**Половая активность**

Половая активность, частота половых отправлений, свойственная данному человеку. У мужчин характеризуется количеством семяизвержений (эякуляций), наступающих при половых актах или других, в частности суррогатных, формах полового удовлетворения (например, при онанизме). Уровень половой активности определяется множеством биологических и социально-психологических факторов и в конечном счёте устанавливается путём сложной интеграции всех факторов обоих партнёров (сексуальная притязательность, ласки и т. д.).

В упрощённом виде биологические факторы (половая конституция, возраст, соматическое и психическое здоровье), определяющие половую активность, формируют Тарханова феномен, согласно которому наполнение семенных пузырьков, ацинусов предстательной железы вызывает спонтанную эрекцию полового члена, создаёт "сексуальное напряжение" и способствует половой активности. При этом определяющее значение среди биологических факторов имеет половая конституция, которая не только определяет индивидуальную потребность в половых актах, но и противодействует влиянию отрицательных факторов на половые функции. У женщин биологические стимулы половой активности выражены слабее, чем у мужчин. Из социальных факторов, определяющих половую активность и оказывающих как побуждающее, так и сдерживающее действие, можно выделить социально-психологическую мотивацию, условия жизни, индивидуальную ситуацию. Существенное влияние на уровень половой активности оказывают морально-этические установки общества, уровень культуры, национальные и религиозные традиции, сформировавшееся представление о "норме" полового поведения человека (см. также Норма сексуальная). Каждая общественно-экономическая формация в том или ином виде регламентирует эту "норму".

Половая активность находится в определённой зависимости от возраста. Как правило, у лиц молодого возраста она наиболее высокая. Особенно это характерно для переходного периода, нередко сопровождаемого сексуальными эксцессами (в медовый месяц молодые люди могут совершать до нескольких половых актов в сутки). С возрастом активность падает и ритм половой жизни устанавливается довольно умеренный — в период зрелой сексуальности 2 — 3 сношения (коитуса) в неделю (см. рис.). Вместе с тем эти цифры нельзя считать "нормой", так как в конечном итоге частота половых актов установится в соответствии с половой конституцией. Для лица со слабой половой конституцией даже в молодом возрасте половая активность будет значительно ниже (и он не будет испытывать при этом неудовлетворённости), чем у мужчины предпенсионного возраста с сильной половой конституцией.

Интенсивность проявлений в каждом возрастном периоде определяется сочетанием как биологических, так и социальных факторов. При этом если в пубертатном периоде преобладают биологические факторы, то в переходном на первый план выступает влияние социальных и личностных факторов. В период зрелой сексуальности наблюдается выравнивание значения указанных факторов и, наконец, в инволюционном периоде вновь отмечается некоторое усиление значимости биологических факторов, хотя и не столь выраженное, как в пубертатном периоде. На каких-то этапах жизни возможно усиление или ослабление половой активности. Побуждающим фактором может являться настойчивость женщины и стремление мужчины к её удовлетворению, хороший психологический климат, смена обстановки, воздействие тонизирующих средств или других возбудителей (см. Возбудители сексуальные), личностная установка и т. д. Подобный путь искусственного стимулирования не позволяет длительное время поддерживать повышенную активность, рано или поздно она снижается и приходит в соответствие с индивидуальной половой конституцией.

Ошибочное представление о "норме" половой жизни иногда заставляет супругов изменить сложившийся уровень половой активности. Сдерживающим фактором является ошибочное представление о возможном отрицательном влиянии самого полового акта на потенцию мужчины, об ограниченном количестве эякуляций, которыми он обладает (см. Эффертца доктрина), об истощении энергии и ранней старости при потере семени (учение Дао). В этом случае мужчина сознательно ограничивает свою половую активность в расчёте на сохранение половой энергии на долгие годы. Ограничение половой активности мужа может быть обусловлено низкой половой активностью жены, социальными факторами (смена характера работы, стеснённые жилищные условия), некоторыми медицинскими аспектами (см. Воздержание половое). На фоне устойчивой половой активности возможны периоды её спада или подъёма в зависимости от ритмичности биологических циклов (см. Биоритмы сексуальные).