

Abstrakt:

Diplomová práce v teoretické části shrnuje poznatky z oblasti mindfulness a ženské sexuální funkce. Zabývá se konceptem mindfulness, jeho definicí, historií, pozicí v současném psychologickém výzkumu a využitím v terapeutické praxi. Dále se zaměřuje na sexualitu ženy, přesněji na orgasmus a orgastickou kapacitu. Poslední kapitola se věnuje propojení obou oblastí a možnosti využití mindfulness v sexuální terapii. Pro empirickou část práce byl využit kvantitativní výzkum. Studie zjišťuje vztah mezi úrovní mindfulness a orgastickou kapacitou českých žen s použitím Dotazníku pěti aspektů všímavosti (FFMQ-15-CZ) a Indexu ženské sexuální funkce FSFI doplněného o otázky zaměřené na orgasmicitu ženy. Data byla získána prostřednictvím internetového dotazníku. Vzorek tvořilo 223 žen ve věku 18-40 let. Na základě Spearmanovy korelace byla zjištěna signifikantní korelace mezi úrovní mindfulness a sexuální funkcí, mezi úrovní mindfulness a orgastickou kapacitou, mezi úrovní mindfulness a vaginální orgastickou kapacitou a mezi mindfulness a spokojeností s vlastní orgastickou kapacitou ženy. Výsledky jsou rozebrány v kontextu současného výzkumu a potvrzují komplexní vztah mezi mindfulness a orgastickou kapacitou i potenciál využití mindfulness v oblasti sexuality.