## Интерпретация данных о мастурбации

Интерпретация данных о мастурбации наталкивается на некоторые трудности. Кинзи и его коллеги (Kinsey, 1948, 1953) выявили сильное несоответствие в частоте мастурбации у мальчиков и девочек подросткового возраста, но результаты более недавних исследований позволяют считать, что это различие сокращается (см. гл. 9). Сходная тенденция, возможно, существует и в поведении взрослых мужчин и женщин.

По данным Кинзи, 92% опрошенных мужчин и 62% женщин мастурбировали по крайней мере один раз в жизни. Позднее в двух разных исследованиях были получены очень сходные результаты: согласно публикации в журнале "Плейбой" (Hunt, 1975), 94% из 982 взрослых мужчин и 63% из 1044 взрослых женщин занимались мастурбацией, а по данным другой работы (Arafat, Cotton, 1974) среди 435 студентов мастурбировали 89% мужчин и 61% женщин.

Однако при еще одном опросе (Miller, Lief, 1976)78% молодых женщин сообщили, что они занимались мастурбацией. По суммарным данным анкетного опроса, на который ответили 100 000 женщин, почти три четверти замужних женщин занимались мастурбацией со времени замужества (Levin, Levin, 1975). Дополнительные сведения о большем распространении мастурбации среди женщин в последние десятилетия приводит Хайт (Hite, 1977): из 3000 опрошенных ею женщин 82% в то или иное время занимались мастурбацией.

Возможно несколько объяснений такому росту распространения мастурбации среди женщин.

1. Отрицательное отношение к мастурбации женщин, по-видимому, смягчилось, хотя некоторые из них продолжают испытывать чувство вины или стыда, занимаясь мастурбацией.
2. Женщины стали узнавать о мастурбации в более раннем возрасте и с большими подробностями, чем в прошлом, главным образом через средства массовой информации (книги, журналы, кино).
3. Как мужчины, так и женщины стали лучше понимать, что сексуальность - один из положительных аспектов в жизни женщины. Поэтому женщины вправе активно вызывать у себя сексуальные ощущения, тем более, что в некоторых случаях их первое знакомство с .мастурбацией происходит при участии полового партнера.

Несмотря на увеличение числа женщин, занимающихся мастурбацией, имеющиеся данные не позволяют считать, что женщины в целом мастурбируют так же часто, как мужчины. При широком диапазоне индивидуальных различий (некоторые женщины мастурбируют по нескольку раз в день), в целом мужчины, по-видимому, мастурбируют вдвое чаще, чем женщины (Sorenson, 1973; De Martino 1979; Atwood, Gagnon, 1987).

Кинзи и его сотрудники (1948) установили, что у юношей в возрасте от 16 до 20 лет средняя частота мастурбации составляла 57 раз в год, а в возрасте от 21 до 25 лет снижалась до 42 раз в год. У незамужних женщин в возрасте от 18 до 24 лет средняя частота составляла 2) раз в год (Kinsey et al., 1953). Поданным публикации в журнале "Плейбой", мастурбационная активность женщин за последнее время, видимо, возросла: в выборке женщин от 18 до 24 лет, сравнимой с выборкой Кинзи, частота мастурбации составила в среднем 37 раз в год (Hunt, 1975).

Многие полагают, что после вступления в брак человек перестает мастурбировать. На самом деле это не так: по данным уже цитированной работы, 72% молодых мужей мастурбируют в среднем 24 раза в год, а 68% молодых жен - в среднем 10 раз в год (Hunt, 1975); в другом исследовании (Levin, Levin, 1975) сделан такой же вывод. Даже супружеские пары с большим стажем продолжают мастурбировать (Masters, Johnson, 1966; De Martino, 1979).

Большая часть старых мифов о вреде мастурбации для здоровья теперь забыта. Физическая толерантность к мастурбации (или любой другой сексуальной стимуляции) на самом деле ограничена специальным предохранительным клапаном: как только система достигает перегрузки, она одновременно отключается и не реагирует на дальнейшую стимуляцию. Никаких данных о вредном физическом воздействии мастурбации на организм не имеется, если не считать редких случаев повреждения гениталий при слишком энергичной стимуляции.

|  |
| --- |
| **КОРОТКО 0 ВАЖНОМ** |
| Мастурбация в студенческие годы (Atwood, Gagnon, 1987)   * Среди первокурсников мастурбацией занимаются 76,8% юношей и только 31,8% девушек * На последнем курсе мастурбируют свыше 80% студентов и только 40% студенток * В целом юноши мастурбируют в школьные годы чаще, чем в студенческие, тогда как у девушек такой динамики не отмечается * Только 3% студентов мастурбируют ежедневно, еще 19% - по крайней мере дважды в неделю. По данным обширного обследования, ни одна из студенток не мастурбировала каждый день и только 7% занимались этим не менее двух раз в неделю. * Те юноши и девушки, которые не занимались мастурбацией, чаще всего объясняли это отсутствием желания и убеждением в аморальности мастурбации. |

Тем не менее некоторые авторы предостерегают от "чрезмерной" мастурбации, хотя обычно не определяют значение этого термина. По-видимому, как это почти всегда бывает, "чрезмерным" называется то, что выходит за пределы собственной практики (Masters, Johnson, 1966). Лишь очень немногие из числа наших пациентов или обследованных считали, что мастурбируют слишком часто; свое беспокойство они обычно выражали следующим образом: "Это слишком часто, потому что я состою в браке" или "это занятие мне не по возрасту". Было бы полезно, вместо того, чтобы подсчитывать частоту мастурбации, выяснить, вызывает ли она тревогу, внутренний разлад, чувство вины и обусловлена ли настоятельной необходимостью. Если такие чувства возникают, то человеку следует обратиться за профессиональной помощью, но если мастурбация дает удовлетворение и доставляет радость, то она вряд ли будет создавать проблемы.

|  |  |
| --- | --- |
| **СПЕЦИАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ** | |
| Женщина услыхала крики мужчины о помощи, и, подойдя к дверям его квартиры, стала спрашивать, что случилось и чем помочь. "Выбейте двери", просил он.  "Вы шутите?" "Вовсе нет. И, пожалуйста, поскорее".  Женщина привела двух своих сыновей и,выломав двери, они вошли в квартиру. Мужчина лежал на полу; его руки были связаны за спиной, а ноги загнуты и привязаны к рукам за лодыжки. Он совершенно обезумел,покрылся потом и прерывисто дышал; руки у него посинели, брюки были перепачканы мочой и калом. Женщина нашла на кухне нож и освободила его от пут.  Когда прибыла полиция, мужчина заявил, что он заснул на диване, а проснувшись обнаружил свою полную беспомощность. Полицейские заметили ему, что дверь квартиры была заперта на замок и никаких признаков взлома не видно. Мужчина заявил, что у него нет и никогда не было врагов и что он не может предложить никакого разумного объяснения этому нападению.  Заполняя протокол,полиция отметила, что "не исключена возможность извращенного сексуального акта". На следующий день мужчина признался, что он сам связал себя и дошел до состояния, в котором его нашли.  Спустя месяц полицию вновь вызвали в ту же квартиру. Хозяина нашли лежащим ничком на полу; голова была покрыта бумажным мешком как капюшоном; вокруг головы и рта проходила веревка, которой затем были обмотаны грудь и поясница.Затем эта веревка проходила несколько раз вдоль спины до промежности, а на лодыжках от нее остались глубокие отметины. Локти были притянуты к спине ручкой от метлы. Когда мужчину освободили, он объяснил: "Я запутался в веревке, выполняя изометрические упражнения".  Спустя два года этот мужчина в один из понедельников не пришел на работу и его нашли мертвым в его квартире.  Полиция смогла воспроизвести последние минуты его жизни. В предшествующий событию четверг он, сидя на кровати и скрестив лодыжки, связал их шпагатом. Затем обвязал шею галстуком, привязанным за его спиной к двухметровой палке от метлы. Поместив палку вдоль левой стороны так, чтобы ее верхний конец пересекал его левое плечо, он завел руки за свои согнутые ноги так, что расстояние между запястьями составляло 10 см, и связал их куском веревки. Затем он привязал веревку к палке и к электропроводу, обмотанному вокруг его талии. После этого он улегся на кровать и выпрямил ноги. Надавливая на палку,все еще привязанную к галстуку вокруг его шеи, он задушил себя. Чтобы спасти свою жизнь, ему нужно было повернуться на бок и поднять ноги вверх; но верхний конец палки уперся в стену, так что он оказался не в состоянии сдвинуться с места. | **Комментарий:** Усиление сексуального возбуждения путем прекращения поступления кислорода в легкие, известное под названием аутоэротической асфиксии, - один из экстремальных вариантов мастурбации. Чаще всего к нему прибегают подростки и молодые люди, жаждущие сильных ощущений; однако многие из них используют менее сложный (но даже еще более опасный) способ,чем в описанном здесь случае - они просто вешаются (Rosenblum, Faber, 1979;Saunders, 1981).  При этом они рассчитывают провисеть совсем недолго - только чтобы успеть почувствовать очень сильное эротическое возбуждение;однако физиологический и психологический эффект удушья часто оказывается сильнее, чем они предполагали, и когда они стараются встать на поставленный рядом стул,чтобы устранить давление на шею, они иногда нечаянно отталкивают его в сторону. Специалисты по судебной психологии и полицейские так часто встречаются с подобными случаями (примерно 600-1000 непреднамеренных смертей в год), что во всех случаях "самоубийства" молодых мужчин путем повешения или самоудавления - при отсутствии предсмертной записки и на фоне разбросанных вокруг порнографических фотографий или журналов - непременно рассматривают и такую возможность (Noguchi, 1983; Hazelwood, Dietz, Burgess, 1981;lnnala,iulf,1989).  По Dietz, Burgess, Hazelwood (1983), с изменениями.  Противоположная крайность - стремление поскорее узаконить мастурбацию - как бы подразумевает, что каждый должен мастурбировать. Конечно, нельзя допустить, чтобы люди, никогда не занимавшиеся мастурбацией, оказавшись по статистике в меньшинстве, вдруг почувствовали себя не соответствующими норме. Человек, не желающий мастурбировать, независимо от того, пытался ли он это делать или нет, обусловлен ли его выбор религиозными убеждениями, личными предпочтениями или какими-либо другими соображениями, имеет полное право на собственное решение, и никакие самопровозглащенные эксперты по сексуальному здоровью не должны заставлять его чувствовать себя виноватым или странным. Решения |

**Список использованной литературы:**

1. Основы сексологии (HUMAN SEXUALITY). **Уильям Г. Мастерc**, **Вирджиния Э. Джонсон, Роберт К. Колодни.**  Пер. с англ. — М.: Мир, 1998. — х + 692 с., ил. ISBN 5-03-003223-1