

Почему **мужчины** теряют **желание**

Им не нужен секс без любви, им не нужен секс по требованию, им, похоже, вообще не нужен секс. В это трудно поверить, но миф о том, что все без исключения мужчины отличаются повышенной сексуальностью, судя по всему, уходит в прошлое.

Мужчинам больше неинтересно быть «секс-машинами»? Возможно: на консультации у психолога они все чаще жалуются на проблемы с либидо*. Сами они и их жены или подруги могут считать, что дело в физиологии или возрасте, но в действительности это не так. «Физические причины яв-

ляются основными очень редко – не более чем в 7–10% случаев, – говорит сексолог Борис Егоров. – Все остальные сложности – психологического характера». Похоже, что факторов, приводящих к тому, что мужчины занимаются любовью реже и с меньшим энтузиазмом, довольно много. Каковы они?

|| МОГУЩЕСТВО ЖЕНЩИНЫ

Мужчины общаются с женщинами с самого раннего возраста: мама, бабушка или старшая сестра лепят характер мальчика, нередко делая это по собственному образу и подобию. Тем самым они закладывают стереотипы специфически женского поведения, и, если при этом ребенок не видит, как ведут себя в жизни мужчины, в его характере появляются женские черты. Особенно ярко это проявляется, когда окружающие поощряют и культивируют в мальчике послушание и уступчивость. «Когда этот малыш, ■■■

ФОТО: ZEFACORBIS/RPG



Новые условия жизни, новые требования женщин... и новые проблемы с мужским либидо.

■ ■ ■ впитавший женственные манеры своей матери, станет мужчиной, он будет ласковым и милым, но вести себя по-мужски ему будет трудно – как в жизни вообще, так и в постели, – говорит Борис Егоров. – И его партнерша будет страдать от того, что живет с мужчиной, который на психологическом уровне является женщиной». Но даже если мужчине в целом свойственно маскулинное поведение, женщина вполне способна подавить его. «В последнее время муж все время ссылается на усталость и сразу засыпает, – рассказывает 35-летняя Алена. – Не то чтобы я очень страдала от этого физически, я боюсь, что у него есть другая». Не проявляющий сексуального желания мужчина не обязательно проводит время с любовницей – причиной его холодности, возможно, является ситуация в семье. «Женщина, для которой сексуальные отношения не особенно значимы, может неосознанно изжить влечение и в своем партнере, – поясняет Борис Егоров. – К примеру, догадавшись или услышав, что тот хо-

вля в постели говорят о неискренности отношений». Используя секс как рычаг управления, предлагая ласки лишь в обмен на шубу или кольцо, женщина рискует дожидаться категорического отказа от этих ласк уже со стороны партнера. «В таком случае главным становится не секс, но власть, – говорит семейный психотерапевт Инна Хамитова. – Мужчине кажется, что женщина им манипулирует, он не желает подчиняться и отказывается от секса вообще. Борьба за власть внутри пары нередко может привести к тому, что из игры, приносящей чувство близости и удовольствия, секс превращается в унижительную бухгалтерию». Женщина, требующая от своего партнера слишком многого, может столкнуться с его нарциссическим** нежеланием отдавать, растрчивать самого себя. «Нарциссических, самовлюбленных мужчин в последнее время становится все больше, – говорит клинический психолог, психотерапевт Елена Т. Соколова. – Однако даже у человека, по природе своей не склонного к нарциссизму, в моменты внутреннего истощения может проявиться такая установка: «Меня и на себя-то не хватает, а на остальных расплескивать свою энергию я тем более не буду». Открыто и честно признать себя истощенными мужчины не могут – это было бы слишком большим ударом для их грандиозного и в то же время столь раннего «я». И тогда они просто предпочитают уклоняться от сексуальных отношений, сбегать – это такая же рефлекторная реакция психологической защиты, как закрыться с головой

одеялом и не двигаться. Женщине стоит уловить намек на действительно крайнюю форму внутреннего истощения мужчины и не обижаться, а попытаться прочувствовать состояние партнера и поверить ему».

II С ВОЗРАСТОМ ПОЯВЛЯЕТСЯ ВЫБОР

В жизни каждого человека бывают различные периоды, и по мере того, как они сменяют друг друга, меняются и наши приоритеты. «В 16 лет я, по-моему, ни о чем, кроме секса, и не думал, – говорит 37-летний менеджер Юрий. – А сейчас выбираю: заняться любовью с женой или пораньше заснуть перед трудным днем на работе? Часто второе желание пересиливает, и секс переносится на следующую ночь». Большинство взрослых мужчин думают о сексе несколько раз в сутки, однако он уже не занимает их мысли безраздельно. «Секс, бесспорно, важная область сосредоточения энергии и интереса, – размышляет Елена Т. Соколова, – однако с годами число таких областей возрастает. Со временем для многих мужчин сексуальные игры или вопросы продолжения рода отходят на задний план, уступая место социальным достижениям или даже хобби. Катание на горных лыжах, к примеру, некоторых мужчин занимает куда больше, чем секс, а физически ощутимого удовольствия приносит почти столько же». Современная жизнь предоставляет нам большой ассортимент разнообразных удовольствий. Секс по-прежнему занимает высокое место в их иерархии, однако и конкурентов у него немало. «Возможностей удовлетворить

НЕСТАНДАРТНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ

Мужчина, постоянно отказывающий женщине в сексе, может просто не интересоваться женским полом, но не отдавать себе в этом отчета. «Скрытая, латентная гомосексуальность необязательно реализуется в интимных отношениях, – говорит клинический психолог Елена Т. Соколова. – Просто партнер противоположного пола кажется менее привлекательным». Может быть и так, что женщина, жалующаяся на половую холодность партнера, от нее вовсе не страдает: в отношениях ее больше привлекает статус замужней женщины, материальный комфорт, теплая привязанность. К тому же она и сама может считать представительниц своего пола привлекательнее мужчин. «Такие женщины не вызывают у мужчин сексуального возбуждения, их глубинная привлекательность отдана женщинам, – поясняет Елена Т. Соколова. – И выбор ими мужчин, с которыми сексуальные отношения невозможны или затруднены, также может определяться тем, что в глубине души они не считают мужчину привлекательным сексуальным объектом». Такие отношения могут длиться годами и устраивать обоих супругов. Однако при возникновении каких-либо проблем в семье человек, которого привлекают партнеры своего пола, обычно находит в себе силы признать свою истинную ориентацию и начать поиск спутника, который бы подходил ему в полной мере. ■ Ж. С.



© ФОТО: ZEFACORBIS/RPG

свою тягу к наслаждениям сегодня множество, – говорит Елена Т. Соколова. – Конкретный способ, которым мы добиваемся желанной цели, для некоторых людей перестает быть столь важным. А для нарциссических личностей такое поведение особенно характерно, поэтому и появляется своего рода сексуальная всеядность. В этой ситуации секс перестает быть формой уникальных взаимоотношений между двумя людьми, а становится просто товаром, который можно приобрести наряду с другими». В этом качестве секс

быстро обесценивается и теряет свою привлекательность: пресыщение ведет к усталости. «Если рассматривать сексуальную жизнь только с точки зрения получения удовольствия, – предупреждает Борис Егоров, – то естественным желанием становится совокупление с максимальным количеством партнеров. А это приводит к тому, что интерес к интимной сфере пропадает». Отсутствие любовного желания может быть и реакцией на то чрезмерное внимание, которое общество уделяет сексу. «Благо-

даря сексуальной революции сложился устойчивый миф: каждый мужчина должен быть готов к сексу всегда, с кем угодно и при любых обстоятельствах, – говорит Инна Хамитова. – Но когда человек понимает, что не соответствует завышенным требованиям общества, у него возникает своеобразная бессознательная защита – отказ от секса. Так мужчина выходит за рамки травмирующей ситуации и сохраняет себя как личность».

III НАДО ПРЕУСПЕВАТЬ ВЕЗДЕ

Женщины поощряют стремление противоположного пола к социальной успешности и материальным достижениям. Но у этого процесса есть и обратная сторона: мужчины начинают проводить на работе слишком много времени, и вечером у них хватает сил только на то, чтобы поужинать. Эта ситуация женщинам, разумеется, нравиться уже никак не может. «Конечно, я должна понимать своего мужа, который слишком устал, чтобы заниматься любовью, – рассказывает 46-летняя Татьяна. – Но я уже пятый месяц его понимаю, и это начинает мне надоедать». «Я бы расценил постоянное пребывание на работе как одну из форм отказа от сексуальной жизни, – комментирует проблему Борис Егоров. – Если ситуация затягивается, женщине надо не сердиться, а задуматься, почему муж прячется от нее в офисе. Как правило, если сексуальное желание есть, мужчины находят силы для любви». Предпочтение работы сексу может говорить еще и о том, что мужчина просто не в состоянии добиваться успеха сразу во всех областях. ■ ■ ■

Есть вопрос?

Общество семейных консультантов и психотерапевтов, т. (495) 517 7524.

Российская медицинская академия последипломного образования, кафедра психотерапии, медицинской психологии и сексологии, т. (495) 193 9671.

Санкт-Петербургский гуманитарный институт сексологии, т. (812) 237 1852.

Об этом

Мишель Фуко
«Воля к истине:
по ту сторону
знания, власти
и сексуальности»
Касталь, 1996.

Сборник работ выдающегося французского философа, чье творчество во многом определяло интеллектуальную атмосферу последних десятилетий.

«Попробуйте представить, что чувствует такой трудоголик, – предлагает Елена Т. Соколова. – Может быть, супружеский секс действительно стал для него механическим, и это ему неприятно. Но возможно, он понимает, что не может проявить себя в постели так же замечательно, как на работе, и просто боится фиаско».

II ПРЕДМЕТ МАНИПУЛЯЦИИ

Долгое время сексуальными манипуляторами считались женщины: ссылаясь на головную боль или усталость, они заставляли изнемогающих от страсти партнеров выполнять их желания. Равноправие полов приве-

ло к тому, что эту модель поведения усвоили некоторые мужчины. «Когда Саша предложил мне поехать к нему домой, я очень обрадовалась, – рассказывает 25-летняя Мила. – Но он добавил: «Только секса у нас сегодня не будет». Наш роман продолжался, но периодически он отказывал мне. Я очень переживала, думала, что со мной что-то не так. В конце концов мы расстались, а потом я узнала, что была не первой, кто попал в такую же ситуацию с Сашей». «Женское», манипулятивное поведение мужчины может говорить о многом. Возможно, он стремится быть хозяином положения и контролировать отно-

шения. «Отказ создает интригующую ауру, – говорит Елена Т. Соколова. – Дразня и не удовлетворяя желания партнера, мы обретаем над ним власть. Однако это странный способ оставить след в душе другого. Возможно, что человек, который его практикует, просто бесчувственный, пустой внутри и боится, что в близких отношениях его пустота станет заметной». Отношения с женщиной, у которого сформирован страх привязанности, скорее напоминают приятельство, нежели любовь. «Он боится зависимости – неперемногого спутника любви, – рассказывает Елена Т. Соколова, – а потому считает сексуаль-

ные отношения слишком близкими. Так холодные матери откупаются от детей игрушками, но в свою душу их не пускают. Они и соблазняют, и отталкивают, и ребенок чувствует эту двойственность отношений. Если речь о мальчике, то, став взрослым, он может вести себя с женщинами так же, как когда-то вела себя с ним его мать».

II ШАНСЫ НА ЛУЧШЕЕ

Наши представления о маскулинности сегодня грозят рухнуть. «Мужчинам, как и женщинам, присущи чувствительность и сентиментальность, – говорит Инна Хамитова. – Мальчикам запрещают плакать, на их чув-



ства налагают табу, но это не значит, что они исчезают навсегда. Сейчас отношение общества к мужским эмоциям изменилось: душевные проявления представителей сильного пола ценятся выше и уже не вызывают недоумения». С раннего детства перенимая как лучшие, так и худшие чер-

ты своих матерей, мужчины все больше напоминают женщин. Они получили свободу быть более чувствительными – и воспользовались ей на все сто. Они больше не хотят заниматься сексом без чувств, терпеливо сносить отказы, добиваться успеха во всем и удовлетворять желания своих подруг, забывая о собственных. Наконец, у них действительно иногда болит голова, и они хотят нежности, ласки и понимания. Это противоречит нашим стереотипным представлениям о «женском» и «мужском» в целом, но в этом есть и свой плюс: то что мужчины и женщины все больше походят друг на друга, может быть, позволит им лучше друг друга понять. ■

ЖАННА СЕРГЕЕВА

* ЛИБИДО – это понятие ввел Зигмунд Фрейд для обозначения сексуального влечения, которое он считал основой всей мотивации человека. Часто его используют расширительно, обозначая им всю энергию бессознательных влечений, приводящих в движение наше поведение.

** НАРЦИССИЗМ – преувеличение собственного значения и повышенная озабоченность вопросами самоуважения.

ФОРУМ

Обсудить вопросы взаимоотношений в паре вы можете в разделе «Двое» на сайте

www.psychologies.ru

Двигаться навстречу друг другу

Мы примеряем на себя модели поведения, обычно свойственные противоположному полу: мужественных женщин и женственных мужчин становится все больше. Психолог Александр Орлов* считает, что причина этого – глобальные изменения современного мира.

Psychologies: Мы словно делимся друг с другом своими ролями – мужчины все больше похожи на женщин, и наоборот. От чего это зависит?

■ Александр Орлов: Одно из главных направлений развития в нашем стремительно изменяющемся мире – линия уни-секс, сближение полов, ведущее к переменам как во внешнем облике, так и в устройстве внутреннего мира мужчины и женщины. Причина этого – унификация профессиональной и социальной активности людей, относящихся к раз-

ным полам: в офисе и он, и она по сути дела одинаковые клерки. Наступает конец культуры мачо. Скоро такие мужчины останутся лишь в неких виртуальных резервациях – романах, фильмах жанра «экшн». То же касается и женщин – традиционная женщина-феминка уходит в прошлое.

Каким образом это скажется на сексуальных отношениях?

■ Стремление к индивидуальному успеху, материальным ценностям все больше захватывает представителей сильного пола. Секс перестает быть главным, и, если взглянуть на ситуацию с традиционной точки зрения, едва ли не любая женщина сегодня имеет право сказать своему партнеру: «Ты не мужчина». Это неверно: безусловно, это мужчина – просто нового психотипа. Он может ездить на «хаммере», одеваться в стиле «милитари», качать мускулы, но внутри он не мачо и никогда им не будет – слишком изменились условия его жизни. Во всем мире на смену старому идут новые технологии, возможности и схемы отношений. И Россия является частью общемирового тренда.



* Александр Орлов – доктор психологических наук, директор Института практической психологии Государственного университета – Высшей школы экономики, автор книги «Психология личности и сущности человека» (Академия, 2002).

ФОТО: ZEFACORBIS/IFPG

