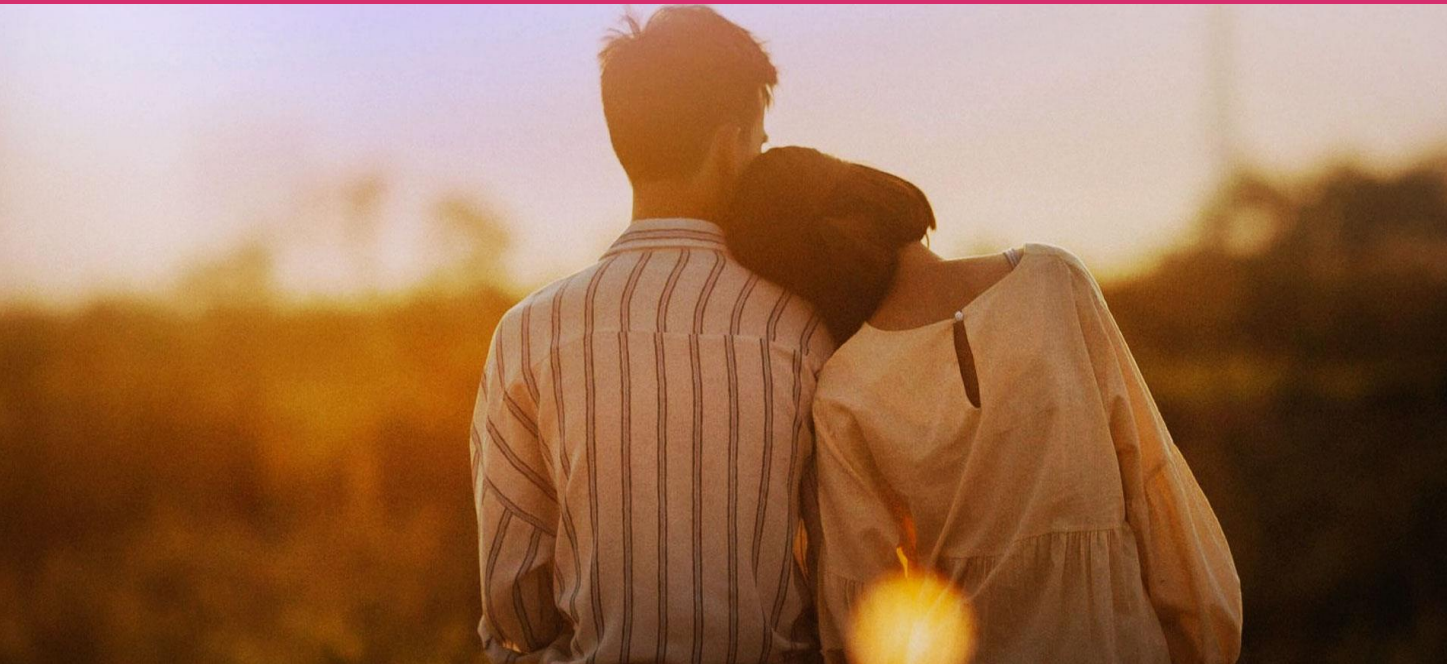


Σεξουαλικότητα και η ζωή του ζευγαριού



DR. ΘΑΝΟΣ Ε. ΑΣΚΗΤΗΣ
ΨΥΧΙΑΤΡΟΣ - ΣΕΞΟΛΟΓΟΣ
ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΗΣ ΕΥΣ
ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟΥ
ΨΥΧΙΚΗΣ ΚΑΙ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ
ΜΕΛΟΣ ΕΨΕ, ΑΡΑ/USA, ISSM/ESSM

 **HECRA**
Ελληνική Ομάδα
Μελετών
Παθολογίας Τραχήλου

 **Σεξουαλικότητα**
Ελληνική Εταιρεία
Κλινικής Κυτταρολογίας

 **Εθνική
Εταιρεία
Παθολογίας
Ανθρώπων**

Παθολογία Τραχήλου & Κοιλοσκοπηση:

Κυτταρολογία - Βιοδείκτες - Κοιλοσκοπηση
Ιστολογία & περαιτέρω διαχείριση
Παρουσίαση Περιστατικών
4-6 Νοεμβρίου 2022

Problem Based Learning

Ξενοδοχείο Du Lac **Ιωάννινα**

**ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗΣ
ΣΤΗ ΔΙΑΓΝΩΣΤΙΚΗ ΚΟΙΛΟΣΚΟΠΗΣΗ**

Problem Based Learning

Problem Based Learning

ΠΡΟΚΑΤΑΡΚΤΙΚΟ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

A stylized illustration of a diverse crowd of people, all wearing white face masks. The people are depicted in various colors (blue, orange, black, pink) and are arranged in a dense, overlapping group. The background is a mix of these colors, creating a vibrant and busy atmosphere. In the center of the image, there is a dark blue rectangular box with a yellow border, containing the Greek word 'ΕΙΣΑΓΩΓΗ' in yellow, underlined capital letters.

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Ζευγάρι είναι:

- ❖ **Επικοινωνία**
(ενσυναίσθηση -έκφραση-
εγγύτητα - συντροφικότητα)
- ❖ **Σεξ**
(έλξη-φαντασίωση-πρόκληση-
διεκδίκηση - εμπλοκή)
- ❖ **Ψυχική επαφή**
(βιωματική πορεία-ενδιαφέρον-
υποστήριξη-φροντίδα)



Ψυχικό φορτίο

```
graph TD; A[Ψυχικό φορτίο] --> B[Συναισθηματικό]; A --> C[Γνωστικό]; A --> D[Περιβαλλοντικό];
```

Συναισθηματικό

Ένταση, Ευερεθιστότητα,
Φόβος μόλυνσης,
Σύγχυση, Πλήξη

Γνωστικό

Σκέψεις άγχους-θυμού-
αβεβαιότητας-αγωνίας-
κατάθλιψης

Περιβαλλοντικό

Επαγγελματικό, Οικονομική
ανασφάλεια, Απομόνωση-
Κοινωνική αποσύνδεση,
Στιγματισμός

Η ψυχική υγεία παγκοσμίως κατά την πανδημία:

Αποτελέσματα

- 73% χαμηλή ποιότητα ύπνου
- 59% αγχώδεις εκδηλώσεις
- 35% κατάθλιψη
- 21% μετατραυματικό στρες

Η ηλικιακή ομάδα 18-35 ανέφερε υψηλότερα ποσοστά κατάθλιψης και αγχωδών διαταραχών σε σύγκριση με τις ηλικίες 36-55 και 55+

N=1653 (67,7% γυναίκες)
Μ.Ο. ηλικίας: 43 έτη



Το συνδυαστικό μοντέλο δεσμού της Διάθεσης-Στρες (Diathesis-Stress) & Ευαλωτότητας-Στρες-Προσαρμοστικότητας (Vulnerability-Stress-Adaption)

**Προϋπάρχουσα
ατομική ευαλωτότητα
(ανασφαλής δεσμός)**

**Βιωμένο στρες
από εξωτερικούς
παράγοντες
(Covid-19)**

Το δυναμικό του δεσμού κατά την πανδημία

Προβλήματα σχέσης
(σοβαρότητα προβλημάτων,
στρατηγικές επίλυσης)

Περιβάλλον Οικογένειας
(συνοχή οικογένειας)

Ποιότητα σχέσης
(δέσμευση, σχεσιακή και
σεξουαλική ικανοποίηση)

α' μέρος

Η σεξουαλική ζωή του ζευγαριού



Ποσοστά αύξησης σεξουαλικών δυσλειτουργιών 2019 vs 2020

- **Μειωμένη σεξουαλική επιθυμία:**
18.2% άνδρες 26.4% γυναίκες
- **Μειωμένη διέγερση:**
12.1% άνδρες 20.9% γυναίκες
- **Δυσκολία επίτευξης οργασμού:**
6.1% άνδρες 17.6% γυναίκες
- **Μειωμένη συχνότητα σεξ. επαφών:**
24.2% άνδρες 30.8% γυναίκες
- **Μειωμένη σεξ. ικανοποίηση:**
6.1% άνδρες 15.4% γυναίκες

N= 124 (73.4% γυναίκες)
Μ.Ο. ηλικίας: 34 έτη



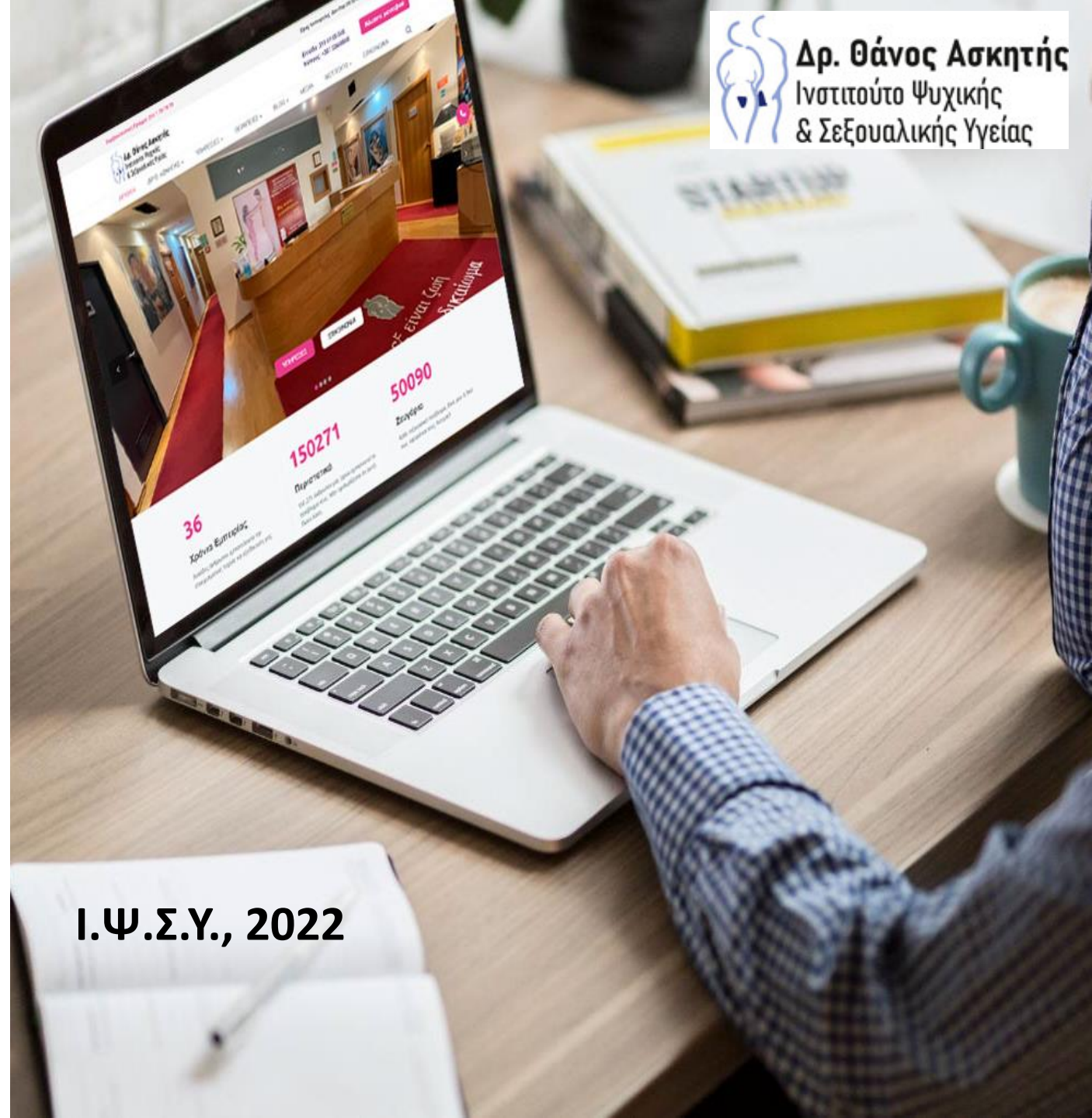
Karsiyakali, N. et al. (2021). Evaluation of the sexual functioning of individuals during the COVID-19 pandemic: a nationwide survey study. Sexual medicine.

«Η σεξουαλική μας ζωή με το κλείσιμο της πανδημίας»

1/3/2022 έως 10/9/2022
N=2335 άτομα Μ.Ο. ηλικίας: 42 έτη

Αποτελέσματα

- 41% ανέφερε ότι, με το κλείσιμο της πανδημίας, η σεξουαλική ζωή θα παραμείνει ίδια
- 27% ότι θα μειωθεί



Ι.Ψ.Σ.Υ., 2022

Αιτήματα ζευγαριών στο Ι.Ψ.Σ.Υ.

2021:

N=183 (Μ.Ο ηλικίας: 44 έτη)

- 57% σεξουαλικές δυσλειτουργίες
- 35% προβλήματα επικοινωνίας
- 8% σχέση με το παιδί

Ιανουάριος-Οκτώβριος 2022:

N=140 (Μ.Ο ηλικίας: 49 έτη)

- 49% προβλήματα επικοινωνίας
- 26% σεξουαλικές δυσλειτουργίες
- 25% σχέση με το παιδί



Παράγοντες που επηρέασαν τη σεξουαλική συμπεριφορά κατά τη διάρκεια της πανδημίας

- Φόβος μόλυνσης: 80%
- Ψυχική δυσφορία: 75%
- Οικονομικές δυσκολίες: 65%
- Έλλειψη ιδιωτικότητας (παρουσία παιδιών στο σπίτι): 55%
- Συγκρουσιακές σχέσεις (interpersonal conflicts): 50%
- Μέρρες απομόνωσης: 30%



Muro, A., Feliu-Soler, A., & Castellà, J. (2021). Psychological impact of COVID-19 lockdowns among adult women: the predictive role of individual differences and lockdown duration. *Women & health*

Masoudi, M., Maasoumi, R., & Bragazzi, N. L. (2022). Effects of the COVID-19 pandemic on sexual functioning and activity: a systematic review and meta-analysis. *BMC public health*.

Το σεξ ως προστατευτικός παράγοντας μέσα στην πανδημία



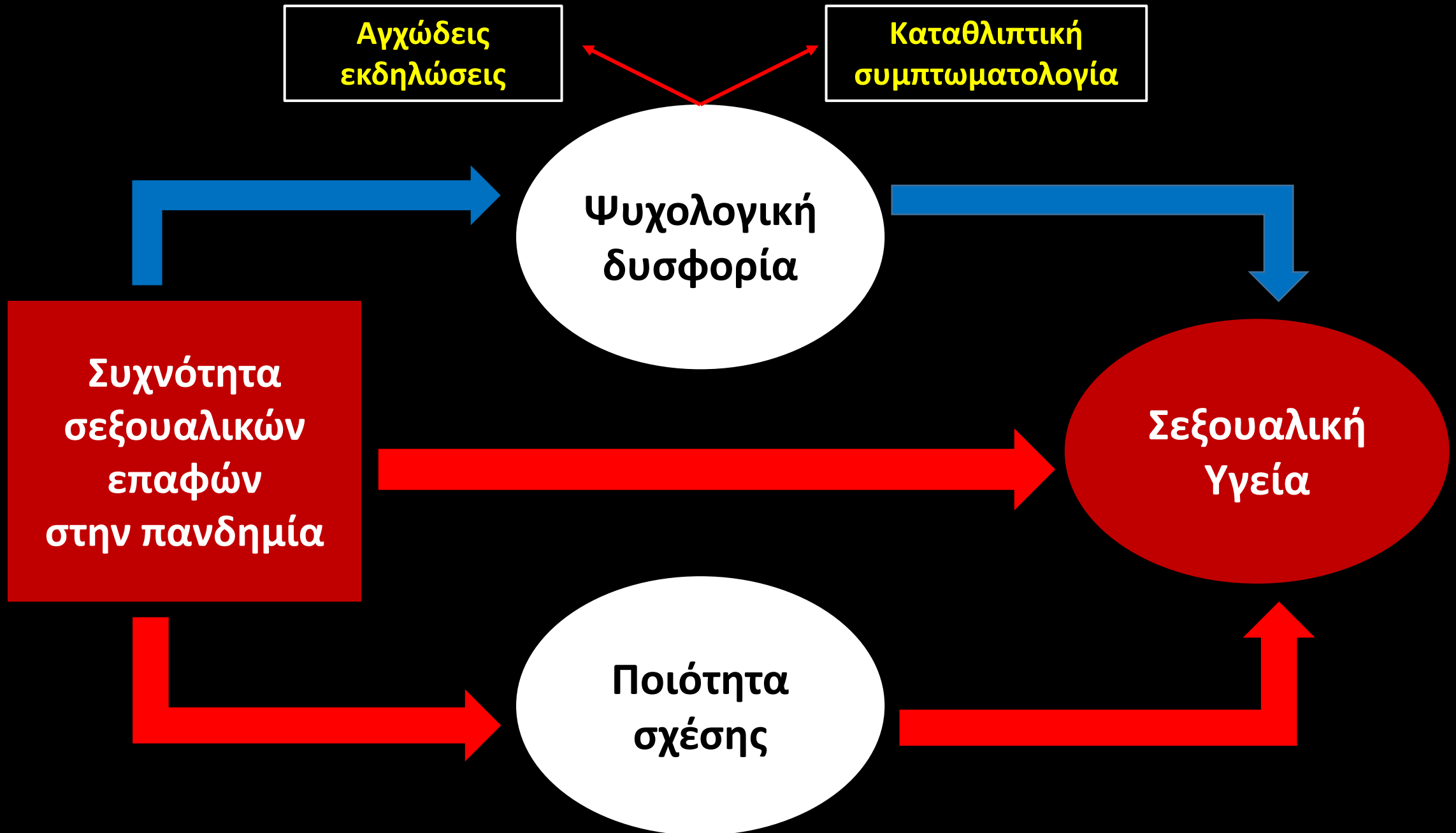
Σεξουαλικά ενεργοί (N=2608)

- Αγχώδεις εκδηλώσεις: 18%
- Καταθλιπτική συμπτωματολογία: 23%

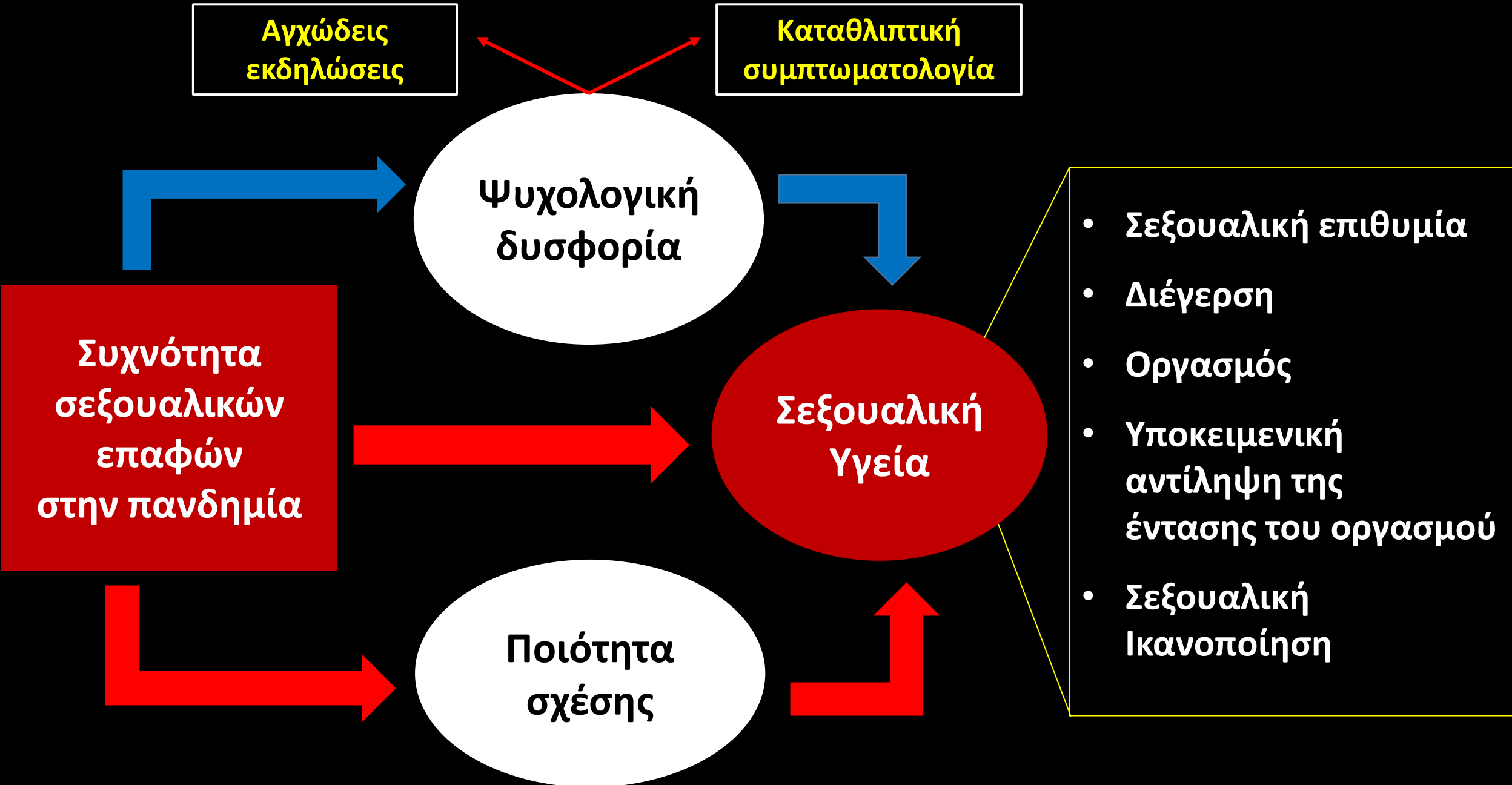


Σεξουαλικά ανενεργοί (N=4213)

- Αγχώδεις εκδηλώσεις: 27%
- Καταθλιπτική συμπτωματολογία: 35%



Mollaioli D. et al. (2021). Benefits of Sexual Activity on psychological, relational and Sexual Health During the COVID-19 Breakout. Journal of Sexual Medicine.



Mollaioli D. et al. (2021). Benefits of Sexual Activity on psychological, relational and Sexual Health During the COVID-19 Breakout. Journal of Sexual Medicine.

SEXUALITY AND SEXUAL HEALTH

Affective touch

Sexual interactions

Interpersonal bonding and intimacy

Sexual and reproductive rights

**HPA-Axis
Autonomic nervous system
Prefrontal Cortex, Anterior Cingulate Cortex, Limbic system**

**Affect regulation
Improvement in mood, stress response and coping
Interpersonal connectedness**

**Oxytocin
Prolactin
Serotonin
Dopamine
Vasopressin
Cannabinoids**

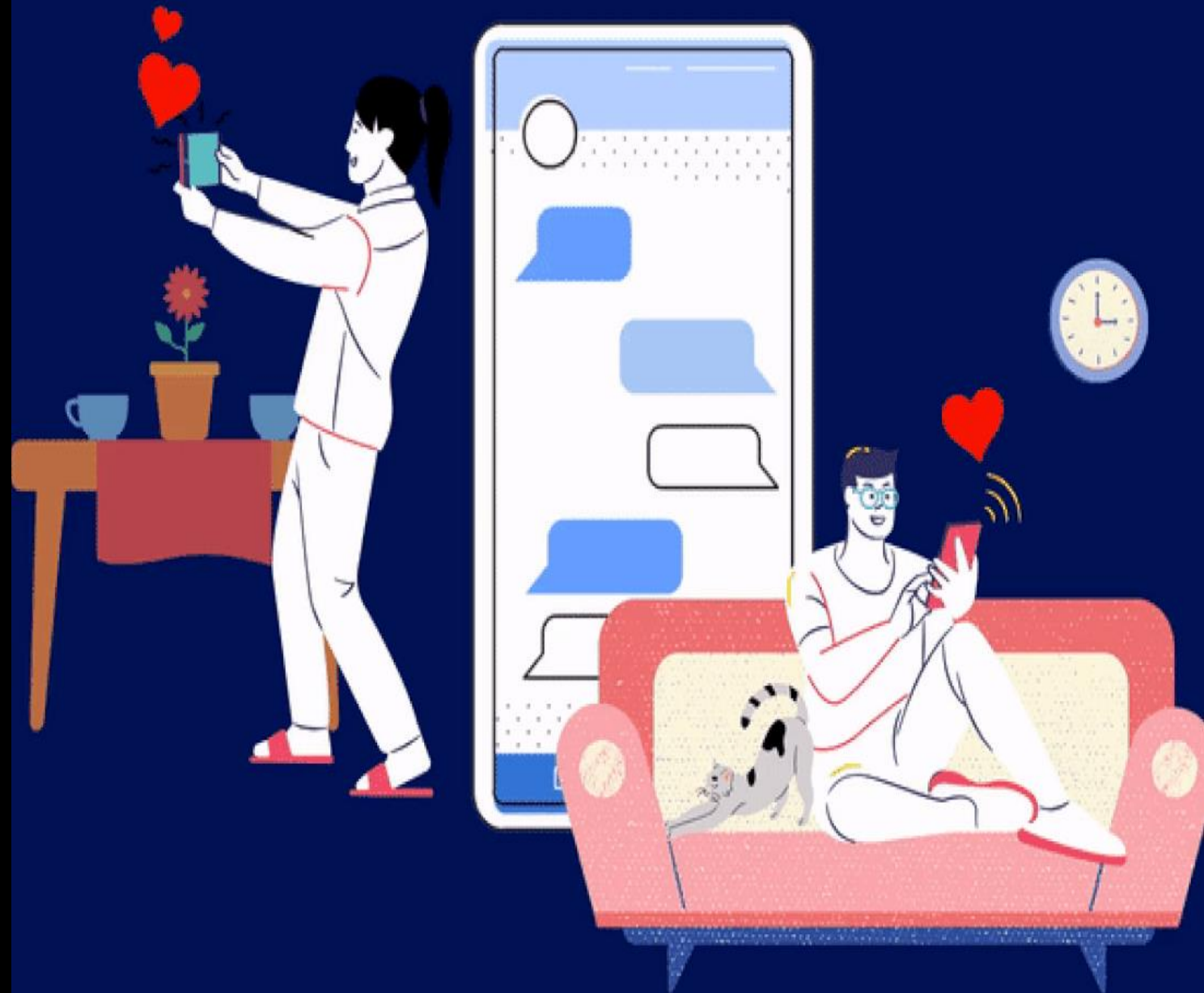
Social & family cohesion

**PSYCHOLOGICAL RESILIENCE
(Individual and community)**

Banerjee D et al.(2021).
Uncertainty, sex and sexuality during the pandemic: Impact on psychosocial resilience. IntechOpen

β' μέρος

Η ψηφιοποίηση
της σεξουαλικότητας
(cyber-sexuality)



Διαδίκτυο, σεξουαλικότητα και πανδημία

N=557 (62% Γυναίκες) Μ.Ο. ηλικίας: 36 ετών

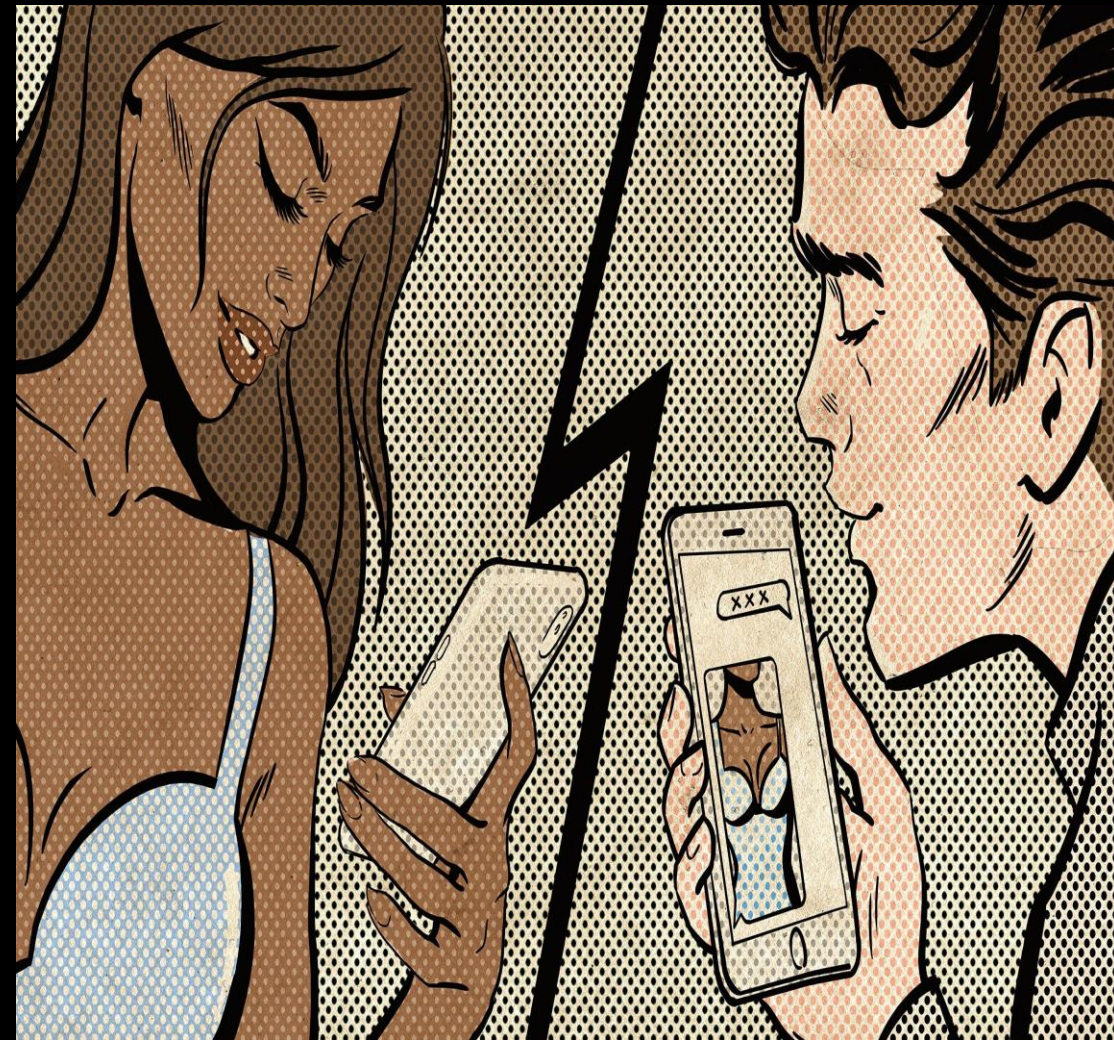
Το 69% σε σχέση

→ Γυναίκες αύξηση:

- Το 9% στο sexting

→ Άνδρες αύξηση:

- Το 29% στην παρακολούθηση πορνό
- Το 16% στο sexting
- Το 7% στο cybersex



Fischer, V. J., et al.(2022). Sexual satisfaction and sexual behaviors during the COVID-19 pandemic: results from the International Sexual Health And REproductive (I-SHARE) health survey in Luxembourg. *BMC Public Health*

Έρευνα Ι.Ψ.Σ.Υ.

Facebook

1/6/2021 - 1/12/2021

N=1320 άτομα

(69% γυναίκες)

M.O. ηλικίας: 39 έτη

75.5%
είχε σταθερή σχέση
και αυνανιζόταν



36% αύξησε
την συχνότητα
αυνανισμού

Διαδικτυακή απιστία στη διάρκεια της πανδημίας

Ιστοσελίδα κοινωνικής
δικτύωσης
για άτομα έγγαμα
ή σε σχέση:

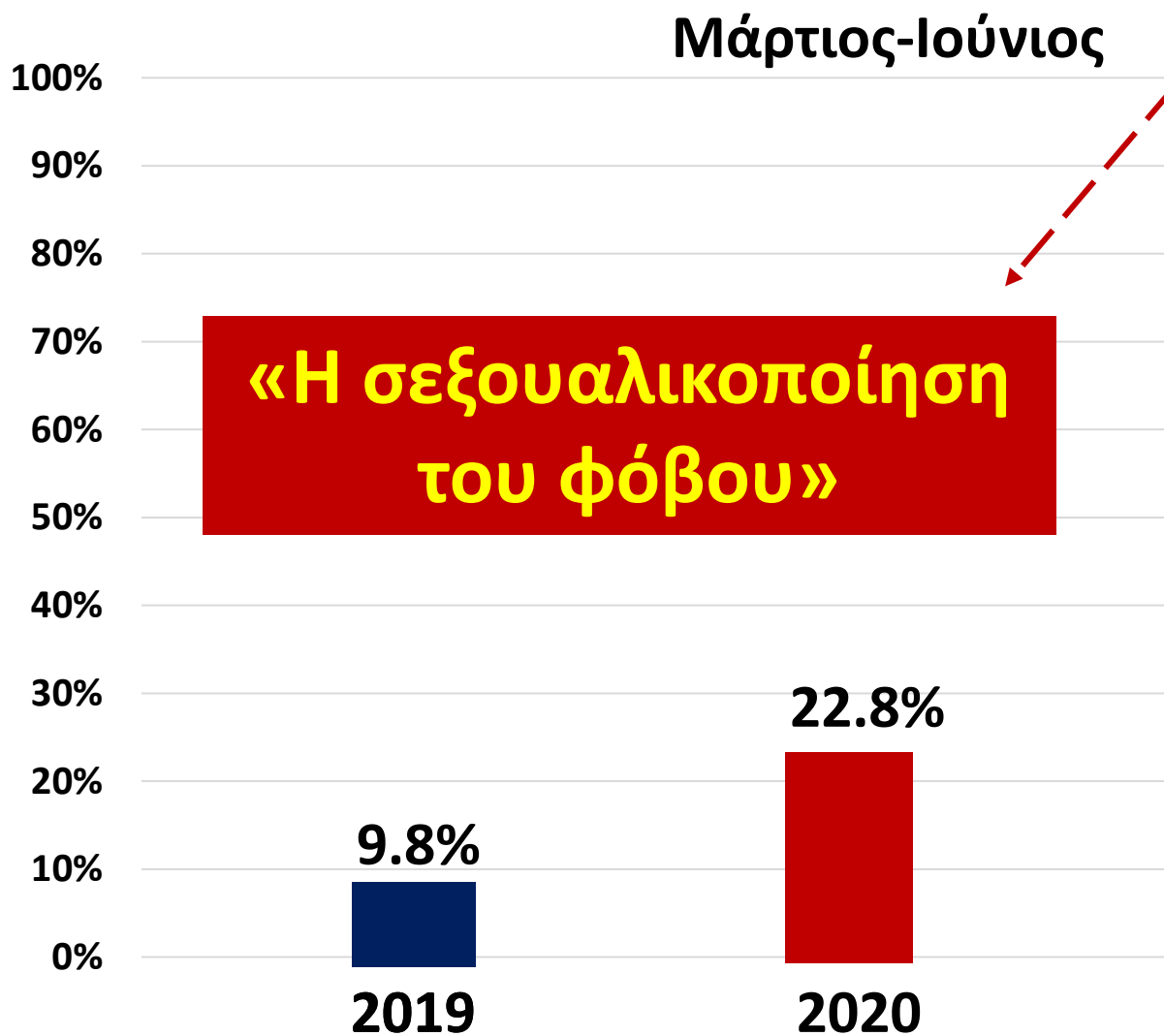
**Αύξηση κατά 1.500
νέα μέλη/ημέρα
σε σύγκριση με το 2019.**



Λόγοι εγγραφής των νέων μελών:

- **Επικοινωνία με άτομο εκτός της σταθερής σχέσης**
- **Ανάγκη συναισθηματικής επιβεβαίωσης**
- **Φαντασίωση αναζήτησης κρυφής σεξουαλικής σχέσης**

Αύξηση παρακολούθησης πορνό (Pornhub)



Coronavirus-theme pornography



Cerdán Martínez V, Villa-Gracia D, Deza N. Pornhub searches during the Covid-19 pandemic. Porn stud [Internet]. 2021;8(3):258–69.

Τι απειλεί, σήμερα, τις ανθρώπινες σχέσεις;



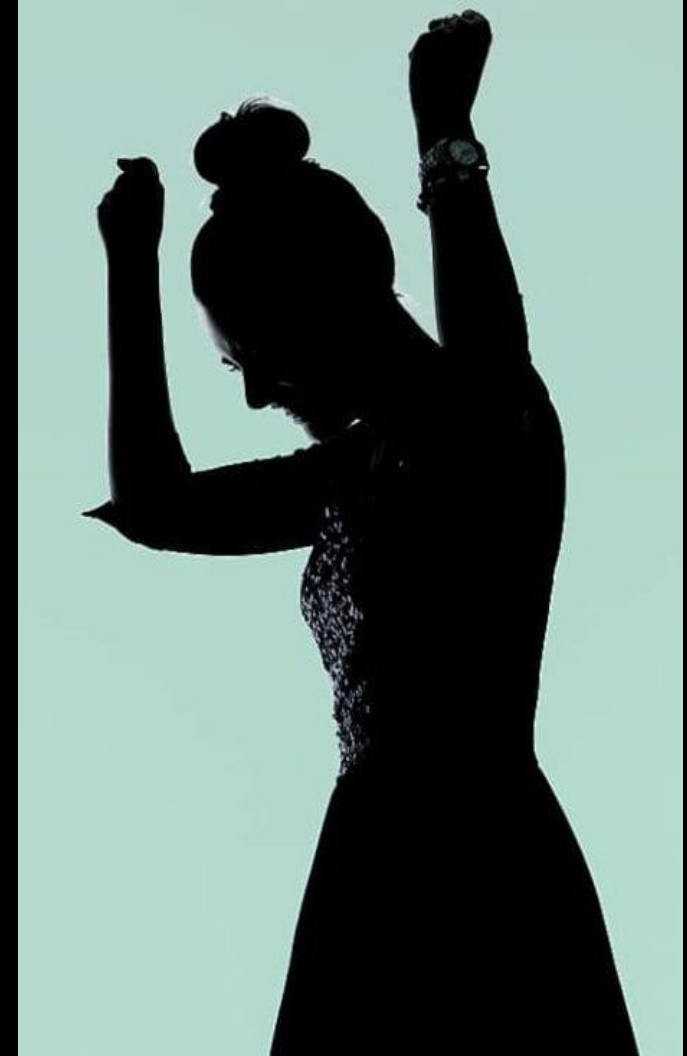
Οικογενειακή αποσύνδεση
(απουσία δεσμού)

Εγωκεντρική αναζήτηση
(έλλειψη ενσυναίσθησης)

Διαταραχή της επικοινωνίας
και της διαπραγμάτευσης
(θυμός)

Αύξηση επιθετικότητας
(βία)

Ι.Ψ.Σ.Υ., 2022



**Ένα σενάριο
της σχέσης
μετά την πανδημία...**

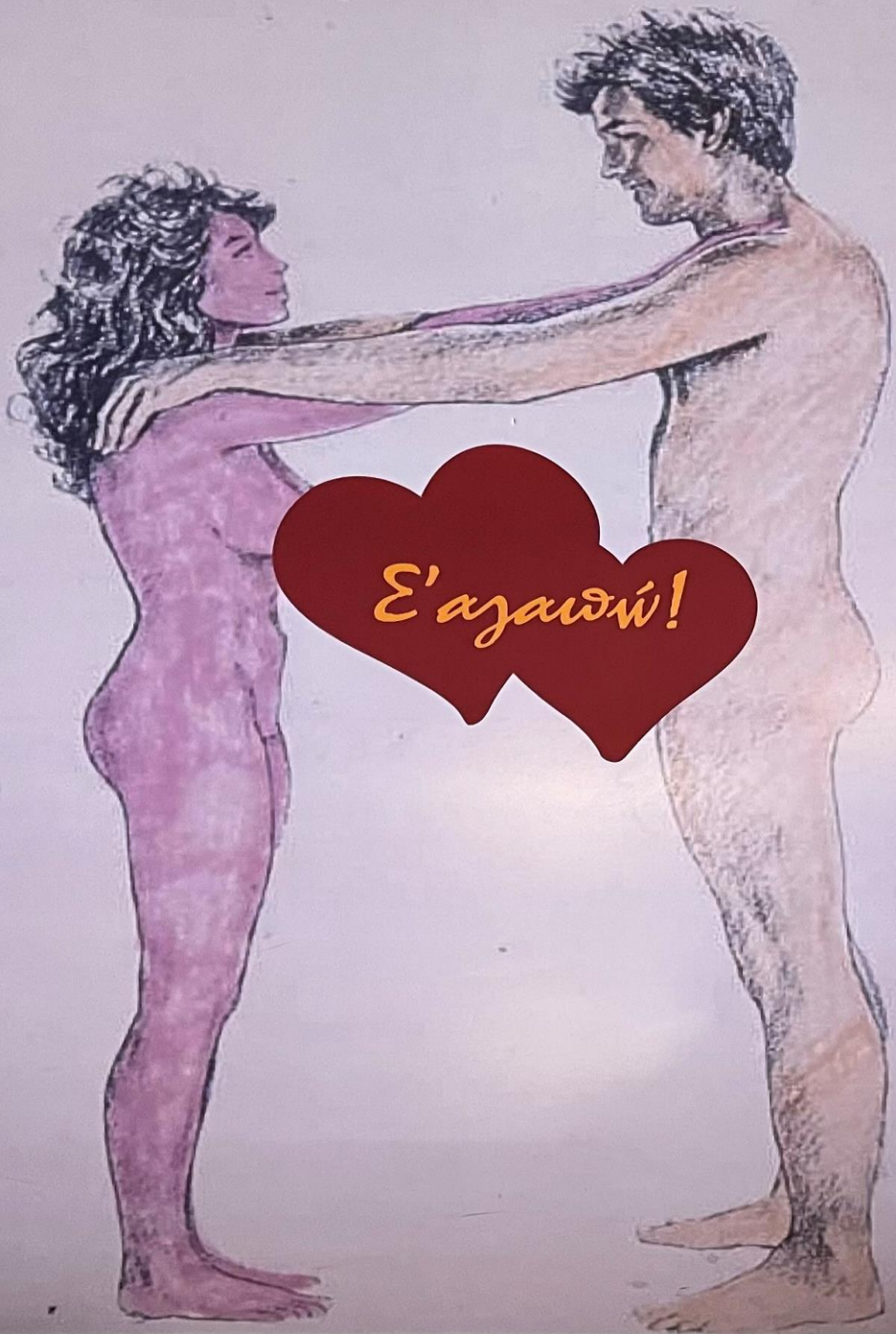
First Date Post-Pandemic



S (knocks loudly) | **e in the future:**

Μετακινηθείτε με κλίση για λεπτομέρειες





Ινστιτούτο Ψυχικής κ' Σεξουαλικής Υγείας

ΙΑΤΡΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ ΚΑΙ ΘΕΡΑΠΕΙΑ
ΤΗΣ ΑΝΘΡΩΠΙΝΗΣ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΤΗΤΑΣ

Δρ Θάνος Ε. Ασκητής

**Σας ευχαριστώ
για την προσοχή σας!**

**Όταν μιλάς,
«υπάρχεις»
Όταν σιωπάς,
«πεθαίνεις»**

Θάνος Ασκητής

