

WYDANIE SPECJALNE

SEKSUALNOŚĆ BEZ GRANIC

charaktery seks

NR 1/2023 (2), LUTY, ISSN 2084-3224, art. nr 490201
CENA: 29,90 zł (W TYM 8% VAT)

**O czym mówi
nam orgazm?**

**Kiedy w związku
wieje nudą?**

**Swingujący
seks – co warto
wiedzieć**

Co zdradzają moje
erotyczne fantazje?

Jak podsyć
pożądanie?

Układ idealny –
„friends with
benefits”?

Czy w łóżku z narcyzem
jest fajnie?

Seksualna rewolucja
po porodzie

Prof. Zbigniew Izdebski o tym,
jak zmieniło się życie intymne Polaków



SPIS TREŚCI

SEKS TO ZDROWIE

Rozmowy o seksie. Dlaczego tak trudne?	6
Magda Brzezińska, Dorota Krzemionka, Aleksander Król	
Seks? Nie dziś. O konsekwencjach braku seksu – z Wiesławem Sokolukiem rozmawia Dorota Krzemionka	12

JA I MOJA SEKSUALNOŚĆ

Target na orgazm	16
Magda Wiślak-Langer	
W pułapce seksoholizmu	20
Paweł Pilich	
Kiedy moje dziecko staje się istotą seksualną?	24
prof. dr hab. Maria Beisert	

SEKS RELACJE

Jak podsyć pożądanie, czyli o seksie w długotrwałym związku	26
dr n. med. Anna Kępczyńska-Nyk	
„Friends with benefits”. Co zyskujesz? Co tracisz? Z Dagną Kocur rozmawia Daria Grabda	30
Narcyz seksualny – superkochanek czy wykorzystywacz?	34
Katarzyna Kucewicz	
Miłość w sieci. Jak romansować, żeby się nie sparzyć?	38
Beata Banasiak-Parzych	
Rewolucja seksualna po porodzie	42
Joanna Walczak	
Komunikacja seksualna. Jak brzmi wyrażanie zgody na dotyk?	46
Małgorzata Iwanek	

BEZ CENZURY

Co nas kusi w swingującym seksie?	50
Anna Golan	
Intymność	53
prof. dr hab. Wiesław Łukaszewski	
Jak zmieniło się życie intymne Polaków? Z prof. dr. hab. Zbigniewem Izdebskim rozmawia Dorota Krzemionka	54
Dzisiaj mam ochotę na... Jak rozmawiać o fantazjach w intymnej relacji?	58
Michał Sawicki	
Pod wpływem demona seksu	62
prof. dr hab. Zbigniew Lew-Starowicz	

Rozmowy o seksie. Dlaczego tak trudne?

AUTORZY: MAGDA BRZEZIŃSKA, DOROTA KRZEMIONKA, ALEKSANDER KRÓL

Zbadaliśmy go w laboratoriach, przeanalizowaliśmy w eksperymentach. Pokazaliśmy go w filmach, a w internecie całkowicie odarliśmy z intymności. A jednak nadal jest tajemnicą. SEKS. Gdy pada to słowo – rumienimy się, nabieramy wody w usta albo odwrotnie: ślinimy się, uśmiechamy lubieżnie. Ale nie mówimy. Bo O TYM się nie mówi.

Na środku gwarnej ulicy stoi ogromne łóżko. Pod wielgachną kołdrą w stylistyce Union Jack leży Anna, atrakcyjna czterdziestoletnia brunetka. Odchyła kołdrę i bez skrępowania zaprasza do siebie przechodniów – mężczyzn, kobiety, starych, młodych. „Chodźcie, opowiedzcie, czego się boicie w łóżku, o czym marzycie”... Brunetce towarzyszy kamera – również wtedy, gdy z walizką domokrażcy zaczepia ludzi stojących w kolejce do metra. Krzyczy na całe gardło: „Prezerwatyyyyywy! Kapturki, żele plemnikobójczeee, plastry, pigułki! Czego używacie? Co lubicie? Jakie metody antykoncepcji chcielibyście stosować, ale się boicie?”. Innym razem Anna zaprasza do salki kinowej rodziców nastolatków. Puszcza im najpopularniejsze wśród młodzieży filmy pornograficzne. Dorośli są zszokowani i zażenowani, zasłaniają oczy, usiłują wyjść w połowie seansu. Ale Anna przekonuje, by wytrwali: „Jeśli nie wy, to kto powie waszym dzieciom, że seks wcale tak nie wygląda?”.

Anna Richardson od trzech lat prowadzi program „The Sex Education Show” w brytyjskiej telewizji (w Polsce emitowany jako „Korepetycje z seksu”). Program bije rekordy popularności, bo Anna bez skrępowania, ale i bez sensacji opowiada o wszystkim, co wiąże się z seksualnością. Konfrontuje Brytyjczyków z ich rzeczywistą wiedzą o seksie. Podobne programy edukacyjne,



talk-show dotyczące ludzkiej seksualności powstają w telewizjach na całym świecie: Amerykanie mają „Sex... with Mom and Dad”, Kanadyjczycy „Sex Matters”, Francuzi cały kanał tematyczny. W Polsce na tym polu dopiero raczkujemy, zaledwie zaczynamy gaworzyć: znany seksuolog gości w edukacyjnym autorskim programie... ale tuż przed



północą, w niszowym kanale telewizyjnym. Popularna para dziennikarzy napisała scenariusz programu edukacyjnego o seksie dla czołowej polskiej stacji telewizyjnej, ale uznano, że projekt nie będzie realizowany.

Na razie!

Za wcześnie na taką tematykę dla polskiego widza? Czy może już... za późno? Czemu pół wieku po rewolucji seksualnej, przełomowych badaniach Kinseya i wprowadzeniu edukacji seksualnej do szkół, wstydzimy się lub boimy o „tych rzeczach” mówić, słuchać i pytać?

Co tracimy, milcząc?

Msza z gimnastyką

„Mężczyźni traktują seks jak gimnastykę, a kobiety jak mszę”, mówi bohater *Białych jabłek* Jonathana Carrolla. Przecięcie się tych dwóch światów wydaje się prawie niemożliwe. Istnieją obok siebie, każdy w swoim rytmie i stylistyce. Komunikują się ze sobą za pomocą... niedopowiedzeń, domysłów i przemilczeń.

A jest o czym rozmawiać. Virginia Johnson i William Masters już w latach 60. ubiegłego wieku wskazywali, że prawie połowa małżeństw cierpi z powodu zaburzeń seksualnych, a około 45 proc. rozwodów w USA jest spowodowanych niedopasowaniem w łóżku. Od tego czasu minęło prawie pół wieku, ale niewiele się zmieniło. Badania prof. Zbigniewa Izdebskiego, pedagoga i seksuologa, dowodzą, że co trzeci Polak ma przedwczesny wytrysk, a co trzecia Polka cierpi na zanik potrzeb seksualnych. A zarazem dziewięciu na dziesięciu Polaków twierdzi, że jest zadowolonych ze swojego życia seksualnego. Hipokryzja? Oszukujemy ankietowanych? A może samych siebie?

– Polacy mają zawyżoną samoocenę w kwestii seksu – twierdzi seksuolog Zbigniew Lew-Starowicz. Zarazem jest to często samoocena niepewna. Lepiej nie pytać partnera, jakim się jest w łóżku. A nuż okaże się, że nie jest z nami tak dobrze, jak sądzimy, że jest? Lepiej tego nie sprawdzać. Z najnowszych badań wynika, że 70 proc. par w ogóle nie rozmawia ze sobą o swoich potrzebach i rozczarowaniach w sypialni.

Ona bardzo rzadko ma orgazm, ale za każdym razem udaje, że szczytuje, bo nie chce, by mąż uważał ją za „zimną rybę”. Zanim go poznała, miała partnera, z którym zawsze dochodziła, bo oboje uwielbiali seks oralny. Mężowi wstydzi się powiedzieć, żeby ją dopieścił, bo on nigdy nie proponował jej miłości francuskiej. Więc sama też tego nie inicjuje, bo nie chce, by uznał ją za wyuzdaną.

On nie mówi żonie, że ma ochotę na seks oralny, bo jego poprzednie partnerki nie lubiły tego robić, mówiły, że nie będą się zachowywać jak gwiazdy filmów porno.