

Дмитрий Малышев

Интернет победил секс



18+

Дмитрий Малышев

Интернет победил секс

«Автор»

2026

Малышев Д.

Интернет победил секс / Д. Малышев — «Автор», 2026

63% людей предпочтут не заниматься сексом целый год, чем не пользоваться интернетом в течение этого же времени. Исследования, проводимые в разных регионах, последовательно фиксируют тенденцию к увеличению ежедневного времени экранного взаимодействия, параллельно с которым наблюдается сокращение периодов, посвящённых офлайн-общению, совместному досугу и физической близости. Эти данные не указывают на прямую причинно-следственную связь, однако подтверждают наличие сложного системного взаимодействия, где цифровые платформы постепенно занимают временные и когнитивные ниши, ранее предназначавшиеся для социального и интимного взаимодействия... *при подготовке книги помогала нейросеть

© Малышев Д., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Технологии и секс	5
Конец ознакомительного фрагмента.	7

Дмитрий Малышев

Интернет победил секс

Технологии и секс

Интернет победил секс

63% людей предпочтут не заниматься сексом целый год, чем не пользоваться интернетом в течение этого же времени.

Введение

Феномен вытеснения реальной интимности цифровыми стимулами представляет собой один из наиболее значимых культурных и психологических сдвигов современности, который постепенно трансформирует не только индивидуальные поведенческие паттерны, но и саму структуру человеческих отношений. Утверждение о том, что интернет победил секс, не следует воспринимать буквально как биологическую замену репродуктивного или сенсорного опыта виртуальным аналогом. Речь идёт о более глубоком и системном процессе перераспределения внимания, времени и нейрохимических ресурсов, где цифровые среды предлагают высокодоступные, низкопороговые и мгновенно удовлетворяющие стимулы, конкурирующие с реальными формами близости за когнитивную и эмоциональную вовлечённость человека. Значимость данной темы обусловлена тем, что последствия этого сдвига затрагивают фундаментальные аспекты психического здоровья, качество долгосрочных партнёрств, демографические тенденции и социальную сплочённость. Когда виртуальное взаимодействие начинает восприниматься как более безопасная, предсказуемая и контролируемая альтернатива реальной уязвимости, возникает постепенное смещение приоритетов, в котором телесный контакт, эмоциональная синхронизация и совместное преодоление трудностей уступают место одностороннему потреблению контента, асинхронной коммуникации и алгоритмически настроенному взаимодействию. Краткий обзор современных тенденций показывает, что технологическая инфраструктура не просто предоставляет новые инструменты для знакомств или развлечений, она перепрограммирует ожидания, формирует новые стандарты скорости реакции, снижает толерантность к неопределённости и создаёт условия, в которых реальный секс и глубокая интимность воспринимаются как слишком сложные, требовательные или рискованные по сравнению с мгновенным цифровым вознаграждением. Понимание этих механизмов необходимо не для осуждения технологического прогресса, а для осознанного управления вниманием, восстановления способности к присутствию и выстраивания отношений, в которых технологии служат дополнением, а не заменой человеческого контакта. В последующих разделах подробно рассматриваются статистические и исследовательские данные, психологические механизмы формирования цифровой зависимости, трансформация восприятия сексуальности, влияние на качество партнёрских связей, практические стратегии восстановления баланса и возможные траектории развития взаимодействия между технологиями и интимностью в ближайшие десятилетия.

1. Статистика и исследования

Анализ современных данных и научных исследований демонстрирует устойчивую корреляцию между ростом времени, проводимого в цифровых средах, и снижением частоты

реальных интимных контактов в различных возрастных и социальных группах. Исследования, проводимые в разных регионах, последовательно фиксируют тенденцию к увеличению ежедневного времени экранного взаимодействия, параллельно с которым наблюдается сокращение периодов, посвящённых офлайн-общению, совместному досугу и физической близости. Эти данные не указывают на прямую причинно-следственную связь, однако подтверждают наличие сложного системного взаимодействия, где цифровые платформы постепенно занимают временные и когнитивные ниши, ранее предназначавшиеся для социального и интимного взаимодействия. Статистические обзоры показывают, что значительная часть населения регулярно предпочитает онлайн-активности реальному общению, выбирая потребление видеоматериалов, участие в текстовых обсуждениях, взаимодействие с алгоритмически подобранным контентом или асинхронную переписку вместо живого контакта. Этот выбор часто объясняется не отсутствием потребности в близости, а снижением энергетических ресурсов, повышением уровня фонового стресса, изменением рабочих графиков и доступностью мгновенного цифрового удовлетворения, не требующего эмоциональной или физической инвестиции. Нейробиологические исследования дополняют статистические данные, демонстрируя, как алгоритмические ленты, уведомления и интерактивные элементы активируют дофаминовые цепи вознаграждения по схеме переменного подкрепления. Эта схема, исторически используемая для поддержания исследовательского поведения, в цифровой среде приводит к формированию устойчивых паттернов проверки устройств, бесконечного пролистывания и поиска новых стимулов, что постепенно снижает чувствительность рецепторов к более медленным, но глубоким формам удовлетворения, таким как долгосрочная привязанность, постепенное сближение или физическая близость. Исследования в области поведенческой экономики и цифровой социологии подтверждают, что интернет стал неотъемлемой частью повседневной инфраструктуры, проникая в рабочие процессы, образовательные системы, досуговые практики и даже в интимные ритуалы. Эта интеграция создаёт эффект постоянного присутствия, в котором граница между онлайн и офлайн размывается, а внимание фрагментируется на множество параллельных потоков. Влияние на личные отношения проявляется через снижение качества совместного времени, увеличение количества отвлечений в присутствии партнёра, формирование ожиданий мгновенной реакции и постепенную утрату навыков терпеливого выстраивания связи. Демографические данные также отражают сдвиг: возраст вступления в первые партнёрские отношения увеличивается, частота спонтанных встреч снижается, а модели знакомств всё чаще опосредуются цифровыми платформами, которые предлагают иллюзию бесконечного выбора, но одновременно повышают тревожность, страх упущенных возможностей и сложности с принятием обязательств. Важно отметить, что исследования не утверждают, что технологии сами по себе разрушают интимность. Они демонстрируют, что без осознанного управления вниманием и чётких границ цифровые среды естественным образом занимают доминирующее положение в иерархии стимулов, поскольку они разработаны с учётом психологических уязвимостей, когнитивных ограничений и биологических механизмов вознаграждения. Статистика и научные данные служат не приговором, а диагностическим инструментом, позволяющим понять масштаб трансформации и выработать стратегии, которые возвращают баланс между цифровым удобством и человеческой потребностью в присутствии, уязвимости и телесном контакте.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.