Informacja prasowa

**Internet kontra rzeczywistość: współczesne oblicza związków**

**Filmy pornograficzne, cyberseks, zdjęcia erotyczne, strony edukacyjne, seks czaty. Rewolucja cyfrowa na dobre wkroczyła w sferę seksualną człowieka. Do internetu sięgamy po rozrywkę, staje się on też źródłem wiedzy o seksie, przestrzenią poszukiwania partnera. Co seks bez realnej więzi z drugą osobą daje, a co odbiera? Jak poszukiwanie wirtualnych doznań wpływa na nasze relacje intymne i związki? O blaskach i cieniach nowej – cyfrowej – rewolucji seksualnej opowiada dr Robert Kowalczyk, seksuolog kliniczny i terapeuta z** [**Uniwersytetu SWPS**](https://www.swps.pl/) **w Katowicach.**

**Seksualna samowystarczalność**

Polscy dwudziesto- i trzydziestolatkowie uprawiają dziś mniej seksu niż starsze pokolenia. Wśród młodych spada liczba kontaktów seksualnych, za to wzrasta liczba zachowań autoerotycznych. Niemal 43% badanych krępuje się rozmawiać o życiu seksualnym. Według badań Instytutu Kinseya kontakt intymny jest często czymś niewygodnym, nieatrakcyjnym. Osobom wkraczającym w dojrzałe życie seksualne łatwiej sięgnąć, np.: do stron z pornografią czy cyberseksu, niż odbyć realny stosunek. W końcu wirtualna, iluzoryczna partnerka nie ma oczekiwań, jest „kobietą idealną”, ucieleśnieniem marzeń. Jest narzędziem do seksualnej satysfakcji, a nie równoprawnym podmiotem relacji. Oglądanie pornografii, niezależnie od wieku, może działać uzależniająco, skutkuje  uprzedmiotowieniem partnera i idealizacją seksu. Niektórzy odbierają seks jako sukces, więc gdy nie jest on satysfakcjonujący, mają wrażenie, że odnieśli porażkę.

**Era tinderyzacji**

Social media pozwalają się dowartościować. Dla młodych ludzi są wyznacznikiem przyszłych zachowań. Już dzieci stają się coraz lepsze w osiąganiu popularności, wiedzą, co daje najwięcej „lajków”. Uczą się, że nagość jest wyżej punktowana niż zdjęcie z książką.

Obecnie ludzie łączą się w pary tak samo często przez internet, co poza nim. Pomagają w tym wszelkie aplikacje randkowe, chociażby Tinder. Przy okazji ujawniają się nowe koncepcje zachowań, instrukcje, jak osiągnąć sukces i kogoś zdobyć, np.: zasypuj wiadomościami, bo to działa; nie pisz wielostronicowych wyznań, nikt tego nie czyta; bądź cierpliwy, bo ktoś zawsze jeszcze może odpisać na twoją zaczepkę; nie bój się mierzyć wysoko, napisz do kogoś atrakcyjniejszego niż ty. To wywołuje nowe problemy komunikacyjne, poruszane wielokrotnie na forach: co oznacza stawianie kropek, zwlekanie z odpowiedzią, czy warto używać emotikonek? Kiedy usunąć aplikację? Pojawia się pytanie, po co nadal mam konto, skoro jestem już w relacji?

**Jak w tym nowym cybernetycznym świecie odnajduje się realny związek?**

W realnym świecie seks wymaga czasu na budowanie więzi. Cyberseks działa odwrotnie. Gdy pojawia się pragnienie możemy je spełnić natychmiast, nie musimy nawiązywać relacji czy poszukiwać odpowiedniego partnera. Pornografia zaspokaja od razu, przy czym wypiera seks realny. Tym bardziej, że technologia nieustannie rozwija się i np. dzięki rzeczywistości VR możemy uczestniczyć w filmie pornograficznym, nie tylko go oglądać. Człowiek nie może jednak zaspokajać się wyłącznie przy pomocy internetu, ponieważ w ten sposób nigdy nie odnajdzie się w realnym świecie.

Wiara w archetyp znalezienia swojej idealnej drugiej połówki może łatwo zniszczyć relację zapoczątkowaną na portalu randkowym. Tak jest w przypadku, gdy ludzie poznają się w sieci, spotykają jakiś czas i pojawia się konflikt, pierwsza kłótnia, negatywne emocje, których przecież nie powinno być w naszej idealnej iluzji. Coś zaczyna nam nie pasować, psuć wyobrażenie o tej osobie i skoro się z kimś sprzeczamy, to łatwiej wtedy założyć, że to jednak nie ta jedyna/ten jedyny. Ponownie odpalamy Tindera i szukamy dalej, a potem znowu. Wtedy nieustannie kieruje nami mechanizm projekcji, zakochujemy się we własnym wyobrażeniu tej drugiej osoby, idealizujemy, a rzeczywistość nas rozczarowuje.

Zdaje się, że nie zawsze doznania erotyczne przeżywane dzięki internetowi muszą być niewłaściwe. Cyberseks pomaga odkryć indywidualizm doznań, wesprzeć leczenie zaburzeń seksualnych, takich jak lęki, zahamowania. Daje miejsce na realizację potrzeb seksualnych, np. gdy ta druga osoba wyjeżdża. Mimo wszystko internet jest źródłem edukacji seksualnej, ze wszystkim co dobre i złe. Sieć pozwala na znalezienie odpowiedniego partnera, pomaga w poszukiwaniach tożsamości psychoseksualnej oraz umożliwia nawiązanie kontaktu z innymi osobom niepełnosprawnym.

*dr Robert Kowalczyk, seksuolog kliniczny, terapeuta, Uniwersytet SWPS Katowice*

\*\*\*

**Uniwersytet SWPS** to nowoczesna uczelnia oparta na trwałych wartościach. Silną pozycję zawdzięcza połączeniu wysokiej jakości dydaktyki z badaniami naukowymi spełniającymi światowe standardy. Oferuje praktyczne programy studiów z psychologii, prawa, zarządzania, dziennikarstwa, filologii, kulturoznawstwa czy wzornictwa, dostosowane do wymagań zmieniającego się rynku pracy. Uniwersytet SWPS kształci ponad 17,5 tys. studentów w pięciu miastach: Warszawie, Wrocławiu, Sopocie, Poznaniu i Katowicach. Uczelnia posiada uprawnienia do nadawania stopnia naukowego doktora w pięciu dyscyplinach: psychologia, literaturoznawstwo, nauki o kulturze i religii, nauki socjologiczne, nauki prawne oraz doktora habilitowanego: nauk społecznych i humanistycznych z psychologii, kulturoznawstwa i prawa.

Tradycją uczelni są cykle otwartych wydarzeń naukowych, popularnonaukowych i kulturalnych. Częstymi gośćmi Uniwersytetu SWPS są światowej sławy naukowcy, znani artyści i przedstawiciele świata mediów. Jako jeden z najlepszych ośrodków psychologicznych w kraju, uniwersytet popularyzuje wiedzę psychologiczną realizując projekty: [Strefa Psyche](https://www.swps.pl/strefa-psyche), [Strefa Prawa](https://www.swps.pl/strefa-prawa), [Strefa Kultur](https://www.swps.pl/strefa-kultur), [Strefa Zarządzania](https://www.swps.pl/strefa-zarzadzania) i [Strefa Designu](https://design.swps.pl/).

Uniwersytet SWPS od lat dzieli się wiedzą i popularyzuje naukę nie tylko w murach kampusów, lecz także za pośrednictwem mediów społecznościowych oraz własnych kanałów multimedialnych. We współpracy z partnerami zewnętrznymi organizuje liczne wydarzenia poświęcone wyzwaniom współczesności. Dociera do młodzieży, rodziców i opiekunów, osób zainteresowanych samorozwojem, aktualną wiedzą o człowieku i społeczeństwie, nowymi trendami w nauce, kulturze, biznesie, prawie i designie.