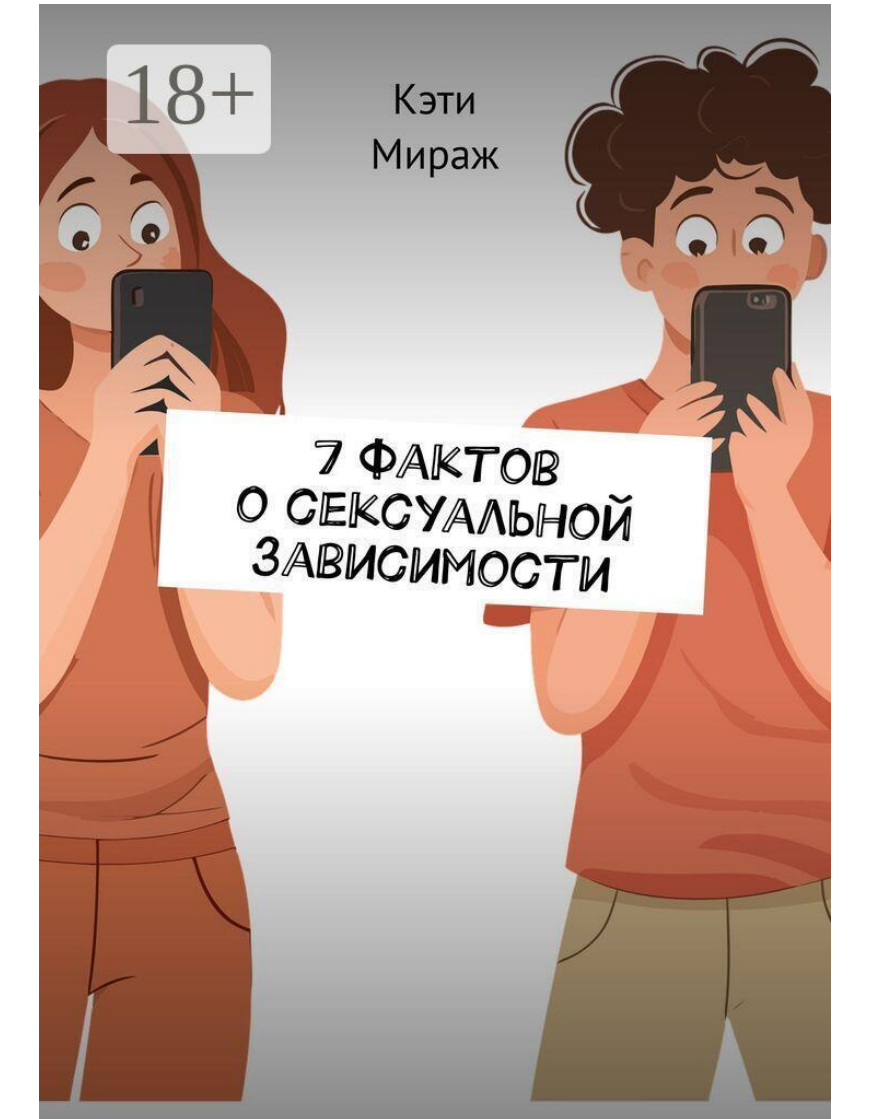


An illustration of a young woman with long brown hair and a young man with curly brown hair, both wearing orange shirts and holding black smartphones. They have wide-eyed, surprised expressions. A white rectangular box with the text '18+' is in the top left corner. Another white rectangular box with the title '7 ФАКТОВ О СЕКСУАЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ' is held in front of them. The background is a simple grey gradient.

18+

Кэти
Мираж

**7 ФАКТОВ
О СЕКСУАЛЬНОЙ
ЗАВИСИМОСТИ**

Кэти Мираж

7 фактов о сексуальной зависимости

<https://litres.ru/74152204>

ISBN 9785007014069

Аннотация

Разница между склонностью к неразборчивым сексуальным связям и зависимостью от них состоит в том, как человек себя чувствует после секса. Зависимый человек, как правило, использует секс как средство облегчения или отвлечения от других проблем. Часто такие люди чувствуют стыд от сексуального акта.

2/3 сексуально зависимых — это мужчины. Правда, пока сложно сказать является ли такой перевес биологическим или культурным по своей природе. С точки зрения генов, мужчины обладают большим...

Содержание

7 фактов о сексуальной зависимости

5

Конец ознакомительного фрагмента.

10

7 фактов о сексуальной зависимости

Кэти Мираж

© Кэти Мираж, 2026

ISBN 978-5-0070-1406-9

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

7 фактов о сексуальной зависимости

Сексуальная зависимость (сексоголизм) — это прогрессирующее нарушение интимной сферы, характеризующееся навязчивыми мыслями и действиями сексуального характера.

Вот 7 любопытных фактов об этом состоянии:

Разница между склонностью к неразборчивым сексуальным связям и зависимостью от них состоит в том, как человек себя чувствует после секса. Зависимый человек, как правило, использует секс как средство облегчения или отвлечения от других проблем. Часто такие люди чувствуют стыд от сексуального акта.

2/3 сексуально зависимых — это мужчины. Правда, пока сложно сказать является ли такой перевес биологическим или культурным по своей природе. С точки зрения генов, мужчины обладают большим сексуальным влечением, чем женщины и потому больше склонны к сексуальной зависимости. Но стоит учитывать тот факт, что многие женщины не захотят признаваться в сексуальной зависимости из стра-

ха осуждения.

Мысли о сексе навязчивы и нарушают нормальную жизнь. Всепоглощающие мысли о сексе, будь то мастурбация или половой акт, отвлекают страдальцев от повседневных дел и всех остальных интересов. При этом человек может не осознавать свою зависимость от секса.

Измена вовсе не всегда сопровождает сексуальную зависимость (даже если изменщик утверждает, что он просто болен?). Встречаются случаи, когда, например, муж сексуально зависим от собственной жены. Это приводит к проблемам, так как зависимость заставляет больного расценивать другого человека исключительно как объект для удовлетворения желаний.

Часто женщины-жертвы сексуального насилия в детстве склонны к сексуальной зависимости. Кажется, что это противоречит здравому смыслу, но при сексуальном насилии ребенок, в будущем уже взрослый, может путать границы сексуальности и не осознавать, что сексуальная зависимость — это нездоровое поведение.

Шопоголики также часто страдают от сексуально-зависимого поведения, как во время самого шоппинга, так и после бросания, когда зависимость от секса становится заменой за-

зависимостью от покупок.

Люди с любовной зависимостью также могут страдать от сексуальной зависимости. В этом случае они используют секс, чтобы получить любовь. Так, кстати, чаще поступают женщины.



— Сексуальная зависимость — это клиническое расстройство, а не моральный порок. Вопреки распространенному мнению, сексуальная зависимость, также из-

вестная как компульсивное сексуальное поведение, является серьезным психологическим состоянием, которое требует профессионального подхода. Она характеризуется навязчивым, неуправляемым сексуальным поведением, которое продолжает приносить вред, несмотря на негативные последствия. Люди, страдающие этим расстройством, часто испытывают потерю контроля над своими сексуальными импульсами, одержимость сексом и пренебрежение другими важными аспектами своей жизни, такими как работа, семья и личные отношения. Это состояние не является признаком слабости характера или отсутствия моральных принципов, а скорее симптомом более глубоких психологических проблем, связанных с нейробиологией, эмоциональной регуляцией и прошлым травматическим опытом. Лечение включает терапию, направленную на выявление корневых причин, развитие копинг-стратегий и восстановление здоровых моделей поведения.

— **Сексуальная зависимость затрагивает не только мужчин.** Исторически сложилось так, что сексуальная зависимость чаще ассоциировалась с мужским поведением, однако современные исследования показывают, что это расстройство в равной степени может поражать и женщин. Гендерные различия проявляются в основном в формах проявления зависимости. У женщин она может выражаться в чрезмерном увлечении романтическими связями, онлайн-общением, порнографией или компульсивными мастурбацией, в

то время как у мужчин чаще встречаются аддикция к просмотру порнографии, частые смены партнеров или рискованное сексуальное поведение. Независимо от пола, суть расстройства остается прежней — потеря контроля, навязчивые мысли и поведение, приводящие к разрушительным последствиям. Осознание того, что женщины также подвержены этому состоянию, стимулирует развитие более широких и гендерно-чувствительных подходов к диагностике и терапии.

— **Биологические и генетические факторы играют роль.** Исследования показывают, что в развитии сексуальной зависимости могут участвовать генетические предрасположенности и определенные нейрохимические процессы в мозге. Особое внимание уделяется роли дофаминовой системы, связанной с системой вознаграждения и механизмом формирования привычек. Чрезмерная стимуляция этой системы через сексуальную активность может привести к изменению ее функционирования, делая человека зависимым от получения этого «вознаграждения». Наследственная предрасположенность к зависимостям (не только сексуальной, но и к другим веществам или поведенческим актам) также может повышать риск развития компульсивного сексуального поведения. Понимание этой биологической основы помогает рассматривать сексуальную зависимость как медицинскую проблему, требующую соответствующего лечения, а не как исключительно поведенческую привычку.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.