

Czego pragnie mężczyzna, czyli kryzys wieku średniego

29 grudnia 2018

Widzieliśmy to nieraz: kochająca się rodzina, odchowane dzieci i nagła wiadomość – zdrada, rozpad małżeństwa, rozwód. Amerykańskie powiedzenie opisujące rozwód brzmi – ona bierze dzieci, on wolność, a prawnicy dorobek ich życia. Z czego to wynika?



Kluczem jest testosteron

Pewien mężczyzna, który na skutek zaburzeń hormonalnych utracił zdolność do wytwarzania testosteronu, w audycji radiowej opisywał swoje przeżycia. Zanikło wszystko, co określało mnie – mówił – ambicja, zainteresowania, poczucie humoru, modulacja głosu. Stałem się bardziej uległy, podchodziłem do ludzi z pokorą, której wcześniej u siebie nie obserwowałem... Kiedy nie ma testosteronu, nie masz pragnień.

Podobne doświadczenia opisywał mężczyzna, który urodził się kobietą i przeszedł kurację hormonalną niezbędną do zmiany płci. Przed kuracją hormonalną na widok atrakcyjnej kobiety myślałem tylko – jest atrakcyjna – w trakcie kuracji na widok

atrakcyjnej kobiety pojawiały się w wyobraźni obrazy erotyczne, czułem się jak potwór chcący ją posiąść, dzięki temu nauczyłem się, co oznacza bycie mężczyzną.

Ale nie trzeba aż takich sytuacji, by poznać, czym jest „zatrucie testosteronem”. Wystarczy popatrzeć na młodych chłopców, u których poziom testosteronu jest najwyższy w całym ich życiu. Im świat wydaje im się pełnym przemocy, pośpiesznym czy też szalonym. Każda cząsteczka młodego człowieka woła o seks. Od dawna oddziaływanie testosteronu w tym wieku było społecznie tłumione zakazami moralnymi, kanalizowaniem w wysiłek fizyczny, sport, zabawy w wojny.

W późniejszym życiu poziom testosteronu spada. Posiadanie i wychowywanie małych dzieci powoduje u mężczyzny znaczący spadek tego hormonu. U mężczyzn szczególnie czułych dla dzieci poziom testosteronu spada o ponad 30%. Równocześnie mężczyźni, którzy mają romanse, posiadają znacznie wyższy poziom tego hormonu niż ci, co ich nie mają. W przypadku romansujących mężczyzn większość z nich deklaruje, że ich małżeństwo było udane, wśród romansujących kobiet tylko 1/3 oceniała swoje małżeństwo jako udane. Badania medyczne wykazują, że mężczyźni z niskim poziomem testosteronu cztery razy częściej cierpią na depresję kliniczną, doznają zawału serca kończącego się zgonem, chorują na raka, są bardziej narażeni na chorobę Alzheimera, a także, zależnie od badań, ryzyko zgonu na skutek innej choroby jest u nich od 88 do 250 procent wyższe. Testosteron jest bezsprzecznie hormonem mającym związek ze zdrowiem i długością życia mężczyzny.

Problem pewnego Adama

Klasycznym problemem przekwitającego mężczyzny jest problem spadku poziomu testosteronu, który pojawia się w wieku powyżej 40 lat. Jednak poziom tego hormonu jest zmienny i zależny od sytuacji. Jak wykazują badania zespołu Jamesa Roneya, rozmowa z atrakcyjną kobietą podnosi poziom testosteronu o ok. 14%,

podczas gdy rozmowa z kolegą w biurze powoduje jego spadek o ok. 2% w stosunku do poziomu przed tą sytuacją. Bezsprzecznie wysoki poziom testosteronu jest dla mężczyzny przyjemny, podświadomie wręcz pożądanym.

Popatrzmy na przykładową rodzinę. Adam i Ewa byli przykładnym małżeństwem. Ona wziętą lekarką, on właścicielem firmy. Powodziło im się bardzo dobrze, również spełnieni byli w rodzinie – trójka dzieci. Cóż więcej potrzeba? Jednak któregoś dnia Ewa zastała Adama w łóżku z jej koleżanką, Moniką.

Jak opisywał to Adam? Od początku mojego romansu seks z Moniką był czymś wspaniałym, czułem się żywy, pełen energii, jak już dawno nie było. Jedzenie smakowało lepiej, świat był bardziej kolorowy. Z Ewą na początku też było podobnie, a nawet lepiej, bo z Ewą wiedziałem, że chcemy ze sobą przeżyć całe życie, że pragniemy założyć rodzinę, budować coś razem. Z czasem jednak wszystko przygasało, stawało się jakoś normalne, seks stawał się monotony, do bólu przewidywalny. Wielokrotnie Ewa odmawiała seksu zasłaniając się ważnymi problemami w pracy, w rodzinie. Ewa z czasem stawała się dla mnie bardziej siostrą niż partnerką do łóżka. A ja chciałem żyć, chciałem poczuć, że znów żyję, że znów jestem pożądanym, że świat stoi przede mną otworem, że mam kogo zdobywać i to właśnie dawała mi Monika.

Co się dzieje w umyśle mężczyzny?

Sytuacja mężczyzny osiąającego wiek 40-50 lat się zmienia, ustabilizowane życie, pozycja społeczna, usamodzielniające się już dzieci (brak problemów typu nieprzespane noce, odprowadzanie dzieci do przedszkola, szkoły, pomoc w nauce) powoduje, że znikają lęki egzystencjalne, a pojawiają się inne, poczucie, że coś odchodzi, strach przed problemami starości, śmiercią. Wiek żony zbliża się do menopauzy, stąd pojawia się potrzeba znalezienia innej kobiety, w której ramionach będzie można o tych problemach zapomnieć, poczuć się jak za czasów młodości, gdy testosteron zdawał się tętnić w

żyłach. Z takimi problemami, jak powszechnie się uważa, spotyka się większość mężczyzn osiagających ten wiek. Jak stwierdzili w swych badaniach Wiliam Masters i Wirginia Jonson „najczęściej utrata zainteresowania partnerką jest skutkiem monotonii, utraty zainteresowania stosunkiem płciowym.” Potwierdzają to badania statystyczne w USA. Około 10-15% par małżeńskich w tym wieku uprawia seks rzadziej niż 12 razy w roku, a jeśli dołożymy do tego fakt, że prawie 50% małżeństw kończy się rozwodem, wskazuje to na poważny problem rodziny. Jednak wysoki procent rozwodów w USA ma swoje uwarunkowania również kulturowe, ale o tym za chwilę.

Jak radzą sobie mężczyźni

Jak poradzić sobie, gdy już między małżonkami nie ma chęci seksu, a jedno z nich nadal go potrzebuje? Jak poradzić sobie, gdy odchodząca młodość powoduje chęć jej zatrzymania, przeżycia czegoś tak pięknego, jak ponowne drżenie serca na myśl o randce? Pierwszym i najczęściej stosowanym przez mężczyzn sposobem jest zasada: „spotykaj się z inną kobietą, ale nie daj się przyłapać”. Jest ona na tyle częsta, iż wydaje się, że do wykrywania postępowania mężczyzn zgodnie z tą zasadą kobiety przystosowały się ewolucyjnie. Mówi się, że w tym zakresie kobiety posiadają tzw. „kobiecą intuicję” i wyczuwają pojawienie się innej kobiety w życiu jej mężczyzny po szczegółach, których ten nawet nie jest w stanie zobaczyć, a co za tym idzie, ukryć.

Drugim sposobem jest „daj sobie spokój z seksem”, w razie problemów możesz uciec do pornografii, leków antydepresyjnych. W USA rocznie wypisuje się ok. 120 milionów recept na tego typu leki. Jednak jednym z najbardziej znanych efektów ubocznych stosowania takich leków jest pojawiająca się w krótkim czasie „kastracja chemiczna”. Jeśli wejdziemy w duszę mężczyzny, to zrozumiemy, że nocne skradanie się do komputera, by obejrzeć porno, jest dla niego po prostu upokarzające. Bo jak można porównać dotyk kochanej kobiety, ciepło jakie

przekazuje, grę hormonów w momencie zbliżenia się kochanków z zimnym ekranem, gdzie wpływu na akcję nie masz żadnego, a zachowanie modelki zostało określone w tytule filmu? Ten sposób często wywołuje u mężczyzn złość i odrazę do dotychczasowego związku, która w krótkim czasie związek ten niszczy.

Trzecim sposobem jest tzw. seryjna monogamia, czyli „rozwód i zaczynamy od nowa”. To chyba najgorsze rozwiązanie, choć „uczciwe”. Często ta metoda jest prezentowana jako „honorowe” wyjście z sytuacji, no bo przecież uczciwe jest powiedzenie, nie kocham cię już. Tyle, że to „honorowe wyjście” jest jedną z przyczyn dzisiejszej epidemii rozwodów, dzieci wychowywanych przez jednego z rodziców. Dodatkowo dzieci z rozbitych małżeństw są bardziej skłonne do powielania złego modelu rodziców w ich późniejszym życiu. Jak mówią badania, dzieci z rozbitych małżeństw znacznie słabiej walczą o swój związek i łatwiej decydują się na rozwód niż dzieci z pełnych rodzin.

Istnieje czwarte rozwiązanie, które jednak w naszych warunkach kulturowych rzadko kiedy znajduje zastosowanie. Jest nim dopuszczenie w związku do drobnych romansów partnerów, pod warunkiem zachowania bezpieczeństwa rodziny. Na ile możliwość przyjęcia takiego rozwiązania jest uwarunkowana kulturowo, wskazują badania przeprowadzone w USA, Anglii i Francji. Okazuje się, że Francuzi znacznie częściej wybaczą drobne romanse współmałżonka, podczas gdy w kulturach wywodzących się z krajów anglosaskich wykrycie zdrady przez współmałżonka prawie zawsze skutkuje rozwodem. Jednak gdy w badaniach zapytano kobiety po rozwodzie o motyw decyzji, bardzo często deklarowały przywiązanie do byłego współmałżonka, a rozwód odbierały jako niezbędne rozwiązanie dla zachowania własnej twarzy względem otoczenia. „Zdradził mnie, musiałam mu wystawić walizki za drzwi”, pochwali się znajomym, „choć tego nie chciałam”, powie sobie w duszy. Z pewnością duże znaczenie mają tu „mydlane opery”, gdzie scenarzyści uznają właśnie ten model za dający znacznie szersze możliwości budowania akcji,

niż trudne przecież wybaczenie i utrzymanie rodziny. Bo zachowana rodzina jest w serialu ograna do bólu, a nowy związek daje wiele nowych możliwości. Tyle, że w serialach tych jakże mało mówi się o cierpieniach rodziny wynikających z nierozumienia przez dzieci przyczyn rozvodu. Dziecko chce mieć bezpieczeństwo, jakie zapewni tata i mama, a problemy „zdrady” są dla niego całkowicie obcymi.

Nie ulega wątpliwości, że dotrzymanie przysięgi małżeńskiej „i ślubuję ci miłość, wierność i uczciwość małżeńską, oraz że cię nie opuszczę aż do śmierci” jest w życiu bardzo trudne, gdyż jest ono zaprzeczeniem uwarunkowań, jakie przekazali nam w genach nasi przodkowie, którzy jak plemiona zbieraczo-rolnicze nie znali pojęcia małżeństwo, wierność i zdrada. A w takiej kulturze jako ludzkość przeżyliśmy przecież znakomitą większość, czasu w jakim człowiek współczesny żyje na tej ziemi, gdyż człowiek współczesny pojawił się na niej ok. 1.9 miliona lat temu a monogamia liczy sobie co najwyżej 10 tys. lat. Dziś te uwarunkowania możemy obserwować w „epidemii rozwodów”. Obecnie szacuje się, że w Polsce ponad 21 % dzieci doznało traumy rozvodu rodziców. Czyż nie jest to wystarczająco dużo, by zastanowić się nad naszymi uwarunkowaniami kulturowymi? Czy nie warto odpowiedzieć sobie na pytanie: lepiej zadbać o spełnienie potrzeb psychiczno-fizjologicznych, czy też, jak w czasach wiktoriańskich, o spełnienie zasad moralności, „uczciwej żony” i „wernego męża”.

Przeczytaj również [„Czego pragnie kobieta?”](#)

Autorstwo: Zawisza Niebieski

Zdjęcie: [stokpic](#) (CC0)

Źródło: [NEon24.pl](#)

Bibliografia

1. Cacilda Jethá i Christopher Ryan, „Na początku był seks. Prehistoryczne źródła nowoczesnej seksualności”.