

克服性交的「痛」與「懼」

陳玉梅

香港明愛性治療服務 性治療師

小玲與志偉是一對結婚 6 年的夫婦，6 年裡嘗試了無數次的性交，但也不能『成功進入』，正當夫婦因生育問題而徬徨的時候，經朋友介紹下，接受了性治療服務。

治療師在首次會晤小玲與志偉時，已發現他們有共同而一致的求助動機 – 希望如其他『正常』夫婦一般，可以享受自然的性愛並孕育自己的嬰孩。小玲與志偉是虔誠的教徒，自少對『性』接觸很少，年少時不敢自慰，也未有與朋友談論『性』這課題。婚前性行為當然也沒有了。故此婚後第一次時，大家都感到尷尬，戰戰兢兢。小玲一聲叫『痛』，志偉已不敢前進。久而久之，大家都適可而止，迴避了正面交鋒，祇以愛撫滿足彼此性慾，志偉更因小玲時常叫『痛』，自己也緊張起來，導致『不舉』。

治療師對小玲及志偉的主動求助作了鼓勵及欣賞，並對他們的問題作出詳細評估，排除了生理因素後，探究其原因是夫婦二人性觀念與知識不足。他們的性問題，與小玲個性緊張，焦慮及經常聯想起首次不愉快性經驗有關。

要協助小玲與志偉治療成功，治療師看準夫婦二人宗教背景及其互相愛護之情。治療師鼓勵他們肯定婚姻中的性愛是『神』所喜悅的，當中不單是為了生兒育女，更是夫婦二人靈裡結合及無私奉獻的象徵。

治療師邀請了小玲及志偉共同釐訂治療的目標、節數與內容，並鼓勵他們一起分享對治療的期望和感受。在治療過程中，第一階段治療集中在『性愛』的意義及良好性生活的元素，當中包括『性』觀念及男女性心理的分享及反思。小玲及志偉認同夫婦性愛在婚姻中的重要性，同意夫婦二人要彼此溝通、協調和滿足，當中更以『愛』為基礎，強調彼此尊重及接納。第二階段治療則在於加強夫婦二人對自己及伴侶的身體性徵的認識及感覺。在治療師的引導下，小玲和志偉透過夫婦『身體按摩』練習更了解自己與伴侶的性反應及身體變化。面對伴侶溫柔的按摩及『愛』的分享，小玲與志偉都放鬆了緊張的心情，愛撫比以前更激烈及投入。志偉也因此而克服了『不舉』。第三階段治療，集中處理小玲的緊張和焦慮。在治療師的鼓勵下，小玲進行了個人練習 – 學習自慰及性幻想。並把手指放入濕滑的陰道內。透過心理輔導，治療師強化了小玲的心理質素，鼓勵小玲自我肯定和學習放鬆，讓志偉嘗試逐步『進入』。在緊張的

時候，治療師鼓勵小玲深呼吸，並在心裡提醒自己：『志偉是我心愛的丈夫，我要放鬆，讓他進入，共享夫婦神聖的性愛。』經過數次練習及志偉溫柔的鼓勵及勇敢的慢慢進入，不再退縮。小玲與志偉終於克服性交的『痛』與『懼』了。

『我們成功了！』治療師至今也難忘小玲和志偉面上流露的喜樂，還有小玲眼中的淚水..... 克服性交的『痛』與『懼』，除了給予小玲和志偉性生活的更新與歡愉外，更重要是重建了他們的信心及鞏固了夫婦二人彼此的愛 - 共同承擔及克服困難的精神。（當事人資料已作修改）

香港明愛性治療服務查詢：

香港區：曹兆源先生 (2555 1993)

九龍區：張秀嫻姑娘 (2383 3377)

新界東：阮玉蓮姑娘 (2649 2977)

新界西：古錦榮先生/陳慧玲姑娘 (2474 7312)