

## Тема №10. Сексуальность мужчины и женщины: понятие и основные аспекты изучения.

### 1. Мужская сексуальность.

### 2. Женская сексуальность.

#### 1 вопрос. Мужская сексуальность

В общественном сознании и особенно в сознании в самих мужчин, **маскулинность и сексуальность – почти синонимы**. «Настоящий мужчина» в привычном понимании – прежде всего хороший самец, его идентичность неотделима от сексуальности, сила мужчины – прежде всего его мужская сила.

Аналитический обзор 5400 научных статей посвящен **силе сексуального влечения** - специфической мотивации, сконцентрированной на сексуальной активности и стремлении к сексуальному удовольствию. Человек с более сильным сексуальным влечением имеет более интенсивные и/или более частые желания заниматься сексом ради него самого, а не для удовлетворения других, более отдаленных целей, таких как репродукция, власть или освобождение от стресса, причем эта мотивация обычно перебивает другие желания и потребности.

*Мужское влечение оказывается значительно сильнее женского по следующим показателям:*

- частота сексуальных мыслей, фантазий и спонтанного возбуждения;
- желаемая частота секса;
- частота мастурбации;
- желаемое число сексуальных партнеров;
- предпочтение секса другим занятиям;
- активный поиск и не избегание сексуальных действий;
- готовность инициировать сексуальные действия;
- наслаждение разными типами сексуальных практик;
- готовность жертвовать ресурсами ради секса;
- положительное отношение к сексуальной активности;
- распространенность расстройств, связанных с понижением сексуального желания и самооценки силы сексуального влечения.

Ученые объясняют это с позиции эволюционной биологии: если биологическая функция самцов состоит в том, чтобы оплодотворить как можно больше самок, то мужская сексуальность должна быть более сильной и одновременно экстенсивной.

*Повышенное значение для мужчин сексуальной активности имеет важные социально-психологические последствия.* Мужская сексуальность всегда была и остается предметом своеобразного культа, а где культ, там и мифы, а где мифы, там и страхи. Известный сексолог Берни Зилбергелд перечисляет комплекс **мужских мифов**:

- Мы крутые ребята, в сексе для нас нет никаких трудностей.
- Настоящий мужик не занимается такими бабскими вещами, как чувства и разговоры.
- Всякое прикосновение сексуально и должно вести к сексу.
- Мужчина всегда заинтересован в сексе и всегда готов к нему.
- Настоящий мужик проверяется, прежде всего, в сексе.
- Секс – это твердый член и то, что с ним делают. - Секс и половой акт – одно и то же.
- Мужчина должен быть способен заставить свою партнершу испытать как бы землетрясение или, по крайней мере, ошеломить её.
- Хороший секс обязательно предполагает оргазм.
- Занимаясь сексом, мужики не должны слушаться женщин.
- Хороший секс происходит сам собой, без подготовки и разговоров.
- У настоящих мужчин нет сексуальных проблем.

«Настоящий мужчина» из легенды обязательно обладает длинным и твердым, негибачим членом, который является главным признаком мужского достоинства и силы и ассоциируется с высокой сексуальной потенцией.

Одни убеждены, что **размер члена** связан с высоким ростом и вообще более маскулинным телосложением. Другие думают, что его длина коррелирует с размером ног, длиной носа или величиной ушей. Некоторые связывают её с расовой принадлежностью, особую зависть вызывают негры. Счастливым обладателям крупных пенисов приписывают особую физическую силу. Уверяют, что у них больше

спермы и выше детородные потенции, что они сексуально более возбудимы, обладают лучшей эрекцией и ведут более интенсивную половую жизнь и др.

Однако объективно размеры пениса для женщин не так уж важны. Женские половые органы весьма пластичны и после краткого «пробного» периода они легко подстраиваются под нужный размер. Лишь 5% женщин могут реально испытывать с этим проблемы. Сексуальное удовлетворение женщины зависит от размера пениса гораздо меньше, чем принято думать, а часто и вовсе не зависит, хотя при прочих равных условиях они предпочитают мужчин с большим пенисом. Тем не менее, многие мужчины очень тревожатся на это счет, особенно спекулирует на этом реклама.

В действительно увеличить член с помощью каких-бы то ни было упражнений невозможно, так как это не мышца. Не помогают и продающиеся в секс-шопах вакуумные устройства, с помощью которых можно вызывать эрекцию и мастурбировать. Попытки некоторых мужчин увеличить член путем вшивания в него посторонних предметов и вовсе могут закончиться плачевно. В случае необходимости современная пластическая хирургия может на 2,5 см или немного больше удлинить член путем выведения наружу его внутренней, скрытой под лобком части. Однако урологи и сексологи настоятельно рекомендуют прибегать к хирургическому вмешательству только в случае реальной медицинской необходимости. Если размеры пениса в пределах нормы, сто спешить на операционный стол не стоит. Во-первых, после любой операции возможны осложнения. Во-вторых, эффект операции иногда бывает меньше ожидаемого. В-третьих, недовольство собственным членом, как и вообще телом, часто обусловлено психологическими причинами, которых хирургия не устраним.

Менее популярная, но более серьезная мужская проблема – **качество спермы**. Мужчина производит значительно больше спермы, чем женщина – яйцеклеток, и мужские половые клетки делятся быстрее и чаще. Но каждое новое деление клетки создает возможность каких-то незначительных нарушений, мутаций. С возрастом риск увеличивается, дети немолодых отцов чаще страдают генетическими нарушениями. Поэтому лучше зачинать детей в молодости, хотя мужчина более старшего возраста психологически лучше подготовлен к роли отца.

Количество, консистенция, цвет, вкус, запах и другие свойства спермы неодинаковы у разных мужчин, а у одного и того же мужчины они варьируют в зависимости от множества условий, включая характер питания. Качество спермы ухудшается в условиях стресса. Понижение уровня тестостерона и ухудшение качества семени часто наблюдаются в боевой обстановке, при напряженной деловой активности, у приговоренных к смерти и долгое время ожидающих казни. Не замеченный вовремя стресс может даже при полном физическом здоровье, сделать мужчину неспособным к оплодотворению.

Качество спермы также связано с экологией. Начиная с 1930-ых гг. во многих индустриально развитых странах отмечено ухудшение качества спермы, особенно её плотности и количества спермиев. По некоторым данным, в конце 1990-ых гг., в США снижение составило 1,5 млн., а в некоторых странах Западной Европы – 3 млн. спермиев на 1 миллилитр семенной жидкости. Этот процесс сопровождается уменьшением мужской плодовитости (фертильности) и ростом ряда заболеваний, например, рака яичек. Риск этого заболевания у мужчин в возрасте от 15 до 45 лет за последние 20 лет удвоился. За последние 20 лет дважды изменились нормативные показатели количества сперматозоидов: с 120 млн до 60 млн. в 1 миллилитре, а в настоящее время – до 20 млн. в 1 миллилитре. Если так будет продолжаться, то мужчины окажутся не в состоянии обеспечить процесс естественного размножения.

Как и размеры половых органов, **мужская потенция** также весьма индивидуальна. Уровень сексуальной активности, нормальный для одного мужчины, будет совершенно недостаточным для другого и чрезмерным, непосильным для третьего. Различия эти чрезвычайно велики, и равняться в этом деле на среднестатистические показатели невозможно.

Сексологи шутят, что мужской «прибор» - самый ленивый (особенно в сравнении с печенью, сердцем и легкими) и капризный орган человеческого тела. Представление будто он «всегда стоит» верно только для периода подростковой гиперсексуальности (14-18 лет), когда мальчиков обуревают и нередко вгоняют в краску (поскольку происходят в самых неподходящих для этого обстоятельствах) сильные непроизвольные и длительные эрекции. У взрослых мужчин эрекции становятся более избирательными. К тому же эрекция, половое возбуждение и сексуальное желание – вовсе не одно и то же.

Далеко не прост и **мужской оргазм**. Примитивная модель «настоящего мужчины» молчаливо предполагает следующий ряд упрощений: маскулинность сводится к сексуальности, сексуальность – к половому акту, а половой акт – к эякуляции. Между тем, «оргазм – сложная реакция на контекстуализированные физические и духовные стимулы; у каждого конкретного индивида могут быть разнообразные

источники эффективной стимуляции, как физические, так и духовные». Каждый мужчина по личному опыту знает разницу между: а) простым чувственным удовольствием, которое вызывается семяизвержением и локализовано исключительно в половых органах; б) экстатическим состоянием, когда вслед за крайним напряжением всего организма следует общее блаженное расслабление; в) психологическим чувством полета, исчезновение границ пространства и времени, которое можно описать и выразить только средствами искусства или в религиозно-философских терминах. Однако мужской словарь для описания качественной стороны сексуальных переживаний, как правило, значительно беднее женского.

Иногда мужчина не столько **не может**, сколько **не хочет**, но считает, **что должен**, потому что боится быть неправильно понятым. Женщина, отказывающаяся мужчине, только приобретает уважение. Отказ со стороны мужчины воспринимается как знак его несостоятельности или как личное оскорбление. *Мужчина – пленник стереотипных представлений о собственной силе.* Хотя мужчины и много говорят о сексе, в некоторых вопросах они более скрытны, чем женщины. В одном американском исследовании (было опрошено 52 тыс. человек) молодые мужчины предположили, что среди них только 1% девственников, а фактически таковых оказалось 22%. Но если нужно выглядеть сильным в общении с друзьями, то еще стыднее предстать слабым перед девушкой. Мальчики-подростки симулируют силу, заменяя смелость бравадой, суровость – грубостью, решительность – жесткостью, а потом эта маска закрепляется со всеми вытекающими отсюда последствиями.

Коммуникативные трудности существуют у мужчин и в **телесных контактах**. Прикосновение, телесная ласка – важнейший универсальный способ передачи эмоциональных состояний. Но в мальчишеских компаниях «телячьи нежности» запрещены, допускаются только грубые толчки и силовая возня. Тем более, что в период подростковой гиперсексуальности любые телесные контакты способны вызвать эрекцию и могут восприниматься как сексуально-эротические и даже гомосексуальные. Девочки-подростки тщательно и всестороннее изучают свое тело. Мальчики этого стесняются, поэтому они гораздо хуже знают его возможности.

При всех межкультурных различиях **мужской стиль жизни выглядит скорее предметно-инструментальным**, в том числе и в сексуальной жизни. В мужском сексуальном сценарии «секс» – не только удовольствие, порой запретное и стыдное (например, при мастурбации), но и работа, которая обязательно требует успеха, завершения, достижения чего-то, мужчине необходимо «кончить». На первый план при этом выдвигаются количественные показатели – число женщин и количество сношений. Но «больше» не обязательно «лучше». Количество партнерш и контактов далеко не всегда приносит высокую сексуальную удовлетворенность, а иногда может наблюдаться и обратное.

Общая инструментальность мужского стиля порождает и **«технизм» сексуального мышления**, озабоченность прежде всего тем, как продлить эрекцию, усилить ощущения, связанные с семяизвержением. Естественная кульминация интимной близости для мужчины – *интромиссия* (введение члена во влагалище) и семяизвержение. Все «остальное» (предварительные ласки, нежность после соития) кажется необязательным, без чего можно и обойтись. На основе представления о сексе как о непрерывном нарастании полового возбуждения, которое непременно должно завершиться эякуляцией, лежит, в сущности, опыт подростковой мастурбации – скорей, скорей! Любовные радости такого мужчины ограничиваются его физиологическими возможностями, которые с возрастом неизбежно уменьшаются.

Вследствие инструментальности и соревновательности своего стиля жизни многие мужчины не доверяют собственным переживаниям, им нужны объективные подтверждения собственной сексуальной «эффективности». Самое весомое подтверждение своей маскулинности мужчина получает от женщины. Именно поэтому так важен для юноши его сексуальный опыт. Да и взрослые мужчины нередко изменяют женам и заводят случайные связи не только и не столько из сексуальных потребностей и жажды разнообразия, сколько ради самоутверждения. Но мужчина, стремящийся прежде всего доказать свою силу, невольно превращает интимную близость в экзамен, и часто проваливается на этом экзамене именно потому, что не чувствует себя достаточно свободно и раскованно. *Одно из самых распространенных мужских сексуальных расстройств – так называемая «исполнительская тревожность», сомнение в своем «мастерстве».* В последние десятилетия этот синдром стал встречаться значительно чаще.

Традиционная модель сексуального поведения склонна приписывать всю активность – от ухаживания до полового акта – мужчине, оставляя женщине пассивную роль объекта. В обществах, где безраздельно господствовал двойной стандарт, и женская невинность до брака тщательно оберегалась, в этом был некоторый смысл. Свой первый сексуальный опыт юноши обычно приобретали с проститутками или с женщинами значительно старше себя: положение «ученика» в подобной ситуации не роняло

их мужского достоинства. Затем своих целомудренных жен они всему учили сами, не опасаясь конкуренции и нежелательных сравнений с кем-то другим.

Сегодня эта модель утратила силу. Однако, как показывают исследования (Карстен Руттер, 1993), хотя каждый пятый мужчина подчеркивает, что испытывает к своей партнерше чувство нежности, собственная сексуальная удовлетворенность многих мужчин практически не зависит от переживаний партнерши.

## 2 вопрос. Женская сексуальность

*Представления о женской сексуальности крайне противоречивы.* С одной стороны, женщине приписывается асексуальность, равнодушие и даже отвращение к половой жизни, а с другой - безграничная похоть, соблазны неверность. И то и другое отражает мужские чаяния и страхи. По-настоящему женская сексуальность была «открыта» только в XX веке, когда массовые сдвиги в женском сексуальном поведении заставили ученых внести поправки во многие привычные представления. Однако сдвиги эти также неоднозначны.

Многие различия мужской и женской сексуальности, которые раньше считались естественно-биологическими, универсальными, оказались следствием воспитания и культурных установок. Например, хотя девочки всегда созревали раньше мальчиков, половую жизнь они начинали на 5-6 лет позже своих ровесников, это считалось нормальным. Сегодня эти различия значительно уменьшились, кое-где выровнялись, а нередко девушки даже опережают юношей. Существенно сблизились гендерные установки относительно допустимости добрых связей и внебрачных сожительств. Растет женская сексуальная активность и инициатива в супружеских отношениях, современные женщины проявляют больше интереса к эротическим материалам и т.п.

Однако даже на сегодняшний день признается, что **женские сексуальные реакции теснее других связаны с репродуктивной системой**, но эта связь неоднозначна и опосредуется социально-психологическими факторами.

**Женская сексуальность связана с менструальным циклом.** Сексуальная реактивность женщин, будь то поведение или эротические интересы, неодинакова на разных стадиях менструального цикла. Например, при изучении реакции группы молодых женщин на просмотр эротических фильмов оказалось, что наибольший интерес к ним появляется в постменструальный период, заметно повышается он также непосредственно перед и во время месячных, а в первые 7 дней второй половины цикла интерес к эротике снижается. Это, предположительно, связано с уровнем секреции эстрогенов, но может зависеть и от многих других обстоятельств.

Не менее сложный феномен, который интенсивно изучают с 1930-ых гг. – **предменструальный синдром (или предменструальное напряжение, ПМС)**, состоящий в том, что во второй половине менструального цикла у многих женщин наблюдаются головные боли, тошнота, сердцебиение, плохое настроение, раздражительность, плаксивость и т.п. В том, что причины ПМС – гормонального характера, нет никаких сомнений, но его психологические и поведенческие следствия – не универсальны.

- Во-первых, ПМС наблюдается не у всех, а приблизительно у половины женщин.

- Во-вторых, колебания настроения зависят не только от биологического ритма (менструальный цикл), но и от социального (соотношение рабочих и выходных дней): неблагоприятная фаза менструального цикла значительно легче переживается, если приходится на выходной день, когда связанные с предменструальным напряжением отрицательные эмоции уравниваются, компенсируются положительными переживаниями.

Неоднозначны и переживания, связанные с **первыми менструациями (менархе)**. Вплоть до начала XX века очень много писали об их мучительности и «травматичности» для женщины. Для многих девочек это действительно трудный период, однако это зависит не столько от самих физиологических процессов, сколько от их восприятия и оценки. Девочки, которые физиологически подготовлены к этому событию, воспринимают его как просто временную неприятность, которая вполне компенсируется чувством удовлетворения от вступления в новый, многообещающий этап развития.

Много споров вызывает природа **женского оргазма**. В XIX веке женская сексуальная холодность (фригидность) считались не только биологически нормальной, но и высоконравственной. Позже аноргазмию объясняли общими законами эволюционной биологии или конституциональными особенностями. Практический вывод был один: если женщина не получает от сексуальной жизни удоволь-

ствия, значит, такова её судьба. На сегодняшний день количество женщин, регулярно испытывающих оргазм, значительно выросло, а аноргазмию успешно лечат.

Многие женщины начинают испытывать оргазм не сразу, при первом половом сношении, а по прошествии некоторого, иногда довольно длительного периода. Это объясняется не только сложностью «первого раза» и более поздним созреванием женских эротических реакций, но также необходимостью приобрести определенный сексуальный опыт, освоить тайны собственного тела, включая его эротические реакции, освободиться от внутренних запретов, мыслей о греховности или постыдности греховных отношений.

*Женский оргазм физиологически и психологически сложнее мужского.* Процесс полового возбуждения и половой разрядки протекает у женщин разнообразнее и индивидуальнее, чем у мужчин. В половом акте мужчине в среднем достигает оргазма быстрее, чем женщина, но в других случаях (например, при мастурбации) это правило не действует. Хотя считается, что женский оргазм в среднем продолжительнее мужского, субъективные самоотчеты и объективные данные при этом вопросе расходятся. Вообще сила и частота мышечных сокращений при оргазме и интенсивность субъективно испытываемых при этом чувств у разных женщин, как и у разных мужчин, не совпадают.

В отличие от мужчин, которым в большинстве случаев нужен рефрактерный период, *женщины способны к многократному оргазму*: сразу же после одного оргазма они могут достичь второго, третьего и т.д. Это либо состояние, когда несколько оргазмов следуют друг за другом практически непрерывно, с интервалами в 1-2 минуты или даже несколько секунд, без дополнительного сексуального стимулирования, минуя стадию плато, либо серия последовательных оргазмических реакций в результате дополнительной стимуляции половых органов через каждые несколько минут.

Еще один интересный феномен – **так называемые женские эякуляции**. Еще Аристотель писал, что в момент оргазма женские гениталии, подобно мужским, выталкивают некоторое количество жидкости. Американские сексологи Джон Перри и Беверли Уиппл (1999; 2000) нашли, что у некоторых женщин в момент оргазма действительно спазматически выбрасывается небольшое количество жидкости, химический состав которой не совсем ясен (у одних женщин он состоит исключительно из мочи, а у других включает и гормональные компоненты). После этого женская эякуляция стала ассоциироваться с раздражением так называемой *точки (или пятна) Грефенберга (Г-точки)*, названной так по имени открывшего её в 1950 г. немецкого гинеколога Эрнста Грефенберга (1881-1957). Г-точка расположена на передней стенке влагалища, при раздражении penisом или пальцами она сильно увеличивается в размерах и вызывает сначала потребность в мочеиспускании, а затем – острые сексуальные ощущения. Хотя связь Г-точки с женской эякуляцией остается проблематичной, Г-точка считается важной эрогенной зоной.

*Невозможность локализовать женский оргазм в какой-то отдельной точке тела или в половых органах* убедительно показали многолетние исследования американских сексологов Беверли Уиппл и Барри Комисарюка (1991; 2003). С помощью магнитно-ядерного резонанса они обнаружили, что оргазмические переживания, возникающие у неподвижно лежащих и не испытывающих никаких тактильных ощущений женщин, только с помощью воображаемых образов, практически не отличаются от тех, которые вызываются самостимуляцией гениталий. Женские самоотчеты подтверждены такими объективными показателями, как учащение пульса, повышение артериального давления, расширение зрачков и повышение порога болевой чувствительности. На этом основании ученые делают вывод, что *женский оргазм происходит в мозге*, ощущается во многих частях тела и может вызываться как из разных частей тела, так и одним воображением. Это не рефлекс, а тотальное телесное переживание.

Вопреки стереотипному представлению о женщине как «природном» существе, **женские сексуальные реакции больше, чем мужские, зависят от общепсихологических, прежде всего, эмоциональных факторов**. Американский психолог Сеймур Фишер (1973), обследовавший 300 женщин, считает, что сексуальная реактивность женщины зависит, прежде всего, от её *общей эмоциональной раскованности и реактивности*. Испытывать оргазм женщине больше всего мешает опасение, что она не может положиться на любимого человека, страх потерять его.

Получаемое женщиной сексуальное удовлетворение сильно зависит от *таких факторов, как*: чувство нежности и любви к партнеру, ощущение близости к нему, удовлетворение от телесной открытости, радость сознания, что она является предметом восхищения, удовлетворенность собственной сексуальной компетентностью и т.п. На недостаток нежности и тепла со стороны партнера жалуются втрое

больше женщин, чем мужчин. Для женщин очень важны слова, уверения в любви, которые многим мужчинам кажутся излишними.

Частота оргазма, испытываемого женщиной при половом акте, коррелирует с её общей удовлетворенностью браком, сексуальной совместимостью с партнером, частотой мастурбации, активным участием в сексуальной игре и продолжительностью внегенитальных и генитальных ласк, но не с желанием забеременеть. Зато момент оргазма, по-видимому, имеет репродуктивный смысл: женщина, которая хочет забеременеть, чаще испытывает оргазм после эякуляции партнера, тем самым сознательно или бессознательно удерживая в организме его сперму.

Имеет значение и ряд *социально-психологических факторов*. Многие работающие женщины, особенно занятые умственным трудом, отличаются более высокой сексуальной реактивностью, ведут более активную половую жизнь и получают от неё большее удовольствие, чем домохозяйки. Степень сексуальной удовлетворенности женщин статистически связана с уровнем их социальной активности, а также наличием любимой профессии (у мужчин такой зависимости не обнаружено), интеллектуальных, спортивных и иных увлечений, общительностью и жизнерадостностью.

Поведенческие и мотивационные особенности мужской и женской сексуальности параллельны гендерным различиям. Мужская сексуальность выглядит, как правило, напористой, возбудимой, несдержанной и экстенсивной, тогда как *женская сексуальность более избирательна*. Экстенсивность мужской сексуальности означает меньшую *эмоциональную вовлеченность и психологическую интимность*. Перечисляя возможные и реальные мотивы вступления в связь, мужчины значительно чаще называют безличные, не связанные с конкретным партнером, «сексуальные потребности».

Такая же разница наблюдается в содержании *мужской и женской эротики*. Хотя вид обнаженного человека противоположного пола вызывает сексуальное возбуждение у 4/5 мужчин и лишь у 1/4 женщин, эта разница меньше, чем кажется на первый взгляд. Более тщательные исследования показывают, что степень сексуального возбуждения женщин отчасти зависит от наличия у них сексуального опыта, а также от характера предъявляемых эротических материалов: жесткое мужское порно вызывает у многих женщин нравственный и эстетический протест.

Примерно также различаются *мужские и женские эротические сновидения и эротические фантазии*. По результатам некоторых исследований (З. Шнабель и др.) наиболее возбуждающими как для мужчин, так и для женщин оказываются сексуальные и эротико-романтические сюжеты; сексуальные сцены возбуждали женщин даже сильнее, чем мужчин, тогда как чисто романтические любовные сцены не возбуждали никого. Самыми возбуждающими для обоих полов были сцены, в которых активная роль приписывалась женщине (видимо потому, что это нарушает привычный порядок вещей). Но сравнение вербальных ответов с показателями приборов показало, что многие женщины недооценили степень своего реального физиологического возбуждения. Отчасти потому, что мужчинам легче оценить свое возбуждение – эрекция говорит сама за себя. Но не менее важны нормативные ограничения: женщинам труднее признаться, что им нравится нечто «неприличное».

В другом исследовании 200 американским студентам было предложено заполнить анкету относительно их сексуальных установок и поведения. В одной подгруппе все происходило абсолютно анонимно, а в другой результаты анкеты мог увидеть помогавший экспериментатору однокурсник испытуемых, а в третьей студентам сказали, что их контролирует детектор лжи (на самом деле прибор был отключен). Ответы студентов, особенно девушек, оказались зависящими от того, какое впечатление они хотят произвести. Если юноши склонны преувеличивать свою сексуальную опытность, то девушки, подчиняясь норме двойного стандарта, её существенно преуменьшают: в ситуации, когда их ответ мог стать известным сокурсникам, названное ими среднее число сексуальных партнеров составило 2,6, а в ситуации анонимности оно возросло до 3,4, а в ситуации с полиграфом – до 4,4 (даже больше, чем у юношей, у которых оно составило 4,0).

*Гендерные различия имеются и в мотивационной сфере*. В глобальном исследовании фирмы Пфайзер (опрошено 26 тыс. респондентов старше 40 лет в 28 странах) отсутствие сексуального интереса признали 18% мужчин и 29% женщин. В Санкт-Петербурге, по данным опроса 1996 г. отсутствие или редкость сексуального удовольствия признали 5% мужчин и 36% женщин.

Скорее всего, за этими цифрами стоит качественная особенность женской сексуальности. Сексуальная неудовлетворенность женщин зависит не столько от физических, телесных реакций (возбуждение, lubricация гениталий и оргазм), сколько от психологических факторов, включая чувство общего эмоционального благополучия и хорошие отношения с партнером. Некоторые явления, которые муж-

чины и некоторые врачи, воспринимают как болезненные дисфункциональные расстройства, подлежащие лечению, *для женщин являются скорее проблемами*, с которыми они живут и которые решаются не фармацевтическими, а психологическими средствами.

Для того, чтобы угодить партнеру, многие женщины вынуждены симулировать переживание оргазма. Например, среди молодых и сексуально раскованных читательниц журнала «Cosmopolitan» никогда не симулировали оргазм только 35%. Но можно ли притворяться всю жизнь?

В сексуальных отношениях существует та же неясность и двойственность. По данным многих сексологических опросов, 60% мужчин больше всего раздражает в женщинах сексуальная холодность, отсутствие интереса, они говорят, что хотели бы видеть своих подруг более предприимчивыми и активными. Но всегда ли они говорят правду? Многих мужчин женская инициатива отталкивает и пугает, а некоторые вообще не признают за женщиной права на индивидуальность.