

Vigyázat, csalok!

Általában már gyerekként elkezdünk fantáziálni arról, hogy milyen a számunkra ideális férfi vagy nő, és ha szerencsénk van, találkozunk is vele. A baj csak az, hogy az idő múlásával sokszor változik a vágyott társról való elképzelésünk, így ami egykor lázba hozott, később akár lelombozhat. Nem beszélve arról, hogy szívünk választottja – éppúgy, ahogy mi magunk – veszíthet vonzerejéből, és idegesítő szokások rabjává válhat.



Emiatt úgy érezhetjük, melléfogtunk a választással, hiszen az, aki mellettünk él, már egyáltalán nem felel meg titkos vágyainknak.

Mi történik ilyenkor? Újra álmot szövögetünk egy ideális társról? Netán a fantáziálást tettek is követik, és a valóságban is új partner felé kacsingatunk? A hűség-hűtlenség témaköre számos kérdést vet fel, amelyek közül a legfontosabbakra

Dr. Meskó Norbert evolúciós pszichológustól kaptunk választ.

■ Milyen titkos vágyaik vannak a férfiaknak a szebbik nemhez kapcsolódóan?

– A pszichológiát már kialakulása óta körülbelül egyfajta misztikum, miszerint az emberi lélek rejtelmét fürkészi, s esetenként olyan titkokat tár fel az egyénről, amelyeket az illető el szeretne rejtetni mások elől, extrém esetben pedig saját maga számára sem tudatosak. Ennek az imágónak a kialakulásában a pszichológia biztosan sokat köszönhet a mélylélektan legendás alakjának, Freudnak, aki tudattalan (magunk előtt is rejtett) működésünket elfojtott szexuális késztetéseinkkel magyarázta. De meg kell említeni Darwin nevét is, akinek szexuális szelekciós elméletére alapozva fajunk párválasztási viselkedésében számos főemlősökhöz hasonló stratégiát azonosíthatunk.

A kérdésre válaszolva: titkos vágyunk tehát azt tekinthetjük, amelyről nekünk van tudomásunk, de szeretnénk, ha más ezt nem ismerné. A férfiak „titkos” vágyai evolúciós örökségünk tükrében – ha egyáltalán lehet általánosítani – eléggé átláthatóak. Egyrészt fontosak a mennyiségi szempontok: minél több szexuális partner elérése. A törzsfajlódás során ugyanis (bizonyos körülmények között) ez a törekvés közvetlenül összekapcsolódhatott a magasabb utódszámmal. A promiskuitásra való hajlam nyomai ma is erősebbek a férfiakban, mint a nőkben. A vizsgálatok



szerint arra a kérdésre, hogy szerintük életük végéig hány szexuális partnerük lesz, illetve mennyit szeretnének, jóval több személyt jelölnek meg, mint a nők.

Másrészt a férfiak általában nem híres, magas státusú vagy gazdag nőkről fantáziálnak (erotikus fantáziáikban), hanem sokkal inkább hétköznapi, de fiatal, csinos vagy kimondottan vonzó, odaadó szeretőként működő nőkről, aki jó társ lesz, sőt jó anyja is majdani közös gyermekeiknek (de ez nem annyira titkos vágy)... Mindazonáltal nyilván vonzóak, vágyottak lehetnek a félig-meddig tiltott vagy a társas normáktól bizonyos mértékig eltérő megnyilvánulások is.

■ És a nők milyen férfiakról fantáziálnak?

– A nők szexuális vágyai – ha evolúciós nézőpontból vizsgáljuk a kérdést – általában a reprodukcióval kapcsolatos két fő probléma megoldása köré szerveződnek. Az egyik: olyan partnert kell találni, aki jó apa, azaz képes erőforrásokat megszerezni, megtartani, felhalmozni és megosztani, ráfordítani a közös utódokra. (Az erőforrás persze nemcsak anyagi jellegű lehet, mint a táplálék vagy a pénz, hanem közvetlen gondoskodás, nevelés, játék stb.) A másik adaptív probléma, amellyel a nők találkozhattak a törzsfajlódás során: olyan partnert kell találni, aki jó génekkel rendelkezik. Ugyanis bizonyos körülmények között (pl. ha a környezet erőforrásai korlátozott-



tan elérhetőek, és nem lehet felhalmozni őket) az apától „nyert” gének kulcsfontosságúak lehetnek az utód túlélési képességeinek szempontjából (mivel a kórokozókkal szembeni ellenálló képesség öröklődik). Ezért a nők alapvetően a fenti két szempont alapján választanak partnert: legyen megbízható, magas státusú, vagyonos, kedves, együttműködő (jó apai minőség jelzése), másrészt legyen izmos, férfias, magas, domináns, egyszerűen szexi (jó gének jelzése). A nehézségek abból fakadnak, hogy nagyon kevés olyan férfi van, akire ez a „személyleírás” maradéktalanul ráillik, és közöttük is még kevesebb, akinek éppen az őt kiszemelő nő kellene.

■ **Igaz az, hogy amíg egy kapcsolat titkos, szenvedélyesebben élük meg a résztvevők?**

– A szenvedély mértéke általában nem a titkosságtól függ, de a közös titok (a titkos kapcsolat) léte valóban fokozhatja az összetartozás érzését. Így van ez egy később nyilvánossá váló, átlagos párkapcsolattal is, amikor még a kialakulás fázisában tartanak. A tiltott és emiatt titkos kapcsolatok (pl. házastárs mellett a szeretővel való viszony) nagy szakítópróbája szokott lenni, hogy a nyilvánosságra kerülés után (esetleg a válást követően) is

működőképes-e, vagy csak a titok, a tiltással való szembeszegülés gyermeki „csakazértis”-öröme mozgatta. A párkapcsolatok rendbe hozásával foglalkozó szakemberek szerint érettebb, felnőttesebb beállítódásról árulkodik, ha valaki képes lezárni egy nem jól működő viszonyt, házasságot, és csak akkor kezd bele újabba, miután a régin érzelmileg túljutott, tisztázva magában, mit is vár az új kapcsolattól. A párkapcsolati problémák többsége azonban éppen azt mutatja, hogy éretlenségünk okán fontosabbnak tartjuk elkerülni a félelemkeltő egyedüllétet, mintsem megválaszolni olyan csöppet sem egyszerű kérdéseket, mint például: mit tettem azért, hogy rosszul érezzem magam az előző kapcsolatomban, hogyan fogom elkerülni, ha újra hasonló helyzetbe kerülök stb.

■ **Bizonyára minden félrelépőnek megvan a saját története, de adható-e alapvető magyarázat arra, hogy akik megteszik, miért csalják meg a párjukat?**

– Vannak és mindig is voltak, akik csak részben köteleződnek el egy ember mellett, azaz megcsalják partnerüket. Arról már volt szó, hogy férfiak esetében az érzelmi elköteleződéstől mentes szex miért volt adaptív, és hogy részben ez állhat a szexu-

ális változatosságra törekvés hátterében. Arról is beszéltünk, hogy a nők két fontos szempont alapján választanak párt, és ez nem mindig esik egybe: lehet, hogy más személy való apának, és más szeretőnek. Szóval az evolúciós célok elérése megmagyarázza, hogy miért vagyunk mérsékelten poligám faj, de továbbra is kérdéses lehet, hogy milyen pszichológiai változók közvetítik ezeket a megcsalásra, házasságon kívüli szexre való hajlamunkat. Hiszen az ellenkezőjére is szép számmal láthatunk példát, amikor kölcsönös monogámiában élnek együtt emberek, csupán azért, mert szeretik egymást.

■ **Van olyan női és férfi típus, akire azt mondhatjuk, vele biztosan sokan „bűnbe esnének”?**

– Kittenberger Kálmán híres magyar Afrika-kutató és író szerint „...a szép asszony nem mindig jó asszony... a nagyon kívánatos szépség nem is lehet hű, mert hiszen minden férfi megkívánja”. Ebből a megállapításból tehát az következik, hogy a szexuálisan vonzóbb emberek nagyobb eséllyel lépnek félre a szépségükből adódó népszerűségük miatt. Több kutatás is megerősítette, hogy a magukat vonzóbbnak értékelő nők és férfiak között többen vannak, akik nyitottak a rövid távú kapcsolatok iránt, mint a kevésbé vonzók körében. Ez azonban nem jelent oksági kapcsolatot is, nem állíthatjuk azt, hogy a csalfaság oka a szépség.

■ **Mitől függ a hűtlenség: személyiségtípustól vagy a párkapcsolat minőségétől? Netán mindkettőtől?**

– Természetesen mindkettőtől, hiszen a párkapcsolati választásaink is valahogyan a személyiségünkből fakadnak. A pszichológia egyes irányzatai szerint magunk generáljuk érzéseinket, amelyek segítenek, hogy elérjük fiktív (magunk előtt is rejtett, tudatalan) célunkat. (Fiktív cél lehet például az a meggyőződésünk, hogy csodálatra méltóak vagyunk, de az is, hogy nem vagyunk szerethetőek.) Az ismerkedési/udvarlási folyamatban az emberek számos jelét adják annak, hogy mennyire megbízhatóak, mennyire képesek elköteleződni, igénylik-e partnerük kizárólagos szexuális elérhetőségét stb. Ahhoz, hogy valaki „kifogjon” egy notórius hűtlenkedőt – aki mellett boldogtalanul érezheti magát –, nem kell mást tennie, mint figyelmen kívül hagyni vagy félreértelmezni ezeket a jelzéseket.

■ **Tényleg vannak „javíthatatlan alakok”, akik egyszerűen képtelenek egy partner mellett leborgonyozni?**



Bocsánatos bűn?

A vizsgálatok szerint a nők túlnyomó része elnézi partnerének a félrelépést, feltéve ha az nem sokadszorra fordult elő. Az a nő, aki érzelmileg szorosan kötődik a párjához, elfogadja még az egészen képtelen magyarázatokat is, és igyekszik túllépni a történeteken. Ennek valószínűleg az az oka, hogy a szexualitás a gyengébb nem számára nem ugyanazt jelenti, mint a férfiaknak. A többszöri hűtlenséget azonban már a nők sem nézik jó szemmel, ilyen esetekben sokkal kisebb az esély arra, hogy szemet hunynak párjuk botlásai felett. Más a helyzet, ha a nő szarvazza fel a partnerét, és az tudomást is szerez róla: a férfiak sokkal nehezebben teszik túl magukat a megcsalás tényén, mivel úgy érzik, férfiúi büszkeségükön esett csorba. Nem tudnak szabadulni attól a gondolattól, hogy választottjuk mással is ágyba bújít, az pedig különösen gyötrelmes számukra, hogy ezek a légyottok akár élvezetesebbek is lehetnek az otthoni szeretkezé

– Egyesek a hosszú távú, érzelmileg elkötelezett kapcsolatban érzik jól magukat, míg mások számára ez elképzelhetetlen. Vannak, akiket a rövid távú, néhány hónapos vagy egyéjszakás viszonyok boldogítanak. És természetesen szép számmal akadnak olyanok is, akik tartós, hosszú távú partnerük mellett szívesen keverednek alkalmi szexuális kapcsolatokba, vagy akár egy szeretővel is hosszú távon tartanak fenn kapcsolatot. Bizonyos kutatók szerint ez a

párkapcsolati kötődési igény összefügg az egyén kora gyermekkori tapasztalataival, az anyával való kapcsolat minőségével, amely körülbelül 3 éves korig alakul ki.

Ha a korai kapcsolati minta biztonságot adó, kiszámítható, elfogadó, következetes kommunikáción alapuló anya-gyermek viszonyból merítkezik, amelyben az egyén fontosnak, értékesnek, szerethetőnek éli meg saját magát, akkor a későbbi partnerkapcsolatokban is nagyobb esély-

lyel keres és talál hasonló érzéseket. Ha azonban az első kapcsolatról szóló korai tapasztalat érzelmi elutasításról, bizonytalanságról szól, amely kiszámíthatatlan anyai/szülői magatartással párosul, akkor nagy valószínűséggel ez a bizonytalan kötődés jelenik meg a későbbi párkapcsolatban is. Az ilyen emberek egyik része általában elkerüli a kapcsolati intimitást, és érdekes kettősséggel (ambivalenciával) viseli azt: ha a másik szorosabbra akarja fűzni a kapcsolatot, ő kihátrál belőle, de mihelyt érzi, hogy a másik érzelmileg eltávolodik, ő azonnal közelebb szeretne kerülni hozzá. A bizonytalanul kötődők másik része elemi erejű szorongást élhet át partnere elvesztésének gondolatára, s mivel bizonytalan saját értékességében, egyfolytában monitorozza, hogy elég jó társa-e a partnerének, attól tartva, hogy beigazolódik legnagyobb félelme: már nem kell a másoknak.

■ **Egy idő után valószínűleg mindenkiben felébred a vágy egy kis változatosságra. Mitől függ, hogy meg tudjuk-e fékezni ezt a kíváncsiságot, kalandvágyat?**

– Szexuális izgalmat, kíváncsiságot átélni azzal kapcsolatban, hogy milyen lehet az ágyban valakivel, aki nem a tartós partnerünk, nem ugyanaz, mint a tettek mezejére lépve kielégíteni ezt a kíváncsiságot. Számos pszicho-biológiai alapú készletünk munkál bennünk, amely szexuális vágyunk, motivációnk hátterében áll, de nem vagyunk kiszolgáltatva ösztöneinknek. Emberi sajátosságunk, hogy nemet tudunk mondani bizonyos dolgokra, ha akarunk. Ez valóban azt jelenti: elképzelhető, hogy felébred a vágy más partnerek iránt.

De attól vagyunk azok, akik vagyunk, hogy mit tudunk kezdeni ezzel a vágygal, nem attól, hogy létezik-e egyáltalán. Ha valakinek túl gyengék a pszichés szabályozói, fékei, könnyen elcsábul (és nemcsak a házasságon kívüli szexre, hanem más amorális vagy akár aszociális dologra is). Ha viszont túl erősek ezek a fékek, beszabályozottá, merevvé, szorongóvá válhat, aki egyfolytában arra figyel, hogy megfeleljen az elvárásoknak, és szélsőséges esetben akkor sem tudja elengedni magát igazán, ha a partnerével van együtt. A házastársi hűséggel kapcsolatban is fontos lehet az arany középut, egyfajta belső szabadság megtalálása, megélése.



Bagaméri Vikki