الباب الثاني

دنيا الرجل الجنسية

obeikandl.com

obeikandl.com

4

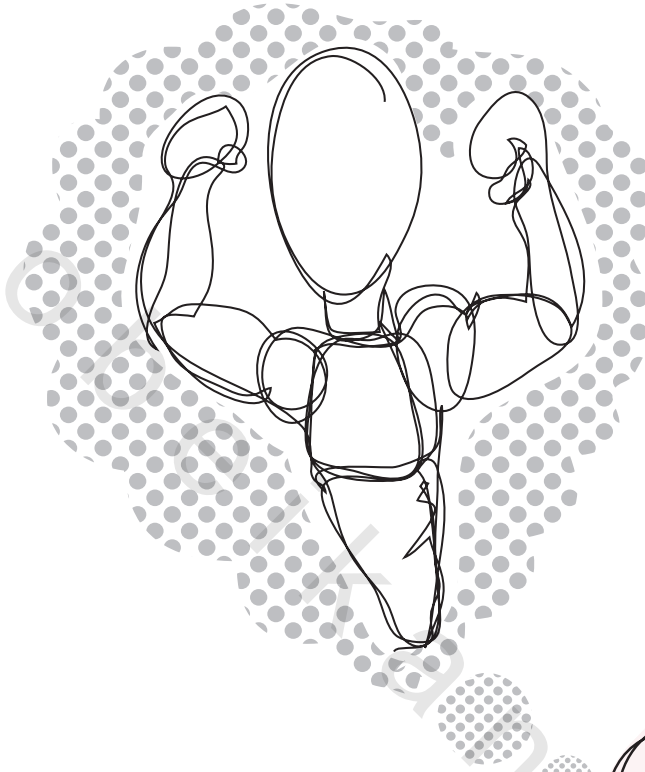
اضطرابات الانتصاب

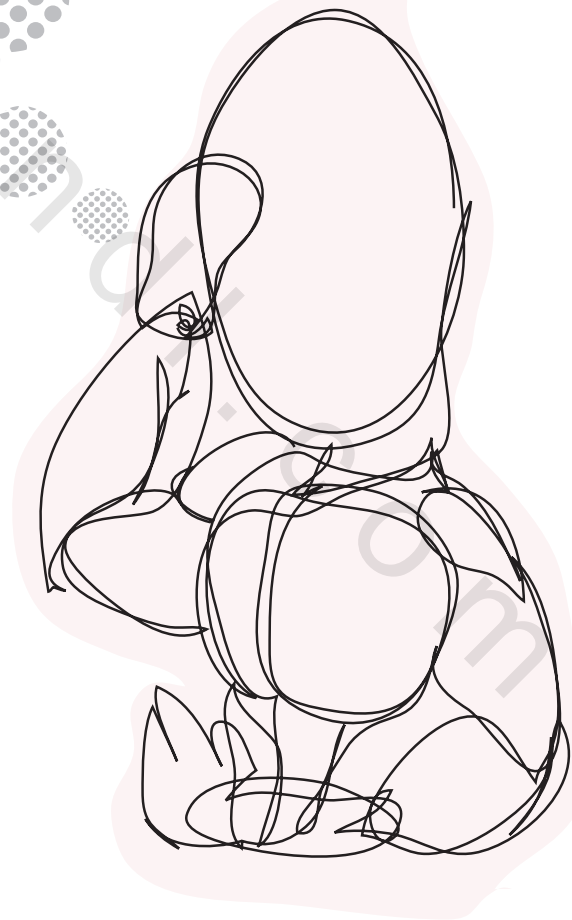
(العجز، عدم القدرة، الضعف)

Erectile Dysfunction E.D. (Impotence)

obeikandl.com

obeikandl.com





obeikandl.com

النسبة

تختلف معتمدة على شدة الحالة، وليست هناك إحصائيات دقيقة في بلادنا العربية.

عمومًا فإن اضطرابات الانتصاب العرضية والبسيطة تحدث بكثرة وفي صور مختلفة، أما ما يصطلح عليه (بالعجز الجنسي الثانوي) ذلك المرتبط باضطراب واضح فهو أكثر الشكاوى شيوعًا بين الرجال.

العجز الجنسي الثانوي (يعني كان كويس بيمارس صَح، عادي).. وفجأة فقد قوته ولم يعد قادرًا على ممارسة الجنس مع امرأة.

كان رجلًا إفريقيًا في منتصف الأربعينيات له من الأولاد خمسة، متزوج منذ عشر سنوات، طول بعرض ويعمل في مجال التجارة، تأخر بلوغه حتى سن الثامنة عشر، فجأة ومنذ سنة فقد قدرته على الانتصاب وقوته في إمكانية الإيلاج، احتار بين أطباء الذكورة والجلدية والتناسلية

obeikandl.com

اهتدى إلى طبيب نفسي، أخذ منه التاريخ الشخصي والمرضي تفصيلًا، ثم شخص حالته على أنها اكتئاب نفسي تغلغل في جسده مستهدفًا مناطق الرغبة والقوة، عالجه بالجلسات النفسية وبالعقاقير المطمئنة فاستعاد قوته وانتصابه واستطاع الدخول بامرأته مرة أخرى، لكنه سرعان ما فقد تلك الرغبة وكان السبب في تلك المرة راجعًا لانحسار شغفه بزوجته وعدم اهتمامها بنفسها، بجانب انشغالها الشديد بالعيال، تزوج سرًا من امرأة أخرى، وكانت حياته الجنسية معها رائعة.

بتحليل تلك الحالة: يتركز الاضطراب حول البعد البيولوجي في تأخر البلوغ مما خلق لديه استعدادًا جسديًا للإصابة في تلك المنطقة التناسلية، كشفت الجلسات العلاجية أن فقدان القوة والقدرة فجأة بعد عشر سنوات إلى وجود إجهاد عصبي، تمحور حول العمل وضغوطه بجانب احتمالات خسارة مادية هددته في نفسه وجسده وضربت المنطقة الضعيفة لديه فأصابتها، أما عن فقدان انتصابه مع زوجته فيعود إلى تعوده عليها وعلى حالته الجنسية معها مع كثرة انشغالاتها عنه، ورغبته كذكر في البحث عن مُثير جديد، جاء في شكل الزوجة الثانية، ولقد شرحنا حالة مماثلة في هذا الكتاب.

يقال - والعهدة على الراوي- إن حوالي نصف رجال العالم مرّوا

بتجربة عارضة أو مستمرة مؤقتة أو طويلة لفقدان الانتصاب وعدم القدرة على ممارسة الجنس، وكثير من العلماء يعتبر أن هذا سلوكًا جنسيًا طبيعيًا يخص بني البشر.

أما العجز الجنسي الأولي، بمعنى أن الرجل لم يسبق له قط ممارسة حياة جنسية عادية، لم يحس بانتصاب قوي عادي متمكن، يدل على وجود اضطراب قوى واضح مهم وشديد، غير أن تلك الحالات أقل انتشارًا.

اضطرابات الانتصاب تحدث للذكور في كل الأعمار . حتى المراهقين . يرتاد بعضهم العيادات النفسية طلبًا للمشورة خوفًا على نفسه لأنه فجأة فقد انتصابه، وهو جالس أو وهو يمارس العادة السرية مثلًا، أو وهو يشاهد فيلمًا أوصورًا أو مشاهد إباحية على الفضائيات أوعلى النِت أو وهو في لقاء عاطفي مُختلس مع (صاحبته).

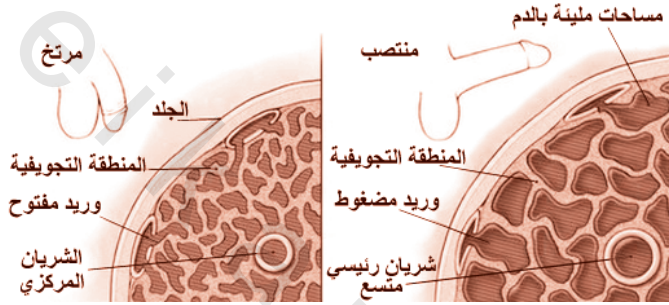
المشكلة عند المراهقين كبيرة لأنه ينفتح حديثًا على العالم ويبدأ في اكتشاف الدنيا، أما هؤلاء الرجال الناضجين، في قمة فورتهم الجنسية؛ فقد يخشون أن يسلبهم الزمن قدرتهم ومتعتهم (على طول) .. (هياخد منهم القوة ويرحل ومش هيرجع تاني).

ميزة الضعف الجنسي إنه يضرب كل الأجناس، كل الطبقات، الغني والفقير، الأسود والأبيض، بيساوي بين العالم بشكل مدهش.

obeikandl.com

ومن هنا أصبح العلاج الجنسي (دواء وكشف واستشارة وجلسات) .. ضرورة عليها الطلب في كل مكان وزمان. ولم يعد الأمر مجرد رفاهية.

رسم توضيحي يبين ميكانزم الانتصاب



ماذا تعني اضطرابات الانتصاب

هناك من يفرط في استخدام كلمة (العجز) في حين أن لها مدلول خاطئًا يشير إلى (اليأس)، لكن المسألة في معظمها تدور حول (عدم أداء الوظيفة بشكل عادي أو جيد، بمعنى أن تتعطل الأداة الجنسية، ولا تؤدي عملها كما يرام أو أنها تتوقف لفترة)، كل الموضوع هوأن عملية انتصاب العضو الذكري يصيبها الإخفاق، مثل موتور العربية أو المصعد (الأسانسير)، أو أي شيء (بيشتغل)، وهنا نقول إنها اضطرابات الانتصاب الوظيفية Erectile Dysfunction وتعود أسبابه إلى أمور عضوية ونفسية.

عدم الانتصاب (اللي سببه نفسي) مرتبط بفقدان الرغبة الجنسية وصعوبة في القذف لكن الأساس هنا هو اضطراب الاستجابة المسئولة عن الانتصاب، أي أن محطة الرغبة في المخ، عندما ترسل الإشارة إلى القضيب، تتعطل في الطريق مؤثرة على الأوعية الدموية التي تغذي الأنسجة، ومن ثمَّ تفشل عملية الضخ وإحداث رد الفعل المطلوب (الصلابة).

وعلى الرغم من أن الرجل (اللى عنده مشاكل في الانتصاب)، تكون عنده رغبة وإثارة وشهوة في المواقف الجنسية، ويود ويتوق ويتمنى ممارسة الحب مع امرأته، لكن (قضيبه) يخذله ولا ينتصب.

إن المسألة الانتصابية ومسألة القذف منفصلان في ردود فعلهما، لذلك فإن بعض الرجال المصابين بهذا الداء يقذفون وهم نصف منتصبين، بل وهم في حالة ارتخاء، مما يؤثر سلبًا على نفسيتهم بدرجة كبيرة.

وظيفة الانتصاب تتعطل في نفس اللحظة التي يستثار فيها الرجل، ويكون على أهبة الاستعداد للقاء الجنسي (وهنا المشكلة إن لم تكن المصيبة) .. كذلك لأن التوتر والخوف يعملان ضد الانتصاب؛ فإن هناك تباينًا شاسعًا واختلافات كثيرة بين مختلف حالات اضطرابات الانتصاب. فبعض الرجال لا يتمكن من تحقيق الانتصاب أثناء مرحلة الملاطفة أو المداعبة، بينما البعض الآخر ينتصب بلا مشاكل في البداية، بل ويدخل على زوجته وهو صلب لكن سرعان ما يفقد انتصابه (ويحس إن شكله بقى وحش قوي) .. وآخرون ما أن ينتصبون ويقتربون من نسائهم، حتى يفقدون ذلك الانتصاب فجأة (زى ما يكون فيه حاجة) وهذا الذي يدعو الناس للاعتقاد بما يسمى العمل أوالربط و(هوأمرجد خرافي).

رجل في أواخر العشرينات تزوج من امرأة تصغره بحوالي خمس سنوات، لم يتمكن من فض غشاء بكارتها لمدة شهر كامل، راح لدكاترة ذكورة وتناسلية ومسالك بولية، نصحه أحدهم. وكانت ثقافته منحدرة كثيرًا (افتحها في غفلةٍ منها بصباعك وتبقى حققت الهدف)، وكأن الهدف هو فض رمز العذرية وليس اللقاء الجنسي (الإقناع والاستمتاع).

ذهب الرجل إلى أكبر معامل فحص القضيب تبين أنه يمتلك درجة انتصاب أثناء النوم تصل إلى ٩٥٪ ، وأنه لا مشاكل عضوية إطلاقًا، تقدم للتحليل النفسي وتبين أن هناك درجة متوسطة من الاكتئاب الخفي الظاهر في صورة جنسية، كما تبين أنه كان مدمنًا بشكل أو بآخر على العادة السرية «ممارسةً باليد من فوق الهدوم»، لذلك فإنه كان يحتفظ بانتصابه حتى اللحظة التي يخلع فيها ملابسه ويقترب من امرأته.

اعتمد العلاج على كشف بواطن الأمور وصراعاتها وكل (اللعب الجنسي) أثناء فترتي الطفولة والمراهقة، وكذلك نزع الحساسية وعملية الربط بين الانتصاب واليد والملابس، تحرير الانتصاب في كل شيء إلا المرأة واشتهائها بالعين واللمس.

نجح العلاج، وتمكن الرجل من الاحتفاظ بانتصابه وإيلاج عضوه للفترة المطلوبة، أنجب واستمتع مع زوجته.

هذه الحالة تدل على أن السبب قد يكون واهيًا، لكنه

مهمًا فالارتباط الشرطى بين أي شىء وبين الانتصاب، يعطل حرية الاستجابة النفسية الجنسية العادية الطبيعية بين الرجل والمرأة.

ملخص

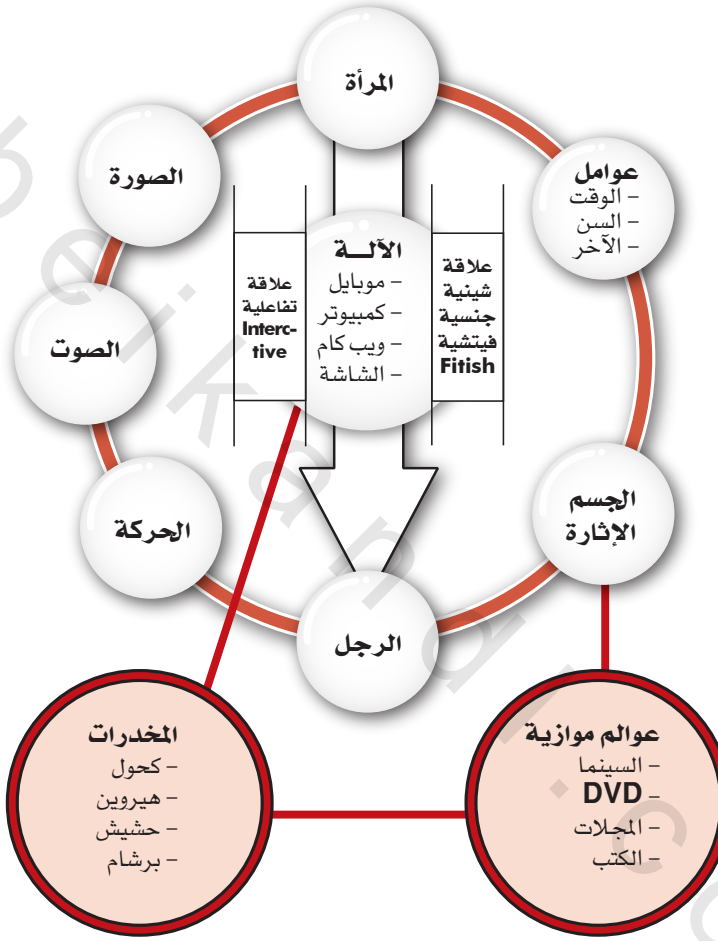
إذن فهناك رجال لا يتمكنون من تحقيق الانتصاب . إطلاقًا . في وجود المرأة، وآخرون يحققونه ويفقدونه في نقاط مختلفة عند الملاطفة قبل اللقاء الجنسي، وهناك من يفقده عند الاقتراب من جسد امرأته، وهناك من يفقده أثناء الممارسة إما بعد الدخول مباشرة أوبعد قليل.

وهناك من لا يفقد الانتصاب أثناء المداعبة اليدوية أوالفمية من زوجته، لكنه لا يتمكن منه إطلاقًا عند الممارسة.

نذكر أن بعض الرجال مثل الحالة التي ذكرناها سابقًا، ينتصبون فقط وهم (لابسين) .. لكن السبب هنا يختلف، لأن البعض منهم يرى أن الزوجة تنظر إليه عاريًا، وعندما تنظر إلى عضوه تحديدًا (بتِخجلُه) وتجعله محتارًا منزعجًا مما يفقده صلابته، ومثل تلك الحالات يكون فيها الرجل خجولًا يعاني من توتر وقلق وعدم ثقة بنفسه وجسده، كما أن هناك رجالًا يحافظون على انتصابهم (طول ما هم عارفين إن مش هيحصل جماع، بمعنى إن الست عندها الدورة الشهرية أو أن هناك أي مانع آخر). وهناك

رجال آخرون يستثارون (فقط) عندما تهيمن المرأة وتسيطر عليهم، تحكم وتتحكم وتذل (كما ذكرنا في موضع آخر من هذا الكتاب للحالة التي تسمى Female Domination FD)، كما أن بعض الرجال قد يتعود على نوع مبتور من الانتصاب الجزئي، أما هؤلاء الذين يعانون من (عجز جنسي كامل وشامل)، يعني غير قادرين تمامًا على تحقيق أي انتصاب من أي نوع تحت أي ظرف فهم في حاجة إلى تقييم وفحص طبي شامل.

obeikandl.com



تفاعلات الرجل والمرأة والإدمان الجنسي على النت

obeikandl.com

البعض يعاني من (اضطراب وظيفي في الانتصاب) في موقف محدد ومكان ما مع زوجاتهم (إجهاد شديد في العمل، ذهن مشغول بموضوع حيوي ... الخ)، من ناحية أخرى . وبشيوع واضح . فإن المضطرب قد يشفى من كل أعراضه مع امرأة أخرى، زوجة أخرى، أو يستثار جدًا لامرأة عابرة في الطريق العام، أو صورة ثابتة أو متحركة على النت أو الفضائيات، السبب القوي في تلك الحالات التي ينفر فيها الرجل من الجنس مع زوجته، ولا يتمكن من الانتصاب معها ويتحقق له ذلك مع أخريات .. أن الزوجة (تخصِي) زوجها بمعنى أنها (بتنكِد) عليه (تقرفه) تربط بين اللقاء الجنسي وطلبات مبالغ فيها.

خشي الرجل الفشل الجنسي والعجز الجنسي منذ القِدّم. فقد عُثِرَ في معهد "عشتار" في بابل، بالعراق، على صفائح محفورة نقشت عليها تعازيم للرجولة: "لتعصف الريح، ولترتعش الغابات! لتنساب قوتي مثل مياه النهر، ولينتصب قضيبي مثل حبل القيثارة".. وفي الـ"ساتيريكون"، الذي يعود إلى عهد نيرون، يصف الشاعر بترون "خجل" إنكولب حينما "تخون" رغبَتُهُ الصبية سيركي. ولكن سيركي "الساخطة" تعود ومعها ساحرة تمرّر خيطاً ملوّناً حول العضو غير المنتصب وهي تردّد "يا برياب، ساعدنا بكل قوتك". وكان الإله "برياب" يُصوّر وقضيبه منتصب باستمرار: ومنه لفظة "برابيزم" الطبية الحديثة (وتعني الانتصاب المستمر المؤلم). ولكننا

اليوم لم نعد بحاجة للإستنجاد بالإله للحؤول دون الفشل الجنسي.

العجز الجنسي الرجالي انتهى والرجل مجهّز ليمارس الجنس حتى سن ٨٠ أو أكثر Middle East Transparent

الأسباب المحتملة للضعف والعجز الجنسي

"دوّر على السبب .. تِفهم العجب"

دأب الرجال العرب على التفاخر بفحولتهم وادعاء أنها خاصة ولها شهرة عالمية ولم تخل أحاديثهم من حوار حول الجنس والمرأة والقوة البالغة. انتقلت أحاديثهم -للأسف- عن (الضعف)، (العطل)، (عدم القدرة)، (الفشل)، (القصور)، (الفتور)، (خفوت الرغبة) وما إلى ذلك من مترادفات تصب في مجرى المشكلة الجنسية، ولم يعد الرجال يخجلون من الوقوف في الصيدليات أو دكاكين بيع الأعشاب يطلبون الجبة الزرقاء والخرزة الزرقاء الدهانات والكريمات وما إلى ذلك، وأصبحت الشكوى شبه عامة وامتدت لتشمل شبابًا في العشرينيات، متزوجون حديثًا يشكون من اضطراب شديد في العلاقة الجنسية .

وفي المؤتمر السنوي التاسع والثلاثين لجراحي المسالك البولية

obeikandl.com

سنة ٢٠٠٥ ، الذي نظمته الجمعية العربية لأطباء المسالك البولية قدم د. إسماعيل خلف نتائج دراسة علمية جادة (روعيت فيها كل ضوابط البحث وجاءت النتيجة أن (٥٠٪) من عينة البحث (خمسة آلاف رجل مصري من تخطوا سن الأربعين من المتزوجين المترددين على المستشفيات) يعانون من اضطراب جنسي في صورة(فشل، عجز، عطل). لكن هذا لا يعني أن (٥٠٪) من المصريين يعانون من العجز الجنسي كما ذكرت بعض الصحف وإنما يعني أن هناك مؤشرًا خطيرًا للمسألة والتي ليست لها دعوة (بالرجولة الضائعة) لأن كل ذكر ليس بالضرورة أن يكون رجلًا ومع أهمية الأسباب العضوية التي قد تكون وراء هذه الظاهرة مثل تضخم البروستاتا الذي يرتفع عند المصريين بعد سن الستين وأن (٣٥٪) من المصابين به يعانون من الضعف الجنسي، كذلك فإن مصر تعد من أكثر بلدان العالم من حيث انتشار أمراض المثانة بين مواطنيها كما أكد د. مجدي العقاد أستاذ المسالك البولية ونائب رئيس جامعة أسيوط، بجانب البلهارسيا، فإن تلوث الماء والهواء والمبيدات المسرطنة والتدخين عوامل تؤثر سلبًا كما أشارت أوراق المؤتمر إلى أمراض أخرى مثل ارتفاع ضغط الدم، قصور الدورة الدموية، ارتفاع نسبة الكولسترول في الدم، اضطراب الهرمونات وأمراض السكر والقلب.

منذ حوالي خمسين سنة، وخلال مسيرة التقدم العلمي تطورت المعرفة الإنسانية في فهم الجنس، فهم تركز على أساسيات التفكير

العلمي النفسي. إذا فهمنا المتزايد للجنس لا بد أن يترجم إلى حلول مبتكرة في علاج المشكلات الزوجية والاضطرابات الجنسية.

إن هذا التطور في طب النفس الجنسي وعلومه، يعد حقا راحة ونهاية لهموم كثير من الناس الذين يعانون من مشكلات جنسية ظن العالم أنها غير قابلة للحل.

اعتقد المعالجون في الماضي أن الاضطرابات الجنسية ما هي إلا نتيجة أمراض نفسية وعضوية بحتة، دون النظر. إطلاقًا. إلى أي أبعاد إنسانية أو اجتماعية . مما أدى إلى تشاؤم من إمكانية الحل والعلاج.

الآن، وفي القرن الواحد والعشرين، يتضح جليًا أن كثيرًا من المشكلات الجنسية، ما هي إلا أعراض لاضطرابات انفعالية شديدة أو نتيجة مرض نفسي بحت، وأنها تحدث . كثيرا . لهؤلاء الذين لا تظهر عليهم أي أعراض أو علامات مرضية أُخرى.

في حالات كثيرة تكون هناك جذور لتلك المشكلات الجنسية مغروسة في أرض الواقع البسيط، المباشر والمرتبط بالحياة اليومية العادية، مثل «توقع الفشل في الأداء الجنسي»، «الوقوع في فخ الواجب الجنسي الذي يجب أن يؤدَّى»، «الخوف من الرفض والإذلال من قبل الزوجة أو الزوج».. كلها عوامل مهمة اتجه البعض إلى إهمالها وتجاهلها.

إن كثيرًا من الناس الذين يعانون من مشكلات جنسية، يستجيبون بسرعة لعلاجات تقوم على إزالة العقبات من طريق حياتهم الطبيعية.

اختلف العلاج الجنسي جذريًا في الـ٥٠ سنة الماضية عن زمان، اعتمد على شفاء الأعراض من خلال تصور شامل للعلاقات الإنسانية والحميمية، كجزء شامل يتكامل مع جميع الأجزاء الأخرى من حياة البني آدم، بمعنى أن التواصل، القدرة على التفاهم والحوار، التناغم النفسي، التآلف، المشاركة في الاهتمامات التي تكوّن ضفيرة مهمة في مسيرة الحل والعلاج ككل.

حتى وقت قصير كان «المعالِج الجنسي» في وضع لا يُحسد عليه نظرا لأن المعلومات المتوفرة لديه كانت مبهمة وغير واضحة، ومن ثم فإن السلوك الجنسي كان بعيدًا عن أن يُختبر في المعمل، بينما توفر ذلك وبدقة لجميع الوظائف الجسمانية الأخرى مثل: الدورة الدموية، الجهاز الهضمي وغيرهما، وهكذا ظل المعالجون في ظلام تام يصوبون علاجهم إلى المريض، وكأنما يضربون رصاصة على عدو مختبئ في الظلام !.

سنحاول هنا التركيز على (الأسباب المباشرة) للاضطرابات الجنسية، معتمدين على مبدأ (هنا والآن).

تلك الأسباب التي تدمر الاستجابة الجنسية الصحية، في نفس اللحظة التي يتوق فيها كل من الرجل والمرأة إلى التلاقي الجنسي

obeikandl.com

الصحي الكامل والمُشبع.

تتكون الاستجابة الجنسية من سلسلة مركبة معقدة من الدورات العصبية الذاتية الجسمية، لا تتحقق وظيفتها بنجاح إلا إذا كان الإنسان هادئًا، إلا إذا ترك (العملية) كلها في حالها دون تدخل مباشر منه، نعني بهذا ألا يُعطل الإنسان انسياب الفعل الجنسي، بأي نوع من الرقابة الذاتية على ما يفعل، وأن يُعطي نفسه تمامًا للقاء العاطفي الجنسي، يُعطيها بكل حواسه.

بمعنى أنه لا بد أن يترك العنان لنفسه. ولو مؤقتا. ينسى الهموم ومشاغل الحياة، أن يفصل عن البيئة المحيطة به، بمعنى أن «ينسى كل شيء» إلا تواجده مع زوجته، يلتقيها بجسده وبحواسه الخمس (يعني بدماغه وبجسمه).

ما يعوق هذا التواصل، ويمنع ذلك الانسياب العاطفي الجسدي، ويؤدي إلى ما يعرف بـ «الضعف الجنسي» أو «التعطل الجنسي» لدى الرجل والمرأة على حد سواء، متباين ومتعدد ويكاد يكون مرتبطًا ببعضه.

سنوجز هذه العوامل كلها هنا ثم نتناول بعضها بشيء من التفصيل:

١. فشل الزوجين أو ابتعادهما بأي صورة عن الانغماس في السلوك الجنسي الطبيعي الصحيح المثيرللشهوة والمنبه لها، الانغماس المُفتاح السحري لجنس ممتع وجميل.

٢. الخوف من الفشل في الأداء الجنسي، يزيد منه أن يكون الزوج تحت ضغط الواجب الجنسي، (واجب أن يؤدي)، أو أن تكون الزوجة تحت ضغوط (لازِم) ..على الرغم من انحسار الرغبة، وهكذا يتم «لقاء ما» بصرف النظر عن حالة الطرفين أو حالة أي منهما، هذا الأمر يؤدي إلى ازدياد عمق المشكلة، كما يُعد مصدرا شائعًا للتوتر والقلق، يعوق الاستجابة الجنسية الطبيعية لدى الرجل والمرأة، لأن (القلق الزائد في أن يُسعد كل طرف الآخر، حتى لو لم يكن مستعدًا أو قادرًا، يولد قلقا مستبدًا سببه الخوف الدفين من «الرفض» المتعلق بالتوتر الشديد الذي يصيب الزوج أو الزوجة.

٣. أن يتجه الإنسان إلى استخدام دفاعاته اللاشعورية (اللي جوّه عقله الباطن)، وديناميّاته العقلية في مواجهة أحاسيسه الجنسية (يعني تظهر عليه علامات خوف أو حذر أو ترقب من غير ما يحس) ربما نتيجة عقد ومفاهيم مغلوطة تعود إلى سن الطفولة.

٤. خوف الزوجين من التواصل في حرية دون إحساس بالذنب يتعلق بالرغبات والمشاعر والاستجابات الطبيعية (بمعنى .. لأ كده عيب .. أنا ست تقليدية .. أو خلاص كبرنا، العيال سامعين).

[هذه هي المصادر المباشرة والحالية للتوتر ولحيل العقل

الدفاعية في مواجهة الأحاسيس الجنسية الطبيعية، وكلها قد تؤدي إلى عدم قدرة الناس على «الإخلاص» للحظة العاطفية والإشباع الجنسي المطلوب وهو ما يعني اصطلاحيا بـ «العجز الجنسي»].

الخوف من المشاركة في سلوك جنسي صحي، طبيعي ومؤثر: يعتقد البعض أن الجنس مجرد خيال متأجج واحتكاك جسدي عام، وإن نقص إحداهما يؤدي إلى مشكلة.

تعتمد «باختصار» الاستجابة الجنسية الطبيعية على استقبال تنبيه جنسي صحيح وبالمقابل الحرية في الاستجابة له. العيادات الجنسية النفسية تعلمنا ان الأزواج الذين يعانون من حالة العجز الجنسي يمارسون حياة جنسية ضحلة معدومة الحساسية وغير مؤثرة.

الممارسات الجنسية غير الطبيعية تؤثر سلبًا على استجابة الرجال والنساء المتقدمين في السن، فهم يحتاجون إلى تنبيه وإثارة ذات حساسية فائقة ومساحة أكبر من الوعي.

في حالات كثيرة ينجم «العجز الجنسي» عن معلومات خاطئة، كالجهل، وفي حالات أخرى يكون مُحصلة صراعات نفسية جنسية، لها علاقة ما بالإحساس المضخم . غير

المبرر . بالذنب مجهولة للزوجين، أي إنها تتم على مستوى العقل الباطن.

الجهل الجنسي

كثير من الرجال والنساء لا يعرفون الكثير عن «الجنس»، و«الحالة الجنسية»، ويكونون في حالة من الخوف والإحساس بالذنب من خوض التجربة.

المرأة الصغيرة السن نسبيا تحتاج أكثر من غيرها إلى حساسية زوجها وانتباهه حتى يمكن للعلاقة الحيوية أن تنجح وتنمو.

الجهل بالجهاز التناسلي للمرأة ووظائفه، يعد عاملا مهمًا؛ وأحيانا تتم المعاشرة الزوجية بشكل ميكانيكي (انتصاب، ثم إيلاج، ثم قذف، وينتهى الأمر) .

يتعجب كثير من الرجال ويتساءلون سرًا أو جهارًا: (الله .. هو ليه مفيش رد فعل عند مراتي!) ليه مفيش نشوة ورعشة جنسية! .

ببساطة لأنه لم يعلم احتياجات واستجابات زوجته، وهي . أيضا ببساطة . تخاف أن تجهر بمشاعرها، واحتياجاتها خوفًا من اتهامها بالفجور أو الشرَه أو حتى الأنانية.

وهو ليس فقط جاهلًا بالأمر، لكنه غير قادر على الفهم، لأن الفعل الجنسي «البحت» ليس ممارسة الحب، ومن هنا وفي صمت

obeikandi.com

مطبق، ومسلسل مستمر، يمضي الزوجان في حياة جنسية غير طبيعية وغير مُشبعة.

أما الرجل في سن الخمسين وما بعدها، فلقد تعوّد في سنوات صباه على الانتصاب بمجرد ملامسة امرأة، لا يدرك أنه في حاجة أكثر إلى تنبيه أعمق من أجل الوصول لنفس رد الفعل الجنسي الطبيعي (الانتصاب المستمر والصلب).

إن توتر الرجل وقلقه بشأن أدائه الجنسي، وخوفه من الفشل، ومن صعوبة التأقلم مع الواقع والسن، وجميع المتغيرات التي يمكن أن تطرأ عليه مثل تناول أدوية لخفض ضغط الدم، أو الإصابة بمرض السكر أو التوتر والاكتئاب.. كل هذه المخاوف ومثيرات القلق تتم في السر، و(تشتغل) على العقل الباطن، ولا يُسمح الرجل (ربما لأنه راجل ومن ضهر راجل) بالبوح والتواصل مع زوجته؛ فتكون النتيجة العجز الجنسي.

حينما يكون «العجز الجنسي»، نتيجة جهل جنسي بمعنى عدم وجود (عُصاب: توتر وقلق وخشية)؛ فإن العلاج يكون سهلًا والنتيجة رائعة.

يشمل العلاج تعليم الزوجين الاختلاف في الأحاسيس الجنسية، يُشجَّعان على اكتشاف ممارسات طبيعية صحية دون خوف أو ترقب، يتعلمان الاستمتاع دون إحساس بالذنب، والتواصل أينما وحينما أرادا وأن (يكتشف كل منهما جسد الآخر)، حتى لو جاء هذا

الأمر متأخرًا بعض الشيء.

إن الثقافة الجنسية في بلادنا العربية مليئة بالصراعات والعقد، ثقافة مركبة، مختلطة زائفة، مظهرية، غير سلسة، محشوّة بالمعلومات الخاطئة، ويجب على من يريد العلاج أن (يفضفض) وأن يخرج عقده، أن يُصرّح بالمكتوم ، فيَظهر على السطح ويبان للطرفين.

على كل من الزوجين أيضا معرفة درجة الرغبة والطاقة الجنسية لدى كل منهما، لأننا كلنا كبني آدمين مختلفين.

هناك رجل تركيبته تؤكد على أن الجنس لديه مجرد وظيفة، وهناك آخر يعده أمرا حيويًا، وهناك امرأة تفضل قراءة الجريدة في الفراش، وأخرى ترى اللقاء الجنسي ضرورة، تبدأ من الصوت ولمسة اليد، الموسيقى الهادئة والأكل الطيب، وهكذا..

مرة أخرى «العجز الجنسي» الناجم عن الجهل الجنسي سهل علاجه، فالرجل غير القادر على إسعاد زوجته في الفراش، ربما كان يكرهها في العقل الباطن، والمرأة التي تحس بالمرارة تجاه زوجها لن تتمكن من أن تكون حلوة في الفراش، بل على العكس، لن تفكر في أي شكل تسعد به زوجها ونفسها (لن تتزين، لن تستحم، لن تتعطر، ستفتعل خناقة، سيُصيبها الصداع أو ستنام مبكرًا، وربما طالت بها مدة الدورة الشهرية).

كذلك فإن الرجل المهدد برغبات زوجته الجنسية، أو الذي يحس لا شعوريًا بالخطر من ناحيتها سيتجنب ممارسة الحب معها بشكل معطاء، رقيق، عفوي ومؤثر. سيركز على إشباع رغبته فقط (وغالبا ما يكون هذا الأمر سهلًا ومتكررًا).

باختصار يتطلب حلّ العجز الجنسي المعلومة الصحيحة، حلّ الصراع الداخلي، الأخذ والعطاء بتساوٍ، التركيز على الإحساس والمشاعر والابتعاد عن التركيز على الأداء والواجب والمفروض.

عز العرب ـ البديل ـ 29 أبريل 2008

التوتر الجنسي

التوتر والقلق، الصراع النفسي الداخلي ينبع من عوامل خفية وشديدة الأثر (مثل الصراع على السلطة داخل عش الزوجية، وصراعات تتعلق بالتربية الأولى والعلاقة مع الأبوين).

هذه الصراعات إن طفت على سطح العقل الواعي لحظة ممارسة الجنس؛ فستكون مشكة «العجز الجنسي» أمامنا (زي البُعبُع).

الخوف من الفشل
(اللي يخاف من العفريت يطلع له).

توقع عدم القدرة على الأداء الجنسي ربما كانت أهم سبب مباشر للعجز الجنسي لدى الرجل والمرأة.

فإذا فشل رجل جنسيًا مرة ومرتين، فإن ظل تلك التجربة سيظل (عفريتًا) وقد يكون مصاحبا أو ظاهرًا في صورة عدم القدرة على القذف.

بعض الرجال يفقدون انتصابهم أثناء الجماع، لكن ولثقتهم بأنفسهم يعاودون الأداء وينجحون، لكن هناك من يرى أن هذه هي النهاية ويستسلم للفشل وبالتالي يصاب بالعجز الجنسي.

تلعب شخصية الرجل هنا دورًا أساسيًا في تحديد الأمور ومدى سيرها. الرجل الفاقد للإحساس بالأمان، والرجل المدفوع إلى إثبات رجولته والقيام بواجبه الزوجي بأي شكل، مُعرَّض أكثر من غيره للخوف من الفشل الجنسي؛ كذلك فإن الذي يعاني من الإحساس بالإضطهاد ، والزوجان المفتقدان لعلاقة صحية معرضان للتوتر الجنسي.

obeikandl.com

إن التوتر المصاحب للأداء الجنسي مُدمّر في حد ذاته دون أن تكون هناك خلفيات أو ديناميات أو حتى صراعات، وهذا التوتر يؤدي إلى حالة (البرود) أو العجز الجنسي لدى المرأة أيضا.

هنا يعتمد العلاج النفسي الجنسي على الطمأنة والاسترخاء والتركيز على الاستمتاع، وعلى إزالة جميع أسباب الخوف من الفشل، والتعامل مع العوامل النفسية الداخلية وحلها قدر الإمكان.

حالة راحت العيادة النفسية الجنسية و(خفِّت).. طيب إزاي؟

رجل أعمال أنيق في الثلاثين من عمره، متطلق من سنتين، تزوج مرة ثانية من امرأة في السادسة والعشرين. اشتكى أساسًا من عجز الجنسي، كان يُستثار وينتصب بسرعة، لكن كل حاجة كانت بتختفي وتتبخر بسرعة عند بدء اللقاء الجنسي.

لم يثبت الفحص النفسي لكلا الزوجين أي مشكلة أو اضطراب، وكانا طبيعين.

زواج الرجل السابق استمر خمس سنوات أثمر عن طفلين، وحياته الجنسية مع زوجته الأولى كانت ناجحة، لكن زوجته السابقة فجأة طلبت الطلاق، لأنها . ببساطة . وقعت في حب رجل آخر كان صديقا للعائلة!.

شكّل الطلاق صدمة بالغة على الرجل، فأصيب بالاكتئاب، وبشعور دفين بعدم الثقة والأمان، ظل يجترّ الفكرة تلو الفكرة منزعجًا ومتسائلًا عن الظروف (اللي خلّت مراته الأولانية تحب واحد تاني، وترتبط به).. وتساءل بينه وبين نفسه (تُرى هل هو أقل شأنًا منه؟! ولماذا؟! ولماذا فضلته عنه؟!).

بعد ثمانية أشهر من الطلاق، ذهب الرجل إلى حفل ضمّ أناسا مختلفين، التقى ضمن ما التقى من ناس امرأة ذات طابع عدواني متأجج، طلبت الارتباط به جنسيًا، وتحت إلحاحها ولرغبته انفعل وانتصب، لكنه وللمرة الأولى في حياته فقد عافيته الجنسية فجأة!! حاول معها مره أخرى، لكنه فشل.

كان رد فعله خائفا لما حدث، اكتأب وأحس بإذلال وإحراج كبير، لم يرتلك المرأة بعد ذلك.

بعد شهر من تلك التجربة حاول مرة أخرى لكنه فشل، وبدأت تجربة الفشل السابق تلح عليه وتتركز في عقله وتراود مخيلته، ومن ثمّ تطورت المشكلة إلى الأسوأ.. قابل زوجته الحالية ولم يحاول لقاءها جنسيا، لأنه كان دائمًا يتوقع الفشل. تزوج منها، وباح لها بمشكلته، تبين أنه مشغول بأفكارسلبية تدور حول الفشل الجنسي، استمر الإحساس المُهين يلازمه، وخاف من احتمال رفضها له، على الرغم من تأكيدها أنها لن تتركه.

العلاج

استجاب الرجل لبعض التمرينات التي اعتمدت على خفض درجة التوتر، وإزالة أي قلق بشأن الأداء الجنسي، في البداية مُنع الزوجان من ممارسة الجنس الكامل، لكنهما شُجعا على الارتباط واكتشاف جسديهما من خلال اللمس، كانت التجربة مُمتعة لهما.. بعد ذلك كانت مرحلة تنبيه الجهاز التناسلي لكل منهما بالتبادل، وكلما فقد الرجل انتصابه عاودت الزوجة تنبيهه دون إلحاح أو واجب جنسي، ولما نجح الرجل في إعادة ثقته بنفسه، ناقش مع طبيبه قلقه ومخاوفه بخصوص (الفشل في الأداء الجنسي).

واجه الطبيب المعالج الرجل بالآثار المدمرة لعملية مراقبة نفسه، و(الفرجة عليها)، وما صاحب ذلك من توتر جنسي، تم أيضا العلاج عن طريق تحليل ديناميات العقل الباطن بما تحوي من رفض وخيانة زوجته السابقة وعلاقة كل ذلك بالوضع الحالي.

استمر العلاج وكان ناجحا .. واستمر النجاح طويلا أبديًا.

هذه الحالة توضح بجلاء أنه من السهل علاج العجز الجنسي على الرغم من ان المشكلة قد تبدو معقدة في بدايتها.

obeikandl.com