**Дисгармония сексуальная**

Дисгармония сексуальная (дис... + греч. harmonia — соразмерность), нарушение согласованности интимных отношений между половыми партнёрами. Выражается в снижении сексуальной потребности к половому сношению (коитусу) и желания осуществлять его с данным партнёром, в снижении сексуальных возможностей при половом сношении (уменьшение силы эрекции или её отсутствие у мужчины, отсутствие полового влечения у женщины (алибидемия), снижение интенсивности оргазма или полное его отсутствие у партнёров и т. п.). Причиной сексуальной дисгармонии является нередко сочетающееся личностное и физическое несоответствие друг другу мужчины и женщины.

Личностное несоответствие наблюдается в том случае, когда имеются расхождения в индивидуальных личностных особенностях супругов или сексуальных партнёров, включая уровень их развития и образования, взгляды на жизненные, в том числе материальные, ценности, интеллектуально-культурные запросы, привычки, потребности, вкусы, интересы, увлечения и др. Такое несоответствие сопровождается неумением разделять чувства и переживания другого, недооценкой или переоценкой личности партнёра, непосвящённостью во внутреннюю жизнь друг друга. Усугубляют отчуждение появление новых увлечений, измена, алкогольные эксцессы. Отрицательные эмоции, страх, ненависть, безразличие по отношению к партнёру мешают человеку полностью отдаваться сексуальным переживаниям и просто довериться своему партнёру в момент половой близости. Люди, остающиеся чужими друг для друга на протяжении всей жизни, никогда не достигнут "глубинной связи" и гармонии сексуальной (Эрих Фромм, 1956).

Личностное несоответствие сексуальных партнёров приводит к конфликтным ситуациям и их конечному результату — нарушению межличностных, а со временем и интимных отношений, поскольку сама интимная близость как таковая является одной из форм общения и доверия между людьми. Причины конфликтов и недовольства друг другом часто не осознаются, за истинную причину принимаются последствия наступившего психологического разлада, в том числе неудачи в сексуальной сфере, расстройства сексуальные. В таких случаях нередко возникают ситуации, при которых сексуальные и межличностные проблемы, взаимно усиливая друг друга, создают своеобразный порочный круг во взаимоотношениях партнёров.

Однако сексуальная дисгармония может наступить и при гармоничных межличностных отношениях. Такое положение является наиболее трудно разрешимым, особенно для женщины в том случае, если она любит мужа за его душевные качества, но в то же время хотела бы его оставить, поскольку он не доставляет ей сексуального удовлетворения. В свою очередь конфликтные межличностные отношения могут не сопровождаться сексуальной неудовлетворённостью, однако с течением времени это всё же отрицательно сказывается и на сексуальных взаимоотношениях партнёров и приводит к снижению сексуальной активности. Нарушение сексуальных отношений происходит быстрее в том случае, если конфликтные отношения начались с нарушения межличностных.

Сексуальное несоответствие партнёров друг другу как следствие нарушения физиологического компонента сексуальной гармонии может наблюдаться при различных соматических заболеваниях и нарушениях половой функции мужчины (слабость эрекции, преждевременное семяизвержение, снижение или повышение половой активности) и женщины (фригидность, вагинизм, гениталгии, запоздалое проявление сексуальности), а также при воспалительных заболеваниях половых органов и нервно-психических расстройствах. В связи с этим возрастает значение их своевременной диагностики и лечения для профилактики сексуальной дисгармонии.

В свою очередь невозможность разрешения сексуальных проблем может явиться одной из причин возникновения невротической симптоматики и усиления функциональных нарушений со стороны половой сферы. В силу парности сексуальной функции её расстройство у одного из партнёров может приводить к возникновению сексуальных нарушений или невротических реакций у другого. Определённое значение в возникновении сексуальной дисгармонии имеет незнание физиологических и психогигиенических основ интимных отношений (см. Психогигиена), условий и способов взаимного сексуального удовлетворения или ошибочные представления о причинах нарушения половой функции (боязнь последствий онанизма, ускорение эякуляции после долго сдерживаемого полового возбуждения, сомнения и переживания по поводу отклонений в продолжительности полового акта).

Отрицательно сказывается, особенно на женщине, отсутствие психоэротической подготовки к половой близости, полового возбуждения. У женщин это связано с тем, что мужчина нередко не обеспечивает ей предварительной подготовки в виде сексуальных ласк перед началом полового акта. К дисгармонии сексуальных отношений у женщины приводят также грубость партнёра, отсутствие или несоответствие стимуляции эрогенных зон и ритма фрикций мужчины её сексуальным потребностям. Неодинаковая степень возбуждения партнёров к началу половой близости часто лишает женщину способности испытывать оргазм, поскольку нередко мужчина начинает половой акт намного более возбуждённым и в результате семяизвержение у него наступает задолго до наступления оргазма у партнёрши.

Сексуальное несоответствие может быть обусловлено неблагоприятным сочетанием темпераментов и половой конституции, несовпадением взглядов на нормы и формы сексуальной жизни (см. Норма сексуальная), несоответствием сексуального поведения и требований к интимной близости одного из партнёров, неблагоприятным сочетанием их психологических типов ("мужчина-отец" и "женщина-мать") и др. В формировании отрицательной сексуальной установки на половую близость немаловажное значение имеет непереносимость физического облика партнёра, его манеры поведения, речи, мимики, жестикуляции, манеры одеваться и запахов, свойственных данному человеку, а также снижение эротической привлекательности вследствие неумения или нежелания следить за собой.

Острота существующих сексуальных проблем значительно сглаживается при взаимной любви, психологической совместимости, правильном сексуальном поведении и взаимопонимании. Наличие чувства любви является мощным фактором для предупреждения как сексуальной, так и межличностной дисгармонии. Бытует мнение, что отсутствие необходимых для сексуальной гармонии взаимных чувств можно компенсировать использованием определённых технических приёмов. Однако никакие технические приёмы сами по себе не в состоянии привести к истинной сексуальной гармонии, сделать сексуальную жизнь действительно полноценной без наличия внутреннего духовного родства супругов, их взаимного уважения и любви.

Поскольку сексуальные дисгармонии представляют собой род предпатологии или невыраженных, начальных форм сексуальной патологии, для их профилактики проводятся сексологическое консультирование, сексологическое обучение и сексуальный тренинг, психокоррекционная работа, семейная терапия и т. д. При возникновении заболевания применяются психотерапия, медикаментозное лечение, физио- и иглорефлексотерапия и т. д.