Seks bez zobowiązań?

Nasza seksualność jest obok jedzenia i spania jedną z podstawowych i naturalnych potrzeb. Każdy z nas od urodzenia ma w sobie pragnienie, by być kochanym i by kochać. Dlatego właśnie w relacji romantycznej, obok zainteresowania psychiką drugiego człowieka, nieodłącznym elementem jest pragnienie bliskości fizycznej.

Seksualność sama w sobie nie jest czymś brudnym lub złym. Potrzeba bliskości fizycznej jest elementem życia każdego człowieka. To najwyższa forma okazania czułości, wyraz zaufania i oddania drugiej osobie. To pewnego rodzaju ukoronowanie głębokiej relacji opartej na uczuciu. No właśnie, głębokiej i dojrzałej relacji - bo właśnie w takiej ma możliwość spajać i budować związek w zdrowy sposób. Gdy sfera seksualna zostaje oderwana od sfer emocjonalnej i psychicznej, staje się płytsza i mimo chwilowo odczuwanej euforii, może zaprowadzić nas do poczucia wypalenia i rozczarowania

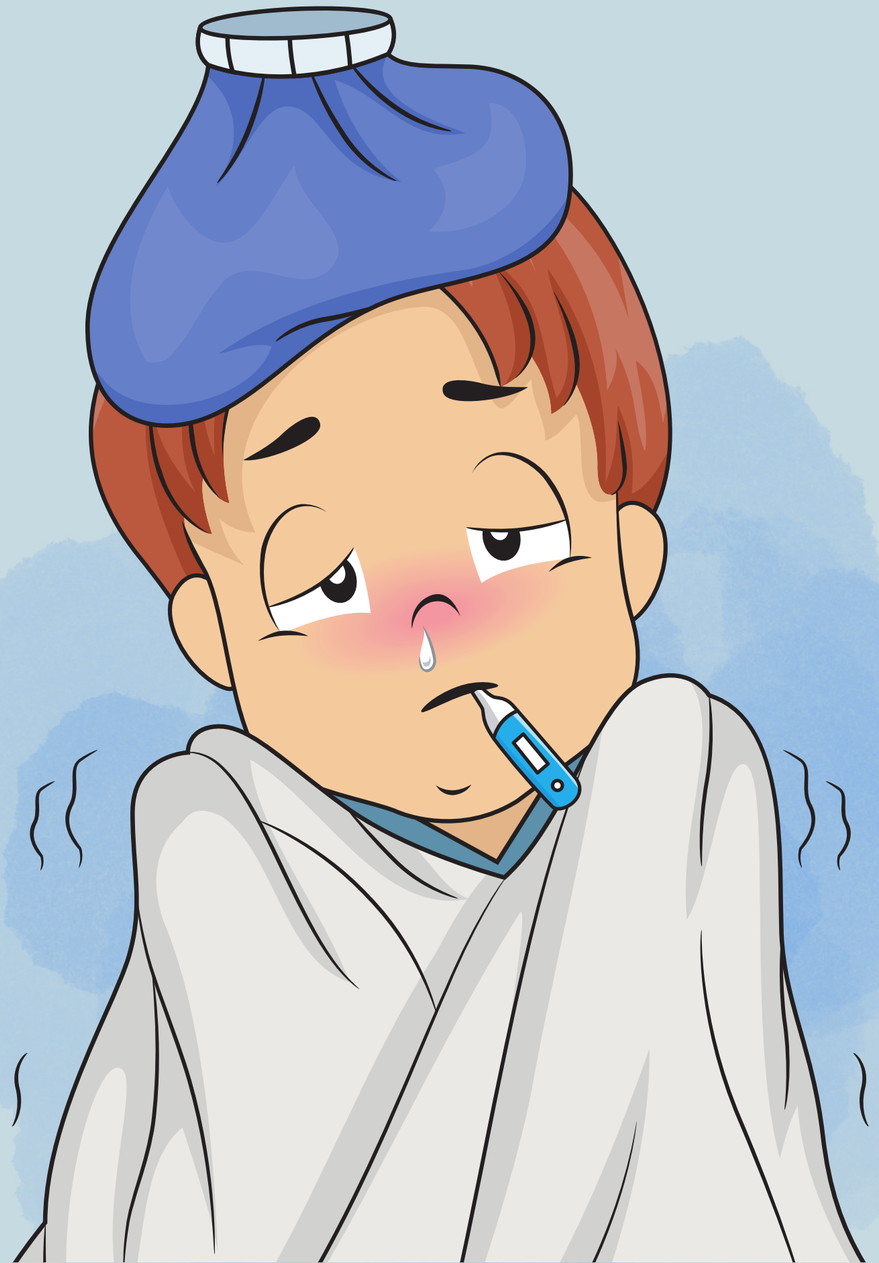
Seks tworzy silne więzi między partnerami - bez względu na to, czy ludzie zaangażowani w jego akt to przyznają, czy nie. Jest odpowiedzialny za łączenie dwojga ludzi w sposób emocjonalny, psychiczny, a także duchowy. Seksualność może zatem pomóc budować trwałą i głęboką miłość. Niestety, może także być zastępnikiem prawdziwego uczucia, dając nam uludę bliskości, a w dłuższej perspektywie, poczucie niespełnienia i osamotnienia.

Czym jest rozwiązłość seksualna? Co przez to rozumiemy?
To seksualność nieuporządkowana - bez żadnych barier i ograniczeń. Oprócz licznych kontaktów seksualnych - nierzadko ryzykownych, wiąże się także z częstą zmianą partnerów, nierzadko bez budowania z nimi jakiejkolwiek relacji emocjonalnej. Ale właściwie to czemu to miałoby być złe? Skoro seks przynosi dużo przyjemności, to wydaje się, że im więcej zbliżeń i im mniej ograniczeń w sferze życia seksualnego, tym lepiej. W rzeczywistości jednak nie do końca tak to wygląda.

No dobrze, ale czym dokładnie może nam grozić nieuporządkowanie w sferze seksualnej? Jest kilka obszarów, w których rozwiązłość seksualna może stanowić dla nas zagrożenie:

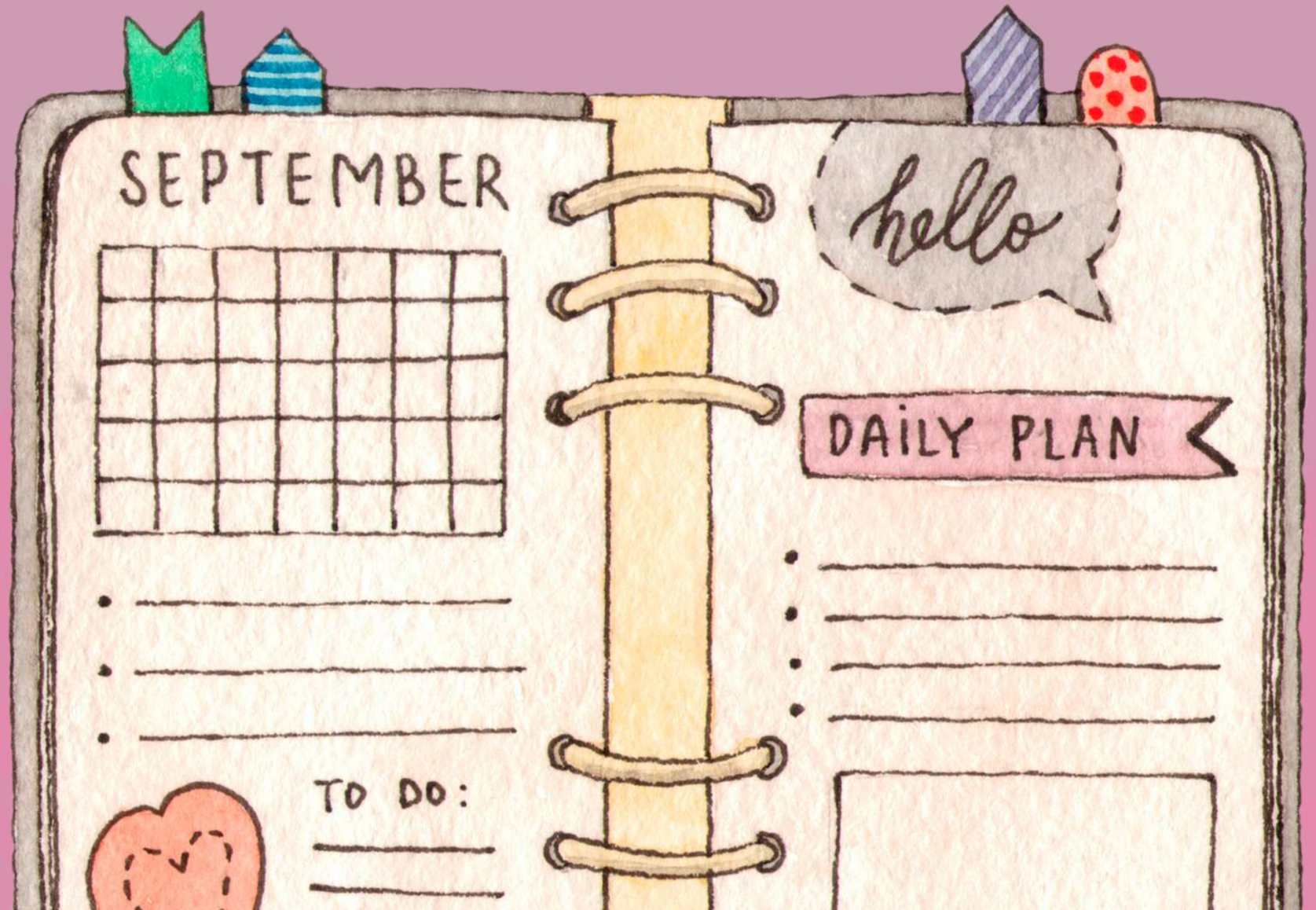
1. Znacznie zwiększa się ryzyko zachorowania na choroby przenoszone drogą płciową. Takie choroby mogą wiązać się z licznymi infekcjami, niepłodnością, a nawet utratą wzroku. Mimo, że istnieje szeroki dostęp do różnych środków antykoncepcyjnych, nigdy nie chronią nas one w 100% zarówno przed chorobami, jak i przed niechcianą ciążą.

2. Chęć wykorzystania nas - Przez swobodne podejście do współżycia możemy niejako zacząć być postrzegani przez innych raczej jako obiekt seksualny. Choć brzmi to smutno, ktoś może przestać widzieć w nas osobę, widzieć naszą wartość jako człowieka, ale może skupiać się jedynie na naszej fizyczności, a w skrajnych przypadkach dawać sobie prawo do traktowania nas jako narzędzie spełnienia swoich potrzeb. Nie usprawiedliwia to żadnych nadużyć, jednak warto profilaktycznie zadbać o siebie, by zmniejszyć możliwość wykorzystania nas w taki sposób.



3. Zmniejszamy swoje szanse na „rynku matrymonialnym". W naturalny sposób wykluczamy się z kręgu zainteresowania osób, które chciałyby utworzyć stały, bezpieczny i szczery związek. Dlaczego? Dlatego, że pokazujemy, że intymność nie ma dla nas większego znaczenia, a jest ona niezbędnym fundamentem trwałej, opartej na uczuciach relacji.

4. Od seksu, podobnie jak od alkoholu czy internetu, można się również uzależnić. Podobnie jak alkoholicy w pewnym momencie nie panują nad ilością spożywanego alkoholu, tak osoby rozwiązłe mogą stopniowo tracić kontrolę nad swoimi zachowaniami seksualnymi. Pragnienie zrealizowania swoich potrzeb zbliżenia jest coraz większe, najlepiej z kolejnymi partnerami, aby osiągnąć większe pobudzenie, które na dłuższą metę nie daje ani ukojenia ani pełnej satysfakcji.

Co możemy zatem zrobić, żeby w odpowiedzialny i zdrowy sposób kształtować swoją seksualność? Zaakceptuj swoją seksualność jako coś naturalnego, a także to, że ma ona prawo wyrażać się u każdego w unikalny sposób. Przede wszystkim warto niczego nie przyspieszać, ale pozwolić sobie na to, by rozwijać swoją sferę seksualną we własnym, indywidualnym tempie. Cierpliwie odkrywać i budować granice związane z własnym ciałem, a także szanować to gdzie są one stawiane przez innych. Masz prawo do tego, by nazywać, wyrażać i spełniać swoje potrzeby w relacji opartej na miłości i zaufaniu, a także by stawiać zdecydowany sprzeciw wobec nadużyciom oraz mówić o ich zaistnieniu.

ZAPISZ ODPOWIEDZI