

# Sexothérapie et sexologie

Parler de sa sexualité, de son intimité n'est pas chose simple. Mais quand sa vie sexuelle se détériore, que tout semble se détraquer, mieux vaut éviter de se voiler la face. Une sexothérapie peut s'avérer utile. Un dossier pour vous aider à franchir la porte d'un sexologue si vous en éprouvez secrètement le besoin.

## Principe de la sexothérapie

Mises au point dans les années 60, les sexothérapies cherchent à recréer les conditions d'une sexualité épanouie. Cette discipline est en plein essor. Mais qui sont ces professionnels ? Que peut-on attendre de la sexologie ?... Toutes les réponses.

- [Les sexothérapies](#)
- [La sexologie en 10 questions](#)

## Choisir un sexologue

Parce qu'il s'agit de son intimité, évoquer sa sexualité n'est pas chose facile. Alors autant tomber sur un sexologue compétent. Comment trouver le bon ? Comment se passe la consultation ?... Doctissimo vous ouvre la porte de ces professionnels méconnus.

- [Comment choisir un sexologue ?](#)
- [Que peut vous proposer un sexologue ?](#)
- [Pourquoi franchir la porte d'un sexothérapeute ?](#)

## Déroulement des séances de sexothérapie

Comment se déroule une séance de sexothérapie ? Que peut vous proposer un sexologue ? Doctissimo vous révèle ce qui se passe en consultation. Vous saurez tout sur les atouts et les limites d'une séance de sexothérapie.

- [Tout savoir sur la consultation](#)
- [Récits de sexothérapies](#)
- [Sexothérapie : les atouts des groupes de thérapie](#)