**dr Daniel Cysarz**

Wykład: **Do czego dziś służy nam seks – motywacje i potrzeby z nim związane.**

Tematem proponowanego wystąpienia jest seksualność Polaków w świetle zachodzących przemian. Opierając się na własnych doświadczeniach klinicznych
oraz na najnowszych doniesieniach literatury światowej, chciałbym przedstawić możliwe szerokie spojrzenie na temat przyczyn prowadzących do aktywizowania, bądź blokowania swojej seksualności u pacjentów indywidualnych oraz par poszukujących specjalistycznej pomocy seksuologicznej.

Często zapominamy o tym, że seks, oprócz funkcji realizacji popędu oraz prokreacji, ma jeszcze szereg często zaskakujących znaczeń i motywacji. Dopiero w pracy z pacjentami zgłaszającymi problemy w zakresie swojej seksualności, odkrywamy jak wiele różnych znaczeń i często błędnych przekonań dopisujemy do naszej seksualności.

David Buss i Cindy Maston w swojej książce „Dlaczego kobiety uprawiają seks”, wskazują na ponad dwieście czynników mogących motywować kobiety do aktywności seksualnej. Podobnie jest u mężczyzn, choć ich seksualność w ostatniej dekadzie wydaje się być w poważnym kryzysie. Stąd, patrząc okiem klinicysty, warto rozważać nie tylko powody prowadzące do aktywności seksualnej, ale również brak tej aktywności, ponieważ plagą ostatnich lat jest często zgłaszany przez pacjentów brak ochoty na seks. Mamy tutaj do czynienia ze swego rodzaju paradoksem, bo z jednej strony otaczająca nas rzeczywistość promuje nagość, kult ciała oraz sprawność seksualną, z drugiej zaś strony, coraz częściej nie mamy ochoty na seks lub z różnych powodów obawiamy się go uprawiać. Przyczyn takiego stanu rzeczy można dopatrywać się w obecnym sposobie życia, wszechobecnym stresie
oraz braku czasu. Jednak poza tymi czynnikami istnieje szereg innych powodów, dla których blokujemy swoją seksualność. Podczas wystąpienia postaram się, na podstawie wybranych opisów przypadków, omówić schematy najczęściej występujących przyczyn zgłaszanych przez pacjentów.

Ważnym elementem mogącym wprowadzać zmiany w naszej seksualności jest również rozwój nowych technologii, które coraz częściej stają w konkury z tworzeniem realnych relacji seksualnych. Podczas wystąpienia przedstawię również stosunkowo nowe zjawiska, takie jak m.in.: cyberseks, seksting oraz uzależnienie od pornografii. Każde z wymienionych może wpływać na naszą seksualność, kształtując nierealne oczekiwania, czy ograniczając naszą aktywność seksualną jedynie do czterech ścian pokoju. Z tym wiąże się również ostatnio coraz częściej obserwowany trend wśród pacjentów, którzy zgłaszają trudności z rozpoczęciem swojej aktywności seksualnej. Bezpośrednią tego przyczyną często bywają nierealistyczne oczekiwania dotyczące własnej seksualności. Pacjenci pytani o źródło tych nierealistycznych przekonań, oprócz przekazu z domu rodzinnego i od rówieśników, bardzo często wymieniają przekaz płynący z materiałów pornograficznych, który często bywa przerysowaną karykaturą seksualności nastawionej na wynik, a nie na przykład na budowanie bliskości.

 W trakcie wystąpienia, postaram się również obalić kilka mitów powtarzanych przez pacjentów, m.in. „jesteśmy świetną parą, tylko seks nam nie działa” albo „mężczyźni przecież zawsze mają ochotę na seks i zawsze są gotowi”. Przyjrzymy się również tym mniej oczywistym motywacjom poza popędowym, które mogą nas do aktywności seksualnej prowadzić, ale również skutecznie ją blokować.