

## UVOD

Spolnost je bila in najbrž vedno bo skrajno provokativna tema, ki bo burila duhove tako v laičnih kot strokovnih krogih. Leta 2006 je v Sloveniji izšla prva knjiga, prvi prevod tujega dela, ki v celoti opisuje fenomen zasvojenosti s seksualnostjo. Štiri leta pozneje je sledil prevod knjige, ki se bolj posveča pereči problematiki zasvojenosti z internetnim seksom in pornografijo. Skoraj desetletje po izidu prvega prevoda pa Slovenci še vedno nimamo svoje izvirne knjige o kompleksni problematiki zasvojenosti s seksualnostjo in težavah v spolnosti, ki bi bila umeščena v slovenski prostor oziroma domače kulturno okolje.

Seksualno kompulzivno vedenje je težava, s katero se vse pogosteje soočajo in rešitve zanjo iščejo strokovnjaki na področju duševnega zdravja po vsem svetu. Še vedno težko razumemo in si vse prepogosto zatiskamo oči pred spoznanjem, da lahko tudi nekaj tako prvinskega in lepega, kot je človeška spolnost, postane resna težava in preraste celo v zasvojenost; da nekatere osebe svojega škodljivega in bolečega vedenja ne zmorejo več prekiniti, kljub temu da se zavedajo njegove neustreznosti in negativnih posledic. Slepimo se, da zasvojenost s seksualnostjo ne obstaja, da so t. i. novodobne zasvojenosti, povezane z elektronskimi mediji in internetom, nekaj, kar se nam ne more zgoditi in s čimer se v Sloveniji ne srečujemo. Kot da živimo v okolju, ki ga globalni vplivi iz neznanega razloga ne dosežejo. A pri tem zanemarjamo dejstvo, da smo v veliki meri izpostavljeni enakim vplivom kot druge razvite družbe.

Svet se v 21. stoletju spreminja bistveno hitreje kot v preteklosti. K temu nesporno prispevajo tehnološka odkritja in elektronski mediji, ki dramatično vplivajo na celotno delovanje človeške družbe, tudi na področju spolnosti, ki je prav v zadnjih desetletjih doživelo velikanske spremembe. In Slovenija v tem pogledu ni nikakršna izjema. Odnos do spolnosti in stališča o njej so se spreminjali vso zgodovino, a danes živimo v družbi, ki je navkljub seksualnim revolucijam s spolnostjo še vedno skrajno obremenjena. Prežeta je z miti, polnimi predsodkov, seksizma, rasizma in homofobije, ter s potrošniškim dojetjem spolnosti. Po eni strani se zdi, da je spolnost še vedno tabu tema, po drugi pa smo s seksualnimi in pornografskimi vsebinami, voajerizmom in ekshibicionizmom soočeni skoraj na vsakem koraku, tudi če tega ne želimo. Pornografska in tržna industrija s svojimi sporočili vplivata na predstave o moških in ženskah, polni sta predvsem zavajajočih sporočil o tem, kaj si moški in ženske želijo v spolnosti. Vendar navkljub skorajda neomejenim možnostim, informacijam in spolni svobodi ljudje v spolnosti še vedno ne uživajo tako, kot bi lahko.

Spoznavanje spolnosti in oblikovanje spolne identitete je osebno potovanje, ki traja vse življenje. Prek spolnosti se nedvomno odraža tudi stopnja naše osebnostne zrelosti. Dokler je vedenje v spolnosti sporazumno in temelji na privolitvi odraslih oseb, pri tem pa nihče ni prizadet in ne trpi, ni razloga za vmešavanje. A kdaj so te meje prekoračene? Kdaj lahko govorimo o bolezenskem stanju, o zasvojenosti s seksualnostjo?

Katere so torej temeljne razlike med zasvojenim seksom in zdravo spolnostjo, so vprašanja, na katera poskuša odgovoriti ta knjiga. Nikakor pa ni njen namen omejevati spolnost ali obsojati spolne prakse ter spolno usmerjenost in prav nobene zasvojenosti ne opredeljuje le na podlagi vedenjskih vzorcev.

Preden katero koli obliko spolnega izražanja pri posamezniku označimo za zasvojenost, moramo imeti zelo jasno predstavo o tem, kaj zasvojenost sploh je. Osredotočanje izključno na vedenjske vzorce in spolne prakse ne pove dosti o zasvojenosti in še ni dokaz zanjo. Enako spolno vedenje ima lahko v različnih primerih povsem drugačen pomen; lahko je le način izražanja erotičnih čustev ali pa poskus zmanjševanja bolečine, ki je posledica travmatične preteklosti. Pri sprejemanju drugačnosti in različnih oblik spolnega

izražanja nekatere ljudi ovirajo sporočila okolice, družbene norme ali verska prepričanja.

Knjiga *Zasvojenost s seksualnostjo v digitalni dobi* je namenjena ljudem, ki želijo razumeti kompleksne psihološke in biološke mehanizme, značilne tako za zasvojenost s seksualnostjo kot za druge kemične in nekemične zasvojenosti. Posamezna poglavja obravnavajo različne pojavne oblike te zasvojenosti, opredelitev in dejavnike tveganja za njen razvoj, delovanje možganov in nevrobiologijo zasvojenosti, travmatične izkušnje, ki vplivajo na razvoj zasvojenosti, in komorbidnost (sočasen pojav več oblik zasvojenosti). Posebej se posvečajo tudi zasvojenim ženskam, partnerjem, razkritju, vplivom pornografije in internetnega seksa na partnerske odnose in mladostnike, pastem sodobne tehnologije, različnim oblikam kaznivih dejanj zoper spolno nedotakljivost otrok in odraslih, razlikam med zasvojenim seksom in zdravo spolnostjo ter iskanju ustreznih oblik pomoči.

Verjamem, da bo knjiga kljub nekaterim zahtevnim temam zanimivo branje tako za ljudi, ki iščejo informacije, kot za zasvojene in njihove partnerje ter ne nazadnje tudi strokovnjake. Nekatera poglavja bodo bolj pritegnila bralce, ki zbirajo osnovne informacije o tem, kaj zasvojenost s seksualnostjo sploh je, druga bodo bližja tistim, ki so se v primežu zasvojenosti znašli sami ali pa njim draga oseba in iščejo rešitve. Posamezna poglavja in posebna strokovna priporočila so še posebej namenjena tistim, ki se pri svojem delu srečujejo s populacijo zasvojenih in želijo poglobiti svoje znanje ter povečati uspešnost pri pomoči ljudem v stiski. Zagotovo pa bo za večino bralcev najzahtevnejše poglavje o kaznivih dejanjih in spolnem nasilju.

Zgodbe, ki v knjigi ponazarjajo določeno problematiko, so v veliki meri povzete po tuji literaturi, kjer pa ta ni navedena, so povzete iz lastnih terapevtskih izkušenj. V teh primerih so imena, same zgodbe in okoliščine spremenjeni do te mere, da so neprepoznavni, vse to pa seveda z namenom, da zaščitimo zasebnost posameznikov.

Na žalost čas ni na strani tistih, ki so se znašli v primežu kompulzivnega seksualnega vedenja. Ne glede na različne strokovne klasifikacije in poimenovanja zasvojenosti s seksualnostjo ima knjiga še prav poseben namen – je poziv k povezovanju strokovnjakov v procesu pomoči. Poziv v upanju, da bomo prav strokovnjaki z raz-

ličnih področij še intenzivneje sodelovali pri izmenjavi informacij in iskanju strokovnih odgovorov na izzive, ki jih prinaša sodobna digitalna doba; in v želji, da bomo pripravili kakovostne programe pomoči za ljudi, ki so se znašli v hudi stiski, iz katere sami ne uspejo najti izhoda.

Ljubljana, 25. avgust 2015  
*Peter Topić,*

Inštitut za zasvojenosti in travme