

# Jynsy gatnaşygyň ölemen janköýeriniň gürrüňi: Günde baş gezegem az bolýar...

Category: Kitapcy, Medisina, Sözlär

написано kitapcy | 26 январа, 2025

Jynsy gatnaşygyň ölemen janköýeriniň gürrüňi: Günde baş gezegem az bolýar... JYNSY GATNAŞYGYŇ ÖLEMEN JANKÖÝERINIŇ GÜRRÜŇI: GÜNDE BÄŞ GEZEGEM AZ BOLÝAR...



*Surat: Rebekka Barker*

«Kämahallar günde baş gezek jynsy gatnaşyga girsemem, az bolýardy. Ertir irden oýananymda, kelläme gelyän zat birinji seks bolýardy we men uzynly günläp muny pikirinden çykaryp bilemokdym».

Üç çaganyň enesi Rebekka Barker jynsy gatnaşyga bolan garaşlylygynyň adamlar bilen gatnaşygyny nähili weýran edendigini şu ýokardaky sözler bilen beýan edýär.

Barker garaşlylygy sebäpli dört ýyllap arman-irmän partnoryndan özi bilen bolmagyny isläpdir.

«Az salymlyk ynjalan ýaly bolýardym, baş minutdan soň ýene

isleýärdim» diýýän Barker utanmakdan ýaňa öýden çykyp bilmändigini we adamlaryň ýanynda durara ýüzüniň bolmandygyny aýdýar.



*Surat: Rebekka Barker depressiýa we seratonin gormony ýetmezçiligi sebäpli tutuş bedeniniň seks üçin «ýalbaryp» başlaýandygyny aýdýar*

• **«Özüne ikilik edendirin öýtdi»**

«Relate» ýaly haýyr-sahawat guramasy Barker ýaly «açgözlere» (бещенный), ýagny jynsy gatnaşygyň garaşlylaryna gatnaşyk kömegini edýär.

Partnýorlar ilkişada gatnaşygyň keýpini görýär, garaşlylyk belli bir wagtdan soň jübütleriň bäs edip bilmeýän meselesine öwrülýär.

Barkeriň partnýory ilkişada ony özüne ikilik edýändir öýdüpdir.



«Başgalar bilen ýatyp-turýandygym üçin özümi günäli duýup jyny gatnaşyk edesimiň gelýändigine ynandy» diýen Barker gatnaşygyny soňlandyryp, ejesiniň ýanynda ýaşamagy makul bilipdir.

«Gidenimde oňa özümi bejertjekdigimi aýtdym. Aýrylyşmaga rugsat berdi. Yzysire gatnaşygymyň hiç bolmadyk ýalu dargaýyşyny gördüm».

Barker üçünji çagasyny dograndan soň, oňa depressiýa diagnozy goýulýar.

Işini üýtgedip, partnory bilen aýrylyşmagy, yzyndanam Fransiýa ýerleşmegi bilen keseli beter ötüşipdir.

Durmuşdaky endiklerini doly üýtgedip, depressiýasyny ýenen Barker seks garaşlylygyndan gutulypdyr.

Ol indi bu keseliň ýurdunda neşekeşlik we arakhorlyk ýaly tanalmagyny isleýär.



- **Seks garaşlylygy boýunça bilinýänler:**

- Dürli jynsy aktiwlige garaşlylygyň «gözegçilikden daşgaryn» wakalarydygy aýdylýar;
- Angliýadaky Jynsy gatnaşyga garaşlylygy bejermek jemgyýeti seksolog terapistleriniň geçen baş ýylda iki esse artandygyny aýdýar;
- Ylmy-barlaglaryň netijesi bejergi alanlaryň 90%-niň erkeklerdigini, 31%-niň 26-35 ýaş aralygyndadygyny habar berýär;
- Bütindünýä Saglygy goraýyş guramasynyň (BSGG) 2019-njy ýylyň maý aýynda «Kompulsiw jynsy çemeleşme bozulmasy» diagnozyny Halkara keselleri toparlara bölme ulgamyna girizmäge taýýarlanýar.

- **«Ýüzlerçe gezek jelephana gatnap, aýalyma ikilik etdim»**

Kimdigini mälim etmezlik üçin ady üýtgedilen Graham hem jynsy gatnaşyga garaşlylaryň biri.

Ol jelephana ýüzlerçe gezek gatnap we jelpahananyň jelepleri bilen bolup, aýalyna ikilik edipdir, şeýdibem günäkärlik duýgusy onuň durmuşyny eýeläpdir.



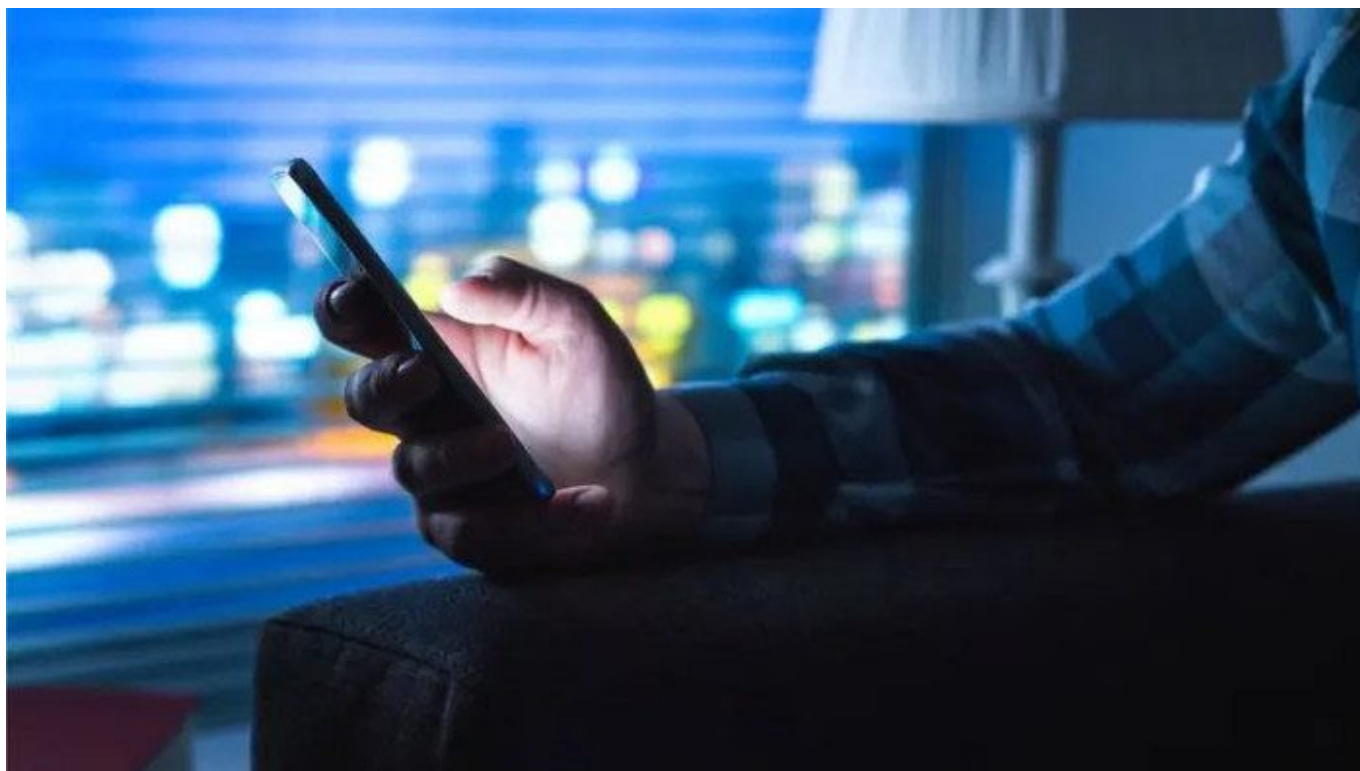
*Graham aýaly jynsy gatnaşyga bolan garaşlylygyny bilenden soň ynjalyk tapypdyr*

Häzir altmyş ýaşa ser uran Graham her aý jelephana gitmek üçin yüzlerçe sterling sowmaly bolan döwrüni şeýle ýatlaýar:

«Gorkunç, ýürekbulanjy synagdy. Hiç bir babatda seksual hem däldi. Irden hlamidiýa keseline ýolugan halda oýanmagyň nämesi seksual bolsun?

Ilki işleýän ýerimde biri bilen boldum, soň dowam ediberdim. Emma bular beýlekiler ýaly betbagt maşgaladan gelip çykýan «çepe gitmeler» däldi. Meniňki her gün kanagatlandyrmaga degişli garaşlylykdy.

Edil arakhorluk ýaly-da. Ilki jynsy gatnaşyga girjekdigiňi pikir etmegiň özi seni melul edip taşlaýar, jynsy gatnaşyga girenden soňam wyždan azabyny çekip, gaýdyp beýle iş etmejegiňe öz ýanyňdan äht edýärsiň. Şeýle ýagdaý dowam edip dur, dowam edip dur...»



Grahamyň bu ikitaraply durmuşy aýalynyň e-mail hatynyň üstünden barýan pursatyna çenli dowam edipdir.

Är-aýal ilkinji gezek bu garaşlylyk bilen ýüzleşmeli bolupdyr. Jynsy gatnaşyga garaşlylary bejerýän anonim merkeziň (SAA) bardygyny bilen Graham gatnaşygynyň elden taýyp gitmeginiň öňüni alyp bilipdir. Ol binika gatnaşyklaryny doly ýatdan çykarypdyr.

SAA «gaça durma» usuly bilen garaşlylary bejerýär.

Graham topar ýygnanyşyklarynda birmeňzeş meseläni başdan geçiren adamlar bilen tanyşdygysaýy ynjalyk tapýandygyny duýupdyr:

«Şuňa meňzeş ýagdaýdaky adamlar bir zady bilseler gowy, bu ýaramaz endigi taşlap, erkinleşmegiň ýoly bar we siz muny hökman tapyp bilýärsiňiz».

Jessika BRAUN.

«BBC», 02.05.2018 ý. Medisina