



CENTER OF SEXUAL
AND REPRODUCTIVE
HEALTH

ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΣ ΕΘΙΣΜΟΣ: ΕΝΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑ ΠΟΥ ΕΞΕΛΙΣΣΕΤΑΙ ΡΑΓΔΑΙΑ..

Εύη Κυράνα

Διδάκτωρ Ψυχολογίας Παν/ίου Αθηνών

Ειδικευμένη στη Κλινική Σεξολογία

Fellow (hon) European Committee for Sexual Medicine

ΠΟΙΟ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΠΡΩΤΟ ΠΡΑΓΜΑ ΠΟΥ ΕΡΧΕΤΑΙ
ΣΤΟ ΜΥΑΛΟ ΣΑΣ;



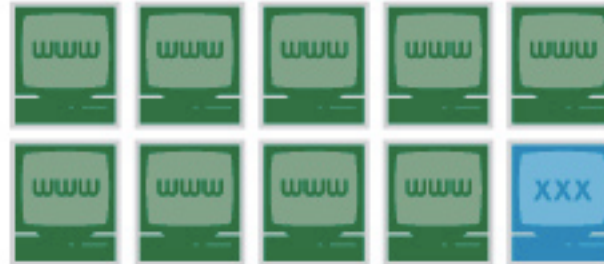
ΚΑΠΟΙΕΣ ΦΟΡΕΣ ΠΑΡΑΦΕΡΘΗΚΑΝ
ΥΠΕΡΒΟΛΙΚΗ ΕΠΙΘΥΜΙΑ ΓΙΑ ΣΕΞ
ΖΗΤΗΜΑ ΗΘΙΚΗΣ



ΓΙΑΤΙ ΤΩΡΑ;

Ο ΚΟΣΜΟΣ ΤΗΣ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΗΣ ΠΟΡΝΟΓΡΑΦΙΑΣ

**12% OF THE
WEBSITES ON THE
INTERNET ARE
PORNOGRAPHIC.**



THAT'S
24,644,172
SITES.

Source: <http://www.techaddiction.ca/files/porn-addiction-stats.jpg>

Ο ΚΟΣΜΟΣ ΤΗΣ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΗΣ ΠΟΡΝΟΓΡΑΦΙΑΣ

**40 MILLION AMERICANS ARE REGULAR VISITORS
TO PORN SITES.**



**1 IN 3 PORN
VIEWERS ARE
WOMEN.**



**70% OF MEN AGED
18-24 VISIT PORN
SITES IN A TYPICAL
MONTH.**

Ο ΚΟΣΜΟΣ ΤΗΣ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΗΣ ΠΟΡΝΟΓΡΑΦΙΑΣ

IN THE US, INTERNET PORN PULLS IN \$2.84 BILLION PER YEAR. THE ENTIRE WORLDWIDE INDUSTRY IS WORTH \$4.9 BILLION.

INTERNET PORN REVENUES



Source: <http://www.techaddiction.ca/files/porn-addiction-stats.jpg>

Ο ΚΟΣΜΟΣ ΤΗΣ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΗΣ ΠΟΡΝΟΓΡΑΦΙΑΣ

20% OF MEN ADMIT TO WATCHING PORN ONLINE AT WORK.



13% OF WOMEN DO.

THE AVERAGE PORN SITE VISIT LASTS 6 MINUTES AND 29 SECONDS.



Source: <http://www.techaddiction.ca/files/porn-addiction-stats.jpg>

Ο ΚΟΣΜΟΣ ΤΗΣ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΗΣ ΠΟΡΝΟΓΡΑΦΙΑΣ

**35% OF ALL INTERNET DOWNLOADS
ARE PORNOGRAPHIC.**



Source: <http://www.techaddiction.ca/files/porn-addiction-stats.jpg>

Ο ΚΟΣΜΟΣ ΤΗΣ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΗΣ ΠΟΡΝΟΓΡΑΦΙΑΣ

**THE AVERAGE AGE AT WHICH A CHILD
FIRST SEES PORN ONLINE IS 11.**



Source: <http://www.techaddiction.ca/files/porn-addiction-stats.jpg>

Τι είναι ο σεξουαλικός εθισμός;

- ΠΟΡΝΟΓΡΑΦΙΑ
- ΑΛΛΕΠΑΛΗΛΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ
- ΓΡΑΜΜΕΣ CHAT
- WEB SEX
- ΑΣΤΑΜΑΤΗΤΟ ΦΛΕΡΤ
- ΗΔΟΝΟΒΛΕΨΙΑ
- ΕΠΙΔΕΙΞΙΟΜΑΝΙΑ
- ΠΟΡΝΕΙΑ
- ΦΕΤΙΧΙΣΤΙΚΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ
- BDSM

Δεν είναι η συμπεριφορά, αλλά η σχέση του ατόμου με αυτή τη συμπεριφορά

Τι είναι ο σεξουαλικός εθισμός;

- Οποιοδήποτε μοτίβο σεξουαλικής συμπεριφοράς που είναι εκτός ελέγχου και προκαλεί προβλήματα στη ζωή του ατόμου
- Δεν μπορεί να σταματήσει (μακροπρόθεσμα)
- Πραγματικές ή πιθανές αρνητικές συνέπειες

Εναλλακτικές ονομασίες του 'εθισμού'

- Διαταραχή παρόρμησης;
- Υπερσεξουαλικότητα;
- Υψηλή σεξουαλική επιθυμία;
- Σεξουαλικός καταναγκασμός;
- Ανωριμότητα;

Η λειτουργία του εθισμού

- ΠΟΛΥ ΠΑΡΑΠΑΝΩ ΑΠΟ ΚΑΚΗ ΣΥΝΗΘΕΙΑ
- Μηχανισμός διαχείρισης της πραγματικότητας, της ζωής
- Μηχανισμός ανακούφισης από αρνητικά συναισθήματα και δημιουργίας θετικών συνασιθημάτων
- Όλοι έχουμε μηχανισμούς ανακούφισης
- Οι εθισμένοι έχουν μόνο αυτόν!

Συνυπάρχει με άλλους εθισμούς

932 Sex Addicts

42% chemical dependency

38% eating disorder

28% compulsive working

26% compulsive spending

Carnes 1991

Η αλληλεπίδραση των εθισμών

Cross tolerance

Replacement

Masking

Intensification

Disinhibiting

Withdrawal mediation

Alternating Cycles

Ritualising

Numbing

Combining

Carnes et al 2005

Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΟΥ ΕΘΙΣΜΟΥ

ΕΡΓΑΣΙΑ

ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ



ΣΧΕΣΕΙΣ

ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ

Η ΝΕΥΡΟΧΗΜΕΙΑ ΤΟΥ ΕΘΙΣΜΟΥ

- ▶ Serotonin – συναισθηματική σταθερότητα
- ▶ Dopamine - ευχαρίστηση
- ▶ Adrenaline - ενέργεια
- ▶ Endorphins - ηρεμία
- ▶ Oxytocin – αγάπη/ ζήλεια

ΕΥΚΑΙΡΙΑ, ΠΡΟΣΔΕΣΗ, ΤΡΑΥΜΑ



ΣΥΧΝΟΤΗΤΑ / ΕΝΤΑΣΗ

- ΗΠΙΑ
- ΜΕΤΡΙΑ
- ΣΟΒΑΡΗ
- ΥΨΗΛΟΥ ΚΙΝΔΥΝΟΥ

ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ

Table 1.1 Harmful consequences (Hall 2012)

<i>Consequence</i>	<i>Actual</i>	<i>Potential</i>
Feelings of shame	70.5%	48.8%
Low self-esteem	65.0%	45.6%
Losing a relationship	46.5%	71.4%
Loss of employment	4.1%	26.3%
Wasted time	62.7%	41.5%
Wasted money	41.9%	35.5%
Debt	14.7%	24.0%
Impaired parenting	14.7%	19.4%
Physical health problems	15.7%	19.8%
Catching an STI	19.4%	47.0%
Mental health problems	49.8%	43.3%
A serious desire to commit suicide	19.4%	–
Sexual dysfunctions	26.7%	22.6%
Legal actions against you	6.0%	17.5%
Press exposure	0.9%	17.5%

ΝΤΡΟΠΗ

- Η ντροπή είναι το συναίσθημα της υποβίβασης του ατόμου
- Κανένα άλλο συναίσθημα δεν είναι τόσο κεντρικό στη διαμόρφωση της ταυτότητας
- Είναι μια ενδογενής πληγή, που χωρίζει εμάς στα δύο, αλλά και εμάς από τους άλλους

ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ

- Να κατανοήσει τον εθισμό
- Να μειώσει τη ντροπή
- Να δεσμευτεί στη θεραπεία
- Να καταλάβει τον κύκλο του εθισμού
- Να λύσει τα υποβόσκοντα προβλήματα
- Να φτιάξει στρατηγικές πρόληψης υποτροπών
- Να δημιουργήσει μια υγιή ζωή