**Секс и интернет: клинические аспекты**

Известный секстерапевт Сандра Риза Лейблюм работает в медицинской школе имени Роберта Вуда Джонсона при университете штата Нью-Джерси в Пискатауэе. Она преподает на факультете психиатрии и работает в клинике при этой школе. В приведенном ниже фрагменте из ее статьи "Секс и Интернет: клинические аспекты" обсуждаются некоторые важные проблемы, связанные с влиянием Интернета и, в частности, "сетевого секса" на социосексуальные взаимодействия современных американцев.

Интернет постепенно проникает во все области нашей жизни. Появляются признаки его присутствия даже в традиционных средствах массовой информации, таких как телевидение, газеты и журналы. В телевизионной рекламе часто мелькают адреса сайтов, начинающиеся с WWW (World Wide Web - глобальная сеть); многие указывают адрес своей электронной почты на визитных карточках; в печатной рекламе читателю предлагается обратиться за более подробной информацией в Интернет. Поэтому неудивительно, что Интернет стал важным каналом обмена самой разнообразной информацией сексуального характера. Рано или поздно у консультантов-сексологов неизбежно должны были появиться клиенты, проблемы которых имеют отношение к сексуальной активности с использованием Интернета, - мы будем называть ее еетевым сексом - и такие клиенты уже появились.

Что такое сетевой секс? Ответ яа этот вопрос прост: это любая форма сексуального поведения, товара или услуги, которые становятся доступными с помощью компьютера и модема. Сюда входят фотографии, кинофильмы, аудиозаписи, рассказы и даже разговоры в реальном времени, которые можно вести в письменной, звуковой или видео- форме. Начинающие секс-звезды, люди, желающие сделать карьеру в порнобизнесе, всевозможные сексуальные антрепренеры, а также энтузиасты-непрофессионалы, занимающиеся порнографией "из любви к искусству", используют Интернет для распространения и рекламирования своих товаров и услуг. Маркетинг более традиционной продукции сексиндустрии теперь почти полностью проводится с использованием высоких технологий. С рекламными образцами порнографических видеофильмов и журналов можно ознакомиться, не выходя из дома. Так же широко рекламируются сексуальные услуги; можно даже изучить отзывы удовлетворенных и неудовлетворенных потребителей, уже воспользовавшихся этими услугами.

При таком разнообразии легкодоступных способов сексуальной стимуляции клиницисты обнаруживают, что многие их клиенты на сеансах упоминают о сетевом сексе - либо мимоходом, либо как об источнике проблем, возникающих у них самих или в их отношениях с другими людьми.

**Особенности сетевого секса**

Хотя по своему содержанию сетевой секс мало отличается от более традиционных форм сексуальной продукции, таких как журналы, видеофильмы и "секс по телефону", у него есть несколько отличительных особенностей, которые придают ему новизну и особую соблазнительность. Как отмечает Мак-Грет (McGrath, 1996), "в отличие от всех остальных форм секса, секс через Интернет почти не сопряжен с каким-либо риском. Не надо прилагать больших усилий - достаточно лишь найти нужный вам сайт (и обычно-щелкнуть "мышью", подтверждая, что вам уже исполнилось 18 лет и вы не возражаете против откровенных материалов). Поражает гигантское количество предлагаемых вам материалов: бесчисленные фотографии и даже короткие видеоклипы, которые изображают людей (а иногда животных), демонстрирующих все мыслимые, а иногда и немыслимые формы сексуальной активности".

Кроме того, сетевой секс анонимен и относительно безопасен. Им можно заниматься приватно у себя дома или в офисе, и, как правило, это стоит недорого. Можно сохранять тайну своей личности или выдавать себя за другого человека: например, мужчины могут представляться женщинами, дети - взрослыми (или наоборот), а состоящие в браке люди могут выдавать себя за свободных холостяков. Короче говоря, можно быть кем хочешь или никем.

Столь же притягательно то, что сетевой секс доступен в любое время дня и ночи - магазин никогда не закрывается, и можно удовлетворить любые сексуальные интересы. В Интернете без труда найдется товар на любой "нетрадиционный" вкус; на самом деле гораздо труднее найти склонность, об удовлетворении которой не позаботились бы и на которую не было бы спроса (иногда оказывается, что потребителей больше, чем можно вообразить).

Поскольку все эти материалы относительно безопасны и доступны, многие люди, которые прежде стеснялись или боялись "разоблачения",теперь черпают информацию из Сети. Даже те, кто совершенно не разбирается в технике, легко справляются с операциями, которые необходимо выполнить, чтобы получить доступ к ресурсам Интернета. Это одна из причин, объясняющих, почему в кабинетах консультантов столь часто заходит речь о сетевом сексе, - он пользуется большей популярностью среди "рядовых" людей, чем традиционные формы сексуальной активности. Если новая продукция "WEB-телевидения" будет пользоваться успехом, то широкая публика получит еще более легкий доступ к этим материалам.

Часто приходится слышать о людях, в жизни которых возникли сложности из-за того, что они увлеклись сетевым сексом. Жены ездят на свидания с "виртуальными" корреспондентами в дальние города; мужчины посылают новым знакомым подарки и деньги; мужчины-гомосексуалы притворяются женщинами, чтобы "соблазнить" ничего не подозревающих гетеросексуальных мужчин и завязать с ними отношения, - множество таких историй стали легендами киберпространства. Однако следует отметить, что клиническая практика чаще всего показывает, что эти истории малоправдоподобны. Если такие люди и существуют (что вполне возможно), то они, очевидно, редко обращаются к секстерапевтам. Тем не менее, можно представить себе, что, по мере того как "свидания" и поиск сексуальных партнеров в Интернете станут более популярными, разочарованные "потребители" будут обращаться к специалистам, сетуя на то, что они слишком поспешно или импульсивно приняли решение, которое было основано лишь на иллюзорных обещаниях или фантазиях, но тем не менее изменило их жизнь.

Однако уже сейчас консультантам приходится сталкиваться с настоящими клиническими проблемами, которые связаны с сетевым сексом. Далее в этом [отрывке] будут рассматриваться клинические вопросы, поставленные клиентами (или их партнерами) и касающиеся их увлечения сетевым сексом. Это не значит, что мы не придаем значения более общим вопросам, таким как вопрос о распространенности или значимости сетевого секса как общественного феномена. Но эти более общие вопросы всегда открыты для обсуждения. Проблемы, которые мы собираемся здесь рассмотреть, требуют немедленных и практических вмешательств.

**Виды клинических проблем**

Проблемы, связанные с сетевым сексом, как правило, можно разделить на три относительно четко разграниченные категории. Проблемы первого типа - это в основном индивидуальные проблемы людей с гомосексуальной, гетеросексуальной или транссексуальной ориентацией, которым сетевой секс помогает приспособиться к какой-либо проблемной жизненной ситуации. Проблемы второго типа возникают у пар, если увлечение одного партнера сетевым сексом кажется другому партнеру нездоровым или неприемлемым. Проблемы третьего типа характерны для клиентов с парафилиями (половыми извращениями), у которых увлечение сетевым сексом становится навязчивым и возникает зависимость от него как от источника стимуляции или удовлетворения.

**Индивидуум и сетевой секс**

Хотя лишь немногие клиенты обращаются к консультанту именно из-за того, что они занимаются сетевым сексом, довольно часто люди (обычно это мужчины) признаются, что они слишком сильно увлекаются им, так как не удовлетворены своей жизнью и таким образом пытаются уйти от реальности или отвлечься. Некоторые из этих индивидуумов являются шизоидами у других нарушена социальная адаптация. У них редко бывает широкий круг друзей и знакомых. Часто они не удовлетворены своей работой и социальным окружением. Как правило, в их жизни мало источников удовольствия. Обычно они выбирают профессии, которые требуют минимального количества социальных взаимодействий. Тем не менее на каком-то уровне сознания они понимают, что им не хватает общения с людьми и сексуальных возможностей, которые дают традиционные человеческие отношения.

В прошлом такие индивидуумы для разрядки могли обращаться к порнографии или пользоваться такими услугами, как "платный секс", и были вынуждены мириться со всеми присущими ему недостатками. В последнее время, когда появилась возможность легкого доступа к самым разнообразным сексуальным сайгам Интернета, они тратят все больше времени на "путешествия" по Интернету в поисках источников сексуального возбуждения и удовлетворения. Часто эти поиски по своему характеру не представляют собой ничего особенного. Мужчины в основном ищут такие же материалы, какие обычно предлагаются в журналах "Плейбой" или "Пентхауз". На самом деле, как отмечает Мак-Грет , "большая часть предлагаемых в Интернете порнографических материалов, по-видимому, создана людьми, не обладающими богатым воображением. В группах сексуального чата говорят на клишированном языке, а "сюжеты" рассказов и "сценок" так же ритуализированы и неизменны, как японская чайная церемония. Истинное разнообразие не пользуется большим спросом в онлайновых отношениях; как ни странно, ценятся знакомые вещи". Изображения обнаженных полногрудых женщин, живописные видеоклипы или двусмысленный чат на пикантные темы привлекают все сильнее, и иногда на это уходит значительное количество времени и денег. Клиент начинает беспокоиться, не проводит ли он в Интернете слишком много времени на работе или дома. На работе он может опасаться, что его "застукают" за этим занятием и сделают ему замечание; кроме того, он может испытывать чувство стыда за свои ночные экскурсии по Сети.

Сетевой секс сам по себе не вызывает беспокойства у этих клиентов. Но в какой-то момент они почувствовали, что он может быть лишь временной и эфемерной заменой настоящих отношений. У этих людей часто обнаруживается ангедония (потеря чувства радости, наслаждения) без выраженных признаков клинической депрессии; их преследует ощущение одиночества и внутренней пустоты. Они обладают достаточной способностью к самонаблюдению, чтобы задать себе вопрос: не является ли признаком патологии тот факт, что они тратят все больше времени и денег на сетевой секс?

В таких случаях сетевой секс является только верхушкой айсберга. Очевидно, что сам по себе он является не проблемой, а скорее плохим решением проблемы, и должен быть идентифицирован как таковое. Другими словами, у таких клиентов увлечение сетевым сексом бывает симптомом, указывающим на бедность содержания их жизни. Для того, чтобы помочь им, необходимо обратить больше внимания на более общие проблемы личной интеграции и на основные навыки межличностных взаимодействий.

В некоторых случаях в результате клинической оценки обнаруживается, что эти индивидуумы переживают конфликты, связанные с близкими отношениями, зависимостью или разрывом отношений с партнером. Эти проблемы могут выйти на передний план как предметы клинического исследования. Увлечение сетевым сексом является просто поводом для обращения к консультанту. Если клиент говорит, как недавно сказал один мужчина, что "женская грудь на картинке не заменит настоящую", то часто это свидетельствует о наличии прогресса.

В таких случаях важно не спешить с диагнозом "сексуальная зависимость", основанным на чрезмерном пристрастии клиента к сетевому сексу. В наше время легко поставить такой диагноз, но он будет ошибочным. Наш опыт говорит о том, что внешняя симптоматика иногда может ввести в заблуждение, и если удается убедить пациента продолжить терапию, тосо временем можно поставить более точный диагноз и предложить более разумный план терапии.

С другой стороны, у некоторых индивидуумов действительно возникает болезненное пристрастие к сетевому сексу, напоминающее их прежнюю зависимость от порнографических видеофильмов или телефонного секса. В таких случаях следует проводить терапию по плану, обычно рекомендуемому для лечения сексуальных зависимостей: программа "Двенадцать шагов" или какое-либо сочетание фармакологического (например, назначение препаратов, воздействующих на серотониновые медиаторы) и психологического вмешательств (Carnes, 1983; Goodman, 1992; McCarthy, 1994; Coleman, 1995).

Мы предполагаем, что в паттерне увлечения сетевым сексом отражены сексуальные интересы индивидуума и его поведение в целом. Сила этого увлечения варьирует в широких пределах - от простого любопытства, свойственного большинству взрослых людей, до обсессии (навязчивое состояние), более характерной для тех, у кого возникла сексуальная зависимость; между этими двумя крайностями имеется множество промежуточных состояний.

Большинство взрослых людей при первом знакомстве с сетевым сексом бывают поражены огромным количеством откровенно сексуальных названий разнообразных сайтов и чатов. Однако вскоре становится ясно, что им обещают гораздо больше, чем дают на самом деле, и их энтузиазм быстро остывает. Например, зарегистрировавшись в списках рассылок материалов на какие-нибудь "пикантные" темы, пользователь быстро обнаруживает, что его почтовый ящик забит "спамом", то есть навязчивой коммерческой рекламой сайтов, предлагающих телефонный секс или порнографическую изопродукцию на продажу. Кроме того, сексуальные материалы часто повторяются и медленно загружаются, поэтому люди, у которых нет, обсессивного (навязчивого) пристрастия к сексу, постепенно разочаровываются в сетевом сексе.

С другой стороны, у индивидуумов со склонностью к обсессии, которые уже долгое время целиком поглощены сексом, сетевой секс может вызывать сильный интерес и приносить удовлетворение как способ-сексуальной экспрессии. Точно так же для людей, находящихся в сексуальной изоляции, не обладающих навыками социального взаимодействия или имеющих физические недостатки, сетевой секс может длительное время оставаться источником сексуальной разрядки.

**Сетевой секс и пара**

Люди, имеющие сексуальных партнеров, также занимаются сетевым сексом. Иногда в этом участвуют оба партнера, но это случается довольно редко. Чаще всего клиенты жалуются на то, что один из партнеров сильно увлекается сетевым сексом, несмотря на возражения второго партнера. Подобные жалобы обусловлены различными причинами.

Самая простая причина заключается в том, что мужчины проводят слишком много времени за компьютером. Женщины жалуются на то, что их партнеры на долгие часы запираются в кабинетах со своими компьютерами под тем предлогом, что они "работают". Эти женщины чувствуют себя отвергнутыми, лишенными внимания и возможности побыть наедине со своим мужем. Они не могут понять, почему их партнеры с таким рвением занимаются всем, что имеет отношение к компьютеру, но не испытывают никакого энтузиазма или ссылаются на "усталость", когда жена намекает, что она не прочь провести время вдвоем с мужем.

Сетевой секс - прогнозируемая схема развития увлечения

Мы считаем, что увлечение сетевым сексом обычно развивается по вполне предсказуемой схеме: сначала возникает сильное увлечение и активность имеет высокий уровень, затем происходит постепенное снижение активности, она становится менее интенсивней и более избирательной и целенаправленной, после чего некоторые индивидуумы теряют интерес к сетевому сексу и занимаются им лишь иногда. Такая схема верна для тех, у кого нет сексуальной зависимости и:кто вообще неуделяет сексу слишком много внимания. С другой стороны, у индивидуумов, страдающих сексуальной зависимостью, повторяемость материалов или потеря новизны, по-видимому, не оказывают существенного влияния на интерес к сетевому сексу и не приводят к снижению уровня активности.

Для большинства индивидуумов сетевой секс привлекателен именно своей новизной. Некоторым кажется, будто они попадают в некий сексуальный рай, в котором легко исполняются все и всяческие запретные желания. В течение какого-то времени это впечатление соответствует действительности. Тем не менее даже самый запретный плод приедается и начинает казаться пресным, если вкушать его слишком часто, и обычно вскоре начинает хотеться настоящей "еды". Через некоторое время то, что прежде щекотало нервы, из-за постоянного повторения начинает казаться банальным, теряет новизну и перестает вызывать интерес. Дело в том, что Интернет - это невещественная среда, и в сетевом сексе не участвует существенный ингредиент сексуальной активности - человеческое тело. Повторяемость образов и активность "понарошку" неизбежно вызывают разочарование у индивидуумов, не испытывающих настоящей сексуальной зависимости.

Мак-Грет в своей статье об Интернете высказывает аналогичную мысль: "... сетевой секс имеет одну поразительную особенность: хотя главное внимание явно концентрируется на телесных образах, на самом деле подразумевается наличие скрытого желания вообще избавиться от тела; это Секс в голове". Он также замечает, что при всем разнообразии сексуального фантазирования за всеми этими яркими лихорадочными переживаниями скрывается "подтекст - или антитекст - одиночество и фрустрация вместо блаженства".

Некоторым индивидуумам действительно нравится, что сетевой секс далек от реальности, но мы считаем, что эти люди уже заранее имели склонность к отрыву от действительности (dissociation). Сетевой секс может усиливать подобные склонности, но вряд ли он способствует их возникновению.

В [одном из исследованных нами] случаев м-р Джонс был способен к установлению "настоящих" отношений и на самом деле к ним стремился. К сожалению, его отношения с женой зашли в тупик из-за разочарования супругов друг в друге и постоянных взаимных упреков. Если бы супруги смогли воспользоваться кризисом, связанным с сетевым сексом, для того, чтобы исследовать свои отношения более искренне и глубоко, они, возможно, нашли бы способ сделать свой брак более похожим на те отношения, к которым они на самом деле стремились. Кризис, вызванный сетевым сексом, мог бы послужить катализатором полезных изменений. Однако этого не произошло, и этот кризис только способствовал продолжению их давнишних привычных конфликтов.

**Сетевой секс и парафилии**

Какое влияние оказывает сетевой секс на индивидуумов, у которых уже сформировались нетрадиционные сексуальные склонности или поведение?

Для индивидуумов, страдающих устойчивыми, необычными и упорными сексуальными обсессиями, характерны некоторые отличительные черты: раннее - обычно еще до наступления пубертата - развитие склонности к парафилии; компульсивный (навязчивый) характер желаний и импульсов, несмотря на понимание их социальной неприемлемости; постоянно испытываемые чувства стыда.и вины за свои сексуальные импульсы, в результате чего возникает стремление скрыть эти импульсы; неудовлетворительные отношения с интимными партнерами, обусловленные необходимостью скрывать важные аспекты своей личности; личная убежденность пациента в том, что он не такой, как все, странный, "с причудами" (Kaplan, 1996).

Для многих таких индивидуумов, включая тех, у кого имеются различные трансгендерные склонности, сетевой секс является источником открытий и способом самоутверждения. В Интернете можно найти не только изображения всех видов нетрадиционного сексуального поведения, на:я сообщества энтузиастов-единомышленников, желающих подробно и обстоятельно обсуждать свой увлечения. Например, тем, кто увле кается экзотическими сексуальными аксессуарами, предлагается не только множество вариантов этих товаров, но и справочники потребителя, чтобы можно было оценить различные модели. Вот другой пример - по запросу с ключевыми словами "трансвестит" и "трансгендер" было найдено 400 соответствий, не считая бутиков, специализирующихся на всевозможных париках! Во Всемирной Сети также существует большое количество частных коммерческих сайтов и любительских"клубов по интересам".

Кроме того, поскольку Сеть интернациональна, через нее можно получитьдоступ к иностранным источникам информации, товарам и услугам, которые отсутствуют там, где проживает пользователь. Можно также найти путеводители, предназначенные специально для удовлетворения желаний различного рода фетишистов; туристов информируют о местах в которых обычно встречаются и делают покупки их единомышленники. Оживленные дискуссии, вопросы и ответы, наборы ответов на "Часто задаваемые вопросы" и даже нечто вроде онлайновой психотерапии - и все это действует круглосутотно ив любом уголке нашей планеты.

Поэтому неудивительно, что когда в этот мир попадают люди, страдающие парафилиями, они испытывают, зачастую впервые в жизни, чувства освобождения и общности с другими. Невозможно переоценить это чувство облегчения: человек внезапно обнаруживает, что он не один, что другие - ивогда многие - находятся в плену той же фантазии и можно "при соединиться" к ним, не боясь быть осмеянным или разоблаченным. На некоторых людей с парафилиями это открытие само по себе оказывает терапевтическое воздействие. Другим оно помогает примириться с тем, что они не такие, как все.

**Опасности, связанные с сетевым сексом**

Сетевой секс не всегда безобиден. Люди, испытывающие компульсивное стремление к саморазрушительным или опасным для других людей действиям, например педофилы или настоящие мазохисты с помощью Интернета могут найти способы совершения опасных, вредных или незаконных поступков. Одним из наиболее явно вредоносных побочных продуктов Интернета является то, что он облегчает распространение детской порнографии. Сеть основана на принципах самоорганизации, поэтому ее деятельность не подлежит контролю; таким образом, недобросовестные предприниматели могут использовать Интернет для.торговли всевозможными запрещенными материалами.

При работе с парафилиями, которые приводят к криминальному или антисоциальному поведению, такое отсутствие контроля над Сетью может стать и является источником клинических проблем. Невозможно ограничить доступ пациента к интересующим его материалам и поэтому невозможно быстро подавить нездоровые склонности. Обсуждение вопроса о том, возможен ли контроль над деятельностью Интернета и каковы способы его осуществления, выходит за рамки этой статьи; тем не менее необходимо признать серьезность и важность этой проблемы.

К счастью, большинство людей с парафилиями не нарушают законов, удовлетворяя свои желания. Для них сетевой секс вполне безобиден, а иногда оказывает терапевтическое воздействие или порождает лишь временные проблемы.

Наконец, многие искренне озабочены влиянием сетевого секса на детей и подростков. Очевидно, что сетевой секс не является наиболее желательным способом полового просвещения, и большинство из нас очень огорчились бы, узнав, что наши дети не просто иногда "заглядывают" на сексуальные сайты, а стали их завсегдатаями. Однако, как предполагает Мак-Грет, истинная опасность сетевого секса для детей "скорее не в том, что они будут развращены, превратятся в похотливых монстров, а в том, что они будут деэротизированы, что их естественное любопытство будет удовлетворено слишком быстро и легко и что эти бесконечные изображения обнаженных взрослых людей, которые ведут себя так странно и неприлично, постепенно надоедят им или даже будут вызывать отвращение".

Сетевой секс существует потому, что на него есть спрос. Несмотря на то что Интернет быстро становится средством коммерческого обмена и даже сексуальной эксплуатации, его сущность, привлекательность и популярность по-прежнему во многом определяются демократичными и кооперативными принципами этой организации. Значительная часть сексуальных материалов и сайтов по-прежнему создается энтузиастами на непрофессиональной некоммерческой основе.

Поэтому мы пришли к выводу,что сетевой секс не порождает, а удовлетворяет уже имеющиеся нездоровые потребности и желания. Эту мысль подтверждают и наши клинические наблюдения: мы еще не встречали ни одного случая, когда сетевой секс был бы единственной причиной возникновения сексуального расстройства. Скорее он способствует усилению и развитию уже существующих склонностей. Как мы показали, это может быть источником проблем, но они всегда возникают в контексте более общих индивидуальных или межличностных проблем.

Кроме того, создается впечатление, что увлечение сетевым сексом развивается по характерной схеме: за первоначально сильным и иногда чрезмерным увлечением следует естественный спад. Для многих сетевой секс становится просто еще одним способом сексуальной стимуляции, не более вредным, чем сексуально откровенные журналы или видеофильмы.

По нашему мнению, для лечения клиентов, которые жалуются на связанные с сетевым сексом проблемы, почти всегда необходимо проводить более всестороннюю клиническую оценку и многоплановое вмешательство, и сексотерапевт должен дважды подумать перед тем, как решить, что сетевой секс является главным источником проблемы.

Эта точка зрения может оказаться весьма непопулярной в наше время, для которого характерна тенденция искать патологию во всем, что связано с сексуальностью. Но мы считаем, что имеющийся у нас на настоящий момент клинический опыт приводит именно к такому выводу.

**Список литературы**

Сандра Риза Лейблюм. Секс и интернет: клинические аспекты

Carries, P. (1983). Out of the shadows: Understanding sexual addiction. Minneapolis: Comp-Care.

Coleman, E. (1995). Treatment of compulsive sexual behavior. In Rosen, R. and Leiblum, S. (Eds.), Case Studies in Sex Therapy (pp. 333-349). New York: Guilford Press.

Goodman, A. (1992). Sexual addiction: Designation and treat -ment. Journal ofSex and Marital Therapy, 18,303-314.

Kaplan, H. S. (1996). Erotic obsession: Relationship to hypoactive sexual desire disorder and paraphilia. American Journal ofPsychiatry, 153 (7), 30-41.

Levine, M. and Troiden, R. (1988). The myth of sexual compul-sivity. Journal of Sex Research, 25, 347-378.

McCarthy, В. (1994). Sexually compulsive men and-inhibited sexual desire. JournalofSex and Marital Therapy, 20(3), 200-209.

McGrath, С. (1996 December 8). The Internet's arrested development. The New York Times Magazine, pp. 80-85.