

Zeka – Seks Arasındaki İlişki

Bu yazımda sizlerle seksle ilgili bazı araştırma sonuçlarını paylaşmak istiyorum. Son dönemde yapılan araştırmalar zeki kadınların seksten daha fazla zevk aldıklarını gösteriyor. Duygusal zekaları yüksek olan kadınlar seks sırasında birden çok orgazm oluyorlar. Yani duygularının farkında olan ve duygularını iyi yöneten kadınlar seksten aldıkları zevki de partnerlerini de iyi bir şekilde yönetebiliyorlar. Ne istediklerini, neyden zevk aldıklarını karşı tarafa kolaylıkla iletebiliyorlar. Bu da tabii seksten alınan zevki katlıyor. Başka bir araştırma sonucu ise çok ilginç: Eğitim düzeyleri yüksek olan kişilerin seks partneri sayısı eğitim düzeyi düşüklere göre daha az olduğu bulunmuş. Yani daha çok okuyanlar daha az sayıda kişiyle birlikte olmuşlar. Araştırmacılar bir de şu hipotezi savunuyorlar: Zekilik seks yapma sıklığıyla ters orantılı. Bu şu demek: Zeka oranınız yüksekse partnerinizle daha az sıklıkta beraber oluyorsunuz ya da çok fazla seks yapmaya ihtiyaç duymuyorsunuz. Özellikle iş hayatı yoğun olanlar, kariyerinde yükselmiş kişiler için seksin arka planda kalması konusu var.

Üniversite ve lisansüstü eğitim alan kadınlarda bekarlık oranı yükseliyor. Çok yüksek IQ grubundaki kadınların evlenme oranları düşüyor. Çocuk sahibi olma yaşı ileri kayıyor. Eş seçiminde standartların yükselmesi, kariyer hedeflerinin önem kazanması ve uyumlu bir partner bulmanın zorlaşması kadınların evlenme oranlarının düşmesinde rol oynamakta. Cinsellik açısından ise duygusal ve zihinsel uyuma daha çok önem verme, rastgele ilişkilerden daha düşük tatmin olma durumu mevcut.

Peki erkeklerde durum nasıl diye bakacak olursak; yüksek IQ'lu erkekler geç yaşta evleniyor. Daha yüksek ilişki istikrarı gösteriyor, riskli cinsel davranışlara daha az giriyor. Ancak erkeklerde yüksek zeka ile cinsel partner sayısı arasındaki ilişki kadınlara göre daha az bulunmuştur. Bazı çalışmalarda yüksek IQ'lu erkeklerin partner sayısının ortalamadan yüksek olduğu bile görülmüştür.

Sonuç olarak zeka yükseldikçe cinsel dürtünün azalması değil; cinsel davranışların daha seçici, daha planlı ve daha az dürtüsel hale gelmesidir. Bu eğilim özellikle kadınlarda daha belirgin görünmektedir.

Cinsellik çok önemli bir konudur. Çünkü sağlıklı cinsel hayata sahip olan kişilerin mutluluk seviyeleri artar. Daha sağlıklı ve enerjik hissetmek, hayattan daha tatmin olmak kolaylaşır. Seks vücuttaki stresi azaltır. Ayrıca beyinde endorfin üretimini artırır. Bu kimyasal molekül, dopamin ve serotoninle birlikte, sakinlik verip tatmin hissi yaratır. Yani seks keyif maddesi haline gelir; endorfin, serotonin ve dopamin coşku yaratır. Bu nörotransmitterler kendinizi daha formda hissetmenizi sağlar. İyi haber: Sevişme sırasında harcanan kaloringin zayıflatıcı etkisi var. 20 dakikalık bir ilişkide 200 kalori kaybediliyor. Bu yarım saat tenis oynamakla eşdeğer. İyi bir seks yaşantısı olumlu düşünmeyi sağlar. Orgazm sonucu serbest kalan enerji, olumsuz düşüncelerin ve takıntıların oluşmasını önler ve olaylara karşı olumlu bir bakış açısı kazanmanızı sağlar. Artık gerisi size kalmış...

Mutlu bir ay diliyorum..

Klinik Psikolog Pınar OR