



Sexavhengig og nymfoman

Bak disse uttrykkene skjuler det seg ofte lav selvtillitt, skam, tidligere misbruk eller mentale lidelser.

Ordet nymfomani er foreldet uttrykk som man brukte den gang man mente at kvinner ikke hadde seksuelle behov.

Hvis en kvinne uttrykte seksuell lyst, ble det ansett som en sykelig tilstand som man kalte nymfomani. I dag vet man heldigvis bedre og begrepet brukes nå sjelden.

Årsaker

Et uvanlig aktivt seksualliv har iblant sammenheng med lav selvtillit. Stadig nye partnere er en kilde til bekreftelse på egenverd. Dette behovet er gjerne viktigere enn den seksuelle tilfredsstillelsen.

Noen kvinner og menn har mange partnere fordi de tidligere er blitt seksuelt misbrukt og ikke klarer å sette grenser når andre ønsker seksuell kontakt. Seksuelle handlinger kan også være en måte å urettmessig straffe seg selv for tidligere overgrep.

Andre ganger skyldes flyktige og hyppig skifte av partnere at følelseslivet er impulsivt og kaotisk som ledd i en mer omfattende personlighetsforstyrrelse. Høy seksuell aktivitet kan naturligvis skyldes at man har stor seksuell appetitt som man forvalter til glede for seg selv og eventuell partner uten at man kan sies å være forstyrret.

Ved de fleste personlighetstrekk er arvelige egenskaper av betydning. Som regel er betydningen av arvestoffet i våre celler av begrenset betydning. Sannsynligheten for at man arver foreldrenes problemer har sammenheng med i hvilken grad vanskelighetene og årsaken til disse har preget barnas oppvekstvilkår.

Hva kan gjøres?

Et menneske i en slik situasjon kan ha et stort antall partnere og en seksuell adferd som innebærer risiko for sykdom eller andre farer. Forholdene varer ofte kun en natt.

Den påfølgende dagen kan være preget av skyldfølelse og anger, før jakten på nye erobringer igjen tar overhånd. Går det for lenge før man har truffet en ny blir man rastløs og urolig.

Et slikt seksualliv fører gjerne til at man sårer andre og seg selv. Hvis man har en fast kjæreste, er utroskap vanlig. Tilstanden blir iblant omtalt som sexavhengighet.

Personer i en slik situasjon kan ha nytte av å delta i en selvhjelpsgruppe hvor man erkjenner sitt problem og søker støtte hos de andre deltakerne i å finne mer konstruktive løsninger på de egentlige behovene.

Tilsvarende behandling brukes av personer som er avhengig av alkohol eller pengespill.