

Tekst til Hverdagsliv lørdag 13.09.14

Av Beate Alstad

SEKSUELLE FANTASIER

Men hvorfor fantasierer vi egentlig om sex?

Seksuelle fantasier er våre egne mentale bilder som oppfattes som erotiske eller seksuelt opphissende og de kan inntreffe bevisst eller ubevisst.

Målet for de fleste er at fantasiene skal være til hjelp for å bli seksuelt opphisset, og derfor kan en si at fantasier er viktig i forhold til seksuell lyst.

Sexfantasier er vårt frirom, de er sunne, de styrker og krydrer sexlivet vårt. Jo villere de er, jo mer opphisset blir vi.

Hva vi får lyst av kan variere fra gang til gang. Noen blir seksuelt tent av bilder, andre av en fortelling eller sanseopplevelse..

Sexfantasier er et allment fenomen som kan omhandle alt fra utradisjonelle steder å utfolde seg, til bruk av leketøy, kostymer og lenker.

Blir du opphisset av en uniform, lakk, lær, støvletter, trær eller åpne plasser? En kan ha fantasier om det meste i denne verden. For at det skal fungere som en tenning må det kobles til noe seksuelt.

Tenner du på ballonger vil ikke det si at du er konstant tent hvis du er i en bursdag eller ser noen som går med ballong 17mai. Tar du derimot med deg ballongen i sengen kan det bli seksuell tenning.

Fantasier kan brukes til å gjøre verden presis som en vil og vi bestemmer helt selv hvem, hva og hvor. Du kan ved hjelp av fantasier ha opplevelser som gir spenning, eventyr, selvfølelse og nytelse.

Dette er fantasier som en kan styre, og hvor du er din egen filmregissør som bestemmer handlingen.

En amerikansk undersøkelse viser at menn oftest fantasierer om å ha makten og bestemme, enten ved å dominere to kvinner på en gang, eller ved rollespill og andre utskeielser, imens kvinner oftest fantasierer om å gjøre noe forbudt og umoralsk.

Å oppleve å ha fantasier knyttet til seksuell aktivitet som er annerledes, forbundet med tabu og i konflikt med loven trenger ikke å bety at det er noe galt med deg. Det er faktisk vanligere enn en tror.

Men det kan virke skremmende, og det er dessverre mange kvinner og menn som kan føle at de gjør noe "ulovlig" ved å ha slike seksuelle fantasier.

I RFSU sin undersøkelse om nordboeres sexliv oppgir 47 prosent av nordmennene at de har seksuelle fantasier som de ikke lever ut. De ønsker at fantasiene skal forbli nettopp fantasier, for det er jo det som er hele konseptet med fantasier.

Det er like så greit, for det hadde skapt mye ugreie i et forhold hvis man skulle leve ut alle sine fantasier. Ikke minst at det å sette fantasier ut i live som skader andre kan være straffbart.

Fantasier representerer en nytelse i seg selv, og de gir adgang over i en "annen verden".

For å finne din "verden" av seksuelle fantasier; prøv å sette av tid til deg selv, tenk etter hva som tenner deg og fantasier fritt.

Klarer du dette så tenk at du er heldig som blir tent av fantasien din, og prøv å gjøre den til en seksuell styrke hos deg!

God helg Telemark.