

**SECRETE ÎN DORMITOR- CÂT  
DE MULT VREI SĂ ȘTII  
DESPRE CEA CU CĂRE  
TRĂIEȘTI?**

**AUTOR:**

**DR. GABRIELA MADARAS,  
MEDIC PRIMAR ENDOCRINOLOG/SEXOLOG  
TÂRGU-MUREȘ**

# PRETEXTUL ALEGERII TEMEI: UN CAZ DE SEXOTERAPIE

- Pacientă heterosexuală, divorțată, 45 de ani, de profesie psiholog și consilier pe teme de educație sexuală, se prezintă pentru lipsa orgasmului- anorgasmie primară
- Afirmativ pacienta este mama a 2 copii sănătoși, născuți natural, nu suferă de boli cronice sau afecțiuni endocrinologice, nu are medicație de niciun fel, consultul ginecologic este normal. Nu a suferit traume fizice și nici nu a fost agresată sexual
- Din istoric reținem primele contacte intime în adolescență cu un tânăr cu câțiva ani mai în vârstă decât ea, înțelegător și tandru, relație armonioasă care a durat 3 ani, ulterior o căsnicie de 15 ani, perioadă în care a născut de 2 ori terminată prin divorțul solicitat de pacientă, care se îndrăgostește de un alt bărbat, cu care ulterior petrece 6 ani, relație finalizată de 1 an. Intimitate satisfăcătoare și atraumatizantă cu toți partenerii, libido prezent, însă lipsa orgasmului. A cunoscut de 3 luni un bărbat cu care încă nu a întreținut relații sexuale și se întreabă dacă e totul ok în ceea ce o privește și dacă în noua relație va avea sau nu orgasm.
- Pacienta relatează că în ultima relație partenerul era expertimentat dpdv sexual, avea trăsături de personalitate narcisică, era foarte interesat de sex ('faceam dragoste zilnic, chiar de mai multe ori pe zi, inițiativa ne aparținea în egală măsură'), însă ea mima mereu orgasmul (și adaugă: 'nu înțeleg cum de nu îmi dădea seama!')

# PROBLEMATICĂ RIDICATĂ

- Mimarea orgasmului de către femei
- Secretele în cuplu

# ORGASMUL- CÂTEVA PRECIZĂRI

- Biologic și evoluționist: femeia este anorgasmică și bărbatul ejaculator-precoce- sexualitate rudimentară
- Intimitatea- sec 19, preocupare pentru sexualitate, au apărut ‘sexuality scripts’
- Orgasmul femeii e responsabilitatea bărbatului, lipsa acestuia semnificând lipsa abilității din partea lui
- Plăcerea feminină nu e naturală, ci este dependentă de acțiunile bărbatului
- Orgasmul feminin nu e plăcere de dragul plăcerii, ci este o măsură a calității tehnicilor sexuale ale bărbatului
- La nivel de societate: Simone de Beauvoir, 1949 : ‘on ne naît pas femme, on le devient’- feminitatea se învață, este construită prin așteptările grupului și depinde prin urmare de cultură și secol- în concluzie: e nevoie de o educație sexuală cu accent pe libertatea vis-a-vis de ‘obligațiile sexuale’ ale femeii în cuplu și de o aducere în lumină a nevoilor femeii
- La nivel strict relațional: ‘laisser aller’- condiție necesară femeii pentru a ajunge la orgasm: siguranță, încredere, intimitate satisfăcătoare emoțională și de durată

# ORGASMUL SIMULAT

- Studii de prevalență: femei: Bryan, 2001; Caron, 2015; Darling & Davidson, 1986; Ellison, 2000; Fahs, 2014; Hite, 1976; Muehlenhard & Shippee, 2010; Wiederman, 1997; bărbați: Braun, Clarke, Rogers, 2014; Caron, 2015; Muehlenhard & Shippee, 2010
- Shere Hite, 'The Hite report: A nationwide study of female sexuality', 1976: 3019 femei, 14-78 ani, 57% orgasm simulat
- Sandra Caron, 'The Sex Lives of College Students: A quarter century of attitudes and behaviors', 2015: cele mai multe femei simulează orgasmul în tinerețe, numărul studentelor a crescut în ultimii 25 de ani la aproape  $\frac{3}{4}$
- Concluzie: numărul femeilor care simulează orgasmul este între 50 și 66% și numărul lor (paradoxal) a crescut în timp
- Motive: fidelizarea partenerului (teorie evoluționistă, orgasm= fertilitate), din grijă pentru sentimentele partenerului: 'ego boost', simularea la început e continuată apoi pentru validarea orgasmelor anterioare, pentru ca actul sexual să se termine- nu aveau chef, erau oboseite, vroiau să doarmă sau pentru a 'părea normale' dpdv sexual (și nu frigide)

- Tipuri de atașament la femeile care mimează orgasmul : evitant sau anxios (Andras Lang, 'The relationship between dimensions of adult attachment and motivation for faking orgasms', 2018)
- Femeile cu valori anti-feministe (sexism ostil) mimează mult mai multe orgasme de-a lungul vieții (E A Harris, 'Beliefs about gender predict faking orgasms in heterosexual women', 2019)
- Mimarea orgasmelor este situațională și depinde de dispoziția femeii, însă o femeie care simulează orgasmul într-o relație o va face și în următoarele

# SECRET- INTENȚIE DE A NU DIVULGA O ANUMITĂ INFORMAȚIE

- Profesorul de etică Michael Slepian de la Columbia University a descoperit, în urma unui studiu pe 50.000 de persoane care a durat 10 ani că în medie avem 13 secrete în orice moment al vieții noastre \*
- 2 categorii: secrete păstrate doar pentru noi: cele mai frecvente fiind cele romantice sau sexuale: gânduri extra-conjugale, un anumit tip de comportament sexual, infidelitate emoțională și secrete împărtășite cu cel puțin încă o persoană: droguri, nemulțumiri la locul de muncă, surprize pentru alte persoane
- Cel mai greu e faptul că le ducem singuri, fără sprijinul celorlalți- conform studiului, cel care ține un secret se gândește la el preponderent când este singur și nu cu partenerul
- Secretele duc la sentimente de rușine, nesiguranță și izolare, afectând starea de bine, iar în cuplu la o calitate redusă a relației deoarece reprezintă piedici în calea autenticității

\* Michael Slepian, The Secret life of Secrets, 2022

# DE CE NU E BINE SĂ PĂSTRĂM SECRETE?

- Secretele ne însingurează: Tory Higgings, 'What makes us strong and tears us apart': scopul comunicării nu este doar acela de a împărtăși celorlalți experiențele noastre, ci și de a obține cunoștințe de la ei; din toate subiectele posibile, oamenii vorbesc cel mai mult despre ei înșine; dezvăluirea duce la conexiune cu ceilalți
- Factor de stress: câteodată nu ne temem că secretul se va afla, ci că nu se va afla niciodată (pacienta mea a ajuns să își dorească ca partenerul să își dea seama că ea nu are orgasm)



# SECRETE PROFESIONALE ÎN CABINETUL SEXOTERAPEUTULUI

- Art 227 Codul Penal ”divulgarea, fără drept, a unor date de către acela căruia i-au fost încredințate, sau de care a luat la cunoștință în virtutea profesiei ori funcției, și care are obligația păstrării confidențialității cu privire la aceste date , se pedepsește cu închisoarea de la 3 luni la 3 ani sau amendă.” Acțiunea penală se pune în mișcare la plângerea prealabilă a persoanei vătămate.”
- Confidențialitatea poate fi încălcată dacă pacientul reprezintă un pericol pentru sine, familie sau alții- atunci pot fi informați terții

# DISCUȚII, CONCLUZII

- În ciuda feminismului și a ultimilor 50 de ani de libertate sexuală și în pofida internetului, care abundă în informații despre plăcere, discursul despre sex în cupluri este departe de a fi unul sincer, femeile simțindu-se rușinate în continuare să contrazică modelul impus cultural și societal al întâlnirii sexuale care presupune ‘orgasmul ei’, apoi ‘orgasmul lui’. (Muelenhard and Shippee, 2010)
- Lipsa orgasmului la femeie e adesea considerată de mulți bărbați/ femei ca fiind patologică- frigiditate- sau ca un afront adus masculinității, prin urmare simularea lui înseamnă că femeia este un partener sexual competent și dezirabil

- Femeile au nevoie să conștientizeze că orgasmul nu e o obligație, ci e facultativ (avem dreptul de a nu avea orgasm, fără ca asta să însemne sfârșitul cuplului)
- Secretele au un impact negativ, studiile arătând că în acele cupluri în care se discută puțin despre probleme emoționale sau legate de sex există cea mai mare nemulțumire. Un cuplu fericit înseamnă o calitate crescută a vieții
- Temă viitoare de studiu: Cât de interesați sunt bărbații de veridicitatea orgasmelor partenerelor lor? ‘Cât de mult vrei să știi despre cea cu care trăiești?’