Автор: Nightwarden
15.09.2008 05:00 -

Мифы и комплексы

Проявления человеческой сексуальности мифологизировались во всех культурах. Легенды и мифы в сфере секса, отражая сферу бессознательного, порождают сексуальные комплексы, которые всегда окрашены негативными переживаниями: страхом, тревогой, неуверенностью, чувством неполноценности, греховности и т.п.

Рассмотрим основные сексуальные комплексы.

Комплекс Отелло

Состоит в патологической ревности к объекту любви. К этому комплексу наиболее часто предрасположены лица с недостаточно высокой самооценкой, провоцирующей страх быть осмеянным, потерять собственное достоинство. Патологическая ревность порождает подозрительность вплоть до бредовой трактовки ситуации. Комплекс часто проявляется при злоупотреблении алкоголем.

Комплекс Дон Жуана

Состоит в эгоистической манипуляции сексуальным партнером. Стендаль писал: "Дон Жуан отвергает все обязанности, связывающие его с другими людьми. На великом рынке жизни это недобросовестный покупатель, который всегда берет и никогда не платит".

Увеличение количества сексуальных контактов в данном случае рассматривается как череда "побед" и служит повышению самооценки, укрепляет самоуважение. Главными стимулами являются фактор новизны и внешние атрибуты "победы". "Дон Жуан" боится длительных связей и глубоких чувств.

Комплекс Вертера

Сексуальность вне телесности, когда отношение к женщине оторвано от действительности, излишне возвышено и романтично. Для этого типа мужчин характерно отношение к женщине как матери, в адрес которой недопустимы и предосудительны не только сексуальные деяния, но даже эротические помыслы.

Комплекс Алисы в стране чудес

Проявляется у женщин, живущих в мире грез и фантазий. Их безудержное воображение создает оригинальный сцена-рий любовных отношений. Для таких женщин вся жизнь —

предвосхищение встречи с мужчиной, являющимся воплощением их фантазий ("ожидание Принца"). Окружающая их действительность заменяется выдуманным миром, а реальный мужчина — воображаемым. Понятно, что часто такая женщина либо обречена на одиночество, либо способна на совершение неадекватных поступков.

Комплекс Дианы

Состоит в фетишизации факта девственности, целомудрия, непорочности. Комплекс : чаще проявляется на фоне увлеченности какими-либо религиозными теориями.

Проявления комплекса могут сопровождаться психопатологическими симптомами.

Комплекс страха закрывающихся дверей

Описан у женщин после 40 лет, характеризуется все более возрастающим страхом старения и утраты женской привлекательности. Такая женщина стремится выглядеть моложе, направив все усилия на то, чтобы спровоцировать внимание, знаки обожания, ухаживания со стороны мужчин, обычно значительно моложе ее по возрасту. Внешности, нарядам, украшениям придается непомерно большое значение.

В основе этого комплекса лежит чувство неуверенности в себе как в личности.

Комплекс Золушки

Проявляется в ожидании женщиной того героя, который как в сказке выведет ее из серой будничной жизни в мир ярких красок, приключений, богатства и радости. Мечты о необыкновенном, красивом, богатом, умном, сильном мужчине свойственны для раннего периода созревания, но у некоторых они могут сохраняться всю жизнь. Таким женщинам свойственна пассивность: они ждут, когда чудо произойдет без их фактического участия. Надо только дождаться! Реальная действительность расценивается ими как временный этап в их жизни.

Комплекс амазонки

Состоит в специфическом отношении к мужчинам, которые рассматриваются только как участники процесса деторождения. Как мы помним, женщины-воительницы (амазонки) достаточно обходились без мужчин и в мирное, и в военное время и только изредка вступали с ними в короткие связи в целях продолжения рода.

Комплекс ребенка

Бессознательное стремление взрослого человека пребывать в детстве: его пугают

самостоятельность и ответственность за себя и за свою жизнь. В сексуальном партнере он ищет "отца" или "мать", чтобы переложить на них решение собственных проблем. Комплексу подвержены незрелые, инфантильные личности.

Комплекс Иокасты

Проявляется в патологической привязанности матери к сыну, обусловленной глубинными сексуальными мотивами. Такая мать "во имя сына" отказывается от личной жизни, окружает его излишней заботой и любовью.

Комплекс кастрации

Бессознательный страх подвергнуться оскоплению, т. е. лишиться сути, основного признака мужественности. В его основе лежит, по мнению психоаналитиков, глубинный страх наказания ребенка отцом за нежные чувства по отношению к матери. У девочек эти механизмы определяют "зависть" к пенису и ощущение себя неполноценными в сравнении с мужчинами.

Комплекс Квазимодо

Разновидность комплекса неполноценности, когда человек уверен в своей физической непривлекательности, безобразности и даже уродстве.

Комплекс может определять изменение поведенчес-ких реакций, самоизоляцию, аутизм.

Комплекс малого (недостаточного) члена

Вариант проявления идей малоценности у мужчин, основанный на широко распространенном мифе о сексуальных преимуществах мужчины с крупным пенисом. Миф поддерживается бессознательными блоками, связанными с глубинным символическим отождествлением фаллоса и позиции власти, господства, силы. Фиксация происходит в детстве при сравнении себя с отцом. Зачас-тую комплекс малого члена невротизирует личность муж-чины и определяет его неуверенность в себе.

Эдипов комплекс

Основополагающее положение ортодоксального психоанализа, основанное на древнегреческом мифе об Эдипе, убившем своего отца и женившемся на своей мате-ри, не зная того, что они его родители. В основе комплек-са лежит влечение мальчика к своей матери и ненависть к отцу, как сопернику. Будучи неосознаваемым, комплекс Эдипа может определять неудачи и проблемы во взаи-моотношениях взрослого мужчины с женщинами.

Комплекс Электры

Является по своей сути женским вариантом Эдипова комплекса (см. выше).

Комплекс расплаты за онанизм

Основан на широко распространенном мифе о вреде и постыдности мастурбации. Восходит к древности, ког-да бесцельная трата семени рассматривалась как тягчай-ший грех. Страх расплаты за онанизм невротизирует лич-ность и предопределяет в дальнейшем срабатывание механизма "ожидания неудачи", когда тревога влечет за собой фиаско, а оно в свою очередь расценивается как расплата за мастурбацию, усугубляет тревогу и увели-чивает вероятность следующей неудачи.

Диагностика сексуальных дисфункций

Классификация сексуальных дисфункций

В данное время не существует единой, общепри-нятой классификации сексуальных расстройств. Известно, что сексуальные дисфункции бывают индивидуальные, например, такие как нарушения течения полового акта, нарушения оргазма или либидо; и обоюдные, например, такие как сексуальная дисгармония и др. Кроме этого существуют различные сексуальные девиации, включающие в себя сексуальные отклонения и сексуальные извращения.

Терапия и коррекция сексуальных дисфункций

Психотерапевтические методы и методики

Психотерапия играет часто ведущую роль в сек-сологическом лечении. Она может быть как основным методом лечения, так и вспомогательным На-правления, методы, методики и техники психотерапии разнообразны и выбираются специалистом в зависимо-сти от его профессиональных воззрений и предпочтений. Единой психотерапевтической концепции до сих пор не существует.

К. Имелинский (1986) выделил четыре основных на-правления (концепции) психотерапии, использующий различные механизмы устранения сексуальных рас-стройств в ходе лечения:

1. Интрапсихические концепции, представленные немалочисленными психоаналитическими и неопсихоаналитическими направлениями. Согласно этим концеп-циям основную роль в возникновении расстройств адап-тации играют впечатления и переживания раннего детства, а механизмы возникновения как расстройств, так и изменений, происходящих в ходе психотерапии, ос-новываются на процессах, протекающих в бессознатель-ной сфере личности.

2. Экзистенциальные концепции (антропологические, гуманистические,

феноменологические) делают акцент на осознаваемые механизмы, связанные с бытием человека.

3. Бихевиоральные концепции обращают особое внимание на формы поведения человека, основанные на различных способах обучения.

4. Концепции взаимодействия основное внимание уделяют не процессам, происходящим в каждом инди-виде, а процессам взаимодействия (коммуникации) меж-ду людьми. Именно в них они усматривают основные механизмы, приводящие к развитию расстройств взаим-ной адаптации.

Секс-терапия

Метод коррекции сексуальных нарушений, разработанный У.Мастерсом и В.Джонсон, получил большое распространение в сексологической практике под названием «сексуальная терапия».

Метод состоит в работе врача с партнерской пары, которая выполняет ряд специфических эротических упражнений, направленных на редукцию патологического симптома у одного из партнеров, называемого «носителем симптома».

Медикаментозная терапия

Медикаментозная терапия при сексуальных дисфункциях в любом случае должна быть частью комплексной лечебной программы, т.е. восстановление функционирования пациента на всех трех уровнях: социальном, психологическом и биологическом.

Чаще всего при лечении применяются такие лекарственные препараты, как: средства, оказывающие возбуждающее действие, психотропные средства, витамины, гормональные препараты и т.д. Кроме этого, активно используют вспомогательные методы (физиотерапия, лечебная физкультура, специальные диеты и т.д.)

Методы и методики древних восточных культур

Тантрическое учение, непосредственно соприкасаю-щееся с йогой, особое внимание уделяет сексуальности человека. Приверженцы Тантры в определенной мере обоже-ствляют секс, придают ему изначальный мистический смысл, но в то же время теория и практика многих восточных методов и методик достаточно значи-мы для современной сексологии и сексопатологии. Рас-смотрим суть некоторых из них.

1. Циркуляция энергии

С точки зрения тантрических и даосистских учений, че-ловек — это не что иное, как бесконечный поток энергии, а любовная игра — искрометный танец мироздания.

Восточная медицина понимает здоровье как гармо-ничную циркуляцию по телу жизненной энергии; если она застаивается или блокируется — возникает болезнь. Жиз-ненная энергия, согласно ее представлениям, кон-центрируется в семи центрах (чакрах), их проекции на тело располагаются от области половых органов и до ма-кушки головы.

Тантра утверждает, что когда влюбленные находятся в плотных объятиях, происходит взаимообмен тонкими ви-дами энергии. А любовная игра — идеальное состояние, стимулирующее циркуляцию энергии.

"...Творя любовь с партнером, будьте восприимчивы и вы сможете почувствовать, как ручейки энергии стру-ятся по спине, вдоль рук и ног. Вы можете усилить это пе-реживание, представив, как кончики пальцев излучают лучики голубого света".

Визуализация

Тантрические и даосистские учения большое значение придают воображению, и особенно — визуализации. Визуализация — это сознательное представление опреде-ленного предмета, события, состояния (не путать с про-извольным фантазированием!). Согласно Тантре, мы, создавая подробный и яркий образ события, способствуем проявлению его на материальном уровне, т. е. все, что имеем сегодня, есть результат наших мыслей вчера. Тантра учит, что движимые силой веры и любви зритель-ные образы могут быть средством достижения Гармонии.

Одной из самых важных визуализации в Тантре счи-тается представление себя партнерами в виде двух божеств, олицетворяющих Любовь — Шивы и Шакти. Эти образы способны укрепить веру в то, что в каждом мужчине и в каждой женщине присутствует Вечность.

Дыхание

Всем нам хорошо известна восточная мудрость: "Дыхание есть жизнь", но в суете будней мы часто забываем об этом. А между тем, если быть внимательными то мож-но заметить, что дыхание напрямую зависит от пси-хического состояния, в котором находится человек. Ког-да он испытывает беспокойство, тревогу или страх, его дыхание прерывисто, ему не хватает воздуха. Когда же он расслаблен и спокоен, то дышит медленно и глубоко. "При уменьшении частоты дыхания увеличивается жиз-ненная энергия, при увеличении скорости дыхания жиз-ненная энергия уменьшается" (Черанда Самхита).

Этот закон хорошо известен психологам: они заметили, что, оказывается, каждый

человек думает и говорите той же скоростью, с которой дышит. Поэтому-то во время сексуальных контактов не рекомендуется отвлекаться на размышления и разговоры: слова и мысли сбивая дыха-ние, препятствуют концентрации сексуальной энергии в паре.

Изучая дыхание йогов, исследователи выяснили, что если люди, общаясь, дышат одинаково, у них возникает взаимопонимание, и им приятно друг с другом. Если же собеседники дышат по-разному, например, один — по-верхностно и часто, другой медленно и глубоко, шансов, что они договорятся между собой, ненемало. Людям, попавшим в такую ситуацию, кажется, что они "говорят на разных языках". Но если вы и ваш партнер интересны друг другу, то автоматически происходит взаимная адаптация типов дыхания (так называемое "присоединение"). Итак, оказывается, цель предварительной любовной игры — не что иное, как синхронизация дыхания партнеров.

В Кундалини-йоге есть такое упражнение: мужчина и женщина сидят в позе "лотос" друг напротив друга с поднятыми вверх руками, кончики их пальцев соприка-саются. Упражнение длится сутки с перерывом каждый час по 10 минут. После чего, как показывает опыт, пара неминуемо женится — настолько сильно оказывается "присоединение".

4. Преданность, служение, поклонение

Согласно Тантре, истинная любовь предполагает абсо-лютную преданность, основанную на желании совместной духовной эволюции. Преданность предполагает абсолют-ное доверие, правдивость влюбленных друг с другом и самих с собой.

Служение — еще одна духовная составляющая поло-вых таинств, это — бескорыстный радостный дар, еще один акт любви, который способствует Единению влюбленных.

Поклонение, согласно Тантре, является Духом Люб-ви, и поэтому мужчина и женщина должны всегда стре-миться почтить свое божественное происхождение.

Место поклонения — Храм Тела, здесь человек мо-жет общаться со своей естественной природой.

Последователи Тантры поклоняются женской силе богини Любви. Эта сила (Шакти), согласно уче-ниям, существует как в женщине, так и в мужчине, а также во всем мире — одушевленном и неодушевленном. Дей-ствительно, женское начало присутствует в каждом из нас. Перед тем как прийти в мир, мы проводим девять месяцев в утробе матери. Рождаясь, мы выходим на свет через Йони (индийское название женских половых органов) нашей ма-тери, принимая наше первое половое посвящение. Покло-нение Йони, так же как и поклонение Лингаму (индийское название мужских половых органов), обнаруживается во многих культурах древности, считавших, что любовный союз есть великое таинство, позволяющее получить вели-кие прозрения.

5. Массаж

Искусный массаж как нельзя лучше помогает гармони-зации настроения пары. Любопытно, что месторасположе-ние энергетических центров, описанных в даосистских и тантрических текстах, и эрогенных зон, выявленных запад-ными учеными-сексологами, часто совпадает.

Общий массаж — один из самых лучших способов познать особенности эро-генных зон партнера. Массаж, как и ласки в любовной игре, должен быть взаимным. Желательно указывать партнеру места, где ощущения особенно приятны, с помощью толь-ко лишь одних звуков чтобы не сбить дыхание и ослабить эротический эффект. На Востоке ладони и ступни считаются микрокосмами тела. Ступ-ни значительно больше нуждаются в массаже чем ладони, потому что весь день они плотно зажаты в обуви и редко контактируют с природными поверхностями — землей, песком и травой.

6. Запахи

Тантрическое учение придает обонянию большое зна-чение, полагая, что запахи обладают способностью сти-мулировать творческое отношение человека к жизни и ук-реплять его дух. У каждого человека есть свой, харак-терный только для него запах. Он меняется вместе с настроением, так же, как походка или интонация. Запах тела непосредственно связан с тем, как питается человек. Те, кто регулярно употребляют в пищу лук или чеснок, могут заметить, что запах этих продуктов пронизывает ды-хание, пот и половые секреции. Точно так же отличаются запахи тела у любителя мясных блюд, вегетарианца или курильщика.

Запах женщины меняется в зависимости от дня ме-сячного цикла и от степени сексуального возбуждения. Запах мужчины также зависит от многих причин: от вне-запных сильных эмоций (страха), от физической на-грузки, сексуального возбуждения или, наоборот, от воз-держания.

При сексуальном возбуждении тело испускает целый букет запахов. Недаром говорят, что самый потрясающий запах, которым может быть "надушена" женщина — это ее собственный естественный аромат. Один из секретов неотразимости куртизанок средневековой Европы состо-ял в том, что они использовали свои половые секреции в качестве духов. Самые элитные марки духов знаменитых парфюмеров в качестве основы содержат экстракты жи-вотного происхождения, многие из которых вырабаты-ваются половыми железами: мускус добывается из сек-реций железы мускусного мешочка самца одного из видов оленя, и цибет — из анальной железы виверры африкан-ской.

Думается, один из больших недостатков противоза-чаточных таблеток состоит в том, что они лишают тело женщины ее естественного запаха.