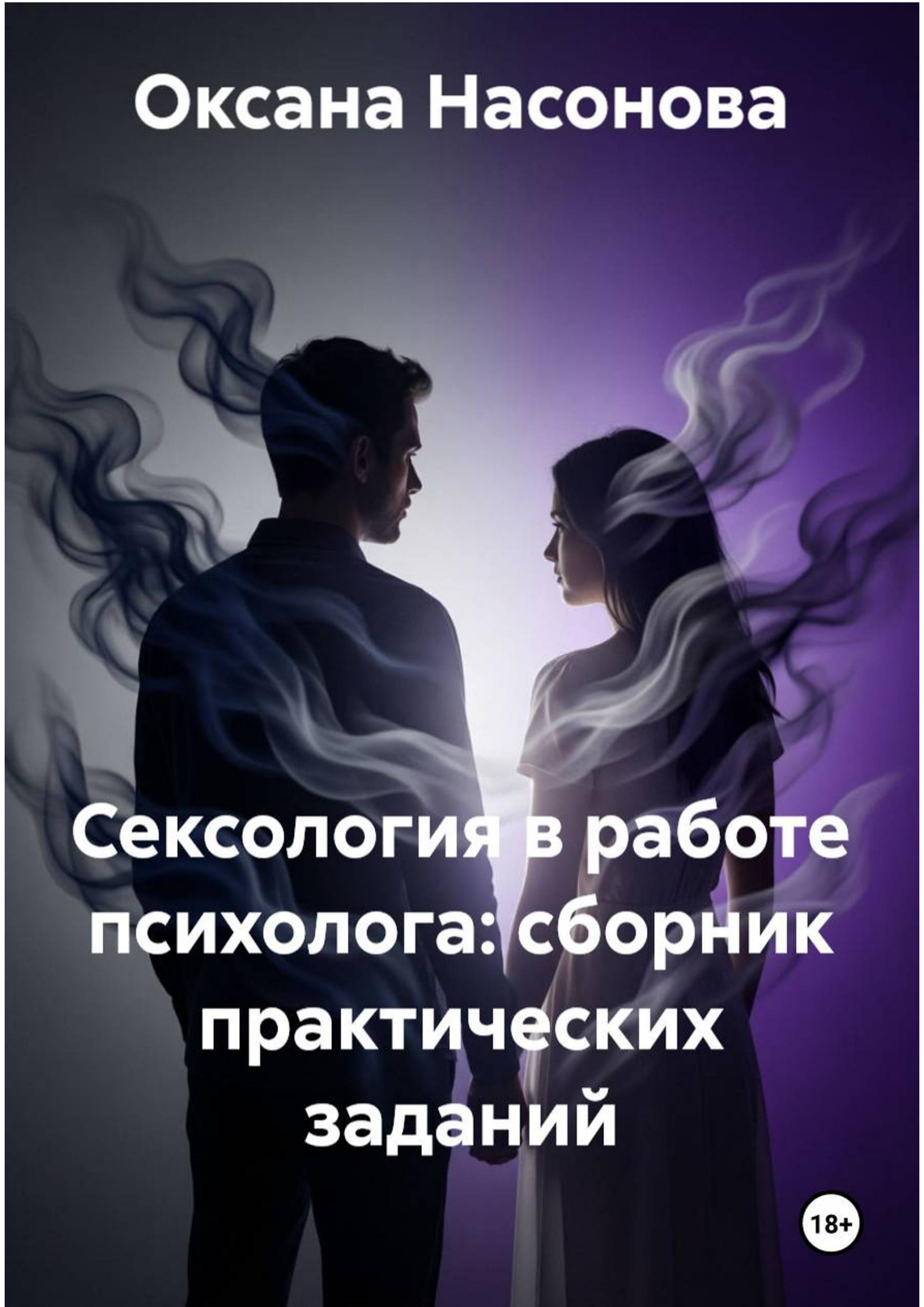




Оксана Насонова

**Сексология в работе
психолога: сборник
практических
заданий**

18+

Оксана Насонова

**Сексология в работе психолога:
сборник практических заданий**

«Автор»

2026

Насонова О. А.

Сексология в работе психолога: сборник практических заданий /
О. А. Насонова — «Автор», 2026

Практические задания в этой книге выстроены так, чтобы психолог мог последовательно развивать компетенции в сексологическом консультировании: от установления контакта и сбора анамнеза до работы с мифами, страхами и конфликтами в паре. Каждый блок включает упражнения на рефлексию, анализ кейсов и моделирование сессий. Такой подход позволяет не только закрепить пройденный материал, но и сформировать собственный профессиональный стиль. Книга адресована слушателям переподготовки и психологам, которые хотят уверенно и этично работать с чувствительными клиентскими запросами.

© Насонова О. А., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Глава 1 Психология личности	5
Конец ознакомительного фрагмента.	7

Оксана Насонова

Сексология в работе психолога: сборник практических заданий

Глава 1 Психология личности

Сравнительная характеристика подходов А. Адлера и К. Юнга помогает не просто увидеть разницу терминологии, а по-настоящему прочувствовать два разных «маршрута» в понимании человеческой души. Один путь ведёт через общество и цели, другой — сквозь глубины бессознательного к внутренней целостности. Чтобы различия и сходства воспринимались максимально ясно, я оформила материал в виде таблицы, а затем дополнила его развёрнутыми пояснениями.

Критерий

Индивидуальная психология А. Адлера

Аналитическая психология К. Юнга

Фокус внимания

Адлер рассматривает личность как неделимую, динамичную систему, которая раскрывается именно в социальном взаимодействии. Для него принципиально, что человек не существует «сам по себе»: его психика формируется и проявляется через связь с другими. Отсюда и название «индивидуальная» — не «отдельная», а «неделимая» (от лат. *individuum*). Главные координаты здесь: жизненные цели, стремление к превосходству (в позитивном смысле — к совершенствованию) и социальный интерес как маркер психологического благополучия.

Юнг делает акцент на структуре психики и её глубинных пластах. Его интересует не столько внешняя адаптация, сколько внутренняя архитектура личности: личное и коллективное бессознательное, архетипы, динамика противоположностей. Цель — достичь целостности (Самости) через осознание и интеграцию вытеснённых и игнорируемых частей психики.

Ключевая движущая сила

Движущей силой развития выступает чувство неполноценности, которое есть у всех, но переживается и компенсируется по-разному. Здоровый путь — превратить это чувство в стимул для роста и вклада в общество; нездоровый — в стремление доминировать и доказывать своё превосходство любой ценой. Важно, что Адлер подчёркивает активную роль личности: человек не просто «реагирует» на комплексы, а творчески выстраивает свой путь.

Ведущим мотивом становится стремление к целостности — процесс индивидуации. Это не столько борьба с недостатками, сколько раскрытие потенциала всех сторон психики, в том числе «теневого». Индивидуация — это путь, на котором человек перестаёт подавлять одни части себя ради других и учится жить в согласии с собственной природой.

Важное понятие

Стиль жизни — уникальная стратегия адаптации, которая складывается в детстве и затем определяет восприятие, поведение и выборы человека. **Социальный интерес** (чувство общности) — ключевой критерий психического здоровья: чем сильнее человек способен заботиться о других и действовать ради общего блага, тем более гармоничной считается его личность.

Архетипы — универсальные образы и паттерны, присутствующие в коллективном бессознательном (Персона, Тень, Анима/Анимус, Самость). Они проявляются в снах, мифах, искусстве и повседневных решениях. **Индивидуация** — центральный процесс, ведущий к интеграции этих архетипических начал и обретению внутренней гармонии.

Взгляд на развитие

Развитие личности происходит в ранние годы и во многом определяется тем, как ребёнок справляется с чувством неполноценности и как формируется его чувство общности. Огромное значение имеют семейные отношения, порядок рождения, опыт неудач и успехов, а также «творческое Я» — способность человека активно переосмысливать свой опыт и менять траекторию жизни.

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.