

## **MIÉRT ÉRDEMES SZEXOLÓGUSHOZ JÁRNI?**

**Érdeemes egyáltalán? – teszik fel sokan a kérdést, és azt gondolják, hogy a szex olyan intim téma, ami csak két emberre tartozik, és ha elrontották, csak ők ketten tudják megoldani. Ha ez igaz volna, akkor nem lennének párkapcsolati problémák, hiszen mindenki képes orvosolni is. Nem végződne minden második házasság válással, és nem ölné meg minden héten egy férj/élettárs a párját...**

### **Mi is a szex?**

A legtöbb ember azt gondolja, hogy a szexológus egy (most szépen, kultúráltnan fogalmazom) *szextechnikai szaktanácsadó*. (A férfiak olykor az ősi szakmával is összekeverik, s azt hiszik olyan álca, mint sokszor a masszázs.) A szex szó a nemiség egészére utal, tehát ebbe a témakörbe tartozik a nemi öntudat és viselkedés kérdése (jól érzi-e magát valaki a bőrében nőként vagy férfiként, el tudja-e fogadni önmagát). Képes-e hódítani, ismerkedni, kapcsolatokat kialakítani, s a kapcsolatban megmaradni, konfliktusokat megoldani (kultúráltnan veszekedni), vagy szakítani. Képes-e valaki feldolgozni, ha megcsalták, ha elhagyták, készen áll-e új kapcsolatra. A szexológus segít megoldani a szexuális funkció zavarokat, de mindenképpen orvoshoz is elküldi a páciens, főleg a férfiakat. S nem utolsó sorban a szexológus segít a párkapcsolati gondok megoldásában, azaz párterápiát is végez.

### **Amikor nem megy...**

Természetesen a legklasszikusabb gondnak a szexuális funkció zavarok számítanak: férfiaknál a korai magömlés, az orgazmus hiánya, a merevedési zavarok, impotencia. Nőknél a csökkent libidó, vagy a részleges vagy teljes orgazmus hiány. Mindkét nemnél pedig a vágy hiánya, összehangolatlansága. Míg a férfiaknál az esetek nagy részében lehet találni biológiai hátteret is, amit az urológus vizsgál ki és kezel gyógyszerekkel, a nőknél szinte soha nem található egészségügyi háttér. (Még olyan nők is képesek orgazmusra, akiknek a méhét eltávolították, s olyanok nem, akiknél biológiailag minden rendben van.) ***Minden a fejben dől el, mert a legfőbb nemi szerv: az agy!***

A férfiaknál is egyre gyakrabban előfordul az orgazmus hiánya, azaz van merevedése, magömlése – de minek? – hiszen nem érez semmit. Ők általában sokáig képesek szeretkezni, de kék nélkül. Szinte mindig pszichés zavar rejlik mögötte.

Nagyon jellemző mindkét nemre a vágy (libidó) részleges vagy teljes hiánya. Hová is tűnik a lángoló szerelemmel együtt a vágy? Nem biztos, hogy a férfiaknál ez potencia zavarral is együtt jár, hiszen ha hozzálát, megy minden, csak hozzálátni ne kellene... A nők meg ímmel-ámmal mennek bele a dologba, s egyre gyakrabban hárítanak fejfájásra hivatkozva, s jönnek a „hagyj-ma” napok...

Ha valaki átolvassa az nlcafé szexológiai levelezését, akkor abból is kiderül, hogy a leggyakoribb probléma a részleges vagy teljes női orgazmus hiány. Azért állítom, hogy részleges, mert a legtöbb nőnek van orgazmusa (önkielégítésre csiklónál, vagy orális ingerlésre), de makacsul ragaszkodnak a hüvelyben megélt kékhez! Ráadásul egy extatikus kékjre vágnak szinte valamennyien, amihez a mintát a romantikus kisregényekből és nagyzóló barátnők elbeszéléseiből vették.

### **Terápiás megoldások**

Az összes fent említett probléma megoldható a szexológus rendelőjében. Az orvos-szexológus gyógyszert is adhat, a többiek általában csak javaslatot tesznek gyógyszerre, vagy természetes készítményeket adnak, de a leginkább pszichoterápiával dolgoznak. (Egyik bejelentkezett páciensem legutóbb azért nem jött el, mert azt állította, hogy beszélgetni ő maga is tud a férjével, neki az nem terápia... Akkor miért is van gondja?... ) Soha nem elég egyetlen beszélgetés! De szerencsés esetben elég két-három találkozó, vagy három hónap heti egyszer egy órányi terápiás beszélgetéssel, nehezebb esetekben fél év. Analitikus irányultságú szexuálpszichológusoknál a terápia több év is lehet.

### **Párterápia**

A legkényesebb terület, hiszen nem szívesen tárják fel a párok gondjaikat egy harmadik személy előtt. Úgy gondolják, hogy maguk megküzdenek vele, vagy bevonnak egy barátot, barátnőt. Pedig ez az egyik legrosszabb megoldás, hiszen bármelyik fél barátja csak részrehajló lehet. (Sokszor irigy, és tanácsaival direkt a szakítás felé tereli a párt, főleg ha ő maga is már elvált, vagy egyedülálló.) Ha egy pár felismeri, hogy nagy baj van, s a bátorságuk is elég ahhoz, hogy segítséget kérjenek, már félig el is értük a sikert. A szexológushoz forduló párok csaknem 80 %-ánál a párkapcsolat helyrehozható!

### **Amivel nem...**

Nem foglalkozik a szexológus békítgetéssel, párközvetítéssel, nem tanít trükköket a gyakorlatban, nem végez orvosi vizsgálatokat (hacsak nem szakorvos), nem bújik be harmadikként az ágyba, hogy onnan irányítson... Talán nevetségesnek tűnik, de nem ritkán előfordult, hogy ezt feltételezték róla...

A szexológus segíteni szeretne abban, hogy a páciense visszanyerje önbizalmát, önérzetét, és egészséges kapcsolatteremtő képességgel, szexuális élettel rendelkezzen. De csak akkor tud felelősséget vállalni a tanácsaiért, ha a jelentkező a terápiát végig csinálja, a feladatokat végrehajtja, azaz megküzd a jobbításért önmaga is.

A szexológus segítő köteleket dob a bajba jutottnak, a gödörben lévőknek, de kimászni onnan mindenkinek önmagának kell. Sokan úgy viselkednek, mint a viccbe az agresszív kismalac, aki verembe esett, és az arra járó ember szól neki, hogy: Várj kismalac, hozok segítséget! Mire a kismalac így válaszol: Nem várok!  
Van ez így néha a rendelőben is!...

**Sz.Mikus Edit**  
szexológus