## Мужчины чувствуют себя отвергнутыми, если вы отклоняете их сексуальные предложения

Ваш партнер, обняв вас, начинает целовать вашу шею. Вы знаете, что этим он хочет сказать вам, что настроен на секс, а вы совершенно не хотите этого. Что вы должны делать?

* Отреагировать раздраженно в надежде, что ваш партнер сам поймет, в чем дело.
* Отреагировать вяло, неохотно, рассчитывая тем самым умерить пыл вашего друга.
* Сказать что-то типа: "Послушай, дорогой, не нужно. У меня сейчас нет настроения".
* Неохотно позволить ему заняться с вами любовью и, лежа в постели, обдумывать свои дела на завтра или решать, какие вещи нужно отнести в химчистку.

Правильный ответ: "Ничего подобного делать не следует" - и вот почему. Секс является для мужчины очень важной формой проявления эмоций, это своеобразный способ предложить себя в надежде, что его примут физически и эмоционально.

**Когда ваш партнер делает вам сексуальное предложение, он предлагает вам больше, чем секс. Он как бы говорит: "Пожалуйста, прими меня".**

Ваш партнер может и не подозревать об этих мотивах, но только попробуйте отвергнуть его, и вы увидите его реакцию. Он поведет себя так, будто вы сказали ему не о том, что вы не в настроении заниматься любовью, а о том, что вы его отвергли. Большинство опрошенных мною мужчин жаловались, что, будучи отвергнутыми своим сексуальным партнером, они испытывали чувство глубокой подавленности и унижения. Они не слышат вашего "я устала" или "только не сейчас". Они слышат "я тебя не люблю, я не хочу тебя, ты не желанный, ты плохой". Может случиться так, что ваш партнер не будет знать, как выразить свою обиду на ваш отказ, и, как это часто происходит, может утратить к вам сексуальный интерес или начнет искать замену вам на стороне. Вот почему мужчины любят женщин, которые не боятся показать, что они любят секс.

Многие женщины стесняются проявлять свою сексуальность, боятся показать мужчине, как они хотят его, или не решаются стать инициаторами в сексе. Когда вы не боитесь продемонстрировать своему партнеру свое желание, мужчина обретает большую уверенность в себе и начинает испытывать к вам большее влечение. Запомните: мужчины ненавидят, когда их отвергают! Традиционная роль мужчины - инициатора секса - ставит его в положение человека, который подвергается риску быть отвергнутым. Поэтому он испытает к вам чувство благодарности, если будет знать, что вы тоже готовы рисковать и способны сами первой предложить секс.

**Решение:**

**Никогда полностью не отвергайте сексуальные предложения вашего партнера.**

Я не предлагаю вам допускать изнасилование и ни в коем случае не советую отвечать "да" на любое сексуальное предложение мужчины. Я просто советую вам помнить о мужской уязвимости в этом вопросе, помнить, что это для мужчины своеобразная форма предложить себя вам, и вы должны найти способ продемонстрировать, что принимаете его.

**Скажите: "Любимый, я немного устала сегодня. Может, ты просто полежишь со мной, мне так хорошо, когда ты рядом".**

**"Я очень тебя люблю, я очень люблю заниматься любовью с тобой, но в данный момент я так устала после работы, что не смогу любить тебя так, как бы я хотела. Обними меня, дорогой, и давай найдем для любви другое время, пусть дети заснут".**

Другими словами, помните, что, когда ваш мужчина предлагает вам секс, он стремится получить прежде всего любовь. Не говорите просто "нет": непременно приласкайте его или каким-либо иным способом дайте ему понять, как много он для вас значит.

**Если вы не настроены на секс, отвечая своему партнеру "нет" на сексуальное предложение, обязательно скажите ему, что любите его.**

Ваш друг будет чувствовать себя лучше и, как знать, быть может, говоря ему о своей любви, вы вдруг почувствуете прилив нежности к нему, и в вас возникнет желание.

**Список использованной литературы:**

1. Барбара де Анджелис. Секреты о мужчинах, которые должна знать каждая женщина. ЭСМО-ПРЕСС, 2000 г.  
 Барбара де Анджелис - профессор, специалист по проблемам взаимотношения между мужчинами и женщинами.