

**UWAGA: udany, sprawiaj cy obojgu partnerów satysfakcj seks jest integralnym elementem udanego zwi zku. !!!**



W naszej, polskiej kulturze niestety jeszcze odczuwanie i okazywanie poci gu fizycznego przez kobiety nie jest akceptowane. Z jednej strony wi c kobiety ukrywaj swoje pragnienia, a z drugiej bagatelizuj problemy, które s przyczyn niskiego libido tłumacz c, e ich brak zainteresowania seksem wynika z nie miało ci lub tradycyjnego wychowania, a tak e nakazów religijnych. Poj cie ich partnerów na temat problemów seksualnych partnerki jest bardzo mgliste, a wiedza o mo liwych przyczynach po prostu enuj ca. Szcz liwie ostatnie lata pokazuj zmian tego typu zachowa i kobiety czasami nawet wspólnie z partnerem znajduj drog do psychoterapeuty, je eli po drodze nie zabł dz do wró ki. Przyczyny spadku libido nie s dobrze znane, za to wiadomo, e problem jest zło ony i dotyczy nie tylko aspektów fizycznych, głównie jednak psychicznych, a nawet społecznych. Problem mo e dotkn kobiety w ka dym wieku, cho poród i menopauza to okresy, gdy łatwiej o zaburzenia w pop dzie seksualnym.



### **Najcz stsze problemy seksualne kobiet**

Zaburzenia mog manifestowa si jako obni enie zapotrzebowania na seks, brak odpowiedniej lubrykacji (nawil enia pochwy), odczuwanie bólu w trakcie stosunku, trudno ci z osi ganiem orgazmu lub brak orgazmu, niech do seksu, brak pobudzenia seksualnego. Powody wywołuj ce takie zaburzenia mo na podzieli na kilka grup :

F1. Choroby somatyczne : schorzenia urologiczne lub ginekologiczne, cukrzyca, a tak e choroby układu kr enia lub choroby endokrynologiczne itp.,

F2. Szeroko pojęte choroby psychiczne: neurastenia, neuroza, psychoza, depresja, depresja poporodowa, depresja

F3. Zaburzenia psychiczne trauma, kumulacja stresu, lęk przed zajściem w ciążę innego rodzaju lęk i fobie, stresująca presja partnera, deficyty komunikacyjne między partnerami. poczucie własnej wartości – na czele z problemami dotyczącymi wagi i figury.

F4. Inne: Zakazy religijne i społeczne wpojone w dzieciństwie, Nieujawnione skłonności lesbijskie

Jeżeli w ciążę Ciebie ginekologia czy endokrynologia wykluczyła choroby wymienione w punkcie F1 kliknij tutaj nie na własną stronę!

Możliwościami terapeutycznymi które możemy Tobie zarekomendować to ekлекtycznie:

Hipnoterapia (Hipnoza),

Metoda hipno - transoidalna®

Psychoterapia kognitywna

Czasami NLP- Magic Words

W wielu przypadkach po przeprowadzeniu konsultacji wstępnej (anamnezy) okazuje się, że leczenie wymaga udziału obojga partnerów

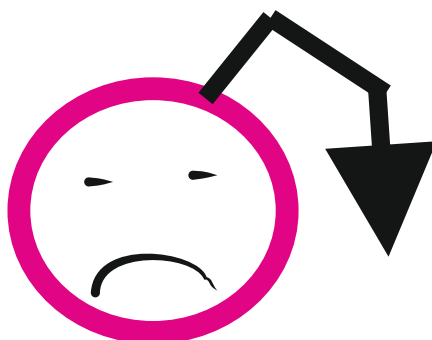
Partnerzy muszą zaakceptować cel leczenia. Jest nim wzajemne zaspokajanie potrzeb obojga partnerów, co z kolei wpływa na ich wzajemne przywiązanie i daje uczucie satysfakcji ze współżycia. O ile udaje się osiągnąć porozumienie, stopniowo wzrasta wrażliwość narządów płciowych na bodźce erotyczne. Kobieta uczy się, w jaki sposób uzyskać pobudzenie seksualne, a mężczyzna - kontroli nad swoimi reakcjami. Postępy leczenia powinny być dokładnie dyskutowane z terapeutą. Intensywna i skuteczna terapia wymaga właściwej motywacji ze strony partnerów, do wiadczonego i zaangażowanego terapeuty oraz niemało czasu i cierpliwości.

Nie zwlekaj więc, lecz zapisz się już dzisiaj na konsultację wstępną

Nr. **669 197 653**, **+49 172 2328925**

lub mailem [info@psychotherapie-live.de](mailto:info@psychotherapie-live.de)

## Najczęstsze problemy seksualne mężczyzn



W Polsce przeszło 6 milionów mężczyzn ma problem z życiem seksualnym. Jednak tylko 10% z nich zwraca się z tego powodu po pomoc do lekarza lub psychologa czy psychoterapeuty.

Problemy seksualne u mężczyzn to wszelkie problemy, które powodują, że mężczyzna albo jego partnerka, nie są w stanie czerpać pełnego zadowolenia ze swojego życia seksualnego.

Trzy główne rodzaje problemów seksualnych to:

słaby poziom seksualny

zaburzenia erekcji lub impotencja (trudno ci z osiągnięciem lub utrzymaniem erekcji),

zaburzenia wytrysku (przedwczesny wytrysk, opóźniony wytrysk lub w ogóle brak wytrysku).

Podobnie jak u kobiet przyczyny tych zaburzeń można podzielić na kilka grup:

M1 Somatyczne:

Choroby takie jak cukrzyca, nadciśnienie tętnicze, wysoki poziom cholesterolu, choroby serca i układu krążeniowego, zaburzenia neurologiczne, zaburzenia hormonalne, choroby przewlekłe, przerost prostaty, choroby nerek lub wątroby,

M2 Szeroko pojęte choroby psychiczne: neurastenia, neuroza, psychoza, depresja,

M3. Zaburzenia psychiczne, trauma, kumulacja stresu, lęki szczególnie lęk przed sprawieniem zawodu i lęk przed zwłóknieniem. deficyty komunikacyjne między partnerami. poczucie własnej wartości – na czele z problemami dotyczącymi wielkości penisa

M4 Inne: Zakazy religijne i społeczne wpojone w dzieciństwie, nieujawnione skłonności homoseksualne, nadużywanie alkoholu, palenie, narkotyki.

Jeżeli w Ciebie nie zdiagnozowano chorób wymienionych w punkcie M1 lub jeżeli leczenie farmakologiczne nie skutkuje kliknij tutaj nie na własną stronę!

Możliwość terapii, które możemy Tobie zalecić to ekлекtycznie:  
Hipnoterapia (Hipnoza),  
Metoda hipno - transoidalna®

Psychoterapia kognitywna  
Czasami NLP- Magic Words

W wielu przypadkach po przeprowadzeniu konsultacji wstępnej (anamnezy) okazuje się, że leczenie wymaga udziału obojga partnerów

Partnerzy muszą zaakceptować cel leczenia. Jest nim wzajemne zaspokajanie potrzeb obojga partnerów, co z kolei wpływa na ich wzajemne przywiązanie i daje uczucie satysfakcji ze współżycia. O ile udaje się osiągnąć porozumienie, stopniowo wzrasta wrażliwość narządów płciowych na bodźce erotyczne. Kobieta uczy się, w jaki sposób uzyskać pobudzenie seksualne, a mężczyzna - kontroli nad swoimi reakcjami. Postępy leczenia powinny być dokładnie dyskutowane z terapeutą. Intensywna i skuteczna terapia wymaga właściwej motywacji ze strony partnerów, do wiadczonego i zaangażowanego terapeuty oraz niemało czasu i cierpliwości.

Nie zwlekaj więc, lecz zapisz się już dzisiaj na konsultację wstępną  
Nr. **669 197 653** , **+49 172 2328925**

[lub mailem info@psychotherapie-live.de](mailto:info@psychotherapie-live.de)