



Лекция № 4

Психология сексуального поведения



План лекции

1. Понятие сексуального поведения человека.
2. Особенности мужской и женской сексуальности
3. Любовь и развитие сексуальных отношений.
4. Формы сексуального поведения.

Понятие сексуального поведения

- ▶ Термин заимствован из биологии и в ее рамках является синонимом репродуктивного поведения. И то и другое используется для обозначения комплекса физиологических и поведенческих реакций, направленных на удовлетворение сексуальной потребности, в результате которой на свет появляется потомство. В отношении человека два указанных термина постепенно обособились и приобрели разные значения. В современных условиях сексуальное и репродуктивное поведение человека часто становятся практически автономными друг от друга.
- ▶ Сексуальное поведение человека – это система действий и отношений, которые опосредуют удовлетворение сексуальной потребности. Реализуя такое поведение, человек преследует определенные цели на основе использования биологических механизмов, однако в конкретной приемлемой для него как личности форме. Помимо собственно полового влечения сексуальное поведение человека направлено на удовлетворение целого ряда потребностей и, следовательно, в отличие от мира животных, радикально меняется личностный смысл занятия сексом.

Цели сексуального поведения человека



Традиционно – деторождение; однако в современном малодетном обществе, условием большинства форм сексуального поведения чаще является защита от нежелательной беременности, чем ее наступление



Релаксация, снятие сексуального напряжения



Эротизм, чувственное наслаждение



Удовлетворение любопытства

Цели сексуального поведения человека



Испытание чувства психологической интимности, слияния с другим человеком



Самоутверждение, получение доказательств собственной сексуальной состоятельности



Достижение внесексуальных выгод



Ритуал, а также средство поддержания здоровья и защиты от скуки

Факторы, детерминирующие сексуальное поведение человека

- • **Общественные нормы, ценности, запреты и правила**, то есть социальные условия, в которых оно реализуется. Несмотря на то, что вектор изменения этих условий в современном мире все больше склоняется в стороны терпимости и толерантности, историческое и географическое разнообразие данного фактора весьма велико.
- • **Уровень развития индивида, его личная история и индивидуальные особенности**. Сексуальное поведение всегда проходит через призму индивидуальной психики.
- • **Взаимоотношения с сексуальным партнером** (партнерами). Хотя некоторые формы сексуального поведения не требуют обязательного присутствия другого человека (мастурбация, сексуальные фантазии), решающее значение имеют формы парного взаимодействия.

Особенности мужской сексуальности

Наличие выраженной юношеской гиперсексуальности

- Начинается в подростковом возрасте и продолжается в течение 2-3 лет после завершения пубертата
- Характеризуется повышенной половой возбудимостью и ростом эротических интересов и фантазий

«Раздвоенное» восприятие женщин

- Первый, положительный образ наделялся чистотой, невинностью, отвращением к половой жизни, а второй являл собой соблазн, «похоть».

Страх перед доверительными отношениями с женщиной

- Возможные причины:
- В раннем возрасте – неравноправные отношения с матерью
- В подростковом возрасте - проявление негативизма к женскому полу
- В юношеском возрасте - нежелание потерпеть фиаско как инициатору знакомства и опасение оказаться несостоятельным при интимной близости

Особенности мужской сексуальности

Предметно-инструментальный характер

- Секс – не только удовольствие, но и «работа», которая обязательно требует успешного завершения
- Особое значение придается количественным показателям - количеству половых актов, числу женщин, размерам полового органа (в молодости)
- Сексуальные ощущения связаны, в основном, с коитусом, удовлетворение наступает достаточно быстро

Более широкий спектр раздражителей сексуального возбуждения

- Сексуальное возбуждение происходит под воздействием более разнообразных раздражителей (особенно зрительных и обонятельных)

Зависимость от темперамента и состояния здоровья

- В то же время уровень сексуального темперамента может не совпадать с сексуальными потребностями человека
- Мужчины, в среднем, дольше сохраняют способность к репродуктивной активности.

Особенности женской сексуальности

Отсроченное развитие

- Развивается медленнее, чем мужская, хотя девочки созревают раньше, чем мальчики. Сначала появляется потребность в психологической близости и лишь потом — эротические чувства.

Сочетание кокетства и стыдливости

- Кокетство — комплексная непроизвольная поведенческая реакция, в основе которой лежит побуждение привлечь к себе внимание.
- Смысл проявления женщиной стыдливости и застенчивости состоит в том, чтобы показать, что хотя она и стремится привлечь к себе внимание мужчины, но это происходит у нее помимо ее воли, против ее желания. Однако именно это и является для мужчины выраженным сексуальным стимулом.

Особенности женской сексуальности

Тесная связь с физиологическими проявлениями

- Женская сексуальность тесно связана с менструальным циклом. Экспериментально установлена повышенная сексуальная реактивность после окончания менструации и ее снижение во второй половине цикла. Для многих женщин характерен предменструальный синдром, проявляющийся в раздражительности и эмоциональной лабильности.

Большая психологичность

- Женская сексуальность отличается гораздо большей психологичностью. Степень удовлетворенности отношениями зависит не столько от телесных реакций (возбуждение, оргазм), сколько от психологических факторов (эмоциональное благополучие и, взаимопонимание в отношениях с партнером).
- Однако под влиянием «сексуальной революции» во второй половине XX века достижение женского оргазма превратилось в абсолютную цель, к достижению которой стремятся представители обоих полов.

Атрибуты любви как ядра и апофеоза сексуальной жизни

- Ядром сексуальной жизни мужчины и женщины является любовь – **чувство, которое связано с открытием «особого» другого человека и всепоглощающей устремленностью на него.** Помимо эмоционально-чувственного эротического компонента **любовь**, в отличие от мимолетного влечения,
- всегда включает в себя **осознание неповторимости, уникальности того человека**, на которого направлено любовное чувство.
- Другой обязательный атрибут любви – **стремление отдавать, а не потреблять**, действовать во благо любимого человека даже вопреки своим интересам и желаниям.
- Наконец, подлинным критерием любви является ощущение, возникающее **при потере любимого**, как временной, так и безвозвратной. При влюбленности возможна «адекватная замена» партнера без какого-либо ущерба для человека, а при потере любимого **человек теряет смысл жизни**, и заменить его (ее) представляется невозможным.

Классификация стилей любви (из древнегреческой мифологии, по И.С. Кону)

эрос

- Страстное физическое влечение, стремлением к полному физическому контакту, обладанию и единению с партнером

людус

- Легкая гедонистическая игра без обязательств с целью получения взаимного наслаждения, флирт. Расставание с партнером чаще всего не оставляет в душе травмирующих переживаний

сторге

- Нежная любовь-дружба, верная и надежная; главное в отношениях - эмоциональная поддержка, эмпатия, равноправие и уважение друг друга.

прагма

- Взаимная забота, контролируемая рассудком; партнеры являются, скорее, компаньонами и нуждаются друг в друге, пока их сотрудничество является «выгодным»

мания

- Одержимость с подозрительностью и ревностью; характеризуется стремлением к тотальному обладанию партнером. При разочаровании в партнере его образ резко меняется от «идола» до «полного ничтожества».

агапе

- Бескорыстная самоотдача, растворение в объекте любви, аналог материнской любви. Однако в супружеских отношениях асимметричная самоотдача может привести к лишению партнера возможности актуализировать себя в роли «дающего»

Трехкомпонентная теория любви Роберта Стернберга (1986)



Любовь в развитии согласно теории «кристаллизации» (Стендаль, 1822)



Восхищение предметом любви

Изучение предмета любви

Зарождение любви и первая кристаллизация чувств

Рождение сомнения (Почему и за что я любим?)

Вторая кристаллизация чувств

Классификации возможных вариантов сексуального поведения человека

Уровень сексуальной активности

- Воздержание (сексуальная абстиненция)
- Относительная норма
- Промискуитет

Наличие (отсутствие) партнера

- Мастурбация и сопровождающие ее эротические фантазии
- Различные формы некоитального взаимодействия (петтинг, поцелуи, эротические танцы)
- Коитус (совокупление, копуляция, половое сношение, половой акт)

Сексуальная ориентация

- Гомосексуальность
- Бисексуальность
- Гетеросексуальность
- Асексуальность

Контекст, в котором реализуется сексуальное поведение

- Модель У. Мальца на следующем слайде

Многоуровневая модель конструктивных и деструктивных проявлений сексуальности (W. Maltz, 1986)

