

SEX: O ČEM SNÍ MUŽI

PSYCHOLOGIE, PSYCHOTERAPIE, ŽIVOTNÍ STYL

# PSYCHOLOGIE

**DNES**

ISSN 1212-9607  
1 1  
9 771212 960000

Hledá se tajný agent

Dvoujazyčná výchova  
ano, nebo ne?

Jezdím za prací

## Příroda: láska i fobie

LISTOPAD 2006  
11. ČÍSLO, 12. ROČNÍK, CENA 45 Kč  
VYDÁVÁ PORTÁL, S. R. O.

# O jakém sexu sní muži?

*Jak často muži opravdu myslí na sex a jaké jsou jejich fantazie? Co je smyšlenka moderních časopisů a jaká je realita? Jakými cestami lze vyvrátit mýty a najít pravdu?*



**ŠÁRKA KUBCOVÁ  
(1980)**

Vystudovala sociální pedagogiku a etopedii na Univerzitě v Hradci Králové. Zajímá se o psychologii, zejména oblasti mezilidských vztahů.

**M**uži myslí na sex každých sedm vteřin. Už jste také tuto větu slyšeli nebo četli? Jste-li muž, možná vás zamrazilo a v duchu jste rychle začali uvažovat o návštěvě nějakého specialisty – vzhledem k tomu, že na sex myslíte nanejvýše jednou denně, nebudete zřejmě normální. Pokud na takové tvrzení narazí žena, nezačne uvažovat o permanentce do fit centra, nákupu nového spodního prádla či změně účesu, aby se stala pro svého miláčka atraktivní a podněcovala jeho fantazie častěji? A jaké mají muži nejtajnější přání? Podle většiny dnešních časopisů chce být muž zahrnován něžnostmi a péčí dvou žen současně, které mu navíc dopřejí podívanou na malé lesbické představení určené pouze pro něj.

Ovšem podle výzkumu psychologů z univerzity v Leedsu ve Velké Británii má většina mužů ve skutečnosti mnohem všednější erotické představy. Průměrný muž sní nejméně jednou během dne a nejčastější představou je sex s milovanou partnerkou.

Toto zjištění může být pro někoho možná i trochu zklamáním. Většinu odborníků ale nepřekvapí. Je důležité si uvědomit, že každý vztah mezi partnery je založen na postupném vzájemném poznávání. To platí nejen o charakterových vlastnostech, ale i v oblasti sexu. Trvá delší čas, než oba partneři postupně objeví, co má ten druhý rád, co se mu líbí nebo naopak nelíbí. Je to dlouhá cesta plná trpělivosti, kompromisů, lásky a vytrvalosti, která zahrnuje poznávání metodou pokusu a omylu, na jejímž konci je však ta největší odměna, dostatečný, spokojený sexuální život obou partnerů. Teprve když znáte přání a potřeby toho druhého, můžete je uspokojit. S tím je také spojena komunikace obou účastníků. A ke komunikaci o intimních tématech je zase zapotřebí důvěra a přátelská atmosféra mezi oběma partnery, která způsobí, že ani jeden se nebude cítit ohrožen, když se otevře a svěří se svými přáními. Takže proč by člověk, který má spokojený vztah a partnera, se kterým si vyhovují,



utíkal do náruče někoho cizího? Obecně totiž platí, že pokud je člověk spokojený, nemá potřebu nějaké radikální změny či výraznějšího experimentování, a to v jakémkoli směru.

O průzkumech zabývajících se otázkami sexu je známo, že jsou v odhalování pravdy velmi nespolehlivé. Kolik z nás by zcela otevřeně a pravdivě mluvilo s cizím člověkem o svých nejskrytějších erotických tužbách, aniž by je upravili?

## V myšlenkách vše povoleno?

Tým psychologů z univerzity v Leedsu, který vede Mitch Waterman, si dal v současné době za cíl provést rozsáhlou definitivní studii, týkající se mužských sexuálních fantazií. Anonymní průzkum, který je stále doplňován muži ve věku 18–90 let, chce zachytit kompletní spektrum myšlenek o sexu, které muži mají. O čem muži přemýšlejí, o čem sní a jak často na to myslí? Autoři výzkumu upřednostňují používání slovního obratu „sexuální myšlenky“ před označením „sexuální fantazie“, neboť se pokoušejí vytvořit pojem, který bude dostatečně široký pro vše, co v souvislosti se sexem proběhne mužům hlavou. Přípustné je naprosto všechno, nic není zakázáno: sex se zvířaty, znásilnění, sadismus, sex s dětmi, skupinový sex – protože výzkumníci nemají zatím skutečnou představu o tom, jak obvyklé, výstřední nebo jak zcela prosté mužské fantazie mohou být. „Snění je normální, a co se považuje za normální, je velmi neurčitě“, říká Waterman, který je společně se studentkou doktorandského studia Tamarou Turner-Moore a Paulem Smithem vedoucím průzkumu. Kromě tradičně se opakujících otázek vedoucí výzkumníci doufají, že odhalí více zajímavých zjištění o sexuální fantazii. Například jak běžné je fetišistické zaměření na dámské boty (tedy retifismus). U některých mužů je známo, že si představují sex se zvířaty, sex s dětmi, nebo milují násilí na sobě samých nebo ho rádi způsobují druhým. Jinou otázkou je, zda lze odhadnout, u koho se jedná jen o myšlenky a kdo se je pokusí realizovat.

## Více snů, víc zkušeností

Původ sedmivteřinové teorie je záhadou. Odborníci z Kinseyho institutu z univerzity v Indianě tvrdí, že 54 % mužů myslí na sex nejméně jednou denně, 43 % několikrát za týden nebo měsíc a 4 % mužů jednou za měsíc nebo méně. Přitom se jistě dá předpokládat, že některý muž bude myslet na sex i několikrát za den. Při psaní tohoto článku požádala i autorka několik mužů, aby k tomuto tématu řekli svůj názor. Nejednalo se o výzkum, pouze o přátelskou diskuzi, díky níž jsme se dozvěděli například, že když muž potká během dne ženu, která ho svým vzhledem zaujme, opravdu to u něho vyvolá erotické představy, nicméně hlavní roli v nich nehraje náhodně potkaná žena, ale partnerka, ke které má muž citový vztah. Na cizí ženě se mu kupříkladu zalíbí nějaký kus oblečení a vzruší ho představa jeho partnerky v tomto oděvu.

Studie, které byly doposud provedeny, dokazují, že téměř všichni muži, více než 91 %, sní. Výzku-



my z této oblasti prokázaly, že časté vyvolávání erotických představ vede ke snížení počtu problémů v oblasti sexu a ke zlepšování sexuálního zdraví. Sexuálně zkušenější muži mají erotické představy častěji, pravděpodobně proto, že mají bohatší repertoár erotických zážitků, ze kterého mohou čerpat inspirace pro své scénáře.

Jak se možná všeobecně očekává, heterosexuálně zaměřený muži mají sklony snít o ženách, homosexuálně orientovaní muži o mužích. Fantazie o dvou partnerech zároveň se opravdu objevují, i když ne tak často jak nás magazíny určené pro pány nutí věřit.

Mužské fantazie obsahují touhu „vlastnit“ a ovládat ženu, která je přitahuje, nebo naopak být ženou ovládan, a tudíž jejich představy jsou častěji založeny na dominanci nebo submisí. Sexuální stránka mužských představ je více explicitní a zahrnuje anatomii, zatímco fantazie žen jsou více emocionální a romantické.

Každý člověk je individualita, nenahraditelná bytost, která má své potřeby, své zájmy, problémy, každý jsme v něčem výjimečný, vynikáme v různých oblastech, každý jsme vyrůstal v jiné rodině, v jiném prostředí... To vše nás více či méně formuje a činí jedinečnými. Srovnávání s druhými může někdy působit pozitivně, probudit zdravou soutěživost, která motivuje k větším výkonům. Ovšem máloco je tak ošidné jako porovnávání v oblastech intimního života. Kvantita je v tomto ohledu častokrát na úkor kvality a mnohdy se ukazuje, že jedinec, který se veřejně chlubí vysokým počtem dosažených ejakulací či závrtným množstvím orgasmů, které dosáhl u partnerky, si tímto způsobem kompenzuje své slabé stránky a nedostatky.

**Sexuolog Alfred Kinsey a jeho spolupracovníci ve svém výzkumu zjistili, že:**

- 89 % mužů a 64 % žen během masturbace sní
- 84 % mužů se vzruší pouhou představou sexuální aktivity se ženou
- 4 muži z celkového vzorku, který čítal 5000 mužů, udali, že jsou schopni dosáhnout ejakulace pouze pomocí svých představ
- 2 % žen mohou dosáhnout orgasmu použitím své fantazie
- 31 % žen uvedlo, že nebyly vzrušeny představou sexuální aktivity s muži

### Literatura:

[www.newx.bbc.co.uk](http://www.newx.bbc.co.uk)

[www.psych.leeds.ac.uk](http://www.psych.leeds.ac.uk)

The Times, 01.02.2006-08-28

[www.timesonline.co.uk](http://www.timesonline.co.uk)