

Strona główna » Kobieta » Seks » Opętane pożądaniem: kim są polskie seksoholiczki

Opętane pożądaniem: kim są polskie seksoholiczki

2014-10-03 10:02 | Aktualizacja: 10:02

Lubię to! 0 +1 0 wykop + Tweet 0

wyślij drukuj taniej



Seks w pracy / Shutterstock)

Pewna siebie kolekcjonerka erotycznych doznań? A może kobieta pełna kompleksów? Kim tak naprawdę jest nimfomanka? Kobiet uzależnionych od seksu jest coraz więcej. Czy da się to leczyć?

Nadmierna masturbacja, poszukiwanie ciągle nowych partnerów i silniejszych doznań, ekshibicjonizm, nadużywanie pornografii – to częste w przypadku kobiet objawy uzależnienia od seksu. Towarzyszą im **uczucie** emocjonalnej pustki, poczucie winy i niepokój, a nawet depresja i zmiany osobowości.

Szacuje się, że w całym kraju problem uzależnienia od seksu dotyka już około 2 mln osób, a co piąta z nich to kobieta.

– Zgłasza się do nas coraz więcej kobiet, które chcą wyjść z seksoholizmu – mówi Sylwia Dereń, terapeutka z Kliniki Terapii Uzależnień Nadzieja.

Doznania prowadzące donikąd

Dominującym elementem uzależnienia od seksu – podobnie jak w przypadku innych uzależnień – jest utrata kontroli nad sobą. Nimfomanki nie potrafią powstrzymać się na przykład od flirtowania, które ma doprowadzić do seksu lub masturbacji. Znacznie ułatwiają to różne formy cyberseksu. Jednak dla kobiety uzależnionej **seks** nie stanowi spełnienia. Jest jedynie sposobem na wypełnienie emocjonalnej pustki.

– *Kompulsywny seks, zamiast przynosić satysfakcję, jest źródłem nieustannego zawodu i cierpienia* – dodaje terapeutka Kliniki Nadzieja. – *Wpędza w poczucie winy, a nawet pogardy względem samej siebie.*

Potrzeba akceptacji

Na uzależnienie od seksu podatne są osoby, które mają problem z wyrażaniem własnych emocji. Seksoholiczki nie próbują tworzyć trwałych relacji ze swoimi partnerami. Mechanizm, który nimi rządzi, jest związany z niską samooceną.

– *Takie kobiety szukają u partnera przede wszystkim akceptacji. Często mylą seks z miłością, chcą potwierdzić swoją atrakcyjność, poczuć się bezpiecznie. To dla nich sposób na dowartościowanie* – wyjaśnia Sylwia Dereń.

Zły dotyk

Niska samoocena, problemy z radzeniem sobie ze **stresem** czy **lęk** przed zaangażowaniem emocjonalnym mogą być związane z zaburzeniem ról w rodzinie, a także z molestowaniem lub wykorzystywaniem seksualnym w przeszłości.

– *Przykre doświadczenia z dzieciństwa mogą sprawiać, że kobieta nie umie łączyć seksu z miłością ani bliskością* – mówi Sylwia Dereń. – *Mężczyzn postrzega przedmiotowo, jako narzędzie masturbacji, a seks traktuje mechanicznie.*

Często do cierpienia psychicznego często dochodzi też fizyczne – związane z nadmiernym podrażnieniem narządów płciowych, tworzeniem się nadżerek, cyst czy zakażeń.

Terapia i ukojenie

Terapia rozpoczyna się od zidentyfikowania przyczyn uzależnienia. Natomiast jej celem jest nauczenie osoby uzależnionej, jak konstruktywnie radzić sobie z emocjami.

– *Podczas leczenia staramy się odbudować samoocenę osoby uzależnionej. Szukamy jej mocnych stron* – wyjaśnia terapeutka Kliniki Nadzieja. – *Istotnym elementem każdej terapii jest także praca nad wstydem. Terapeuta słucha, nie zawstydza, pomaga osobie uzależnionej odkryć samą siebie i zrozumieć schemat rządzącej nią choroby.*

W leczeniu seksoholizmu zarówno kobiet, jak i mężczyzn, najbardziej skuteczna jest **psychoterapia** w nurcie poznawczo-behawioralnym. Leczenie polega na nauce samokontroli, a także budowania bliskości w relacjach z drugim człowiekiem.

Kobieta, która radzi sobie z emocjami, zmienia spojrzenie na seks. Staje się on dla niej ważnym elementem świadomie budowanych intymnych relacji, przynoszącym spełnienie i satysfakcję obojgu partnerom.