



Вот мы всё твердим: «Секс – это здорово, это прекрасно, к его совершенству надо стремиться» и так далее. Нам кажется, что эту истину постигли уже все половозрелые люди. Так, да не так. Оказывается, у многих из них в той или иной мере присутствует боязнь секса, не только не дающая полностью расслабляться, но

Автор: <http://www.jlady.ru/>
11.05.2012 14:13 -

иной
раз
даже
вообще
не
позволяющая
вступать
в
половые
отношения
. Нет,
некоторый
трепет
и
даже
страх
в
ожидании
первого
интимного
контакта
с
новым
партнёром
испытывают
почти
все. Это
нормально
.
Есть
другая
,
более
тяжёлая
форма
подобных
страхов
,
которая
заставляет
людей
либо
совсем
отказываться
от
сексуальных

отношений

,
либо
вступать
в них,
но
с
большим
напряжением
. И
встречается
она
довольно
часто
. Что
же
это
такое
и как с
этим
бороться
?

ЧИТАЙ ТАКЖЕ - [Клиника](#) [предлагает](#) [спектр](#) [услуг](#)

[Страх секса у женщин](#)

Наверное, женские попытки избежать секса с мужем уже стали притчей во языцех.
Причина
их
рассматриваются
и так, и
эдак
,
их
связывают
с
ленью
,
фригидностью
,
усталостью

и так

далее

.

Между

тем

оказывается

,

больше

трети

барышень

из

категории

беженцев

от

интимной

близости

на

самом

деле

испытывают

страх

перед

половым

сношением

.

Специалисты

называют

такую

разновидность

страхов

эроtofобией

.

В основе эроtofобии чаще всего лежат психологические проблемы человека. В большинстве

случаев

это

какие-то

связанные

с

сексом

психотравмы

.

Но

Автор: <http://www.jlady.ru/>
11.05.2012 14:13 -

возникает
боязнь
секса
у
женщин
и
по
другим
причинам
. К
примеру
,
только-только
познающая
сферу
интим
девушка
может
сторониться
первого
сексуального
контакта
оттого
, что она ещё
совсем
неопытна
в
этих
вопросах
. Это
нормально
и
вряд
ли
можно
называть
эроtofобией
,
потому
что с
возрастом
наверняка
пройдет
.

Автор: <http://www.jlady.ru/>
11.05.2012 14:13 -

А вот если страх полового акта присутствует у тридцатилетней, порой даже имеющей детей женщины – это уже ненормально

.
Потому как свидетельствует о том, что в её сознании есть установка типа «секс – это плохо

, гадко,
, больно,
, унизительно».

Такую цепочку формируют различные обстоятельства

.
Самое распространённое из них – слишком болезненная потеря девственности

.
Сильные болевые ощущения спровоцировали и

закрепили
убеждение
, что
секс
— это
очень
больно
. А
убеждения
породили
страх
.

Ещё одна причина женского появления отвращения к сексу — изнасилование. Это вполне
понятно
—
столь
страшные
случаи
всегда
связаны
с
унижением
и
очень
сильными
стрессами
.
Подобные
психологические
травмы
,
если
они
не
проработаны
с
хорошим
психологом

,
не
могут
обойтись
без
последствий
. И
такие
последствия
иной
раз
бывают
просто
роковыми
.
Стоит
мужчине
прикоснуться
к
женщине
, как в
её
памяти
мгновенно
всплывают
подробности
изнасилования
,
заставляющие
вновь
переживать
весь
ужас
тех
событий
.

Следующая причина страха секса у женщин – воспитание. Нередко родители внушают дочерям, что заниматься сексом – это

плохо

,
потому
что
хотят
оградить
их
от
ранних
половых
контактов

.
Бывает
, что это
делают
матери
или
бабушки
,
которые
никогда
не
испытывали
от
интима
никакого
удовольствия

. А
бывает
, что и
отцы
,
слишком
ревнующие
своих
дочерей
к
другим
мужчинам
. Так или
иначе

,
но
девочка
чуть
ли

Автор: <http://www.jlady.ru/>
11.05.2012 14:13 -

не
с
самого
юного
возраста
вращивается
на
основе
того
, что
секс
для неё
представляет
угрозу
. И
допустить
половой
акт с
мужчиной
можно
лишь
при
наличии
штампа
в
паспорте
,
да
и
то
,
если
он
очень
уж
на
этом
настаивает
. А ещё
лучше
—
только
несколько
раз
за
всю

Автор: <http://www.jlady.ru/>
11.05.2012 14:13 -

жизнь
для
продолжения
рода
.

Ну и, наконец, иногда причиной появления страха сексуальных отношений являются г
рубость
или
обидные
слова
мужчины
. К
примеру
,
бросил
он
в
порыве
гнева
: «
Да
ты
же
в
постели
ничего
не
стоишь
! С
тобой
и
спать-то
неприятно
!», и всё.
Женщина
почувствовала
себя
никчёмной
,
не
способной
доставить
никому

Автор: <http://www.jlady.ru/>
11.05.2012 14:13 -

удовольствие
. А ели она, к
тому
ещё,
начнёт
искать
у
себя
недостатки
—
лишний
вес,
целлюлит
,
не
очень
привлекательная
фигура
,
то
конец
.
Готово
.
Страх
секса
обеспечен
.

Ну вот, примерно такого вида эротофобии присутствуют у довольно большой части м
олодых
и
не
очень
дам. А
теперь
посмотрим
,
какие
страхи
секса
есть
у
наших

уважаемых
мужчин

.

[Страх секса у мужчин](#)

В нашем обществе принято считать, будто мужской пол только и мечтает о том, как бы побыстрее уложить в постель ту или иную симпатичную барышню. Мол, все мужики одержимы сексом и лишь о нём думают, к нему стремятся, познакомившись с какой-нибудь барышней.

На самом деле всё не так. Зачастую какой-нибудь ухажер боится

секса
не
меньше
, чем его
пассия
. А
то
и
больше
.

Самыми распространёнными мужскими видами эротофобии являются:

1. Страх того, что ничего у мужчины не выйдет. Этот страх живёт в подсознании почти
и
её
мужчин
,
но
особенно
острым
он
становится
после
того
, как
подобное
уже
происходило
;

2. Страх того, что после полового акта отношения оползутся и ухудшатся. Да-да, и сильный
пол
жаждет
романтики
. А она
не
всегда
в

Автор: <http://www.jlady.ru/>
11.05.2012 14:13 -

представлении
мужчин
ассоциируется
с
сексом
;

3. Страх оказаться хуже, чем предыдущие любовники женщины. Такой вид страха обычно появляется тогда, когда барышня красочно расписывала сексуальные достоинства какого-нибудь Андрюши, Серёжи, Пети. Или она, или кто-то до неё;

4. Страх перед невинными девушками. Именно! Вопреки распространённому мнению, что мужчины обожают девственниц. На самом деле почти половину из них

невинность
очень
пугает
. И
из-за
того
, что
можно
потерять
свободу
, и
из-за
того
, что
девушке
будет
больно
;

5. Страх продемонстрировать несовершенства своей фигуры. Мужчины комплексуют из-за своей внешности ничуть не меньше женщин. Они боятся, что любимая, увидев круглый животик и не слишком мускулистое тело, разочаруется в своём

друге
;

6. Страх слишком быстрого оргазма. Быстрый оргазм бывает иногда у всех. И если он повторился пару-тройку раз, то у мужчин, сомневающихся в том, что они успеют удовлетворить партнёршу, появляется перед половым актом некий ступор;

7. Страх небольшого члена. Совершенно необоснованный страх, но, привитый всевозможными порнофильмами, где у героев гигантские фаллосы, он довольно часть имеет место быть;

8. Страх стать жертвой интриганки или аферистки. Ну, о таком страхе много говорит
ь не пр
иходиться

.
Историй
о том, как
холостяки
попадали
в
сети
непорядочных
дам
именно
через
секс
,
пруд
пруд
;

9. Страх ответственности за свои действия. Обычно это боязнь гнева со стороны род
ителей
девушки
и
опасение
того
, что она
забеременеет
;

10. Страх того, что женщина решит, будто её кавалеру нужен только секс. Да, и так
бывает
. И
мужчины
боятся
прослыть
законченными
развратниками
;

11. Страх оттолкнуть от себя женщину какими-то сексуальными предпочтениями. Вполне объяснимый страх мужчин, которым внушили, что самый правильный секс — “бутербродом”. Всё остальное — извращения ;

12. Страх секса с красивыми женщинами. Он бывает у тех, кто убеждён — красота требует роскоши. И денег, которые у мужчины имеются, на эту роскошь просто не хватит ;

13. Страх волевых умных дам. В этом случае он возникает из-за борьбы за лидерство и из-за

опасения
, что
после
сексуальных
отношений
статус
лидера
будет
потерян
;

14. Страх заразиться венерическим заболеванием. Без комментариев.

Как мы видим, во многих своих аспектах мужские сексуальные страхи напоминают страхи женские. Это говорит о том, что все они – одного или почти одного происхождения. То есть боязнь интимных отношений, за редким исключением, фактор психологический. И в большинстве случаев с ней можно справиться без помощи специалистов. Главное – поверить в то, что секс – это не нечто отвратное или чересчур сложное. И заниматься им есть естественное и познаваемое действо. И ни недостатки

внешности

, ни маленький опыт в сексуальной сфере, ни опасность
последствий

(беременности, вензаболеваний)

не

должны создавать

страха

перед

ним.

Внешность человека, к которому тянется сердце, всегда самая совершенная. Какой бы она не была. Маленький опыт – совсем не минус. Он зачастую даже привлекает. Ведь так приятно открывать перед партнёром весь спектр интимных ласк, заводя его и себя одновременно. Ну, а бояться беременности и вензаболеваний в наше время вообще неразумно. Существует масса средств предохранения. А вообще, для того, чтобы ликвидировать свои страхи, нужно почаще решаться на эксперименты. Очень хорошо, если они будут проводиться с внимательным и деликатным человеком. И тогда боязнь сексуальных отношений со временем исчезнет, освободив место для яркого и свободного наслаждения. И можно будет заняться сексом без всякого страха.