

# "מין" דרך - להפגת המתח הבטחוני

## ד"ר ירון בוקר

המצב הבטחוני גורם למתח ודאגה בקרב כולנו ובעיקר בקרב האוכלוסייה באזורים הנפגעים בעת הפגזות. במצב כזה רוב האוכלוסייה הבוגרת אינה חשה צורך ורצון בקיום יחסי מין, הן מבחינת החשק המיני הבסיסי והן עקב בעיות טכניות הצצות, כגון ילדים קטנים החוששים ומגיעים לעיתים יותר תדירות למיטת ההורים. לפעמים אנו חשים שבזמן כזה "לא מגיע לנו" ואין זה ראוי ונכון להנות ממין.

מצד שני החיים חייבים להמשך וההורמונים ממשיכים לפעול ללא שנוי ולעיתים ביתר שאת.

### האם המלחמה עלולה להשפיע על התפקוד המיני?

ייתכנו הפרעות בתפקוד המיני כתוצאה מחרדות, שמעלות על פני השטח בעיות שהיו קיימות קודם לכן. עם זאת, אחרי מלחמות אנחנו עדים לעתים דווקא לגידול ביילודה. תופעה זו זוהתה לאחר מלחמת העולם השנייה, כאשר נרשמה עלייה גדולה ביילודה. התינוקות שנולדו מאמצע שנות ה-40 ועד אמצע שנות ה-60 קיבלו את הכינוי בייבי-בומר.

גם בישראל היינו עדים לתופעה דומה: אחרי מלחמת יום הכיפורים, בשנת 1973, האוכלוסייה היהודית בישראל הגבירה את קצב הילודה שלה. גם לאחר מלחמת המפרץ הראשונה, בשנת 1991, היה גידול בקצב הילודה וכן לאחר מלחמת לבנון השנייה נרשם גידול בשיעור הילודה אצל תושבי הצפון.

### מה ניתן לעשות כדי לפרוק את המתחים – הן את החרדה על רקע המצב הבטחוני והן את המתח המיני?!

הפתרון לדילמה הזאת הוא דווקא ע"י הנאה ורגיעה תוך מגע גופני הדדי בין בני הזוג. כפי שמגע ההורים מרגיע את הילדים החוששים, כך יכול המגע החושני בין בני הזוג להרגיע ולהנות אף אם לא מגיעים למגע מלא הכולל חדירה.

המיניות- הוגדרה כבר מזמן ע"י ארגון הבריאות הבינלאומי. חלק מההגדרה כולל את המשפטים הבאים – "... המיניות היא האנרגיה הדוחפת אותנו למצוא, אהבה, קשר, חום ואינטימיות. היא מתבטאת בדרך שבה אנו חשים, נעים, נוגעים והדרך שבה נוגעים בנו. להיות מיני זה בעצם להיות חושני..."

הגדרה זו מתאימה להשקפה המקובלת ע"י רוב הסקסולוגים שיחסי מין הם שילוב של מה שקרוי בפי העם "משחק מקדים" ושל המגע הכולל חדירה של אברי המין. ה"משחק מקדים" הוא בעצם חלק חשוב ובלתי נפרד מיחסי המין.

בזמנים שונים, כגון בתקופה בטחונית קשה או לא יציבה, ניתן להגביר את החלק הראשון של יחסי המין על חשבון החלק השני, אך בשום אופן לא לוותר על מגע כלל.

מגע של חיבוק, מסאז' הדדי ועוד ועוד ככל העולה על רוח הדמיון שלכם, יעזור לכם בהרפיה כללית של הגוף בתוספת הנאה מינית מסוג אחר.

אין ספק שרגיעה כזאת אצלכם תורגש ותושרה גם על בני המשפחה האחרים, בעיקר הצעירים שבהם.

**זכרו – ההנאה הגופנית היא מתנה הניתנת לנו בחינם ומותר לנו לנצל אותה גם ואולי בעיקר בימים קשים.**