

Univerzita Karlova v Praze
Filozofická fakulta
Katedra psychologie
obor klinická psychologie

Disertační práce

Mgr. Lenka Tichotová

Masturbační aktivity a fantazie obyvatel České
republiky

Masturbation Activities and Fantasies of Czech
Citizens

Praha 2018

prof. PhDr. Petr Weiss Ph.D

Za cenné rady, podporu a trpělivost při
vypracování této disertační práce děkuji
prof. PhDr. Petru Weissovi, Ph.D.

Za konzultace a spolupráci při sběru dat pak mnoha svým
kolegům.

„Prohlašuji, že jsem disertační práci napsala samostatně s využitím pouze uvedených a řádně citovaných pramenů a literatury a že práce nebyla využita v rámci jiného vysokoškolského studia či k získání jiného nebo stejného titulu.“

V Praze dne 15. 3. 2018

Abstrakt

Cíl: Cílem předkládané práce je zmapovat dosud málo probádanou oblast masturbačních aktivit a masturbačních fantazií obyvatel České republiky. Dalším cílem je prozkoumat souvislosti mezi některými oblastmi masturbace a sexuálního chování vůbec.

Metody: data byla sbírána za pomoci dvou k tomuto účelu sestavených dotazníků. Dotazníky byly vyvěšeny na internetových stránkách a odkaz na ně byl šířen za pomoci e-mailových konferencí, sociálních sítí a odkazů na webových stránkách. Data byla zpracována za pomoci programů Excel a SPSS. Výzkumný vzorek tvořilo 1339 žen a 1186 mužů, kteří kompletně vyplnili dotazník.

Výsledky: zkušenost s masturbací má 94,1% žen a 99,7% mužů. Průměrný věk první masturbace je u žen 13 let a u mužů necelých dvanáct. Muži začali s masturbací nejpozději do 25. roku života, zatímco u žen se věk první zkušenosti s onanií pohyboval v pásmu od narození až do šedesáti let. Frekvence masturbace je vyšší u mužů než u žen a tento rozdíl je statisticky významný. U obou pohlaví frekvence masturbace negativně koreluje s věkem, tedy starší účastníci výzkumu onanují méně než ti mladší. Ženy i muži dosahují orgasmu snadněji při masturbaci, než při souloži. Singlové masturbují častěji než lidé zadaní a homosexuální muži masturbují častěji, než muži heterosexuální. Ženy, které zažily znásilnění, masturbují méně často než ostatní ženy. Pro ženy i pro muže platí, že čím déle trvá jejich vztah, tím méně často si při masturbaci představují vlastního partnera nebo partnerku. 3,3 % žen a 5,6 % mužů někdy spojili onanii a sebepoškozování. 85 % žen a 91 % mužů uvedlo, že se za to, že masturbují, nestydí. 73 % žen a 80 % mužů ji také považuje za přirozenou součást sexuality. Nicméně téměř třetina žen a 8 % mužů na toto téma nikdy s nikým nemluvila.

Závěr: Věříme, že data z výzkumu pomohou odtabuizovat toto téma, pochopit další oblast lidské sexuality a uplatní se jak při léčbě sexuálních dysfunkcí, tak při řešení dalších osobních témat pacientů.

Klíčová slova:

sexualita - sexuální chování - masturbace - onanie - sexuální
fantazie - ženy - muži

Abstract

Purpose: The objective of the submitted work is to map the up till now less examined area of masturbation behaviour and masturbation fantasies of Czech population. Another objective is to examine relations between certain aspects of masturbation and sexual behaviour in general.

Methods: The data was collected through two questionnaires designed for this purpose. The questionnaires were posted on the internet; links to these web pages were spread by e-mails, social networks and links on other web pages. Data was processed in Excel programme and statistical programme SPSS. Research sample consisted of 1339 women and 1186 men, who completed the whole questionnaire.

Results: 94.1% of women and 99,7% of men have an experience with masturbation. The average age of the first masturbation is 13 years for women and less than 12 year for men. Men began with masturbation by the age of 25 at the latest, while for women the age of their first experience with onanism ranged between their birth till the age of 60. Masturbation frequency is higher for men than for women and the difference is statistically significant. Masturbation frequency for both sexes negatively correlates with age, meaning that older research participants masturbate less than the younger ones. Both women and men reach orgasm easier through masturbation than through intercourse. Singles masturbate more often than people in relationships, homosexuals more often than heterosexuals. Women who experienced rape masturbate less often than other women. It is valid for both men and women that the longer their relationship lasts, the less often they imagine their own partner during masturbation. 3.3% of women and 5.6% of men tried combining masturbation with self-harm. 85% of women and 91% of men indicated that they are not ashamed for masturbating. 73% of women and 80% of men also consider it natural part of sexuality. Nevertheless almost one third of women and 8% of men never discussed this topic with anyone.

Conclusion: We believe that the research data will help to detaboo this topic, will help to understand another area of human sexuality and will find application both during treatment of sexual dysfunctions and solving other various patients issues.

Key words: sexuality - sexual behaviour - masturbation - onanism - sexual fantasies - women - men

Obsah

Úvod.....	11
„Miluj bližního svého jako sám sebe.“	13
1. Masturbace.....	13
1.1. Historie přístupu k masturbaci.....	14
Od starověku po sedmnácté století.....	14
17. století.....	15
18. století.....	15
19. století.....	17
20. století.....	20
21. století.....	22
1.2. Pojetí masturbace u výzkumníků, v terapii a poradenství.....	23
1.2.1. Masturbace - plnohodnotná sexuální aktivita nebo náhražka?.....	23
1.2.2. Masturbace jako terapie.....	26
1.3. Fyziologické a psychosomatické souvislosti u žen a ženská masturbace.....	34
1.3.1. Fyziologie ženských orgánů.....	34
1.3.2. Fáze sexuálního vzrušení žen.....	37
1.3.3. Orgasmus u žen.....	38
1.3.3.1. Definice orgasmu.....	38
1.3.3.2. Dosažení a funkce ženského orgasmu.....	39
1.3.4. Typy ženské vzrušivosti.....	40
1.3.5. Masturbační techniky žen.....	42
1.3.6. Erotické pomůcky pro ženy.....	44
1.4. Fyziologické a psychosomatické souvislosti masturbace mužů a mužská masturbace.....	48
1.4.1. Fyziologie mužských orgánů.....	48
1.4.2. Fáze sexuálního vzrušení mužů.....	51
1.4.3. Orgasmus mužů.....	52
1.4.4. Vzrušivost mužů.....	53
1.4.5. Masturbační techniky mužů.....	53
1.4.6. Erotické pomůcky pro muže.....	55

1.5. Faktory související s masturbací.....	57
1.5.1. Výskyt masturbace.....	57
1.5.2. Frekvence masturbace.....	61
1.5.3. Souvislost masturbace s věkem.....	63
1.5.3.1. Věk při první masturbaci.....	63
1.5.3.2. Frekvence masturbace a věk.....	66
1.5.4. Souvislost masturbace se vzděláním.....	68
1.5.5. Souvislost masturbace s manželstvím.....	69
1.5.6. Souvislost masturbace s náboženstvím.....	71
1.5.7. Souvislost masturbace s ekonomickou aktivitou u žen.....	72
1.5.8. Souvislost masturbace a sexuálního zneužití.....	72
1.5.8.1. Definice sexuálního zneužití.....	73
1.5.8.2. Následky sexuálního zneužívání a masturbace...	75
1.5.9. Souvislost masturbace a znásilnění.....	76
2. Sexuální fantazie.....	79
2.1. Frekvence sexuálních fantazií.....	83
2.2. Pohlavní rozdíly v sexuálních fantaziích.....	84
2.3. Masturbační fantazie.....	85
3. Výzkumná část.....	90
3.1. Cíl výzkumu:.....	90
3.1.1. Výzkumné otázky.....	90
3.2. Metody výzkumu.....	93
3.2.1. Metody sběru dat.....	93
3.2.2. Metody zpracování a analýzy dat.....	94
3.3. Vzorek.....	95
3.3.1. Výběrový soubor.....	95
3.3.2. Demografické charakteristiky výběrového souboru.....	95
3.4. Výsledky.....	99
3.4.1. Partnerské vztahy.....	99
3.4.2. Potřeba pohlavního vybití.....	101
3.4.3. Partnerský sex.....	102
3.4.3.1. Frekvence soulože, sexuální vzrušení a orgasmus..	102
3.4.3.2. Koitální debut.....	107
3.4.3.3. Počet sexuálních partnerů.....	109

3.4.3.4.	Zkušenost se zneužitím a znásilněním.....	110
3.4.3.5.	Sexuální orientace.....	111
3.4.4.	Masturbační aktivity.....	112
3.4.4.1.	Frekvence masturbace.....	112
3.4.4.2.	Masturbace a orgasmus.....	120
3.4.4.3.	Způsoby masturbace.....	127
3.4.4.4.	Masturbace a další osoby.....	136
3.4.4.5.	Masturbační fantazie.....	141
3.5.	Diskuze.....	149
3.5.1.	Partnerské vztahy a potřeba pohlavního vybití..	149
3.5.2.	Partnerské sexuální aktivity.....	150
3.5.2.1.	Frekvence soulože a sexuální vzrušení.....	150
3.5.2.2.	Koitaální debut.....	151
3.5.2.3.	Počet sexuálních partnerů.....	152
3.5.2.4.	Zkušenost se zneužitím a znásilněním.....	154
3.5.2.5.	Sexuální orientace.....	156
3.5.3.	Masturbační aktivity.....	157
3.5.3.1.	věk první masturbace, první výron semene u mužů..	157
3.5.3.2.	Frekvence masturbace.....	159
4.	Závěr.....	179
	Literatura.....	185
	Příloha 1.....	199
	Příloha 2.....	210

Úvod

Masturbace. Ještě dnes v době poměrně vysoké úrovně zdravotní a sexuální osvěty bývá toto slovo vyslovováno potichu. Sexuální motivy bývají v současnosti hojně využívány v umění, reklamě a mnoha dalších oblastech, ale masturbace stále zůstává něčím, o čem se veřejně nemluví. I dnes je pro mnoho lidí spojena s pocity studu a viny.

Pokud už je onanie zmiňována, pak nejčastěji ve spojení s pubescentními a adolescentními hochy, kteří nemají sexuální partnerku, a proto svou sexuální tenzi vybijí tímto způsobem. Je však masturbace pouze záležitostí pubertálního období nebo je to běžná součást partnerského soužití? Odeznívá potřeba masturbace spolu s adolescencí anebo masturbací lidé praktikují i v pozdějším životě? Z jakého důvodu? Je možné při praktikování masturbace získat nějaké zkušenosti a znalosti, které mohou obohatit a vylepšit partnerský sexuální život? A je možné vnímat ji i jako věc prospěšnou pro zdravý vztah k sobě samému?

V předchozím výzkumu, který byl zpracován do podoby diplomové práce, jsme zkoumali tyto oblasti lidského sexuálního chování i fantazie a postoje, které je provází. A zaměřili jsme se tehdy při zkoumání právě na tu polovinu obyvatelstva, u které se o ní mluví méně. Nicméně během práce na tomto výzkumu jsme narazili na materiály týkajících se této problematiky u mužů a mluvili o tématu jak s odborníky, tak s neodbornými konzultanty. Došli jsme k názoru, že se pojetí masturbace může u žen a mužů velmi lišit a náš výzkum nám v tehdejší podobě nepřipadal kompletní. Proto jsme se rozhodli doplnit jej i o druhou polovinu obyvatel České republiky.

V této disertační práci tedy vycházíme z mé práce diplomové a také používáme výsledky našeho předchozího výzkumu ženské masturbace a ženských masturbačních fantazií k porovnání s výsledky novými, získanými obdobným způsobem,

tedy za pomoci anonymního on-line dotazníku, na obdobně velkém vzorku mužů.

„Miluj bližního svého jako sám sebe.“

(Matouš 22, 39)

1. Masturbace

Původ slova masturbace není docela jasný. Mohlo vzejít ze spojení latinských slov „*manus*“, *znamenantící ruka*, a „*turbare*“, *vzrušit*. Další možnost je, že druhým slovem ve spojení byl termín „*stuprare*“, *zhanobit* či *znásilnit*.

Masturbace bývá označována též slovy *autoerotika*, *onanie*, *ipsace*, *sebeukájení* nebo *automanipulační sex*. Jedinec provádí sám (Pondělíček, Pondělíčková-Mašlová, 1974).

Ve východních přístupech bývá pro láskyplné dotýkání se sama sebe, a to včetně masturbace též užíváno slovo „*sebeláska*“ a stejný termín, „*selflove*“ nalezneme i v některých textech v anglickém jazyce, které k masturbaci přistupují pozitivně (Lysebeth, 1995; Hall, 2001).

Byla pozorována i u zvířat, nicméně podle Pondělíčka a Pondělíčkové-Mašlové (1974) je rozdíl mezi člověkem a zvířaty, provádějícími masturbaci, v tom, že muž či žena ji provádí zcela vědomě. Proto ji může provádět mnoha

rafinovanými technikami a doprovázet ji velmi intenzivní libidózní fantazií.

V této práci budeme slovo masturbace volně zaměňovat se slovem onanie. Oboje používáme ve stejném významu a to „vzrušovat sám sebe, dráždit se na přirození“.

1.1. Historie přístupu k masturbaci

Od starověku po sedmnácté století

Ve starém světě nalezneme znázornění mužské masturbace relativně často. Egypťané například oslavovali masturbaci jako proces, kterým bůh Slunce, Atum, stvořil první bytosti jako Adama a Evu, Shu a Tefnut. "Rukou boha, Atun onanoval a vytvořil první pár duší."

Sumerytáni zase píšou o Mezopotámském bohu Enki, který onanoval, a jeho ejakulace naplnila řeku Tigris tekoucí vodou.

Ve starém Řecku nebo v antickém Římě mohla masturbace být důvodem k pomluvě, ale jinak za ni nehrozily žádné závažnější společenské postihy či následky. Známý řecký filozof Dógenés ze Sinópe masturboval na veřejnosti s tím, že je to přirozená potřeba, stejně jako potřeba najíst se nebo napít. A tyto potřeby také lidé naplňují veřejně. Nebyl to na tehdejší dobu běžný postup, nicméně žádné potrestání mu za provozování této aktivity na veřejnosti nehrozilo.

Ve stoletích po narození Krista, kdy první křesťané vytvářeli nový, od antických představ zcela odlišný vztah k tělesnosti, se nevyskytují žádné zmínky o masturbaci. Mezi

devátým a dvanáctým stoletím se ve spisech objevují nejednoznačné narážky na sebezneuctění, ale jedná se v nich o lehčí hřích. Masturbace se ani nedostala do katalogu hříchů vytvořeného ve 12. století (Laqueur, 2004).

17. století

Je známo několik záznamů zmiňujících masturbaci, z nichž je patrný přístup k tomuto chování v sedmnáctém století. Z deníku Angličana Samuela Pepyse se podle Thomase Laqueura dovídáme, že na poli masturbace předváděl mimořádné výkony. Onanoval pravidelně jak v soukromí, tak na veřejnosti a považoval tuto činnost za méně perverzní než návštěvy hostince (Laqueur, 2004).

Na počátku sedmnáctého století na francouzském dvoře podle zápisků královského lékaře malý Ludvík XIII neustále předváděl svůj penis a dotýkal se ho. Dvořané to tehdy považovali za zábavné. Nicméně jen o necelá dvě století později, v roce 1793, bylo jedním z obvinění vznesených revolučním tribunálem vůči Marii Antoinettě to, že povzbuzovala dauphina k tomu, aby masturboval. Masturbace se stala jedním z projevů zkažené a hříšné morálky aristokracie.

18. století

Na počátku osmnáctého století došlo k velké změně postoje k masturbaci. Byla nazvána sebezneužitím a byla pokládána za hřích chtíče. Někdy během prvních dvou dekád osmnáctého století byl v Londýně publikován anonymní text *Onania, or, the Heinous Sin of Self-Pollution, and All its Frightful Consequences in Both Sexes consider'd with Spiritual and Physical Advice to those, Who Have Already Injur'd Themselves by This Abominable Practice. And Seasonable*

Admonition to the Youth of the Nation, (of both Sexes) and Those Whose Tuition They Are Under, Whether Parents, Guardians, Masters, or Mistresses (Onanie, neboli ohavný hřích sebezneužití, a všechny jeho ohybné konsekvence u obou pohlaví, duchovní a praktické rady pro ty, kteří již sami sebe poškodili touto hanebnou praktikou. A včasná výstraha naší mládeži (obého pohlaví) a těm, pod jejichž ochranou se nachází, ať už rodičům, opatrovníkům, zaměstnavatelům či zaměstnavatelkám). Tento text se stal evropským bestsellerem. Kromě extrémního důrazu na hříšnost masturbace také uváděl škodlivé účinky onanie na lidské zdraví. Masturbace začala být považována za původce různých onemocnění, například pohlavních nemocí, křečí, souchotin a neplodnosti. Měla podlamovat celkový zdravotní stav.

Tento názor se posléze rozšířil, jak mezi odborníky, tak mezi širokou laickou veřejností. Tématiku knihy a trend přisuzovat vlivu onanie různá onemocnění záhy převzalo mnoho dalších autorů.

Soustavně se tomuto začal věnovat velice vlivný švýcarský lékař Samuel Auguste David Tissot. V roce 1760 vydal knihu *L'Onanisme, ou Dissertation physique sur les maladies produites par la masturbation* (Onanie aneb pojednání o škodách onanie). Toto dílo vyšlo v desítkách vydání a bylo přeloženo do angličtiny, latiny, němčiny a italštiny (Hall, 2001). Jak bylo v jeho době běžné, i Tissot měl za to, že k pevnému zdraví je třeba, aby všechny tělesné tekutiny byly vyváženy. Tissot měl za to, že toto se týká i sexuálních tekutin a že přílišné plýtvání ejakulátem nebo ženskými tekutinami, vznikajícími během sexuálního vzrušení, způsobuje vyčerpání organismu a zapříčiňuje onemocnění. Ženy měly podle něj být náchylnější. Přílišné sexuální vzrušení a především masturbace

podle Tissota způsobovalo onemocnění trávicího, dýchacího a nervového systému, způsobovalo celkovou slabost a pobledlost a ovlivňovalo vlohly a paměť. Dále způsobovalo tuberkulózu či „onemocnění nervů“ (hysterii) a problémy s dělohou (Leitenber a kol., 1993).

Tissot nenavrhoval žádnou speciální léčbu na toto „postižení“, dával přednost úpravě režimu. Doporučoval například studené koupele, zdravý životní styl, cvičení, pravidelné stravování, rozumné množství spánku a snahu udržet čistou mysl (Michael a kol., 1994).

19. století

Tissot inspiroval další autory medicínských varování před masturbací po dalších 150 let. Například Benjamin Rush, signatář Deklarace nezávislosti, na přelomu osmnáctého a devatenáctého století varoval před tím, že masturbace způsobuje slabozrakost, epilepsii, ztráty paměti a pulmonální tuberkulózu (Michael a kol., 1994). Mnozí autoři spojovali onanii s duševními poruchami. Například Jean-Étienne Esquirol v roce 1816 napsal, že masturbace je ve všech zemích uznávána za častou příčinu šílenství. V Británii byla v sedmdesátých letech devatenáctého století lékaři uznávána kategorie „masturbační chorobomyslnost“. Rakouský psychiatr a forenzní lékař Richard von Krafft-Ebing uvedl ve svém encyklopedickém díle o sexuálních deviacích *Psychopatia sexualis* (1886) onanii jakožto dědičnou degeneraci. Někteří další autoři měli za to, že masturbací si lze způsobit homosexualitu, kterou považovali za další z duševních nemocí. (Ellis, 1927)

Dalším krokem lékařů a samozvaných odborníků bylo nacházet způsoby, jak masturbaci, považované za zdraví ohrožující, účelně zabránit. Někteří, například J. H. Kellogg nebo Sylvester Graham řešili, které potraviny snižují

nebezpečný chtíč. Graham ve své knize vydané v roce 1834 uvádí, že masturbace může mladého chlapce změnit ve „zmateného a degradovaného idiota, se zapadlými, prázdnými lesklými očima, sinalého vysušeného vzezření s vředovitými bezzubými dásněmi, páchnoucím dechem a slabým zlomeným hlasem, vychrtlým zakrslým a křivým tělem a téměř bezvlasou hlavou - pokrytou možná hnisajícími puchýři a boláky - naznačujícími předčasné zestárnutí! Zničené tělo - a zruinovaná duše!“ (Michael a kol., 1994). Kellogg zase sepsal třicet devět znaků masturbace, které by měly být výstrahou pro rodiče. Patřily mezi ně shrbená ramena, oslabená záda, pobledlost, akné, bušení srdce a epilepsie. Masturbace dále mohla způsobovat stydlivost, drzost, falešnou víru a zmatení, tabakismus, okusování nehtů a noční pomočování. Aby rodiče zabránili masturbaci svých potomků, doporučuje jim Kellogg bandážovat genitálie, přikrývat je klecí anebo svazovat ruce. Další doporučení bylo provést obřízku bez anestézie. Bolest měla mít léčebné účinky a spojit genitálie s ideou trestu. U chlapců Kellogg doporučoval sešít předkožku na žaludu, aby nemohlo docházet k erekci. Rodičům dříve doporučoval aplikovat na klitoris čistou kyselinu karbolovou (Kellogg in Michael a kol., 1994).

Dalším opatřením, kterým rodiče chránili své děti před masturbací byly různé klícky, které se dávaly mladíkům na noc přes genitál. Některé byly zvenku opatřeny hřebíky, jiné byly připojeny na aparát, který při erekci mladíkova penisu zazvonil v ložnici rodičů, takže mohli okamžitě zasáhnout (Morus, 2007).

Další možností byla infibulace s pomocí drátku a kovového pečetidla, které zabránilo nejen masturbaci, ale i pohlavnímu styku (Murin, Weiss, 2004.).

Isaac Baker Brown byl v šedesátých letech 19. století v Británii velkým propagátorem i provozovatelem klitorektomie coby prevence před hrozícími nemocemi. Jeho

operace i jejich propagace však vyvolaly pobouření mezi lékaři a Brown byl proto vyloučen z Londýnské porodnické společnosti. Ve Francii ve stejné době diskutoval Paul Broca o tom, že infibulace pětiletých děvčat při pevnějším spony, je sice drastické řešení onanie, nicméně je preferováno před klitorektomií (Hall, 2001).

Tato opatření proti údajně nebezpečné masturbaci probíhala zároveň s tím, že někteří lékaři 19. století využívali dráždění pacientek prvními prototypy vibrátorů jako léčbu nejrůznějších obtíží, hysterií počínaje a stárnutím, nespokojeností nebo nadváhou konče (Mageo, 2005; Hooperová, 2003).

Za zmínku jistě stojí, že mnohé neduhy a onemocnění považované za důsledek onanie mohou být způsobeny venerologickými infekcemi. Mnoho symptomů, jako malátnost a zesláblost, skvrny a vyrážky, postižení zraku, hyporeflexie až areflexie, poruchy chůze, děložní obtíže a bolesti vycházející z různých vnitřních orgánů, mohou být symptomy syfilis, kapavky a mnoha dalších pohlavních nemocí. Nicméně po více než století byl, tedy pro muže, promiskuitní sexuální život považován za méně nebezpečný než masturbace a prostitutky byly někdy doporučovány jako léčebná kúra na tuto nebezpečnou aktivitu (Hall, 2001).

Dokonce i Sigmund Freud, který protestoval proti extrémním praktikám zabráňujícím masturbaci, měl za to, že masturbace může způsobit organické a psychické poškození. Dle jeho názoru mohla přivodit například neurastenii. Ta se měla projevovat pocity tlaku v hlavě a snadnou unavitelností, poruchami trávení, zácpou, podrážděním míchy nebo i dalšími obtížemi. Tento autor měl v zásadě za to, že je to jev spojený s určitým vývojovým stádiem a masturbaci pokračující i v dospělosti pokládal za nevyzrálou a nepřiměřenou formu sexuálního vybití (Freud, 2000).

Freud však neváhal v roce 1912 pořádat s kolegy sympóziu, na němž probírali své odborné názory na onanii a její vliv na fyzický a psychický stav člověka. Na sympóziu mimo jiné řešili význam fantazijních představ a význam a původ pocitu viny doprovázejících onanii, „dětskou onanii“ počínající již v kojeneckém věku. Objevily se zde názory některých odborníků, kteří nesouhlasili s tím, že by masturbace byla fyzicky anebo jakkoli škodlivá. Freud sám, jak již bylo zmíněno v předchozím odstavci, nebyl příznivcem masturbace v dospělosti, nicméně názory svých kolegů bral s úctou a poctivě zanesl do sborníku různé pohledy na tuto problematiku. V závěru sborníku z tohoto sympózia uvedl, že podle jeho zkušeností mů být u některých neurotiků v počátečních stádiích léčby přechodné období masturbace dokonce velice prospěšné (Freud, 1997).

20. století

Ve dvacátém století se pohled na masturbaci postupně poněkud měnil. Bylo to díky lepšímu porozumnění sexuálně přenosným nemocem a jejich symptomům a díky vlivu psychoanalytiků, umělců, feministek a hnutí za práva gayů (Laqueur, 2003). Změny však byly pozvolné. V průběhu tohoto století nadále přetrvávala tendence nediskutovat o tématu onanie otevřeně, nicméně se onanie postupně stávala častým objektem debat na telefonních linkách o sexu a vztazích a na internetových diskuzích v mnoha zemích.

V meziválečném období vydala britská zastánkyně regulace porodnosti Marie Stopesová manuál *Married Love: A New Contribution to the Solution of Sex Difficulties* (Manželská láska: Nový příspěvek k řešení sexuálních problémů) (1918). V reakcích jejích čtenářů můžeme vidět odraz tehdejšího pohledu na masturbaci. Mužští čtenáři jí psali

dopisy plné strachu z toho, že si krátkým obdobím masturbace v pubertě poškodili zdraví, přivodili neplodnost a sexuální dysfunkce. Stopesová sama rozhodně nebyla přímou zastánkyní masturbace, ale ani strachu z naprosté škodlivosti chtíče.

V korespondenci dokonce uznala, že by onanie mohla být přípustným řešením sexuální tenze neprovdaných dospělých žen (Hall, 2001).

Ve čtyřicátých letech provedli Kinsey a kol. rozsáhlé průzkumy sexuálního chování v USA. Zkoumali v nich i zastoupení masturbace v tamní populaci. Zjistil, že přes všechny negativní postoje je masturbace v USA široce rozšířena. Popsali tehdejší rozdíly v zastoupení a četnosti masturbace mezi pohlavími a vztah masturbace a různých sociodemografických proměnných jako je vzdělání a náboženství. Zabývali se také falešnými obavami z toho, že masturbace vyvolává nějaké choroby. Postavili se jednoznačně za tvrzení, že neexistuje žádné spojení mezi těmito nemocemi a onanií. Rovněž se snažili vyvrátit doměnkou, že masturbují pouze dospívající, kteří prozatím nemají sexuálního partnera. Uvedli, že je masturbace běžná i u ženatých mužů a vdaných žen (Kinsey a kol., 1948; Kinsey a kol., 1953).

V roce 1974 dokonce Američanka Betty Dodson, ovlivněna sexuální revolucí a druhou vlnou feminismu vydala knihu *Liberating Masturbation A Meditation on Selflove* (Osvobozující masturbace - zamyšlení nad milováním sebe sama).

Zdálo by se, že ve druhé polovině 20. století už by pohled na onanii mohl být odtabuizován, ale opak je pravdou. V roce 1961 měli belgičtí studenti v rámci výzkumu uvést, jaké jsou následky masturbace. Studenti věřili, že může způsobovat zabržděný růst, oslabenou vůli, slepotu, plešatost, impotenci a sterilitu a plození abnormálních dětí. V sedmdesátých letech se v rámci sexuální výchovy vykládalo, že je mnohem lepší snažit se nemasturbovat (Hall, 2001).

V devadesátých letech skupina maďarských zdravotníků uváděla masturbaci jako příčinu tabes dorsalis neboli vysychání míchy. V roce 1990, tedy přibližně čtyřicet let po průzkumu Kinseyho a kol., byla masturbace zcela vyřazena z Prvního národního průzkumu sexuálních postojů a životního stylu v Británii (British National Survey of Sexual Attitudes and Lifestyles "Natsal"). Bylo to jednak proto, že představovala málo rizikovou praktiku a jednak kvůli výsledkům předchozí kvalitativní studie, jež ukazovaly, že masturbace vyvolává pocity studu a rozpaky (Johnson a kol., 1994).

Michael situaci v devadesátých letech popisuje následovně: "Masturbaci dospělých osob někteří lidé vnímají jako sexuální selhání, praktiku provozovanou těmi, kteří nejsou schopni nelézt si životního a sexuálního partnera. Proto o ní také bývá zřídka diskutováno." (Michael a kol., 1994)

V roce 1994 byl propuštěn americký vojenský lékař generál Joycelyn Elders kvůli tomu, že propagoval mezi vojáky výuku masturbace v rámci prevence AIDS (Gerressuová a kol., 2008).

Na druhou stranu mnohé výzkumy sexuálního chování z devadesátých let již masturbaci zahrnuly jako logickou součást zkoumané problematiky (Johnson a kol., 1994; Spira a kol., 1994; Michael a kol., 1994; Weiss, Zvěřina, 2001 a další).

21. století

Vidíme-li rozporuplné postoje k masturbaci v devadesátých letech 20. století, můžeme předpokládat, že ani v současnosti nebude pohled na masturbaci v naší západní kultuře jednoznačně příznivý či neutrální. Mnoho lidí si stále myslí, že je pro člověka masturbace nějak škodlivá. Někteří

mají za to, že pokud se v ní člověk neomezuje, stane se na ní snadno závislým. Jiní si myslí, že nemasturbovat je důkazem toho, že mají silnou vůli a kontrolu nad primitivními pudy a to jim umožňuje se cítit morálnější a správnější, případně mají za to, že takováto kontrola pudů je propojena s možností dostat se do vyšších duchovních úrovní. Poměrně běžný je stále pohled na masturbaci jako na záležitost spojenou s pubertou a jako náhražku sexu pro ty, kteří nemají vhodného sexuálního partnera. Tento názor jistě navazuje na Freudův slavný výrok: „Kdo tvrdí, že v pubertě neonanoval, onanuje dodnes.“

Mezi odborníky je pohled na onanii přece jen příznivější. V současných výzkumech sexuálního chování bývá masturbace zahrnuta (Gerressu a kol., 2008; Weiss, Zvěřina, 2008; Weiss, Zvěřina 2013, Jonášová, 2004 a další).

1.2. Pojetí masturbace u výzkumníků, v terapii a poradenství

V této kapitole se budeme věnovat odborným pojetím masturbace a tomu, jak s ní pracují nebo na ni pohlížejí terapeuti nebo jiní poradci v posledních desetiletích. Oprostíme se proto od dělení na dvacáté a jedenadvacáté století, které jsme využili v kapitole předchozí a budeme citovat zdroje od 70. dvacátého století let po současnost.

1.2.1. Masturbace - plnohodnotná sexuální aktivita nebo náhražka?

Stejně jako u definic masturbace, i v tomto oddíle se setkáme s tím, že se v pojetí každého autora odráží ohnisko

zájmu, se kterým přistupuje k sexualitě vůbec. Někdo bere v úvahu především prevenci rizikových jevů, někdo se více věnuje měření proměnných a jiný v rámci poradenství pomáhá osobám nebo párům s potížemi v sexuálním životě.

Albert Ellis se na onanii podíval z praktického úhlu pohledu a shledal ji jako plnohodnotnou a velmi výhodnou formu sexuálního vybití. Mluví o ní jako o sexu pro jednoho: „Lze ho provádět snadno, nezasahuje do sexuálních práv druhých a nepřekáží jejich touhám. Vylučuje nebezpečí pohlavních chorob, těhotenství a potratu. Velmi účinně cvičí erotickou představivost. Má nejvyšší uklidňující účinky na prudké touhy miliónů lidí, kteří musí být ukojeni rychle a kteří by těžko mohli být ukojeni jinak. Masturbaci se může oddávat i nemocný člověk v posteli. I ten, kdo žije v podmínkách, jež za normálních okolností nedovolují žádnou pohlavní činnost.“ (Ellis, 1970)

Někteří autoři, a to jak výzkumníci, tak klinici, pohlíží na masturbaci jako na bezpečnou alternativu nebezpečnějších praktik (Pinkerton a kol., 2002).

Další doporučují masturbaci jako způsob, jak se seznámit se svým tělem a reakcemi na sexuální podněty (Zamboni a Crawford, 2002; Gerressuová, 2008).

Jiní ji vnímají jako způsob, jak získat potřebné dovednosti a sebevědomí pro partnerský sex, a své klienty ji učí takto využívat. I v tomto případě však masturbace není obhajována sama o sobě, nýbrž jako cesta nebo pomůcka k dosažení kvalitního partnerského sexu.

Masters a Johnsonová (1970) během svého bádání shledali, že u žen je masturbace tou sexuální aktivitou, při níž se dosahuje maximální fyziologické intenzity orgasmu, a to jak subjektivně hodnocené, tak i objektivně měřené.

Po masturbaci následuje manuální dráždění partnerem a až nakonec soulož.

Jiného názoru jsou Pondělíček a Pondělíčková - Mašlová (1971). Ti považují masturbaci za neúplnou a inadequate formu sexuálního chování. U člověka se podle nich objevuje jako přechodná forma pubertální a postpubertální sexuality a jako možná sexuální aktivita dospělých, kteří momentálně nemají přístup k sexuálnímu partnerovi. Autoři mají za to, že ženy podle nich při masturbaci mnohou dosáhnout orgasmu, ale není to tak uspokojivé, jako koitus.

U zadaných žen se podle Pondělíčka a Pondělíčkové - Mašlové masturbace vyskytuje především po 35. roce života, když už ženy nejsou jen platonicky odevzdané, chtějí orgasmus. Onanie se u nich jeví jako náhradní způsob sexuálního chování, jímž se kompenzují nedostatky v kvalitě i kvantitě koitu. „Pouze u vyslovených nymfomanek (tak jako u mužů) lze masturbaci chápat spíše jako 3. plnohodnotný anebo doplňující způsob sexuálního vyžití.“

Na druhou stranu se ale Pondělíček postavil proti představě, že by masturbace byla primárně nebezpečná nebo zdraví škodlivá. Zároveň byl ostře proti tomu, aby onanie byla odsuzována jako druh perverze a masturbující za ni byli odsuzováni, kárání či trestání. Píše: „Přitom vůbec nevádí, že se v naší civilizaci vyskytuje tak často u dospělých, ačkoliv ti v ní zpravidla brání dětem a dospívajícím, poskytující tak další příklad pro morálku dvojí tváře. Ta si hledá své 'objektivní argumenty'.“ (Pondělíček, 2000). Onanie podle něj nemá škodlivé účinky na zdraví, mívají je ale pocity viny či úzkosti, které vznikají přestoupením někdejších výchovných tabu.

Obdobně jako Pondělíčkoví pohlíží na masturbaci i další autoři. Prezентují ji jako způsob, jak mohou svoje sexuální potřeby naplnit lidé, kteří ač zadaní či nezadaní

mají obtíž nalézt adekvátního sexuálního partnera. Ne všichni lidé totiž mají partnerský vztah. Mezi těmi, kteří jej mají, ne všichni spolu sdílejí sex. A ani pro ty, kteří s partnerem sex sdílejí, nemusí být partnerský sex zcela uspokojující.

Samostatnou skupinu takových lidí pak mohou tvořit lidé v pokročilejším věku, kteří mají obtíž nalézt nového sexuálního partnera (Kontula a Haavio-Mannila, 2002). Stanway (1991) zmiňuje i starší lidi, kteří partnera mají, ale buď si s ním v sexuálním životě nerozumí, nebo podlehli společenské konvenci, že pro staré lidi už sex není. Bývají pak sexuálně aktivní jen v mysli, anebo v nepřítomnosti partnera.

Nakonec můžeme zmínit dva z autorů, kteří nehodlají objektivně posuzovat, zda je masturbace plnohodnotnou sexuální aktivitou, či zda slouží pouze jako náhražka při nedostupnosti sexuálního partnera. Toto posouzení nechávají na jednotlivých subjektech:

Janus (1993) uvádí, že význam masturbace může být pro různé lidi různý. Pro některé je to jediný sex, který kdy zažili. Pro jiné je to osobní a příležitostná sexuální záležitost, pro jiné doplněk párového sexu.

Zlatko Pastor pak ve své knize popisuje masturbaci jako doplněk, obohacení anebo preferovanou sexuální aktivitu (Pastor, 2007).

1.2.2. Masturbace jako terapie

Někteří sexuologové v současnosti využívají masturbaci především při léčení obtíží se sexuální vzrušivostí poruchách orgasmu (Clifford, 1978; Ellis, 1970).

U žen bývá masturbace využíváno především u těch, které mají obtíže dosáhnout orgasmu při partnerských aktivitách.

Podle Masterse a Johnsonové (1966) při masturbaci proběhne více orgasmů, rychleji a s větší intenzitou, než při jakémkoli druhu stimulace partnerem. Shodné výsledky uvádí i Kinsey a kol. (1953). Podle Cliffordové (1978) se proto mohou snáze naučit rozeznat ty slastné pocity, které vedou k orgasmu a v budoucnosti toho využít. A protože je orgasmus intenzivnější, může být při masturbaci snáze rozeznán. Zároveň také žena, která už jednou dosáhla uspokojení, může překonat strach ze selhání, který jí brání prožít uspokojení (Kinsley a kol., 1953).

Poznávání sexuálních reakcí vlastního těla za pomoci masturbace doporučují anorgastickým ženám i naši autoři Weiss (2000) a Kratochvíl (1979, 2003).

Radko Pastor uvádí, že ženy, které masturbují od puberty, mají v pozdějším pohlavním životě méně problémů a častěji dosahují orgasmu. Obdobně vidí tuto aktivitu jako prospěšnou pro párový život i Griffin (2017).

Proti těmto názorům se staví zjištění Leitenberga, Detzera a Serebnika (1993), kteří uvádí, že masturbace v pubertě nebo adolescenci nemá žádný vliv na pozdější sexuální život.

Andrew Stanway (1991) povzbuzuje své klienty, muže i ženy, aby si vytvořily svůj vlastní sexuální fantazijní život a masturbovali. Tito lidé jsou podle něj spokojenější jak se svým sexuálním životem, tak v životě běžném. „*Masturbace je pro sexuální styk tím, čím je řeč pro diskuzi.*“ (Stanway, 1991)

U mužů bývá masturbace nejčastěji využívána jako léčba předčasné ejakulace. Kromě toho, že při častějším vybití

se prodlužuje doba dráždění potřebná k dosažení orgasmu, pomáhá masturbace i s orientací ve vlastních sexuálních reakcích a muž se tam může naučit poněkud ovládat míru svého vzrušení (Heiman a Lo piccolo, 1988).

Stanislav Kratochvíl (2003) uvádí, že sexuolog Vogel léčil za pomoci vibrační vaginy 43 mužů, kteří nebyli schopni ejakulace. Polovina dosáhla hned napoprvé při použití vibrátoru, ostatní na více pokusů.

Griffin (2017) navíc uvádí i pozitivní zdravotní efekt na krevní tlak a funkci prostaty.

Další obsáhlou oblastí, kde se pracuje s masturbací jako s léčebnou technikou, je léčba projevů některých poruch sexuální preference. Jak uvádí Weiss (2008), pokud připustíme, že parafilní sexualita je primární příčinou delikventního chování určitého jedince, pak je pro jeho léčbu potřeba najít sociálně přijatelný způsob sexuálního uspokojení. A jednou možností je masturbace, při níž si dotyčný může ponechat fantazie, které jsou pro něj vzrušující, avšak neohrožuje ničí zdraví ani veřejný pořádek. Mnozí další autoři zdůrazňují v tomto ohledu především masturbaci (Hawton, 1983). Můžeme ji využít jak u parafilii v objektu (pedofilie), tak parafilii v aktivitě (např. exhibicionismus, patologická sexuální agresivita, agresivní sadismus). Podle Weisse (2017) je však třeba na užití deviantních masturbačních fantasií při léčbě sexuálních delikventů nepohlížet jen jednostranně, tedy že čím více se vybijí při masturbaci, tím menší bude potřeba hledat deviantní uspokojení v reálu. V některém období se totiž může stát, že i u sexuálně vybitého pacienta se zvýší psychická frustrace, a zvýšená frekvence deviantních fantasií se tak může stát varovným signálem selhávání kontrolních mechanismů.

Jak u nás, tak v zahraničí, například USA a Velké Británii, se proto poměrně hojně využívá i léčby za pomoci podmiňování obsahu masturbačních fantasií. Tato metoda spočívá

v tom, že pacient je instruován, aby masturboval s preferovanými masturbačními fantaziemi a těsně před orgasmem je změnil na fantazie nedevariantní. Tyto nové představy by měly ve spojení s orgasmem získat nový pozitivní náboj. Jak pacient postupuje v léčbě, posouvá začátek nedevariantní fantazie na stále časnější fázi masturbace, až nakonec masturbuje pouze s nedevariantními fantaziemi.

Dle výzkumu z roku 1994 u 937 amerických terapeutů delikventů užívá nějakou formu masturbační terapie 23% dotázaných terapeutů (Prentky, 1995; Trojan a kol. 1990).

Vraťme se však zpět k nedelikventní populaci. V posledních desetiletích se u nás objevují terapeutické skupiny, kde si ženy nebo muži, obvykle v oddělených skupinách, léčí své potíže v oblasti sexuality. Příkladem takové praxe mohou být kurzy sexkoučky Julie Gaii Poupětové, která se dle svého profilu věnuje Sex koučinku od roku 2007 a obor studovala na školách v Kalifornii. Mimo jiných kurzů pořádá i „Masturbační kurz“ pro ženy, který je podle autorky zaměřený na sebezpotěšení a prohlubování erotické energie v těle (<http://www.sex-koucink.cz/eshop/kurz-masturbace-vzruseni-bodyworkshop/>).

Dalšími skupinami, které pořádají kurzy obsahující i masturbaci jsou skupiny lidí věnující se taoismu a tantře. Tyto východní přístupy pojmají sexualitu i „sebelásku“ jako možnost seberozvoje a posunu do vyšších duchovnějších sfér. (Lysbeth, 1995; Chia a kol. 2000). Tento přístup je pro naši kulturu se dlouhou historií potírání masturbace i dalších tělesných projevů natolik neobvyklý, že se pokusíme pojetí tělesna a masturbace v tantře a taoismu v následujících odstavcích velmi zevrubně přiblížit. Zároveň je nutné poznamenat, že některá párová tantrická cvičení, ač vycházejí ze zcela odlišného paradigmatu, mají v praxi blízko k párové sexuální terapii doporučované u nás párům s obtížemi

v sexuální oblasti. My se však zaměříme především na masturbaci.

Co se týká tantry a taoismu, nepodařilo se nám bohužel objevit studie a díla zabývající se těmito přístupy z pohledu západního vědeckého přístupu, a tak budeme v této části vycházet z literatury určené pro širokou veřejnost.

Tantra

Tantra znamená „vlnit, splétat“, společenství protikladů, vnitřek a vnějšek.

Ústřední teorie je shodná s teorií taoistickou: vesmír je ohromná masa živé energie a my jsme vytvoření z jejích částí, jsme její součástí. Jsme vytvoření z ženské a mužské energie jin a jang a máme za úkol energii udržovat v rovnováze. Prožívání jednoty, harmonie a rovnováhy je v tantře ústředním pocitem (Lysbeth, 1995).

Definujeme-li svoji identitu na základě pomíjivých a proměnlivých kvalit, narůstá v našem nitru strach, že o tyto opěrné body přijdeme nebo že nás o ně někdo připraví. Východní tradice učí, že můžeme prožívat hlubokou spokojenost napříč procesu stárnutí, napříč ztrátě prestižního postavení, či hmotných statků, i tehdy, když prožíváme bolest, smutek nebo samotu. Recept k dosažení na vnějších podmínkách nezávislé spokojenosti je spatřován ve vědomém kontaktu s hlubokou univerzální přirozeností neboli smyslem pro autentickou pravdu (Horvát a Vrhel, 2007).

Splynutí s vesmírem a přispění k harmonii se v tantře dosahuje skrze uctívání boha Šivy a bohyně Šakti (Kumar, 2002).

V každé ženě je bohyně, stejně jako v každém muži je bůh. Celé naše tělo je podle tantrického učení vědomé a božské

a můžeme se skrze něj propojit se svým protějškem, se Šivou a Šakti. Nenacházíme zde tedy jako v křesťansko-židovském pojetí představu tělesna, které nás odvádí od duchovna, ale naopak, vše tělesné nás s duchovnem spojuje (Lysbeth, 1995).

Na cestě do vyšších duchovních sfér může tantrik, též nazývaný jogín, využít studené nebo horké cesty. Studená cesta znamená, že jogín při meditaci používá vizualizace spojování nebo milování se s bohem, ale nedotýká se přitom svého těla. Horká tantra zahrnuje rovněž vizualizaci spojení s bohem a práci s energií. Na rozdíl od studené cesty však horká využívá i fyzických vjemů, při nichž je „energie více cítit“. Horká cesta tedy obnáší milování se sexuálním partnerem, anebo masturbaci prožívané jako styk se Šakti nebo Šivou. Místo v pánvi je nazýváno „krb“, neboť zde se energie při horké cestě rozehřívá. Jogíni si při práci s energií vizualizují postup této energie z pánve postupně tělem nahoru. Pokud to zvládnou, zažívají pak to, co tantrici a taoisté nazývají orgasmus celého těla, u mužů bez ejakulace. Takto nahromaděnou energii pak mohou směřovat do různých částí těla, nebo do duchovního světa, a přispět tak k léčbě nebo dosažení svých přání a cílů.

Pro tantrika je extáze duchovním pocitem, a zatímco energetická centra jsou nabíjena sexuálním napětím, jeho mysl míří k bodu jakési meditace (Smith, 2002).

Při meditacích se učí mít pozornost v sobě, v posledních letech se užívá slovního spojení tady a teď. Pro naučení se pozornosti je využíváno takzvaného sólového cvičení, tedy masturbace. Sólové cvičení má tu výhodu, že se člověk může lépe soustředit na práci s vlastní energií, může postupovat vlastní rychlostí a není odváděn jinými vjemy. Někteří jogíni se rozhodují pro sólovou kultivaci energie natrvalo. Sólová cvičení jim dávají možnost pracovat se svou

sexualitou a využít ji k zdraví a dosažení rovnováhy (Horvát a Vrhel, 2007).

Mít rád sebe, jinými slovy cítit v sobě božství je základem harmonie a za tímto účelem se v rámci duchovní práce na sobě praktikuje i masturbace s pomocí zrcadla. Zároveň je masturbace aktivitou, při níž se tantrici učí za pomoci soustředění a hlubokého dýchání dosahovat orgasmu celého těla a muži prožívání orgasmu bez ejakulace (Smith, 2014).

Tao = cesta

Taoismus je stejně jako Tantra postaven na uctívání rovnováhy a harmonie. Taoistické učení je učení, jak dosáhnout pevného zdraví a dlouhověkosti. K tomu velkým dílem taoisté přispívají božskou sexualitou, která vede od sebeuzdravování až k nesmrtelnosti. Existují předpisy sexuálních rituálů a poloh, které slouží k vyléčení konkrétních neduhů (Piontek, 2000).

V dávné Číně, odkud taoismus pochází, byla masturbace žen aktivně podporována. V Číně a Japonsku bylo vyvinuto množství sexuálních pomůcek pro sebeuspokojování ženy. Manželky si zde nechávaly vyrobit napodobeninu penisu svého muže, do které bylo vyryto jeho jméno, a používaly ji k masturbaci (Zettnersan, 2004).

Ženy mají podle taoismu neomezenou zásobu jinové esence. Nemohou ji na rozdíl od mužů vyčerpat, naopak čím více orgasmů, tím se jejich životní síla zvětšuje (Smith, 2002).

Ženy mají účinnější metody sebeuspokojování, stimulují se například i houpavými pohyby. K orgasmu mohou dospět i stimulací prsů nebo hlubokým dýcháním. Masturbace jim dává možnost žít vlastní erotiku a současně se naučit posilovat skryté svaly svého klína, což využijí i při souloži s partnerem (Reid, 2005).

Za nevhodné se však podle Zettnersana považuje jednostranné stimulování klitorisu, protože na něm se vyskytují jen některé reflexní zóny a ty se takovouto stimulací přetěžují. Pouze klitoridální masturbace může tedy podle některých taoistů souviset s určitými psychosomatickými obtížemi. Ve vagině, tedy „nefritové bráně“ se vyskytují vyrovnaně všechny reflexní zóny a proto je její stimulace celkově prospěšná.

Obdobně za nevhodnou stimulaci považuje autor dle taoistické tradice mužskou masturbaci se ztrátou semene, tedy s ejakulací. Taoističtí muži se z tohoto důvodu učí onanovat bez ejakulace. Seznámení s fázemi vzrušení před ejakulací podle Zettnersana pomáhá získat volní kontrolu nad vlastní sexuální energií. Muž si uvědomí vztah mezi dechem, myšlenkami a ejakulací semene. To vše značnou měrou přispěje k posílení sexuální sebedůvěry, která je význačnou částí zdravého sexuálního života. Pak je plně připraven na vyšší požitky podle taoistické tradice (Zettnersan, 2004).

Základním předpokladem zdraví a dlouhověkosti je však v Taoismu především kultivace sexuální energie, její využívání coby mocného zdroje ve prospěch harmonického a čilého člověka a jeho postupu do vyšších duchovních sfér (Piontek, 2000).

Obě tyto filozofie můžeme propojit s naší západní psychologií bytí, která zdůrazňuje, že mystická zkušenost „peak experience“, tedy kontakt s univerzální přirozeností, je běžnou součástí denního života každého z nás. Podle Maslowa (2000) ji zažíváme například při pohledu na čerstvě narozené dítě, při poslechu hudby či při tanci, když se milujeme nebo když nezištně obdarováváme.

1.3. Fyziologické a psychosomatické souvislosti u žen a ženská masturbace

Způsoby masturbace u žen a u mužů přirozeně vycházejí z fyziologie ženských a mužských pohlavních orgánů. Proto v následujících oddílech této kapitoly nejdříve v krátkosti popíši fyziologii ženských pohlavních orgánů, fáze sexuálního vzrušení a orgasmus žen a potom se teprve budu věnovat samotným způsobům masturbace. V následující kapitole budu obdobně postupovat u mužů.

1.3.1. Fyziologie ženských orgánů

Ženské pohlavní ústrojí se dělí na vnitřní a zevní. Obě tyto části spojuje pochva (Uzel, 2010).

Zevní genitál ženy označujeme vulva. Skládá se ze stydkého hrbolku neboli Venušina pahorku (*mons pubis*), velkých stydkých pysků (*libia majora*), malých stydkých pysků (*labia minora*), pošťeváčku (*klitoris*) a poševního vchodu (*introitus vaginae*). Stydký pahorek a vnější strana velkých stydkých pysků bývají u pohlavně zralých žen pokryté ochlupením (Uzel, 2010).

Vnitřní pohlavní orgány ženy jsou vaječníky (*ovaria*), vejcovody (*tubae uterinae*), děloha (*uterus*) a pochva (*vagina*) (Zvěřina, 2003).

V rámci masturbace hrají nejdůležitější roli klitoris a vagina.

Klitoris

Klitoris neboli pošťeváček se nachází v místě spojení malých stydkých pysků. Je tvořen houbovitou erektilní tkání a celkem je klitoris asi 6 centimetrů dlouhý. Má bohaté

nervové a cévní zásobení. Jeho anatomická i histologická struktura je velice podobná penisu. Jediná okem viditelná část klitorisu, takzvaná špička neboli žalud klitorisu, latinsky *glans*, je zcela nebo částečně překryta předkožkou (*praeputium clitoridis*) tvořenou slizničními řasami malých stydkých pysků. Tělo klitorisu (*corpus clitoridis*) vede nejprve několik centimetrů vzhůru vpřed (směrem k podbřišku), potom se ohýbá v podstatě opačným směrem. Tělo je v ohybu připevněno ke stydké sponě a odtud se obdobně jako penis rozbíhá do dvou ramen (*crura clitoridis*), připevněných vazy přímo ke stydkým kostem. Mezi ústím močové trubice a klitorisem je kožní řasa zvaná uzdička (*frenulum clitoridis*). V průběhu pohlavního vzrušení se topořivá tělíška plní krví, klitoris se zvětšuje a stává se citlivějším. Těsně před orgasmem se erekce ještě více zvětšuje. Citlivost klitorisu podle některých autorů převyšuje citlivost penisu, jeho zvětšení a zpevnění však není oproti penisu tak výrazné (Zvěřina, 2003).

Úloha klitorisu není zcela vyjasněna. Klitoris mají všechny samice savců. Některé druhy jej mají stejně veliký jako je samčí penis, například hyena skvrnitá (*Crocuta crocuta*) má klitoris dlouhý průměrně 17 centimetrů zakončený obdobou samčího žaludu. Často je vroubkovaný a odvádí z těla moč tak, jako je tomu u samčího penisu. Hyeny mají dokonce srostlé stydké pysky a štěňata musí родit skrze klitoris, který při porodu praskne. Porod přes klitoris způsobuje velké komplikace, neboť při porodu umírá 9-18% hyen prvorodiček a až 2/3 mláďat. Většina samic savců má však klitoris malý a z větší části skrytý, takže je při pohlavním styku obtížné jej přímo dráždit. Fyziologické pokusy ale ukázaly, že dráždivé podněty z jiných míst ženského těla mají v klitorisu odezvu. U mnoha žen je pak klitoris jediným místem, jehož dráždění může orgasmus vyvolat. Za jeho hlavní funkce je tedy považován příjem a převod erotických pocitů (Pondělíček, Pondělíčková-

Mašlová, 1971; Raboch, 1984; Pastor, 2007; Weiss a kol., 2010).

Vagina

Vagina neboli pochva je předozadně zploštělá trubice, jejíž stěny jsou pružné a jsou tvořeny především hladkou svalovinou krytou nerohovějícím vrstevnatým dlaždicovým epitelem. Zakončena je takzvanou poševní klenbou, do níž vyčnívá děložní čípek. Její rozměry jsou individuální, průměrná délka je přibližně deset centimetrů, šířka 2,5 centimetru. Za normálního stavu její stěny k sobě přiléhají. Při pohlavním styku se dokáže přizpůsobit velikosti penisu, je schopna se prodloužit a rozšířit, a to dvakrát až třikrát. Nejvíce se rozšíří při porodu, kdy skrze ni prochází ven novorozenec. Okolí pochvy je bohatě prokrveno a cévní zásobení je zodpovědné i za lubrikaci vagíny během sexuálního vzrušení. Na přední straně poševní se nachází shluk drobných žlázek, které mají identickou podobu s mikroskopickými žlázami mužské prostaty. Vývody těchto žlázek ústí do močové roury a vylučují sekret identický s mužským prostatickým sekretem. Produkce tohoto sekretu umožňuje takzvaný mokrý orgasmus u žen, tedy orgasmus spojený s výstřikem tekutiny z močové trubice. O tuto část vagíny, která je zároveň podle některých zdrojů výraznou erotogenní zónou, se zajímali různí odborníci včetně Ernesta Gräfenberga. Na jeho počest bývá tato oblast nazývána G-bodem (Pastor, 2007; Uzel, 2010).

Reakce pochvy se v průběhu sexuálního aktu mění. Během excitace se prodlouží a její dvě třetiny se rozšíří. Během fáze plató dochází k cévnímu městnání a z dolní třetiny se stává orgastická manžeta. Orgasmus je charakterizován rytmickými stahy. Pak se pochva uvolní, prokrvení klesne a dostává se opět do klidového stavu (Pastor, 2007).

1.3.2. Fáze sexuálního vzrušení žen

V tomto oddíle se budeme věnovat popisu fází sexuálního vzrušení a orgasmu tak, jak jej vnímá sexuologická a sexuálně psychologická vědecká komunita v naší západní kultuře. Dříve zmíněná tantrická a taoistická pojetí pohlavního styku, fází vzrušení a orgasmu necháme v tomto oddíle stranou.

Pro schematický popis fyziologických reakcí na sexuální dráždění se obvykle využívá rozdělení cyklu sexuální aktivity na čtyři fáze.

1) Fáze podráždění je vyvolána somatogenním nebo psychogenním sexuálním drážděním. Je-li dráždění udržováno na úrovni odpovídající individuální žádosti, intenzita reakce obvykle rychle vzrůstá. U žen se tato fáze zpravidla projeví zvýšenou lubrikací a zvětšením klitorisu a stydkých pysků. U žen, stejně jako u mužů, můžeme zaznamenat červenání kůže, vystoupení prsních bradavek, zvýšené napětí svalů, zrychlený dech a pulz, zvýšený krevní tlak, případně pocení. Je-li však způsob dráždění přerušen anebo je tělesně či psychologicky nepříjemný, může dojít k prodloužení nebo ukončení této fáze.

2) Fáze plató vzrušení prostupuje celé tělo a krátce či déle setrvává na přibližně stejné úrovni. Je-li dráždění ukončeno nebo není-li odpovídající, není dosaženo orgasmu a cyklus přejde do mimořádně dlouhé fáze uvolnění.

3) Fáze orgasmu neboli vyvrcholení je omezena na několik vteřin, během nichž dochází k uvolnění cévního městnání a svalového napětí, které vzniklo vlivem sexuálního dráždění. Orgasmus žen bude blíže popsán v následujícím oddíle.

4) Fáze uvolnění je charakterizována poklesem podráždění a postupným přechodem do klidového stavu. Fyziologické projevy sexuálního podráždění doznívají velmi pomalu. Ženy, jsou-li

znovu účinně drážděny, mají ve většině schopnost návratu k dalšímu orgasmu z kterékoli fáze uvolnění (Masters a Johnsonová, 1966; Pondělíček, 2000).

1.3.3. Orgasmus u žen

S masturbací jistě úzce souvisí orgasmus. Původ slova „orgasmus“ nalezneme v řečtině. Je odvozeno ze slova „orgasmos“ a to zase ze slova orgon, které znamená „dozrát“, „napuchnout“ anebo také „být plný“ či „být plný smyslného chtíče“ (Blackledge, 2005).

1.3.3.1. Definice orgasmu

Neexistuje jedna platná obecně uznávaná definice orgasmu. Podle Jonášové (2009) tedy badatelé, kteří se zabývají lidskou sexualitou, tvoří každý svou vlastní definici orgasmu, vycházející z těch aspektů sexuality, na kterou se ve svých výzkumných projektech zaměřují.

Bancroft (1989) popisuje mechanismus orgasmu jako vzájemné působení psychologických a somatických procesů, ve kterém je zapojené celé tělo.

Kinsey a kol. (1948) za orgasmus pokládali „výbušné uvolnění neuromuskulárního napětí“. Sexuální napětí podle nich roste až do svého nejvyššího stupně. Potom náhlé a okamžité uvolnění napětí spustí sérii svalových kontrakcí, během kterých se dotyčná osoba postupně vrátí do normálního nebo téměř normálního stavu.

Podle Masterse a Johnsonové (1966) je orgasmus psychofyziologické prožívání, které se projevuje a je významně spoluvytvářené v kontextu s psychosociálními vlivy. Fyziologicky jde o krátkou epizodku uvolnění zvýšeného cévního

prokrvení a svalového napětí, které se vyvinulo jako odpověď na svalové dráždění. Psychologicky je orgasmus subjektivním vjemem vrcholu tělesné reakce na sexuální dráždění. Masters a kol. (1995) navíc ještě tuto definici rozšířili o vnímání kvality. Orgasmus podle nich může být velmi mírná zkušenost, jako vlnění nebo mírný povzdech. Může to být velmi smyslná zkušenost, když je naše tělo zalité potem, anebo to může být intenzivní zkušenost provázená výkřiky a trhanými pohyby. Rovněž to podle autorů může být extatická zkušenost s chvilkovou ztrátou vědomí.

Uvedme ještě jednu definici tuzemské autorky, která se týká přímo orgasmu u žen. Podle Pondělíčkové - Mašlové (Pondělíček, Pondělíčková-Mašlová, 1974) je orgasmus krátkým okamžikem, ve kterém žena přestává plně vnímat sebe a svoje okolí a uvědomuje si jen onen s ničím neporovnatelný blažený pocit. Ten okamžik nepřijde z čista jasna - postupně narůstá od prvních příjemných pocitů při prvním polaskání, v odezvě na vzrušení, které projevuje partner.

1.3.3.2. Dosažení a funkce ženského orgasmu

Orgasmu se u žen nejčastěji dosahuje přímou stimulací klitorisu. Tato stimulace může být zapříčiněna pohlavním stykem, ruční masturbací, orálním sexem nebo vibrátorem. Jakákoli stimulace klitorisu může nakonec vyvrcholit orgasmem. Orgasmu lze také dosáhnout stimulací jiných erotogenních zón nebo bez fyzické stimulace, pouze pomocí psychického vzrušení (Kinsey a kol., 1948).

Dosáhnout orgasmu bývá podle Pondělíčka a Pondělíčkov-Mašlové (1971) cílem každého sexuálního chování. Tohoto cíle se dennodenně pokouší dosáhnout milióny lidí i zvířat, neboť orgasmus je něco tak fyziologického a přitom tak vlastního, jako jídlo a pití. S první větou tohoto

poetického popisu však můžeme nesouhlasit, vezmeme-li v úvahu, že je mezi ženami stále poměrně velké procento těch, které orgasmus při souloži neprožívají, a přesto je pro ně soulož příjemná a přitažlivá.

Podle Radima Uzla (2004) je anorgastických přibližně 15% žen. Některé další ženy pak zažívají orgasmus pouze při masturbaci, při souloži nikoli.

Je zajímavé, že co se samičího pohlaví týká, byl v živočišné říši orgasmus prokázán pouze některých primátů, například u šimpanze bonobo (*Pan Paniscus Bonobo*).

Jeho funkce není zcela vysvětlena. Někteří autoři, například Morris (1967), mají za to, že slouží k dlouhodobému udržení partnerského páru. Baker (1996) má za to, že žena pocituje touhu po orgasmu tehdy, když její tělo usoudí, že tím zvětší její reprodukční schopnost. Když tělo naopak usoudí, že by tím reprodukční úspěšnost snížilo, žena nutkání po rozkoši nepocituje.

Pravdou zůstává, že orgasmus není k otěhotnění nezbytný. Podle některých autorů však k němu může dopomoci. Bakker a Bellis (1993) mají za to, že stahy dělohy, které orgasmus doprovázejí, mohou pomoci nasát spermie a posunout je blíže k vajíčku. Pokud k orgasmu ženy dojde těsně před ejakulací muže anebo po ní, zůstává podle těchto autorů ve vagíně více spermií, než je tomu bez ženina orgasmu nebo v případě, že k němu došlo několik minut před ejakulací partnera.

1.3.4. Typy ženské vzrušivosti

Na počátku 20. století Sigmund Freud rozlišoval mezi orgasmem, který má svůj původ ve stimulaci klitorisu, a orgasmem, jenž je způsoben drážděním v pochvě. Klitoridální

orgasmus spojoval s ženskou masturbací a ta podle něj, jak již bylo zmíněno, byla v pořádku v ranějších fázích vývoje osobnosti. U dospělé ženy byla projevem ustrnutí ve vývoji a sama dokonce ohrožovala psychické zdraví. Dospělá žena tedy logicky podle Freuda měla prožívat orgasmus vyvolaný stimulací uvnitř vagíny, dnes nazývaný orgasmus vaginální (Freud, 2000). Dnes však víme, že velká skupina žen dosahuje orgasmu pouze za pomoci dráždění klitorisu (Kinsey a kol. 1953; Weiss a Zvěřina 2001; Weiss a Zvěřina 2013).

Mezi Freudovými časy a dnešní dobou proběhlo mnoho výzkumů ženské vzrušivosti. Někteří zastávali názor, že jediným možným místem vzrušení je klitoris a ženské vzrušení je tedy vždy vzrušení klitoridální. Uvedme například Kinseyho a kol. (1953), kteří měli za to, že vaginální stěna není na rozdíl od klitorisu vzrušivá. Masters a Johnsonová (1966) dospěli k názoru, že i při dráždění uvnitř vagíny dochází vlastně k nepřímému dráždění klitorisu.

Na rozdíl od nich jiní autoři a výzkumníci tvrdí, že je možné prokázat specifickou dráždivost uvnitř pochvy. Poněkud krutým důkazem je schopnost orgasmu u žen, které absolvovaly faraónskou obřízku, tedy odříznutí klitorisu, vnitřní vrstvy velkých stydkých pysků, celých malých stydkých pysků a intabulaci poševního vchodu. Tyto ženy jsou schopny pocítovat sexuální vzrušení i prožít orgasmus (Lightfoot - Klein, 1989).

Názoru, že je možné odlišit klitoridální a vaginální orgasmus odpovídají i výsledky výzkumu tuzemských odborníků, které vycházejí z výpovědí respondentek (Kratochvíl, 1993; Weiss, Zvěřina 2001).

Podle výzkumů Weisse a Zvěřiny z let 1993, 1998 a 2013 dosahuje 41 procent resp. 35 procent resp. 17,3 procent českých žen orgasmu především drážděním klitorisu. 20 procent resp. 21 procent resp. 20,2 procenta jej dosahuje drážděním

poševního vchodu či pochvy. A 34 procent resp. 38 procent resp. 44,2 procenta dosahuje orgasmu nejčastěji kombinovaným drážděním klitorisu i pochvy zároveň (Weiss, Zvěřina 2001; Weiss, Zvěřina 2013).

1.3.5. Masturbační techniky žen

Způsobů masturbace je mnoho. Masters a Johnsonová (1966) uvádějí, že ve svém rozsáhlém výzkumu nepozorovali ani dvě ženy, které by masturbovaly stejným způsobem. Nejčastěji vycházejí z toho, že nejcitlivější oblastí ženských genitálií je klitoris. Proto nejčastějšími způsoby masturbace jsou ty, kdy se dráždí právě tato oblast. Zcela nejběžnějším způsobem je dráždění oblasti klitorisu prsty anebo celou rukou. Ženy provádí rytmické pohyby anebo rytmicky působí tlakem na tuto oblast. Dalším velice častým způsobem je masturbace stimulace klitorisu proudem vody. Masters a Johnsonová (1966) dále uvádějí, že ženy v naprosté většině neprovádějí přímou manipulaci se špičkou klitorisu (glans). V izolovaných případech, kdy tato technika byla prováděna, byla omezena pouze na fázi excitace a tkáň glans byla přitom zvlhčována. Bezprostředně po orgasmu je tkáň glans extrémně citlivá a proto dochází-li k restimulaci, věnují ženy veškerou opatrnost tomu, aby nedošlo k přímému dotyku glans. V naprosté většině tedy ženy dávají přednost stimulaci klitorisu nepřímými způsoby, jako je manipulace venušíným pahorkem, masturbace s polštářem či dekou mezi nohama, tření o prostěradlo nebo popotahování velkých a malých pysků. Řidčeji se objevuje tření stehem o sebe, kolébání v sedu a tření klitoridální oblasti o patu nebo různé předměty, například rohy nábytku (Kinsey a kol., 1953; Jonášová, 2004; Pondělíček, Pondělíčková-Mašlová, 1971).

Dráždění vaginální oblasti se obvykle objevuje jako doplněk dráždění klitorisu. Může být provozováno prstem či prsty, zasouváním předmětů do vagíny nebo za použití vibrátoru. Některé ženy upřednostňují stimulaci pouze vchodu vagíny a to za použití prstů, předmětů anebo proudu vody.

Další způsob ženské masturbace spočívá v zatnutí stehenních svalů. Ženy jej nejčastěji provádí při překřížených nohách. Může jít o rytmické zatínání a uvolňování tenze nebo o pouhé zatnutí a vytrvání. Tento způsob stažení svalů podle Kinseyho a kol. (1953) působí na klitoris a velké i malé stydké pysky a může a nemusí být doprovázen stimulací genitálií rukou.

Kinsey a kol. (1953) uvádějí jako samostatnou techniku masturbace také zatínání dalších svalů při masturbaci na břicho anebo se skrčenýma nohama. Ženy při této technice provádí kopulační pohyby a to za použití značné síly a tenze, procházející většinou jejich těla. Svaly jejich hýždí se někdy pohybují proti sobě navzájem. Můžeme uvažovat nad tím, zda při této technice nehraje hlavní roli opět stimulace klitorisu o podložku, polštář či pokrývku. Ale zároveň můžeme s Kinseym a kol. souhlasit v tom ohledu, že i samotné pohyby hrají v dosažení sexuálního vzrušení či orgasmu svou roli a ukazují na to, že vzrušení a orgasmus jsou propojeny s celou řadou fyziologických procesů. Ženy, které masturbují tímto způsobem, dosahují orgasmu rychleji anebo přinejmenším stejně rychle, jako jej dosahují jiným způsobem.

Stimulaci prsou a bradavek ženy obvykle provádí jako doplněk jiné stimulace. Některé ale dovedou dosáhnout orgasmu i samotnou touto technikou (Kinsey a kol., 1953).

Jako doplněk dalších způsobů dráždění bývá užíváno i dráždění anální oblasti (Stanway, 1991).

Neveliké procento žen také dovede dosáhnout orgasmu bez přímé taktilní stimulace, pouze za pomoci své fantazie a psychologické stimulace (Kinsey a kol., 1953).

Některé ženy se při masturbaci vzrušují i dalšími způsoby, například masochistickými aktivitami nebo fetišem (Kinsey a kol., 1953; Hooperová, 2003; Stanway, 1991).

Podle Andrewa Stanwaye (1991) se mnoho žen v důsledku nutnosti utajit masturbaci anebo pocitů viny naučilo masturbovat nepřímými způsoby, které obsahují jen velmi malý, anebo žádný kontakt s genitáliemi. Některé z těchto žen podle autora vědí, že jde o masturbaci pouze nevědomě, což ztěžuje výzkumy ženské masturbace.

1.3.6. Erotické pomůcky pro ženy

Změny v oblasti technik ženské masturbace v posledních letech u nás mohl jistě způsobit i rozvoj prodejen erotického zboží a pomůcek. Zatímco před rokem 1989 bylo takové předměty možné získat jen vlastní výrobou nebo dovozem ze západních zemí, dnes si mohou české ženy volně vybírat z velkého množství průmyslově vyráběných pomůcek a to jak v kamenných prodejnách, tak na internetu nebo prostřednictvím katalogů. V souvislosti s masturbací bychom jistě měli zmínit především vibrátory a umělé penisy, vibrační vajíčka, venušiny kuličky a anální kolíky a kuličky. V následujících odstavcích krátce představím nejčastější masturbační erotické pomůcky pro ženy.

Dildo

Již před tisíci lety si lidé vyráběli různé erotické pomůcky za účelem masturbace. Stáří nejstarších nalezených

dildo, neboli umělých penisů, z leštěného kamene se odhaduje na 2500 let před naším letopočtem. V dobách starověkého Říma se vyráběly umělé penisy ze slonoviny a vzácných dřev. Později byly vyráběny z plastických hmot či skla a od sedmdesátých let 20. století nastává velký rozmach pomůcek z latexu. V posledních letech je latex střídán silikonem, různými gely a sloučeninami latexu anebo akrylátem (Hooperová, 2003).

Vibrátor

V roce 1869 si nechal lékař George Taylor patentovat vibrátor na parní pohon. Mohli jej používat pouze lékaři a jeho úkolem bylo poskytování léčebných "masáží" ženám, u kterých byla diagnostikována hysterie. Na počátku dvacátého století se již výrobou vibrátorů zabývalo nejméně deset firem. Vibrátory však nebyly inzerovány jako erotická pomůcka, ale jako masážní přístroje zajišťující krásu, věčné mládí, spokojenost nebo i hubnutí. Byly jedním z prvních domácích přístrojů, které byly elektrifikovány.

Co se materiálů týče, užívá se nejčastěji plast, latex, gel nebo silikon. V posledních letech se vyrábí různé tvary, některé zaměřené na takzvaný G-bod, jiné kombinují dráždění vagíny a klitorisu nebo anální oblasti (Hooper, 2003; Mageo, 2005).

Venušiny kuličky

Za historické předchůdce venušiných kuliček by se daly považovat do čista ohlazené kamínky nebo hladká dřevěná tělíska, určená ke vkládání do vagíny.

Venušiny kuličky neboli vaginální kuličky jsou obvykle dvě kuličky velikosti o průměru 2,5-3,5cm. V každé

z nich je dutina a v ní je vložena menší kulička z těžšího materiálu. Při pohybu se menší kulička začne pohybovat uvnitř té větší a vyrábí tak vibrace. Kuličky jsou většinou plastové, jejich povrch má ale různou úpravu. Od kovové vrstvičky, která je hladká a chladí při zavedení, až po ježečka z měkkého plastu. Kuličky se používají na pár minut v rámci masturbace nebo mohou být zavedeny i několik hodin a způsobovat příjemné pocity v průběhu běžných denních činností. Někdy se venušiny kuličky (nebo jen jedna kulička) nechávají uvnitř vaginy i v průběhu sexuálního styku s mužem.

Od padesátých let minulého století se hovoří o příznivých vedlejších účincích venušiných kuliček. Mají procvičovat svaly pánevního dna a napomáhat porodním cestám po porodu k návratu do původního stavu. Posílené svalstvo preventivně funguje proti obtížím s inkontinencí a zlepšuje pocity při sexuálním styku. Můžeme zde poznamenat, že v tantrické praxi bylo již v minulých stoletích běžné, že ženy trénovaly své svalstvo při nácvičku manipulace s dřevěnou nebo kamennou kuličkou uvnitř své vaginy (Lysebeth, 1995).

Vibrační vajíčka

Valná většina vibračních vajíček má pravidelný oválný tvar a je uzavřena v plastovém pouzdru. Uvnitř je miniaturní elektromotor, způsobující vibrace. Vibrace vajíčka se ovládají ovladačem připojeným kabelem, anebo bezdrátovým ovladačem. Moderní vajíčka mají několik vibračních programů.

Vibrační motýlci

Vibrační motýlek je vibrující zařízení, které se obvykle připíná na tělo řemínky tak, aby dráždilo klitoris, popřípadě vaginální vchod. Některé ženy si nechávají vibrační motýlky připnuty během běžných denních činností (Hooper, 2003).

Vakuová pumpa pro ženy

Vakuová pumpa je zařízení způsobující podtlak a tím i prokrvení a zvýšení citlivosti oblastí, na které se přikládá. Ženské vakuové pumpy se přikládají na oblast klitorisu, vchod vagíny nebo na prsa a prsní bradavky. Některé jsou kombinované s vibračním zařízením.

Anální kolíky a kuličky

Pro mnoho žen je anální oblast silnou erotogenní zónou. Mohou tedy při masturbaci využít pomůcek, které dráždí tuto oblast. Anální kolík je vyráběn z různých materiálů, nejčastěji latexu, silikonu nebo neoprenu. Jeho tvar připomíná dildo, má však na konci zploštění, které brání tomu, aby se kolík zcela zanořil do konečníku. Konečník totiž na rozdíl od vagíny není uzavřen a pomůcka by tak mohla putovat až do střev (Hooper, 2003).

Anální kuličky jsou pomůcka, která se sestává z množství malých kuliček. Vyrábí se z různých materiálů, například PVC, plastu, geul, pryže, silikonu, skla nebo kovu. U klasického typu jsou kuličky vzájemně propojeny provázkem, na jehož konci je kroužek, za který se kuličky vytahují. Druhým typem je takzvaný thajský řetěz, na němž jsou mezi sebou kuličky spojeny tyčkou vyrobenou ze stejného materiálu. Dráždění je způsobeno střídáním tlaku kuličky na svěrač a jeho uvolněním po průchodu kuličky (Hooper, 2003).

Využití dalších předmětů

Přes velké množství průmyslově vyráběných pomůcek mnoho žen využívá jako masturbační pomůcky předměty, které k tomu nejsou prvotně určeny. Bývají to zejména různé druhy ovoce a zeleniny, tuby připomínající tvarem penis, přírodní

materiály jako větvičky nebo šišky. Některé ženy při masturbaci využívají pevné kusy nábytku, například židle nebo skříně, o které se mohou třít genitáliemi. Někdy se k navození sexuálního vzrušení využívají vibrující přístroje, určené k jiným účelům. Dříve se v tomto směru těšila oblibě například automatická pračka Tatramat, která so při ždímání celá rozechvěla vibracemi, někdy i putovala po místnosti, a tak jí bylo třeba zasednout.

1.4. Fyziologické a psychosomatické souvislosti masturbace mužů a mužská masturbace

1.4.1. Fyziologie mužských orgánů

Základem mužských pohlavních orgánů je párová pohlavní žláza (varle, pohlavní cesty a z pohlavních žláz odváděné pohlavní buňky (spermie).

Mužské pohlavní orgány (organa genitalia masculina) se rovněž dělí na zevní a vnitřní. K zevním pohlavním orgánům se počítá penis s močovou trubicí a šourek. Za vnitřní pohlavní orgány označujeme pohlavní žlázy a pohlavní cesty (Zámečník, 2010).

Penis

Pyj (*penis*) se dělí na následující části: kořen (*radix penis*) připojují na spodní stranu stydkých kostí a chrupavky párová ramena penisu (*crura penis*). Tělo penisu (*corpus penis*), na němž rozeznáváme hřbet a spodní stranu je volná část sahající od kořene penisu do periferie. Tělo penisu

je zakončeno žaludem (*glans penis*). Rozšířený val žaludu se nazývá *corona glandis* a žlábek za tímto valem *collum glandis*. Ve vrcholu žaludu ústí močová trubice. Kůže penisu od kořene ke žlábků *collum glandis* je tenká a poněkud více pigmentovaná, než jinde na těle. Od žlábků na žalud pak pokračuje velmi tenká kůže srostlá s hlubšími vrstvami. V tomto místě je kůže vytažena ve zdvojenou kožní řasu předkožku (*praeputium*), která je přes žalud přetažena individuálně různě daleko, u některých mužů je žalud trvale obnažen, u jiných ukryt za předkožkou. Část kůže spojující na spodní straně penisu předkožku se žaludem nazýváme uzdička penisu (*frenulum*).

Ze zdravotních anebo náboženských důvodů bývá u některých mužů předkožka odstraněna při malém chirurgickém zákroku zvaném obřízka (*circumcize*) (Zámečník, 2010; Anatomický atlas, 2012).

Hlavními strukturami tvořícími penis jsou párová symetricky vedle sebe uložená dutá topořivá tělesa (*corpora cavernosa penis*). Dutá topořivá tělesa mají pružnou, avšak pevnou stěnu, tvořenou vazivem. Při správném krevním zásobení se při ztopoření plní tato tělesa krví a zabezpečují nejen zvětšení penisu, ale také jeho tvrdost.

Na dutá topořivá tělesa pak nasedá nepárové houbovitě těleso (*corpus spongiosum penis*), které tvoří žalud a které obklopuje močovou trubici. Při erekci zůstává houbovitě těleso měkké, aby nedošlo k přílišné kompresi močové trubice (Netter, 2005).

Nervy penisu jsou vysoce senzitivní, v kůži žaludu se nacházejí volná senzitivní zakončení a také speciální recepční tělíska. Kůže v této oblasti je nejvíce inervovanou částí povrchu mužského těla.

Šourek

Šourek (skrotum) je vakovitý orgán hruškovitého tvaru, který je zavěšen za kořenem penisu, tede v místech pod stydkou sponou. Vnitřní přepážkou je rozdělen do dvou dutin, z nichž každá obsahuje jedno varle (testis). Kůže šourku je tenká, pigmentovaná a poměrně bohatě inervovaná. Úkolem šourku je udržovat optimální teplotu pro spermiogenezi ve varlatech.

Varlata

Varlata jsou párový orgán, mužská pohlavní žláza, která je umístěna téměř svisle ve scrotu. Pravé varle bývá ve scrotu uloženo výše než levé a bývá menší. Velikost varlat je variabilní. Varlata bývají za normálních okolností v době porodu sestouplá do šourku, během prepubertálního období se zvětšují jen pomalu a v období puberty začnou rychle růst. Hlavní funkcí je produkce spermií. Varlata jsou inervována vlákny sympatickými, parasympatickými i senzitivními. Jsou velice citlivá, snadno se pojí jak s libými, tak s bolestivými pocity.

Prostata

Předstojná žláza (prostata) je přídatná pohlavní žláza. Sekret prostaty je součástí ejakulátu a zvyšuje životaschopnost spermií. Prostata zdravého muže je velká asi jako vlašský ořech, má tvar komolého kužele a váží zhruba 20 gramů. Je umístěna pod močovým měchýřem a jako prstenec obkružuje močovou trubici. Tkáň prostaty je rovněž bohatě inervována sympatickými, parasympatickými i senzitivními nervovými vlákny.

1.4.2. Fáze sexuálního vzrušení mužů

Pro schematický popis fyziologických reakcí na sexuální dráždění opět využijeme rozdělení cyklu sexuální aktivity na fáze.

1) Fáze podráždění počíná vhodnou stimulací některého ze smyslů nebo i myšlenkou, fantazií či vzpomínkou. V této fázi se u mužů objevuje erekce, kterou podle typu dráždění můžeme nazvat somatogenní respektive psychogenní. Rychlost erekce je individuálně odlišná, mladí muži však mívají erekci rychlejší, než muži starší. Varlata jsou v této fázi přitažena blíže k tělu a kůže šourku se napíná. Stejně jako u žen, můžeme i u mužů v této fázi zaznamenat červenání kůže, vystoupení prsních bradavek, zvýšené napětí svalů, zrychlený dech a pulz a zvýšený krevní tlak

2) Fáze plató vzrušení prostupuje celé tělo a excitace setrvává na přibližně stejném stupni. Z fyziologického hlediska dochází ke zvětšení obvodu penisu a koronárního žlábků, zvětšení varlat a jejich vyvýšení, objevuje se předejakulační výměšek, tedy 2-3 kapky hlenovité tekutiny, ve které byly pozorovány živé spermie (Masters a Johnsonová, 1970).

3) Fáze orgasmu během orgasmu dochází u mužů zpravidla k ejakulaci spermatu. Orgasmus muže bude blíže popsán v následující části.

4) Fáze uvolnění, tedy resoluční fáze, je fáze, během které se změny vyvolané podrážděním vracejí opět do klidového stavu. Na počátku této fáze muž nemůže znovu ejakulovat, ani pokud je vzrušený. U mladých mužů bývá tato fáze velmi krátká, s věkem se může prodlužovat. Prodlužuje se také zpravidla s počtem ejakulací za den (Vigué, 2006).

Podle Masterse a Johnsonové (1970) má tato fáze u muže dvě stádia. První z nich se objevuje velmi časně

po orgasmu. Erekcce během něj ochabuje a penis se zmenšuje na velikost přibližně o 50% větší než v klidovém stavu. U mužů, kteří se naučí zadržovat a oddalovat ejakulaci, toto první stádium trvá obvykle výrazně déle. Během druhého stádia se pak penis vrátí do klidového stavu. Pokud je muž po ejakulaci rozptylován, chodí, rozmlouvá s někým nebo močí, objevuje se toto druhé stádium velmi rychle.

1.4.3. Orgasmus mužů

Definice orgasmu jsme již uvedli v oddíle věnujícím se orgasmu žen.

U muže se orgasmu dosahuje nejčastěji stimulací penisu a orgasmus má dvě fáze. V první z nich dochází k odeslání spermatu do chámovodu a do prostatické části močové trubice. Na počátku ejakulačního procesu se uzavře močový měchýř, takže semenná tekutina nemůže do měchýře a z měchýře nemůže ven moč. Zároveň se v této fázi dostaví pocit, že ejakulaci již nelze zadržet. Ve druhé fázi proběhne ejakulace, která spočívá ve vypuzení semenné tekutiny rytmickými stahy svalstva močového měchýře, prostatické žlázy, semenných váčků a svalů penisu. Orgastické stahy jsou svým počtem a intenzitou v přímém vztahu se subjektivním prožitkem orgasmu (Vigué, 2006).

Masters a Johnsonová uvádějí, že dvěma fyziologickým stádiím orgasmu odpovídají i dvě fáze psychologického prožívání orgasmu. Je to okamžik bezprostředně před orgasmem, který bývá popisován jako napětí, že už ejakulace nastává. Ve druhém stádiu jsou orgastické stahy provázeny pocitem sexuálního uspokojení. Podle autorů jsou první stahy spojené s výstřikem semene daleko uspokojivější, než stahy ke konci procesu. Zároveň uvádějí, že pocit uspokojení je větší při vypuzení většího množství ejakulátu. Proto bývají podle autorů

druhý a další orgasmy v krátkém období po sobě pocitově slabší, neboť při nich bývá vypuzeno menší množství semene.

Někteří muži jsou schopni provádět volní kontrolu svého orgasmu a udržují své vzrušení na předejakulační úrovni. Tím mohou jednak poskytnout delší soulož a jednak sami subjektivně hodnotí následující orgasmus jako silnější.

1.4.4. Vzrušivost mužů

Vzrušivost mužů bývá spojována především s penisem. Jako nejcitlivější muži obvykle označují žalud, konkrétně ústí močové trubice nebo uzdičku. Citlivé jsou však i jeho další části, šourek nebo hráz, tedy místo mezi šourkem a análním otvorem.

Za zmínění jistě stojí předstojná žláza. Stimulace předstojné žlázy je některými autory přirovnávána ke dráždění G-bodu žen a u některých mužů může zesílit, nebo i vyvolat orgasmus a zvýšit tak požitek ze sexu (Ross, 2010).

1.4.5. Masturbační techniky mužů

Genitální manipulace se i u mužů objevuje již v raném dětství. Podle Masterse a Johnsonové (1970) přechází příjemné pocity ze hry s genitáliemi v dětství u většiny mužů v pubertě a dospívání v aktivní uspokojování genitální manipulací. V jejich výzkumném vzorku udali pozitivní masturbační anamnézu všichni muži i ženy. U chlapců podle těchto autorů pozoruje daleko větší procento masturbační aktivitu svých kamarádů než jak je tomu u dívek. Přesto si i muži vytváří každý vlastní techniku i typický průběh. Někteří muži dávají přednost silnému sevření a tření penisu, které by pro jiné jedince mohlo být bolestivé. Jiní muži upřednostňují jemné tření ventrální strany penisu a mnozí

z nich se přitom soustřeďují na frenulum a jeho okolí. Další možností je dráždění samotného žaludu, a to buď stlačením jedním prstem anebo drážděním celého žaludu. Většina mužů však dráždí celé tělo penisu technikou tření, která se u každého z nich liší preferovanou rychlostí, exkurzemi i silou stisku.

Když muž dosahuje při masturbaci fáze plató, stoupá rychlost jeho pohybů a nakonec tře většina mužů penis co nejrychleji.

Na počátku ejakulace však dochází k výrazné změně. Většina mužů buď úplně přeruší anebo výrazně zpomalí pohyby podél penisu. Někteří penis křečovitě tisknou a tento stisk udržují po celou dobu ejakulace. Jiní muži pokračují i během ejakulace v aktivním tření penisu, když i oni uvolní sílu stisku.

Podle Kinseyho a kol. (1948) masturbuje menší část mužů tak, že třou penis o podložku. Nicméně tato technika není moc běžná. Autoři ji spojují s fantaziemi análního dráždění nebo friktace (tedy tření jednoho penisu proti druhému). Někteří muži také využívají k masturbaci uretrální inserci nebo jiných masochistických postupů.

Většina mužů v Kinseyho vzorku masturbovala tak, aby orgasmu dosáhla v co nejkratším čase. Pouze malé procento mužů se orgasmu vyhýbalo a to většinou jen se záměrem jej oddálit a prodloužit tak délku sensorické stimulace (Kinseyho a kol., 1948).

Někteří muži nahrazují při masturbaci ruku nějakým předmětem, ve kterém je anebo lze vyrobit otvor, připomínající vaginu. Takovým předmětem může být například srolovaný ručník, polštář nebo různé nádoby s otvorem. Obdobně bývají uzpůsobeny i průmyslově vyráběné masturbační pomůcky, které zmíníme v následujícím oddíle.

Za další masturbační techniku můžeme považovat dráždění prostaty. Existují v zásadě dva způsoby, jak ji dráždit: buď nepřímo, masáží hráze, nebo přímo, přes stěnu konečníku. Dráždění prostaty je zdrojem uspokojení pasivního partnera při homosexuálním pohlavním styku. Většině z mužů, kteří mají masáž prostaty při masturbaci v oblibě, slouží pouze jako doplněk k jinému způsobu masturbace. Při intenzivní stimulaci prostaty může nicméně dojít k orgasmu i zcela bez stimulace penisu. K orgasmu může dojít i bez ejakulace, případně je ejakulovaná pouze prostatická tekutina v různém množství (Hooper, 2003).

1.4.6. Erotické pomůcky pro muže

Obchody s erotickým zbožím samozřejmě nabízejí neméně pestrou nabídku zboží pro zákazníky - muže. Muži při masturbaci mohou využít především různé typy umělých vagín, vibrační masturbátory či vajíčka, nafukovací panny, vakuové pumpy, stimulatory prostaty a anální kolíky či kuličky.

Umělá vagina, masturbační vajíčko

Na trhu existuje nepřeberné množství napodobenin ženské vagíny. Některé z nich představují jen vstup do vagíny s malými stydkými pysky, jiné představují i část jejího okolí, například ženské hýždě, pánev anebo torzo ženského těla od pasu dolů.

Některé výrobky se nesnaží o vnější podobu vagíny a jejich designéři se plně soustředí na kvalitu dotyku s penisem. Mezi ně se mohou řadit takzvaná masturbační vajíčka, která mají několik variant a mají simulovat různé prožitky, jako vaginální styk, orální nebo anální styk.

Masturbátor, vibrační návlek

Masturbátory jsou obdobně jako ženské vibrátory vybaveny přístrojem, který způsobuje vibrace. Někdy bývají také nazývány „Flashlite“ nebo „baterka“ po jedné firmě, která se výrobou tohoto zboží proslavila a která dodává masturbátory, které zvenku připomínají klasickou tábornickou svítilnu. Masturbátory mají zpravidla vstupní část podobnou vstupu do ženské vaginy, tedy jakousi nápodobu stydkých pysků.

Některé jsou vyrobeny pouze z měkkého latexu, ty se nazývají „vibrační návleky“ (Hooper, 2003).

Erekční kroužky

Erekční kroužky se používají jak při masturbaci, tak při párovém sexu. Kroužek se nasadí na kořen penisu, kde pomáhají udržet erekci a oddalují vyvrcholení. Podle Hooperové (2003) je orgasmus při užití kroužků znatelně silnější a uspokojivější.

Nafukovací panna, nafukovací zvířata

Nafukovací panna má muži poskytnout zážitek obdobný souloži, tedy simulovat celou partnerku, nikoli jen její pohlavní ústrojí. Mnohé panny mají k masturbaci upraveny i ústní a anální otvory. Stimulace je v případě této pomůcky přirozeně spíše vizuální, kvalita dotyku klasické nafouknuté ženy nemá s živou partnerkou mnoho společného.

Ve snaze spojit vizuální a taktilní stimuly začali výrobci v posledních letech produkovat i nafukovací panny s integrovaným masturbátorem.

Nafukovací partnerky mohou mít podobu také ovce, hýkajícího osla nebo dalších zvířat.

Vakuová pumpa pro muže

Vakuová pumpa vyváří sání, které vžene krev do penisu, takže dojde k větší a pevnější erekci než obvykle. Bývá používána jako pomůcka pro získání erekce pro pohlavní styk, nicméně mnozí muži ji kvůli příjemným pocitům při sání používají i při autoerotice.

Stimulátor prostaty

Prostata je často označována jako mužský G bod. Svaly kolem této žlázy se během orgasmu křečovitě stahují a pomáhají ejakulátu postupovat močovou trubicí. Stimulace prostaty speciálním zařízením tak spouští velmi intenzivní a vzrušující pocity. Stimulátory působí na prostatu i skrze hráz, nejčastěji pak při zasunutí do análního otvoru (Hooperová, 2003).

Anální kolíky a kuličky

Použití těchto pomůcek jsme již popsali v předchozí kapitole věnující se ženským masturbačním pomůckám, proto se jim zde nebudeme znovu věnovat.

1.5. Faktory související s masturbací

1.5.1. Výskyt masturbace

Na začátku této kapitoly by bylo jistě vhodné uvést, že se masturbace nevyskytuje pouze u lidí. Objevuje se i u řady savců. Byla často pozorována například u samic potkanů, činčily, králíka, dikobraze, veverky, fretky, slona, u klisen, hovězího dobytka a fen (Kinsey a kol., 1953). Chovatelé znají dobře obdobné chování u koček, kocourů a psů.

Byli zaznamenáni delfíni, využívající k masturbaci otvory ve stěně bazénu, jelenům v říji se při tření parohů o strom ztopoří penis a po 5-7 vteřinách ejakulují (F. F. Darling 1937 in Pondělíček a Pondělíčková-Mašlová, 1971).

Masturbace byla velice hojně pozorována u různých druhů primátů. Podle Pondělíčka a Pondělíčkové-Mašlové (1971) k ní dochází především u jedinců pohlavně ještě nezralých nebo u těch, kteří nemají volný přístup k sexuálním partnerům. Jsou však pozorovány případy např. u paviánů nebo makaků, kde dospělí samci masturbují v kolonii, kde je samic dostatek. Pro některé samce primátů a i pro samice šimpanzů představuje masturbace podle autorů nejen náhradu, ale i doplnění běžné formy sexuálního chování, tedy koitu.

Na internetu je možné shlédnout mnoho videí s dalšími druhy savců, kteří provozují pohyby připomínající kopulaci a dráždí si genitál.

Pokud se vrátíme k lidem, Kinsey a kol. (1948) zdůrazňují, že masturbace žen i mužů byla pozorována antropology u mnoha přírodních národů. U kultur, u nichž žádné zprávy o tomto chování nemáme, to může být způsobeno také tím, že se výzkumníci nedostali do kontaktu s tak intimní záležitostí, anebo tím, že nepovažovali za vhodné či nutné, uvádět o tom informace.

Nejvíce informací přirozeně máme z naší západní kultury. První velice známý odborně pojatý výzkum, ve kterém se zkoumalo, kolik procent americké populace masturbuje, provedli již zmíněný Alfred Kinsey a jeho spolupracovníci koncem čtyřicátých let dvacátého století. Zjistili tehdy, že zkušenost s masturbací mělo 92 procent mužů a 62 procent žen.

U nás provedli průzkumy v letech 1993, 1998, 2003, 2008 a 2013 Weiss a Zvěřina (2013). Zjistili, že nějakou

zkušenost s masturbací mělo v roce 1993 83 procent mužů a 50 procent žen, v roce 1998 84 procent mužů a 58 procent žen a v roce 2013 88,8 procent mužů a 70,8 procent žen. Dále respondenti uváděli, zda onanují i v současné době. Kladně odpovědělo v roce 1993 51 procent, v roce 1998 42 procent a v roce 2013 70,5 procent mužů a 47 procent, resp. 32 procent resp. 45,8 procent žen. Výsledky z let 1993 a 1998 se blíží francouzskému reprezentativnímu výzkumu Alfreda Spiry a kol. (1994). Podle nich má zkušenost s masturbací 84 procent Francouzů a 42 procent Francouzek. Výsledky dalších dvou výzkumů ukazují podobné výsledky. Leitenberg a kol. (1993) uvádějí výsledek 81 procent mužů a 45 procent žen. U Martina Weinberga a kol. (1997) je to 81 procent mužů a 47 procent žen.

Procento osob, které mají zkušenost s masturbací, z výzkumu z roku 2013 se zase blíží výzkumu Janusových (1993), kteří zaznamenali 81 procent mužů a 72 procent žen, a Cliffordové (1978), 74 procent žen. Výsledky Michaela a kol. (1994) se lišily u mužů: autoři uvádějí 63 procent mužů a 42 procent žen.

Tyto evropské a americké výsledky se zásadně liší od výsledků výzkumu provedeného mezi středoškolskými studenty v Číně. Zde masturbaci přiznalo 18 procent chlapců a 2 procenta dívek (Liu Guang-Ren, 1997).

Získaná skóre jednotlivých výzkumů jsou různá, z části možná pro rozdíly v metodologii designu výzkumů a způsobu kladení otázek, z části pro skutečné rozdíly mezi zkoumanými populacemi. Co však spojuje výsledky všech těchto výzkumů, je markantní rozdíl mezi prevalencí masturbace mezi ženami a muži. Genderové rozdíly v mnoha oblastech sexuálního chování se výrazně zmenšily, ale mezera mezi pohlavími v prevalenci masturbace zůstává (Gerressu, 2008).

Proč ženy masturbují méně, vysvětlují Pondělíček a Pondělíčková-Mašlová (1971) jednak tím, že mužský genitál je v tomto ohledu lépe uložen, a jednak tím že podle nich přikládají více důraz vztahům. Ženy podle nich uvádějí, že orgasmus dosažený při masturbaci není tak uspokojivý, jako při souloži. Autoři dodávají, že toto tvrzení je v rozporu s výsledky výzkumů fyziologických reakcí při ženském orgasmu. Maximální fyziologické intenzity orgastické odezvy dosahovaly ženy pomocí automanipulačních technik, na druhém místě byla manipulace partnerova a v případě soulože byla nejnižší. Tento rozpor autoři vysvětlují tím, že kultura ženy učí, že slast nejlépe prožijí, když zároveň poskytnou slast muži. To ale podle Pondělíčka a Pondělíčkové-Mašlové platí hlavně pro starší ženy, mladší již chtějí také samy dosahovat orgasmu. Naopak starší ženy častěji využívají masturbaci jako kompenzaci při nedostatku v kvalitě či kvantitě koitu. Může to souviset i s tím, že se podle autorů mnohé klitorálně vzrušivé ženy stydí to říct manželovi, jaká stimulace by je uspokojila. U jiných pak jejich manžel neumí manipulační technikou docílit jejich orgasmu (Pondělíček, Pondělíčková-Mašlová, 1974).

Další možné vysvětlení nabízí Andrew Stanway (1991). Podle něj masturbuje v důsledku sociálního tlaku mnoho žen nepřímými způsoby, jen s minimálním anebo žádným kontaktem s genitáliemi. Některé z nich si pak plně nepřipouští, že jde o onanii, což pak samozřejmě ztěžuje výzkumy ženské masturbace. Ve prospěch jeho teorie by mohly svědčit také údaje z výzkumu Ruth Cliffordové (1978). Podle nich při první masturbaci věděla necelá polovina žen, že jejich chování je sexuální. Většina nad tím prostě nepřemýšlela a nijak toto chování neoznačovala, jiné uvedly, že to bylo spíše podvědomé. Několik jich své chování označovalo tak, že si pomáhají usnout. Je tedy možné, že si některé ženy sexuální povahu

svého chování neuvědomují anebo nepřipouštějí ani v pozdější době.

V souvislosti s rozdílným výskytem masturbace u žen a u mužů jsou zajímavá také zjištění Janusových (1993), která jsou uvedena níže v kapitole o souvislosti ženské masturbace a ekonomické aktivity.

1.5.2. Frekvence masturbace

Potřeba a frekvence masturbace je velmi individuální, neexistují žádná pevná pravidla (Pastor, 2007). Jednotliví autoři se na frekvenci ptali různým způsobem a nabízeli respondentům odlišné možnosti odpovědi (Weiss a kol., 2010). Speciálně u části žen, je přitom navíc třeba počítat i s tím, že jejich potřeba masturbace se v průběhu menstruačního cyklu může měnit, ikdyž u různých žen různě, a že tedy jinak položená otázka může vyvolat odlišnou odpověď i v souvislosti s tímto jevem (například frekvence masturbace v posledním týdnu menstruačního cyklu). Z těchto důvodů není možné výsledky výzkumů shrnout do tabulky bez toho, aby byly značně zkresleny. Uvedeme tedy výsledky nejznámějších světových výzkumů a tuzemský výzkum tak, jak je vyjádřili jejich autoři.

Kinsey a kol. (1948) zjistili, že frekvence masturbace mužů se velice liší a to obzvláště v adolescenci a období před svatbou. Kolem patnáctého roku věku se pak populace stává co do frekvence homogennější. Podle autorů existují muži, kteří nemasturbují nikdy. Jiní masturbovali 2x nebo 3x za život a také existují muži, kteří masturbují dvakrát či třikrát denně. Během týdne tedy dvacetkrát i vícekrát.

Rovněž mezi ženami, které masturbují, tak podle Kinseyho a kol. (1953) některé činí pouze jednou nebo dvakrát za rok. Většina respondentek udávala frekvenci v rozmezí jedenkrát týdně až jedenkrát měsíčně. Přibližně 4 procenta respondentek však uváděly, že v nějakém období života dosahovaly orgasmu za pomoci masturbace nejméně 14x za týden. Několik žen dosahovalo orgasmu touto cestou i 30x a vícekrát za týden a některé dokonce uvedly, že masturbovaly až k dosažení orgasmu 10x, 20x nebo 100x za hodinu.

Michael a kol. (1994) uvádí následující frekvence masturbace: jednou nebo vícekrát za týden masturbuje 8 procent žen a 28 procent mužů (z celkové populace). 2x až 3x za měsíc onanuje 9 procent žen a 12 procent mužů. 6x až 12x za rok masturbuje 10 procent žen a 11 procent mužů. 1x až 5x za rok 15 procent žen a 12 procent mužů. Zbylých 58 procent resp. 37 procent tvoří ženy a muži, kteří nemasturbují

Podle Janusových (1993) masturbuje denně 1 procento žen a 7 procent mužů, několikrát za týden 9 procent žen a 18 procent mužů, týdně 13 procent žen a 22 procent mužů a měsíčně 15 procent žen a 8 procent mužů. Zřídka kdy onanuje 34 procent žen a 26 procent mužů a nikdy již zmíněných 28 procent žen a 19 procent mužů.

V britském průzkumu Makedy Gerressuové (2008) byli respondenti dotazováni, kdy naposledy masturbovali. 17,8 procenta žen a 51,7 procenta mužů uvedlo, že v posledních 7 dnech. 19 procent žen a 21,3 procenta mužů v době před 7 dny až 4 týdny. 13,7 procenta žen a 8,3 procenta mužů před 4 týdny až 6 měsíci. 6,5 procenta žen a 4,3 procenta mužů před půlrokem až rokem. 7,7 procenta žen a 4,6 procenta mužů před rokem až pěti léty. Před více než pěti léty odpovědělo 6,5 procenta žen a 4,5 procenta mužů. 28,8 procenta žen a 5,4 procenta mužů nemasturbovalo nikdy.

Obdobnou otázku dostávali respondenti ve výzkumu Leitenberga a kol. (1993). Z těch, kteří masturbují, masturbovalo v posledním měsíci 26,9 procenta žen a 61,2 procenta mužů. V posledním roce to bylo 34,3 procenta žen a 73,5 procenta mužů.

Cliffordová (1978) zkoumala newyorské vysokoškolačky a zaznamenala u nich průměrnou frekvenci 1x za dva týdny.

V českém opakovaném výzkumu sexuálního chování autorů Weisse a Zvěřiny (2001 a 2013) byli respondenti, kteří odpověděli, že v současné době někdy onanují, tázáni kolikrát za měsíc tak činí. V roce 1993 byl průměrný výsledek 4,08 krát u žen a 6,19 krát u mužů. V roce 1998 to bylo 4,6 krát v případě žen a 5,88 krát v případě mužů a v roce 2013 byl průměrný výsledek 5,56 u žen a 9,13 u mužů.

Frekvence masturbace souvisí jistě s mnoha dalšími faktory. Některé z nich budou blíže rozebrány v následujících kapitolách.

1.5.3. Souvislost masturbace s věkem

Jako všechno sexuální chování, je i masturbace ovlivněna věkem. Nejsnáze je asi můžeme hledat v následujících dvou oblastech: věk při první masturbaci a frekvence masturbace.

1.5.3.1. Věk při první masturbaci

Asi třetina klientek Dr. Anderewa Stanwaye (1991) říká, že si nevzpomínají, že by kdy byla doba, kdy nemasturbovaly, a myslí tím již od raného dětství. Děti, včetně těch velmi malých, se dotýkají svého genitálu a dráždí

jej, aby dosáhly orgasmu nebo pohlavní vzrušení (Stanway, 1991).

Podle Pondělíčka a Pondělíčkové-Mašlové (1974) četní autoři referují o dětské onanii už u kojenců. Z vlastních pozorování autoři vědí, že někteří chlapci i děvčátka onanují už v útlém věku 9 měsíců.

Richard A. Gardner (2001) uvádí, že i plody v děloze se dotýkají svých genitálií. Netvrdí tím, že masturbují až k dosažení orgasmu, ale že takové chování je člověku natolik vlastní, že jeho předstupně můžeme pozorovat již v tak raném stádiu vývoje jedince.

Obzvláště u dívek, žen a mladých chlapců může být problém rozlišit, jaké dotýkání se genitálií anebo jaké psychické zážitky již lze považovat za onanii. U mužů v pozdějším období pro rozlišení, k čemu tento název přisoudí a k čemu ne, obvykle poslouží erekce penisu. Jak již bylo zmíněno výše, mnoho žen i mužů si při první masturbaci neuvědomuje, že jde o sexuální chování. Většina jich však, dříve nebo později, význam tohoto slova pochopí a je schopna nějak posoudit, kdy se jedná o masturbaci a odpovědět při výzkumech na příslušné otázky. Při výzkumu tohoto jevu může hrát roli i definice slova masturbace, jakou probandkám a probandům předloží výzkumník a samozřejmě to, jak si ji zkoumané osoby vyloží.

Kinsey a kol. (1948) se v tomto ohledu vyjadřují tak, že věk uváděný chlapci jako věk první masturbace bývá maximálně rok nebo dva před tím, než jsou schopni ejakulace. Je možné, že do té doby nemají jméno nebo popis toho, o co se při dotýkání genitálu jedná, a proto tak činnost nenazývají.

Kinsey a kol. (1948) uvedli, že rozdíl je také v tom, že většina dívek objeví masturbaci samostatně.

U chlapců tito autoři shledali poměrně velké množství těch, kteří o masturbaci napřed slyšeli a viděli ji u vrstevníků, nežli ji sami vyzkoušeli. To se děje především v ranné adolescenci, později již nemívají příležitost vrstevníky přímo pozorovat. U dívek podle těchto autorů nebývá obvyklé, aby pozorovaly vrstevnice, objeví masturbaci spíše samostatně.

Také R. T. Michael a kol. (1994) tvrdí, že u mladých žen fungují jiné vzorce, než u mužů. Ženy začínají masturbovat v pozdějším věku, často až po tom, co zahájili partnerský sex.

Z výsledků dalších výzkumů, které se věkem při první masturbaci zabíraly, se však zdá, že před začátkem puberty mezi pohlavími žádný velký rozdíl není. Rozdíl mezi chlapci a dívkami se začíná objevovat teprve kolem dvanácti let věku. Mezi dvanáctým a šestnáctým rokem začne s masturbací valná většina mladých mužů. Po dvacátém roce věku je nová první zkušenost s masturbací spíše výjimkou. U mladých žen není vzrůst počtu masturbujících v pubertě tak markantní. A mnoho žen začíná masturbovat až po překročení dvacítky (Kinsey a kol., 1953; Janus, 1993; Weiss, Zvěřina, 2001; Weiss, Zvěřina, 2013).

Výsledky těchto výzkumů jsou pro porovnání uvedeny v následující tabulce (u autorů Weisse a Zvěřiny uvádíme výzkumy z let 1993 a 2013):

Tabulka 1; výsledky výzkumů, věk první masturbace

věk	Kinsey a kol.	Janus		Weiss, Zvěřina			
	ženy	ženy	muži	ženy 1993	ženy 2013	muži 1993	muži 2013
3	1%						
5	3%						
7	3%						
10	6%	19%	19%	9%	5%	7%	8%
11				3%	1%	2%	4%
12	6%			7%	6%	12%	10%
13		25%	53%	10%	11%	19%	17%
14				15%	14%	28%	18%
15	9%			13%	17%	17%	18%
16		18%	16%	9%	10%	10%	5%
17				7%	8%	3%	3%
18				4%	6%	3%	2%
19							
20	13%						
21		15%	5%				
22							
25	10%						
30	5%	7%	1%				
35	5%						
40	1%						
45	0%	5%	1%	23%	13,5%	3%	3%
nikdy	38%	11%	5%	50%	29%	17%	10%

1.5.3.2. Frekvence masturbace a věk

Podle výsledků Janusových (1993) ženy masturbují nejčastěji mezi 27. a 50. rokem věku. U mužů je frekvence masturbace vyšší a v průběhu věku kolísá. Denně anebo několikrát týdně masturbuje ve věku 18-26 let osm procent žen a 24 procent mužů, ve věku 27-38 let 14 procent žen a 28 procent mužů, ve stáří 39-50 let 14 procent žen a 23 procent mužů, ve věku 51-64 let osm procent žen a 32 procent mužů a dvě procenta starších žen a 17 procent mužů

starších 65 let. Aspoň jednou za měsíc onanuje ve věku 18-26 let 27 procent žen a 51 procent mužů, ve věku 27-38 let 47 procent žen a 62 procent mužů, ve věku 39-50 let 47 procent žen a 54 procent mužů, ve věku 51-64 let 36 procent žen a 58 procent mužů a mezi lidmi staršími než 65 let 27 procent žen a 50 procent mužů.

Michael a kol. (1994) se s předešlým výzkumem shoduje v tom, že nejvíce žen, které aspoň příležitostně masturbují, je přibližně mezi dvacátým pátým a padesátým rokem života. Podle něj se však nemění procento žen mezi 18 a 49 lety, které onanují jednou týdně nebo častěji. Je to přibližně 10 procent žen. Pokud však jde o ženy, které masturbují méně často, pak nalezneme nejvyšší procenta u podobných věkových skupin, jako tomu bylo ve výzkumu Januse: ve věku 18-24 let někdy masturbuje 35 procent žen, ve věku 24-29 let 41 procent, od 34-39 let 37 procent, ve věku 44-49 let 42 procent a ve věku 54-59 let 20 procent žen.

Kinsey a kol. (1953) zaznamenali koncem čtyřicátých let u žen celkově nižší frekvence masturbace, než předchozí autoři. Průměrný počet masturbací za týden byl nejvyšší, tedy 0,5, u dívek do patnácti let věku. U starších věkových kategorií velice zvolna klesal z 0,4 u neprovdaných žen do 25 let až k 0,1 v případě vdaných žen mezi 56 a 60 lety.

Co se týče mužů, uvedli Kinsey a kol. (1948), že existují i muži, kteří masturbují i ve věku 75 let, nicméně takto staří muži ve vzorku již nemívali při masturbaci orgasmus. Nejvyšší frekvenci masturbace 23x za týden udávali někteří mladí muži v rané adolescenci. Kolem dvaceti let věku pak autoři zjistili maximální průměrnou frekvenci 15x za týden. Do 50 let věku maximálně 6x za týden a ve věku 60 let 1x za dva týdny. Autoři zjišťovali průměrnou frekvenci za týden zvlášť pro svobodné a ženaté muže a zvlášť pro jednotlivé věkové kategorie. Výsledky byly následující:

do 15 let 1,86 svobodní; 16-26 let 1,86 svobodní a 0,14 ženatí; 21-25 let 1,23 svobodní a 0,17 ženatí; 26-30 let 0,75 svobodní a 0,16 ženatí; 31-35 let 0,59 svobodní a 0,11 ženatí; 36-40 let 0,58 svobodní a 0,07 ženatí; a dále se vyskytovali už jen ženatí: 41-50 let 0,05 a 51-55 let 0,03.

1.5.4. Souvislost masturbace se vzděláním

Podle Pondělíčka a Pondělíčkové-Mašlové (1971) existuje u obou pohlaví signifikantní závislost mezi příležitostnou či pravidelnou masturbací dospělých a úrovní jejich vzdělání.

Stejně závěry prezentují i Kinsey a kol. (1948 a 1953), Janus a Janusová (1993) a Gerressu (2008).

Kinsey a kol. (1948) uvádí, že napříč všemi věkovými i náboženskými kategoriemi mužů, nejvíce masturbují ti, kteří dosáhli nebo v budoucnu dosáhnou vysokoškolského vzdělání. Nižší frekvence mají muži s nižším vzděláním. Ve skupině vysokoškolských studentů masturbuje 96 procent mužů a pro 60 procent z nich masturbace představuje hlavní zdroj sexuálního vybití. 69 procent z nich někdy masturbovalo i po uzavření manželství a pro celou skupinu představuje masturbace devět procent z jejich vybití i v průběhu manželství. U méně vzdělaných mužů z Kinseyho vzorku existovala podle autorů tabu týkající se masturbace, 40 procent z nich jí zanechalo před dvacátým rokem věku a někteří z nich si neuměli představit, že mohou masturbovat dospělí nebo dokonce ženatí muži.

Dle stejných autorů mělo do 40 let věku zkušenost s masturbací 63 procent vysokoškolsky vzdělaných žen, 59 procent středoškolaček a 28 procent žen se základním vzděláním (Kinsey, 1953).

Dle manželů Janusových má zkušenost s masturbací 98 procent vysokoškolsky vzdělaných žen a 99 procent mužů, 92 procent středoškolsky vzdělaných žen s maturitou a 98 procent stejně vzdělaných mužů, 88 procent žen a 93 procent mužů se střední školou bez maturity a 88 procent žen a 94 procent mužů se základním vzděláním. Makeda Gerressu zjistila u britského vzorku následující výskyt: 23,9 procent u žen bez vzdělání, 32,6 procent v případě základního (O-level) vzdělání, 40,7 procent u středního vzdělání (A-level) a 49,9 procent u vysokoškolaček.

Je velice zajímavé, že podle Januse a Janusové i Kinsey a kol. se rozdíl mezi skupinami objevuje již v raném dětském věku, tedy že již například v sedmi letech masturbuje více budoucích vysokoškoláků než těch, kteří budou mít v budoucnu jen nižší vzdělání (Kinsey a kol., 1948; Kinsey a kol., 1953; Janus a Janusová, 1993).

1.5.5. Souvislost masturbace s manželstvím

Z výzkumů vyplývá, že ženy pokračují v masturbaci anebo prvně vyzkouší masturbaci po tom, co se vdaly. Muži ve většině zahájí masturbační aktivity během dospívání a pokračují v nich i v průběhu manželství (Kinsey a kol., 1948 a 1953; Janus 1993; Gerressu, 2008). Následující výzkumy zjišťovaly, zda je u svobodných, provdaných nebo ženatých a rozvedených osob jiný výskyt a frekvence masturbace.

Janus a Janusová (1993) zaznamenali nevyšší frekvence masturbace u rozvedených žen i mužů, poté následovali svobodní a nejméně často masturbovali lidé žijící v manželství. Odpověď „nemasturbuji nikdy“ volilo nejvíce žen i mužů ze skupiny svobodných. Autoři data interpretují tak, že sezdaní lidé musí mít zdroj vybití v partnerském sexu. Dalším vysvětlením u žen může být to, že svobodné budou nejčastěji

mladé ženy. Jak bylo uvedeno výše, masturbuje nižší procento mladých žen a mnoho žen má první zkušenost s masturbací až po tom, co zahájily partnerský sex, případně se provdaly. Vyšší frekvence i výskyt masturbace u rozvedených žen oproti svobodným tedy může souviset s jejich věkem. Nicméně vyšší frekvence masturbace rozvedených oproti svobodným byla zjištěna i u mužů, u nichž je souvislost masturbace s věkem jiná než u žen.

Kinsey a kol. (1953) ve svém výzkumu porovnávali vždy vdané, svobodné a „dříve vdané“ ženy a svobodné, ženaté a „dříve ženaté“ muže stejného věku. V případě žen je podle Kinseyho a jeho kolegů nejvyšší výskyt masturbace u žen svobodných. O něco málo nižší byl u žen dříve vdaných do 35 let. Nad 35 let se již výskyt masturbace velice blížil nebo vyrovnával svobodným ženám. U vdaných žen byl výskyt masturbace ve všech věkových kategoriích nižší než u obou předchozích skupin respondentek. Průměrný počet masturbací za týden je dle Kinseyho a kol. rovněž nejnižší u provdaných žen. Do věku 50 let je to 0,2 oproti 0,3, 0,4 nebo 0,5 u různých věkových skupin svobodných nebo dříve provdaných žen.

U mužů je do 26 let nevyšší výskyt masturbace v každém věku mezi svobodnými. Na druhém místě jsou „dříve ženatí“ muži ve věkových kategoriích do 20 let a nad 36 let. Mezi 21. a 35. rokem je incidence masturbace vyšší u ženatých než u dříve ženatých mužů (Kinsey a kol., 1948).

Frekvence masturbace je ve všech věkových kategoriích nejvyšší u svobodných, následují dříve ženatí muži a nejnižší je u ženatých.

Nižší frekvence onanie vdaných žen a ženatých mužů může být způsobena tím, že mají dostatek sexuálního vybití v partnerském sexu, nebo tím, že soužití manželů případně

i dětí v jedné domácnosti neposkytuje tolik příležitostí pro onanii.

1.5.6. Souvislost masturbace s náboženstvím

Někteří autoři zkoumali také souvislost mezi náboženským vyznáním a masturbací. Gerressu (2008) zaznamenala výskyt masturbace u 37,6 procenta žen bez vyznání a 31,7 procenta věřících žen.

Alfred Kinsey a kol. (1948) zkoumali odpovědi respondentů a respondentek, kteří se přihlásili ke katolickému, protestantskému a židovskému vyznání. První dvě z těchto skupin dále rozdělil na „neaktivní“, „umírněné“ a „oddané“, a osoby židovského vyznání pouze na „umírněné“ a „neaktivní“. Porovnávali pak výskyt masturbace u jednotlivých skupin. Shodně u všech vyznání zjistili, že výskyt masturbace postupně stoupá od *oddaných* přes *umírněné* k *neaktivním*. Tyto rozdíly byly podle autorů u žen výraznější než u mužů.

Samuel S. Janus porovnával postoj k masturbaci mezi osobami vyznání protestantského, katolického, židovského anebo bez vyznání. Respondentům byla předložena věta „Masturbace je přirozená součást života a pokračuje i v manželství.“ Respondenti mohli volit odpovědi: Silně souhlasím, souhlasím, nemám na to žádný názor, nesouhlasím, silně nesouhlasím. Autor potvrdil odlišné postoje mezi lidmi hlásícími se k různým vyznáním: Silný souhlas vyjádřilo 29 procent osob bez vyznání, 29 procent židů, 18 procent katolíků a 13 procent protestantů. Dohromady „silně souhlasím“ nebo „souhlasím“ odpovědělo 77 procent respondentů bez vyznání, 75 procent židů, 67 procent katolíků a 63 procent protestantů. Dohromady „silně nesouhlasím“ nebo „nesouhlasím“ odpovědělo sedm procent respondentů bez vyznání, sedm procent židů, 12 procent katolíků a 14 procent protestantů (Janus, Janusová, 1993).

1.5.7. Souvislost masturbace s ekonomickou aktivitou u žen

Souvislost sexuálního chování a ekonomické aktivity žen zkoumal Samuel Janus (Janus, Janusová, 1993). Jak již bylo uvedeno, v souhrnu podle jeho výzkumu někdy masturbuje 72 procent žen. Autor však své respondentky rozdělil do dvou skupin, na ženy které *pracují* na plný úvazek mimo domov, a na „*ženy v domácnosti*“, neboť předpokládal, že odlišný životní styl může s sebou nést i odlišnosti v sexuálním chování těchto dvou skupin žen. Zjistil, že procento pracujících žen, které někdy masturbují, se blíží procentu masturbujících mužů: je to 80 procent. Oproti tomu mezi ženami v domácnosti masturbuje pouze 60 procent. (U mužů bylo zaznamenáno 81 procent).

Obdobné výsledky vyšly i v oblasti frekvence masturbace. Frekvence masturbace *pracujících žen* se blíží frekvenci masturbace mužů. V rozmezí denně až 1x za měsíc onanuje 21 procent *žen v domácnosti*, 50 procent *pracujících žen* a 55 procent mužů. Denně až několikrát za týden podle nich masturbuje 8 procent *žen v domácnosti*, 13 procent *pracujících žen* a 25 procent mužů.

1.5.8. Souvislost masturbace a sexuálního zneužití

V této kapitole se napřed zaměříme na definici sexuálního zneužití, jeho důsledky na sexualitu obětí obecně a posléze ji zkusíme propojit s masturbačním chováním.

1.5.8.1. Definice sexuálního zneužití

V našem prostředí bývá za nejčastěji používanou definicí sexuálního zneužití definice přijatá Radou Evropy: „Sexuální zneužití je nepatřičné vystavení dítěte pohlavnímu kontaktu, činnosti či chování. Zahrnuje jakékoliv pohlavní dotýkání, styk či vykořisťování kýmkoliv, komu bylo dítě svěřeno do péče, anebo kýmkoliv, kdo dítě zneužívá. Takovou osobou může být rodič, příbuzný, přítel, odborný či dobrovolný pracovník či cizí osoba.“ (Dunovský et al., 1995; Pöthe, 1999; Weiss a kol., 2000).

Počet obětí sexuálního zneužití dle výzkumů je velice variabilní, nicméně neustále narůstá. Weiss a kol. (2005) však mají za to, že tento nárůst je spíše důsledkem změn ve společenském klimatu a legislativě než důsledkem skutečného nárůstu sexuálních zneužití.

Variabilita prevalence je, jak jsme již zmínili, značná. Přehledové studie nacházejí rozdíly v desítkách procent. Finkelhor (1994) ve svých přehledových studiích devatenácti severoamerických výzkumů shledává přibližně 20 procent prevalence u žen a 5-10 procent prevalence u mužů. Rind a kol. (1997) ve své Meta analýze, která zahrnuje pouze reprezentativní soubory respondentů, nacházejí prevalence sexuálního zneužití v intervalu 14-53 procent u žen a 6-36 procent u mužů.

Z tuzemských výzkumů můžeme uvést opakovaný průzkum Weisse a Zvěřiny (2001, 2013), kde to bylo 8,4 procenta resp. 10,4 procenta resp. 4,5 procenta u žen a 4,6 procenta resp. 7,1 procenta resp. 2,5 procenta mužů.

Následky sexuálního zneužití

David Finkelhor tvrdí, že mimo organických poruch CNS neexistuje psychiatrická diagnóza, která by neměla

statisticky významnou souvislost se zkušeností sexuálního zneužívání v dětství (Finkelhor, 1994).

Dlouhotrvající a trvalé následky zneužití potvrzují rovněž tuzemské výzkumy. Weiss a kol. (2011) uvádí, že polovina obětí z jejich výzkumného souboru referovala, že zneužití nemělo žádné následky na jejich další život, 51 procent žen a 33 procent mužů uvedlo, že zneužití mělo následky negativní, u 33 procent žen a 22 procent mužů byly následky trvalé - především snížení sebevědomí a u žen strach z mužů a úzkostně-depresivní symptomatika.

Následky jsou na úrovni emocionální i psychosomatické a liší se podle věku dítěte. U dítěte dochází ke změnám v hodnocení světa i sebe samého. Tyto potíže se projevují i v oblasti sexuální identity, sociální role a vzorců sociálního chování oběti. Zkušenost zrady a pocitu ztráty bezpečí se pak může přenášet do všech dalších vztahů. Oběť může zažívat i příjemné pocity, které se dostávají do rozporu s tím, že se o věci nesmí mluvit, neboť je okolím hodnocena jako trestný čin (Pöethe, 1999; Weiss et al. 2010; Vaníčková, 2007).

Podle Fifkové patří mezi dlouhodobé či odložené důsledky zneužívání i poruchy forie, nejčastěji ve smyslu depresivního ladění, poruchy sebevnímání, snížené sebehodnocení, potíže se sebepojetím a sebeakceptací, nadužívání drog všeho druhu a závislosti, psychosomatické obtíže, opoždění psychosexuálního vývoje, sexuální dysfunkce (poruchy vzrušivosti, orgasmu a apetence, vaginismus a algopareunie), dřívější zahájení sexuálního života, větší sklon k rizikovým praktikám, negativní vztah k vlastnímu tělu povšechně, někdy i selektivní odpor ke genitálu či prsům (Fifková, 2005).

Lemieuxová a Byersová uvádějí vyšší pravděpodobnost reviktimizace v dospělosti, větší sklon k rizikovým sexuálním

praktikám, vyšší prevalenci dobrovolné sexuální abstinence a nižší sexuální sebehodnocení (Lemieux a Byers, 2008).

Podle Zwicklové a Marriam (2011) je zneužití v dětství spojeno s řadou dlouhodobých následků ve sféře kognitivní, afektivní i fyzické, ale i v oblasti vztahové a interpersonální. Ženy mají vyšší incidenci gynekologických a psychosomatických potíží, depresí, poruch příjmu potravy a poruch chování, jakými jsou nízká sexuální touha, potíže se vzrušením, dosahováním orgasmu a i snížení sexuální spokojenosti. Stejně jako vyhýbání se sexu a pocitu viny.

Bentovim (1998) uvádí, že při terapii obětí sexuálního zneužití v dětství je jedním ze základních cílů změna vztahu k sobě samému, vymizení pocitu viny, změna vztahu k vlastnímu tělu.

1.5.8.2. Následky sexuálního zneužívání a masturbace

Jak se tedy výše zmíněné následky mohou projevit v masturbačním chování? Prvním z projevů může být snížení frekvence masturbace či to, že se masturbace nebude o těchto osob vyskytovat vůbec. To může být způsobeno sexuálními poruchami obecně, gynekologickými obtížemi nebo depresivními a úzkostnými poruchami nálady, které s sebou často přinášejí nižší sexuální apetit.

Druhý mechanismus, který by mohl snižovat frekvenci masturbace, je pak negativní vztah k vlastnímu tělu a s ním související snížená schopnost prožívat pozitivně svoji sexualitu. Pujols a její kolegové zkoumali souvislosti mezi Body Image, sexuálními funkcemi a sexuální satisfakcí žen. Sexuální funkce byly měřeny pomocí dotazníku hodnotícího sexuální touhu, vzrušivost, lubrikaci, orgasmus, satisfakci a bolest. Sexuální satisfakce se pak vztahovala ke spokojenosti se sexuálním soužitím a kompatibilitou tužeb a preferencí

partnerů a naopak k sexuálním obtížím. Autoři zjistili vysokou korelaci mezi sexuálními funkcemi, sexuální satisfakcí a tím, jak si ženy cení svého těla a nakolik je považují za přitažlivé (Pujols et al. 2010). Je tedy možné, že osoby s negativním vztahem ke svému tělu budou masturbovat méně často anebo jinými technikami, než osoby se vztahem pozitivním.

Naopak pro vyšší frekvenci masturbace by mohly svědčit potíže v partnerských vztazích, a snížení sexuální satisfakce v partnerském sexu, které by oběti zneužití mohly vést k hledání sexuálního uspokojení právě skrze masturbaci. Právě tak dobrovolnou sexuální abstinenci, kterou uvádějí například Lemieuxová a Byersová by postižené ženy mohly vynahrazovat masturbačními aktivitami. Rovněž časnější zahájení sexuálního života bývá spojeno i s častější masturbací (Lemieux a Byers, 2008).

Nicméně ačkoli v jiných oblastech sexuálního chování se projevují rozdíly mezi osobami, které byly a nebyly v dětství sexuálně zneužity, v dostupných výzkumech prozatím nebyl prokázán vliv zneužití v dětství na incidenci ani frekvenci masturbace (Krulová, Weiss, 2011; Tichotová, Weiss, 2010).

1.5.9. Souvislost masturbace a znásilnění

Podle nejnovějších tuzemských výzkumů bylo 11 procent žen k sexuálnímu styku přinuceno násilím. Pouze pět procent tuto skutečnost oznámilo. V 60 procentech byl pachatelem partner či manžel postižené (Šulová, 2011; Weiss, 2008).

O znásilnění se hovoří většinou v souvislosti s donucením ženy mužem. V odborné literatuře však nalezneme

práce, které ukazují, jakými způsoby mohou donutit k sexuálnímu styku ženy muže (Chovanec, Weiss, 2017).

Mezi takové autory patří například Kernsmith a Kernsmith (2009), kteří uvádí, že ženy využívají k nátlaku obvykle manipulace, výhrůžky, šikanu anebo pocity viny oběti.

Viktimologické práce se obvykle soustřeďují na ženské oběti znásilnění a dopady tohoto zážitku na jejich psychiku i sexuální život. V různých pracích nalezneme jako důsledky kromě úzkosti, deprese a poruch spánku také poruchy orgastické schopnosti, snížení sexuální apetence a zhoršený vztah k vlastnímu tělu (Krulová, Weiss 2011; DeLora et al 1981).

I když reakce na znásilnění jsou případ od případu odlišné, můžeme najít základní shody a tendence. Různí autoři popisují skupinu symptomů, které většina obětí znásilnění vykazuje, a tyto symptomy zahrnují pod termín „*rape trauma*“ - syndrom znásilnění, které bývá nejčastěji diagnostikováno jako posttraumatická stresová porucha (Ptáček, Čírtková a Žukov 2009). Nicméně doložené jsou i další potíže jako úzkosti, deprese, poruchy spánku, snížení sexuální apetence a orgastické schopnosti (Kilpatrick et al. 1993; de Lorca, Warren, Ellison, 1981; Santiago et al. 1985; Weiss, Zvěřina 1997).

Malá a kol. (1995) shrnují následky dlouhodobého stresu a násilí jako ztrátu identity, poruchy sebehodnocení, ztrátu časové kontinuity, flashbacky, disociativní fenomény (zejm. dysmnézie a alternace osobnosti). Zvěřina a kol. (1987) zjišťují následky u téměř čtyřiceti procent ze souboru žen, které prožily znásilnění nebo pokus o něj.

Všechny tyto viktimologické aspekty by mohly jako druhotný následek mít i ovlivnění incidence a frekvence masturbace.

Výsledky tuzemských studií se v tomto ohledu zatím rozcházejí. V našem předchozím výzkumu (Tichotová, Weiss, 2010) byl prokázán statisticky významný rozdíl ve frekvenci masturbace žen, které dříve zažily, respektive nezažily znásilnění. U žen, které zažily znásilnění, byla frekvence nižší. Naproti tomu ve výzkumu Krulové, Weisse (2011) žádný statisticky významný rozdíl shledán nebyl.

2. Sexuální fantazie

Sexuální fantazie jsou přirozenou součástí lidského života. Předchozí studie zjistily, že téměř 95 procent žen i mužů mělo někdy sexuální fantazii (Leitenberg, Henning, 1995). Nikdo neví, co se přesně děje v mozku, když se vytváří představy. Má se za to, že některé choroby a některé léky a drogy mohou obsah nebo výskyt sexuálních představ ovlivnit. Andrew Stanway (1991) dokonce zmiňuje skupinu zubařů, kteří byli obviněni z toho, že u svých pacientek úmyslně vyvolali sexuální fantazie podáním valia. Toto obvinění však nebylo potvrzeno.

S fantaziemi souvisí i pojem „denní snění“. Při denním snění lidé sní a jsou při tom vzhůru, je pod vědomou kontrolou, člověk může začít a přestat, kdy si přeje. Obsah je pod kontrolou zčásti, svou roli zřejmě hraje nevědomí.

Autoři Leitenberg a Henning se ve svém článku pokouší v krátkosti vystihnout povahu sexuálních fantasií:

„Sexuální fantazie jsou myšlenky úmyslně vyvolané za účelem vyvolání nebo zvýšení příjemných sexuálních pocitů. Odráží minulé sexuální zkušenosti jedince, imaginuje možné budoucí sexuální aktivity, které člověk chce či nechce ve skutečnosti zrealizovat.“ (Leitenberg, Henning, 1995).

Můžeme doplnit, že sexuální fantazie mohou být vyvolány i neúmyslně, mohou vzniknout v návaznosti na nějaké jiné myšlenky nebo na senzorické vjemy (Wilson, 1978). Objevují se při sexuálním styku s partnerem či partnerkou, masturbaci nebo i mimo sexuální aktivity. Někteří autoři řadí mezi sexuální fantazie i sny se sexuálním obsahem. Výhodou sexuálních fantasií oproti reálnému partnerskému styku je, že nezávisí na participaci sexuálního partnera. Nezávisí ani na reálném prostředí a probíhají v naprostém soukromí, proto se v nich tedy mohou odrážet individuální preference, které se

z důvodů sociální nepříjemnosti, nevhodnosti či studu nemohou projevit v reálném chování (Baumeister a kol., 2001).

Budeme-li pátrat do minulosti, najdeme otisky sexuálních fantazií již v nejstarších pověstech a bájích. První písemné zmínky pak pochází ze dvanáctého století, ve kterém se na erotické fantazie pohlíželo jako na návštěvu nadpřirozených bytostí - mužské (incubus) a ženské (succuba). Tyto bytosti měly přinášet lidskému jedinci, jenž spí nebo sní za bílého dne sexuální požitky, který není skutečný. V šestnáctém století se o takových návštěvách autoři vyjadřovali jako o nemoci. A dokonce ještě v roce 1904 byl v publikaci *Studie o psychologii a sexu* autora Haveloca Ellise popsán případ dívky, která si myslela, že příčinou jejích fantazií je posednutí ďáblem (Stanway, 1991).

Mezi první výzkumníky, kteří se odborně zabývali sexuálními fantaziemi, patřili psychoanalytici v čele se Sigmundem Freudem. Freud předpokládal, že některé tyto fantazie pochází z nevědomí a jiné z předvědomí. Fantazie podle Freuda (1909) představovaly ta nejniternější přání a objevovaly se tehdy, když byla dotyčná osoba nespokojena se svým sexuálním životem. Freud mezi fantazie řadil také sexuální obsahy snů, které podléhají složitějším mechanismům. My se ve svém pojetí sexuálních fantazií soustředíme na fantazie a denní snění, které se objevují za plného vědomí dotyčného jedince.

Freudovy názory ovlivnily vnímání fantazií na mnoho dalších let. Ještě v sedmdesátých letech, navzdory takzvané sexuální revoluci, odborníci nevěděli, zda mají sexuální fantazie léčit nebo doporučit si je užívat (Davidson, 1985). Někteří, například Hellen S. Kaplanová, doporučovali jejich otevřené sdílení v rámci páru a jejich využití pro zlepšení partnerského života a intimity (Kaplanová, 1974). Jiní měli za

to, že pro vztah dvou představují nebezpečí, tím, že člověku znovu a znovu opakují nenaplněné touhy.

Od osmdesátých let již odborné práce opakují, že nebyla prokázána nebezpečnost běžných sexuálních fantasií pro partnerský život (např. Davidson, 1985). Debata, zda dát volný průchod masturbačním fantasiím s deviantním obsahem znamená zvýšení či snížení rizika deviantního chování, však trvá dodnes (Weiss, 2017).

Keating a Over (1990) naopak tvrdí, že za pomoci změny sexuální fantazie může muž regulovat míru svého sexuálního vzrušení.

William B. Arndt (1985) zdůrazňuje, že by výzkumný zájem terapeutů o obsahy sexuálních fantasií mohl být užitečný při terapii.

V posledních dvaceti letech se sexuálními fantasiemi začali zabývat evoluční psychologové. Evoluční psychologie je teoretický přístup v psychologii, který vysvětluje jednotlivé rysy psychiky coby adaptace, které vznikly dlouhodobým procesem přírodního či pohlavního výběru. Sexuální fantazie vzbuzují pozornost evolučních psychologů proto, že mohou odrážet rozdíly v sexualitě mužů a žen, a proto mohou pomoci odhalit evoluční mechanismy, které vedly ke vzniku odlišností v psychice obou pohlaví (Klapilová , Weiss, 2009, Jonášová, Weiss 2010).

Autoři Leitenberg a Henning (1995) se pokusili pomocí faktorové analýzy roztrždit obsahy sexuálních fantasií. Identifikovali čtyři rozdílné typy sexuálních fantasií:

1. představy běžných sexuálních aktivit s minulými, současnými či imaginárními partnery
2. scény zahrnující sexuální nátlak a podvolení se mu
3. scény, ve kterých se objevují neobvyklá místa, praktiky a pozice

4. submisivně dominantní představy

Obsah fantazií je propojen s kulturou, ze které snící člověk pochází. V roce 1983 byl proveden průzkum společně Institutem psychiatrie v Londýně a univerzitou v japonském Logu. Britští muži měli oproti japonským 2x tolik fantazií, ženy dokonce 4x tolik. Ve fantaziích Japonek se nikdy neobjevily následující situace, běžné ve fantaziích Britek: účast na orgiích, poskytování orálního sexu, přijímání bičování či pleskání po zadku, vzrušování se pohledem na někoho, kdo močí (Stanway, 1991).

Andrew Stanway prozkoumal významnější studie sexuálních fantazií za období třiceti let a v různých studiích našel různé výsledky. Tyto rozdíly přikládá rozdílům mezi vzorky a tomu, že se časem fantazie i v rámci jedné kultury mění.

Stejný autor se také zabýval tím, k čemu fantazie slouží. Přišel s následujícími odpověďmi: způsob, jak se zabývat minulostí v přítomnosti; způsob, jak se nevědomí může dostat napovrch přijatelným způsobem; útek v náročných obdobích života; hra; doplnění nedostatečného sexuálního života - někdy s masturbací, jindy bez; ventil pro sociálně (nebo partnerem) nepřijatelné touhy; zvýšení vzrušení během přede hry - „fantazie je erotická pomůcka šitá majiteli na míru“.

Shrnuje pak, že fantazie pomáhá mnoha vdaným ženám, bez ohledu na jejich míru sexuální spokojenosti v dané době, dosáhnout při styku či masturbaci orgasmus (Stanway, 1991).

2.1. Frekvence sexuálních fantazií

Některé výzkumy v této oblasti byly prováděny metodou, při níž si má proband vytvořit záznam, kdykoli se u něj objeví sexuální fantazie. Ve výzkumu Ellise a Symonse (1990) byl zaznamenán průměr jedné fantazie za den u mužů a jedné fantazie za týden v případě žen. Oproti tomu Jones a Barlow ve výzkumu publikovaném ve stejném roce uvádí průměr za den 7,2 u mužů a 4,5 u žen. Vyšší počet fantazií u příslušníků mužského pohlaví autoři vysvětlují vyšším počtem fantazií vyvolaných externími podněty (Jones a Barlow, 1990).

Více než 10% času stráví myšlenkami na sex 55 procent mužů a 42 procent žen (Cameron, 1967).

Souvislost mezi frekvencí sexuálních fantazií a věkem zkoumali v roce 1973 Cameron a Biber. V telefonickém průzkumu zjišťovali, kolik respondentů myslelo na sex během posledních pěti minut. Podle jejich zjištění to ve věkové kategorii 14 - 25 let bylo 52 procent chlapců a 39 procent dívek, v kategorii 26 - 55 let 26 procent mužů a 14 procent žen a u starších osob bylo procento ještě nižší (Cameron a Biber, 1973).

Více sexuálních fantazií bylo zaznamenáno u vysokoškoláků. Může to souviset s tím, že jsou více zvyklí pohybovat se v teoretických oblastech a více experimentují. Může to ale také souviset s tím, že podle Kinseyho a kol. (1948 a 1953) vysokoškoláci masturbují více, než lidé s nižším vzděláním.

Další souvislosti frekvence sexuálních fantazií budou zmíněny i v následující kapitole.

2.2. Pohlavní rozdíly v sexuálních fantaziích

Muži a ženy sní o tom samém, ale některá témata se objevují častěji u jednoho pohlaví. Muži mají více fantazií, jsou explicitnější. Může to být odrazem toho, že ženská sexualita je v naší kultuře více cenzurována. Nebo tím, že ženy ve výzkumech nezmiňují své romantické představy, neboť mají za to, že to do kategorie sexuálních fantazií nepatří. V poslední době se ukazuje, že některé fantazie, které bývaly doménou mužů, například fetiše, jsou mezi ženami rozšířenější, než se čekalo. Může to být tím, že se mění chování žen, aby se prosadily v převážně mužském světě, a tím se mění i jejich fantazie (Stanway, 1991).

Na rozdíly mezi pohlavími byl zaměřen dotazníkový výzkum Ellise a Symonse (1990). Muži měli fantazie častěji a představovali si při nich větší množství sexuálních partnerů (partnerek). Někteří udávali více než 1000 osob, které si již někdy představovali. Častěji se také představují někoho, s kým prostě jen chtějí mít sex, zatímco u žen jde častěji o osoby, se kterými mají romantický vztah. Pro muže byly důležitější vizuální představy, než představy dotyků, pocitů a vztahů s představovanou osobou. U žen hrály významější roli i jiné, než vizuální představy.

Ve výzkumech sledujících přítomnost sexuálních fantazií během sexuálního styku s partnerem či partnerkou nebyly nalezeny výrazné rozdíly mezi muži a ženami. U obou pohlaví je výskyt fantazií během styku vcelku běžnou záležitostí (Cado a Leitenberg, 1990; Leitenberg, Henning, 1995).

Andrew Stanway (1991) tvrdí, že muži mají více fantazií, když jejich pohlavní život nefunguje dobře, zatímco ženy naopak tehdy, když je v pořádku. Oproti tomu Wilson a Lang (1981) uvádí, že vyšší frekvence sexuálních fantazií se objevují u osob (mužů i žen) s vyšší sexuální satisfakcí, méně

sexuální problémy, více sexuálními zkušenostmi a vyšší sexuální aktivitou. U žen je navíc výskyt sexuálních fantazií spojován s vyšší schopností dosáhnout orgasmu, a to jak v průběhu masturbace, tak v průběhu párových sexuálních aktivit (Arndt a kol. 1985). Davidson (1985) ve svém výzkumu neobjevil žádnou signifikantní souvislost mezi sexuální satisfakcí a frekvencí sexuálních fantazií. Souhrnem se zdá, že satisfakce může souviset spíše s obsahem fantazií, než s jejich frekvencí. Autoři Hicks a Leitenberg (2001) zjistili, že s délkou partnerství klesá procento sexuálních fantazií se stálým partnerem a zvyšuje se proporce fantazií, v nichž se objevuje někdo jiný. Obdobné zjištění uvedli také Pelletier a Herold (1988). V sexuálních fantaziích mladších nevdaných žen se objevoval častěji jejich současný partner, u vdaných žen to již byl častěji jiný muž než jejich partner. Podle výsledků Williama Arndta a kol. (1985) se sexuální satisfakcí žen souvisí fantazie, v nichž se objevují submisivně dominantní scény, ale fantazie, v nichž jeden z aktérů trpí, nikoli.

Pouze u žen pak dle výzkumů souvisí počet sexuálních fantazií o jiném muži než partnerovi s frekvencí jejich mimopárových sexuálních aktivit a s počtem sexuálních partnerů (Hicks a Leitenberg, 2001).

Masters a Johnsonová (1970) uvádějí, že homosexuální ženy mají více fantazií než homosexuální muži. Byly o tom, že jsou nuceny k sexu, o idylických pohlavních stycích s partnerkou a o sadistickém chování vůči mužům i ženám.

2.3. Masturbační fantazie

Jak již bylo řečeno, objevují se sexuální fantazie při denním snění, masturbaci nebo při sexuálním styku. Někteří

autoři zkoumali, při které z těchto situací se fantazie objevují nejvíce. Podle zjištění Andrewa Stanwaye (1991) je to při denním snění, na druhém místě byly fantazie při masturbaci a na třetím místě se umístily fantazie při sexuálním styku. Hessellund (1976) oproti tomu zaznamenal nejčastější výskyt sexuálních fantasií při masturbaci. Davidson rozdělil ve svém výzkumu respondenty na skupiny podle toho, jestli „jsou spokojeni se svým sexuálním životem“, „jsou nespokojeni se svým sexuálním životem“ anebo „nejsou ani spokojeni, ani nespokojeni“. První dvě skupiny pak měly sexuální fantazie nejčastěji během denního snění, třetí během sexuálních styků.

I když se objevují sexuální fantazie bez masturbace, a ani opačně k masturbaci není fantazie nezbytně nutná, většina lidí masturbaci s fantasiemi spojuje. To podle A. Stanwaye (1991) přináší výhodu mnohem většího vzrušení a nevýhodu pocitů viny.

Kinsey a kol. (1953) uvádějí, že se fantazie při masturbaci aspoň někdy objevila u 64 procent žen. V ženských masturbačních fantasiích se vyskytují představy heterosexuálních, homosexuálních, sado-masochistických, zoofilních i dalších sexuálních aktivit. Některé z žen přitom měly fantazie pouze z jedné z těchto kategorií, jiné měly fantazie různorodé. Heterosexuální fantazie přitom mělo alespoň jednou 60 procent masturbujících žen, homosexuální 10 procent, sado-masochistické 4 procenta a u 1 procenta se ve fantazii vyskytla představa sexuálního kontaktu se zvířetem. U mužů měli podle Kinseyho a kol. (1948) fantazie během masturbace téměř všichni. Fantazie jsou převážně heterosexuálních obsahů u heterosexuálních mužů a homosexuální u homosexuálních jedinců a oboje u jedinců, kteří nejsou vyhranění. U mužů, kteří měli sexuální zkušenost se zvířaty, se objevily i fantazie obsahující zvířata.

Masters a Johnsonová (1979) při sběru dat při interviích zjistili, že ačkoli mají heterosexuální muži při masturbaci nejčastěji fantazie s heterosexuální tematikou, mají někdy i fantazie s homosexuálními obsahy, stejně jako homosexuálně orientovaní muži mívají někdy ve svých fantaziích aktivity heterosexuální. Autoři uvedli, že obsah témat s jinou orientací ve fantaziích mužů nemá souvislost s reálnou zkušeností s homosexuálními respektive heterosexuálními aktivitami dotyčných mužů.

Jonášová a Weiss (2011) zkoumali erotické fantazie žen a zaměřili se i na fantazie během masturbace. Čtvrtina žen si při masturbaci představuje sex či soulož s mužem. Polovina z toho si představuje svého partnera a druhá polovina jiného muže. Ostatní ženy se podle autorů rozdělily do kategorií s nevelkým rozdílem 6-12 procent. Pro tyto kategorie je důležitý děj, místo anebo poloha, sex jiných lidí, sexuální aktivity se ženou, skupinový sex, nekoitální sexuální aktivity včetně cunnilingu, představa muže a sex spojený s násilím. 13 procent žen z tohoto výzkumného vzorku odpovědělo, že nemá při masturbaci fantazie.

Většina výzkumů uvádí rozdíly mezi pohlavími i ve výskytu sexuálních fantazií v průběhu masturbace, přičemž fantazie se objevují při masturbaci u výrazně vyššího počtu mužů (85,9 procenta), než žen (68,8 procenta) (Leitenberg, Dentzer & Srebnik, 1993).

Tento jev mohou podle Klapilové a Weisse (2009) vysvětlovat následující hypotézy:

1) Hypotéza masturbačního zesílení

Vychází z faktu, že muži masturbují častěji než ženy (Kinsey a kol., 1953; Leitenberg a kol. 1993). Muži také začínají s masturbací v mladším věku a celkový počet masturbací, a tím i počet příležitostí k současnému výskytu fantazií, je tedy vyšší, což se může odrazit jak ve frekvenci výskytu fantazií, tak v širším individuálním repertoáru fantazií u mužů. Nemůžeme ale vyloučit ani opačný vztah, tedy že vyšší výskyt fantazií u mužů může vést ke zvýšení počtu masturbací.

2) Hormonální rozdíly a rozdíly v sexuální potřebě

Vychází ze zjištění Udryho a kol. (1985), že hladiny testosteronu jsou signifikantním predikátorem frekvence sexuálních fantazií. V období dospívání se zvyšuje hladina testosteronu u chlapců až dvacetkrát a u dívek pouze dvakrát, což odpovídá vyšší frekvenci sexuálních fantazií u chlapců.

3) Evolučně-psychologická vysvětlení

Staví svou interpretaci na předpokladu, že primárním cílem života každého jedince (nezávisle na pohlaví) je rozmnožit se a přenést své geny do dalších generací. Vzhledem k rozdílným podmínkám, které mají ženy a muži při rozmnožování, byly evolučními tlaky vyselektovány ženy, které jsou opatrnější při výběru partnera. Jejich hlavním cílem je najít vhodného partnera pro dlouhodobé soužití a péči o potomstvo. Je zde také hypotéza, že v evoluci jsou zvýhodněni muži, kteří jsou snadno vzrušitelní a reagují více na fyzické aspekty a sexuální imaginaci, neboť rychlá připravenost znamená možnost oplodnit větší množství žen (Ellis & Symons, 1990). Větší množství partnerů a důraz na detaily pohlavních orgánů se v sexuálních fantaziích mužů také skutečně objevuje.

Ženy si oproti tomu musí vybrat takového partnera, který se s nimi podělí o investice do dlouho trvající výchovy lidského potomka.

Sexuální vzrušení může být regulováno fantazií. Muži charakteristicky získají volní kontrolu nad fyziologickým i subjektivním sexuálním vzrušením skrze manipulaci se svou sexuální fantazií.

3. Výzkumná část

3.1. Cíl výzkumu:

Studium literatury o masturbačních aktivitách v nás posílilo motivaci k výzkumu tohoto chování v rámci České republiky. Již od přelomu devatenáctého a dvacátého století se vědci snaží i přes společenská tabu zjistit, jak je to ve skutečnosti s masturbací v populaci. Některé výzkumy byly provedeny i u nás, nicméně nebyly dostatečně podrobné a některé z nich mohou ukazovat již neaktuální výsledky.

V našem výzkumu nás na základě přečtené literatury zajímal postoj současných lidí k tomuto fenoménu, to, nakolik o něm diskutují s jinými lidmi či odborníky, zda se za masturbací stydí. V literatuře jsme našli málo informací o tom, jak konkrétně lidé při masturbaci postupují, jaké volí techniky a co při ní využívají za pomůcky. Proto jsme část našeho dotazníku orientovali tímto směrem. V neposlední řadě nás zajímaly fantazie, kterých většina žen i mužů během masturbace mívá.

3.1.1. Výzkumné otázky

Hlavním cílem tohoto výzkumu je tedy zmapování masturbačních aktivit a masturbačních fantazií obyvatel České republiky. Výzkum si nekladal za cíl hlubší pochopení všech souvislostí, přesto jsme se však rozhodli za pomoci statistických metod některé bazální testovat. Jednalo se především o souvislost frekvence masturbace s věkem, s tím, zda má dotyčný nebo dotyčná stálý partnerský vztah, zda má zkušenost se zneužitím nebo znásilněním, s jeho nebo její sexuální orientací, se vzděláním a náboženským vyznáním.

Dále jsme zjišťovali, zda ženy a muži dosahují snáze orgasmu při masturbaci nebo při souloži, zda je mezi pohlavími rozdíl v tom, jak často masturbují, anebo v tom jak často při souloži či masturbaci dosahují orgasmu. Zajímaly nás také souvislosti masturbačních fantazií s různými životními zkušenostmi, konkrétně s partnerským vztahem, sebepoškozováním, sexuálním zneužitím a vynuceným pohlavním stykem.

Zajímali jsme se i o to, zda má výskyt některých fantazií souvislost se zkušeností dotyčných osob například se znásilněním, zneužitím nebo sebepoškozováním během masturbace anebo s tím, zda má respondentka či respondent stálý partnerský vztah.

Hypotézy týkající se frekvence masturbace:

- H1: Frekvence masturbace je odlišná u žen a u mužů
- H2: Frekvence masturbace se mění s věkem
- H3: Frekvence masturbace je odlišná u těch, kteří mají a nemají stálý partnerský vztah
- H4: Frekvence masturbace je odlišná u těch, kteří byli v dětství sexuálně zneužití a u těch, kteří zneužití nebyli.
- H5: Frekvence masturbace je odlišná u těch, kteří byli k pohlavnímu styku přinuceni násilím, a u těch, kteří nebyli.
- H6: Frekvence masturbace je odlišná u (převážně) homosexuálních a heterosexuálních jedinců
- H7: Frekvence masturbace je odlišná u věřících a nevěřících lidí
- H8: Frekvence masturbace je odlišná u lidí různého stupně dosaženého vzdělání

Hypotézy týkající se frekvence orgasmu:

H9: Procento souloží, při nichž ženy a muži v posledním roce dosáhli orgasmu, se liší.

H10: Procento masturbací, při nichž ženy a muži v posledním roce dosáhli orgasmu, se liší.

H11: Ženy respektive muži dosahují orgasmu snáze při masturbaci než při souloži

Hypotézy týkající se masturbačních fantazií

H12: S délkou vztahu se mění frekvence fantazie o vlastním partnerovi/partnerce.

H13: Fantazie o tom, že pocítují bolest, se vyskytuje jinak často u lidí, kteří se někdy při masturbaci poškozovali.

H14: Fantazie o tom, že jsem znásilňován resp. o sexu v submisivní roli, se vyskytuje jinak často u lidí, kteří v minulosti zažili znásilnění, než u těch, kteří je nezažili.

H15: Fantazie o tom, že jsem znásilňován resp. o sexu v submisivní roli, se vyskytuje jinak často u lidí, kteří zažili a sexuální zneužití v dětství, než u těch, kteří je nezažili.

H16: Fantazie o tom, že někoho znásilňuji, se vyskytuje jinak často u lidí, kteří někoho v minulosti přinutili k pohlavnímu styku násilím.

Hypotéza týkající se pornografie

H17: Procento žen a mužů, kteří při masturbaci využívají pornografické materiály, se liší.

Hypotéza týkající se studu

H18: Liší se procento žen a mužů, kteří se za onanii stydí.

3.2. Metody výzkumu

3.2.1. Metody sběru dat

K výzkumu byly použity anonymní dotazníky, sestavené právě pro tyto účely (viz Přílohy). Dotazník pro ženy vycházel původně z dotazníku pro výzkum sexuálního chování české populace, použitého poprvé v roce 2001 (Weiss, Zvěřina, 2001) a z dotazníku použitého v diplomové práci *Ženský orgasmus* (Jonášová, 2004). Na základě studia literatury byl dotazník rozšířen a modifikován pro specifické potřeby výzkumu dané problematiky. Otázky týkající se fantazií při masturbaci byly konzultovány s kolegy zabývajícími se problematikou fantazií. Vznikly tak dvě otázky, jedna se týkala postav ve fantazii a druhá aktivit, které se v ní odehrávají.

Nejdříve byl proveden pilotní výzkum na malém vzorku žen. Na jeho základě byly v dotazníku provedeny další úpravy a byla vytvořena jeho konečná podoba. S přihlédnutím k závěrům pilotního výzkumu byly stanoveny doplňující hypotézy pro následující výzkum. Oblasti, na které se v dotazníku zaměřujeme, se ukázaly jako klíčové a nosné.

Na základě předchozí zkušenosti a rovněž pro možnost srovnání výsledku s pracemi kolegů byly některé oblasti u mužů zkoumány podrobněji, než v předchozím dotazníku pro ženy a několik málo otázek bylo naopak přeskočeno, neboť se ukázalo, že se obsahem velice shodují s jinou otázkou a nepřinášejí tedy hodnotné informace navíc. Otázky týkající se fantazií byly na základě výsledků výzkumu Bintera a Klapilové (2012) obohaceny o několik dalších možností v oblasti postav neboli objektů fantazií.

Struktura obou dotazníků je obdobná, první část se zaměřuje na partnerské sexuální chování a měla sloužit pro zmapování sexuálního chování u výzkumného vzorku a pro následné zjišťování případných souvislostí mezi partnerským sexem a masturbací. Prostřední část se zaměřuje na masturbaci

a masturbační fantazie a na konci dotazníků jsou umístěny demografické otázky. Dotazníky automaticky přeskakovaly otázky, které se dotýčných respondentů dle předchozích odpovědí netýkaly (například u respondenta, který zaklikne, že dosud nesouložil, dotazník přeskočí otázky týkající se partnerského sexu).

Výzkum žen byl prováděn pomocí online dotazníku zveřejněného na stránkách „vyplnito.cz“. Podle provozovatele serveru 50 procent lidí, kteří dotazník otevřeli, jej také kompletně vyplnilo. Zbýlých 50 procent mohou tedy tvořit například ženy, které se po zhlédnutí dotazníku rozhodly jej nevyplnit, ženy, které od vyplňování něco vyrušilo, ale také muži, kteří si dotazník chtěli prohlédnout, ačkoli pro ně nebyl určen.

V případě dotazníku pro muže jsme již měli k dispozici uživatelsky příjemnější on-line prostředí „qualitrics“. Dotazník byl tedy rovněž k dispozici na internetu a kompletně jej vyplnilo 45,3 procenta těch, kteří jej otevřeli. Odkaz na oba dotazníky byl šířen za pomoci mailových konferencí, facebooku a odkazů na některých serverech.

3.2.2. Metody zpracování a analýzy dat

Statistické zpracování dat jsme provedli s pomocí programů SPSS a Microsoft Excel. Pro testování našich hypotéz jsme použili t-test, Chí-kvadrát test, Mann-Whitney U test a korelace Spearmanovým koeficientem.

3.3. Vzorek

3.3.1. Výběrový soubor

Zvolený princip sběru dat pomocí dotazníků je poměrně efektivní metodou. Na druhou stranu s sebou nese výrazný nedostatek, a to, že není možné dosáhnout reprezentativního výběru, tedy charakteristiky výběrového souboru nejsou shodné s charakteristikami souboru základního.

Výběrový soubor tvoří 1339 respondentek a 1128 respondentů starších 15 let, kteří úspěšně vyplnili dotazník.

3.3.2. Demografické charakteristiky výběrového souboru

U našich respondentů jsme zjišťovali základní demografické charakteristiky, tedy věk, velikost místa bydliště, nejvyšší dosažené vzdělání, náboženské vyznání a ekonomickou aktivitu.

Rozložení podle výběrového souboru podle těchto proměnných neodpovídá rozložení v základním souboru. Vzhledem k tomu, že základním cílem této práce je zmapování možných podob masturbace a masturbačních fantazií, nebylo toto rozložení výběrového souboru považováno za důvod k vyřazování respondentů.

Většina našich respondentů byla ve věku mezi 15 a 40 lety. Následující tabulka vystihuje rozložení výběrového souboru podle věku:

Tabulka 2; Věk respondentů

věk	ženy		
	četnosti	%	kumul.%
15 - 20	142	10,6	10,6
21 - 25	476	35,5	46,2
26 - 30	405	30,2	76,4
31 - 40	225	16,8	93,2
41 - 50	53	4	97,2
51 - 60	20	1,5	98,7
61 - 70	11	0,8	99,5
nad 70	7	0,5	100
Celkem	1339	100	

věk	muži		
	četnosti	%	kumul.%
15 - 20	183	16,2	16,2
21 - 25	238	21,1	37,3
26 - 30	197	17,5	54,8
31 - 40	345	30,6	85,4
41 - 50	127	11,3	96,6
51 - 60	31	2,7	99,4
61 - 70	6	0,5	99,9
nad 70	1	0,1	100
Celkem	1128	100	

Více než polovina našich respondentů sídlí ve městě o velikosti nad 100 tisíc obyvatel. Necelá třetina obývá sídlo od 5 tisíc do 100 tisíc obyvatel a zbývající část obývá sídlo do 5 tisíc obyvatel. Podrobné údaje pro každé pohlaví zvlášť ukazuje tabulka 3.

Tabulka 3; Velikost místa bydliště

ženy	četnost	%	kumul.%
Sídlo do 5 000 obyvatel	186	13,9	13,9
Sídlo od 5 000 do 100 000 obyvatel	369	27,6	41,4
Sídlo od 100 000 do 1 milionu obyvatel	224	16,7	58,2
Sídlo nad 1 milion obyvatel	560	41,8	100,0
Celkem	1339	100,0	

Muži	četnost	%	kumul.%
Sídlo do 5 000 obyvatel	178	15,8	15,8
Sídlo od 5 000 do 100 000 obyvatel	315	27,9	43,7
Sídlo od 100 000 do 1 milionu obyvatel	185	16,4	60,1
Sídlo nad 1 milion obyvatel	450	39,9	100,0
Celkem	1128	100,0	

Co se týká nejvyššího dosaženého vzdělání, více než polovinu respondentů tvoří vysokoškoláci. Přibližně třetina měla střední školou s maturitou a pouze malé procento mělo vzdělání nižší. Výsledky ukazuje následující tabulka.

Tabulka 4; Nejvyšší dosažené vzdělání

	ženy		muži	
	četnost	%	četnost	%
ZŠ	45	3,4	65	5,8
SŠ bez maturity	45	3,4	67	5,9
SŠ s maturitou	397	29,6	410	36,3
VŠ	852	63,6	586	52,0
Celkem	1339	100,0	1128	100,0

U respondentů jsme také zjišťovali, zda se považují za věřící nebo ne. Věřících bylo něco málo přes 20 procent našich respondentů. Výsledky ukazuje tabulka 5.

Tabulka 5; Náboženské vyznání

	ženy		muži	
	četnost	%	četnost	%
věřící	285	21,3	233	20,7
nevěřící	1054	78,7	895	79,3
Celkem	1339	100,0	1128	100,0

Mužů jsme se ještě doptávali, k jakému vyznání se hlásí a jak často se účastní obřadů. Téměř 70 procent věřících mužů se hlásilo ke křesťanství, 15,8 procenta k agnosticismu, 2,6 procenta shodně k judaismu a buddhismu, 0,9 procenta k islámu a 8,8 procenta vybralo možnost „jiné“.

Náboženských obřadů se většina věřících respondentů nezúčastňuje příliš často. Necelá třetina se jich účastní výjimečně, 22,4 procenta několikrát za rok a necelých 17 procent vůbec. Naopak aktivnější je 3,9 procenta, kteří se účastní denně nebo několikrát týdně, 17,5 procenta každý nebo

téměř každý týden a necelých 9 procent, kteří se zúčastní jednou, dvakrát za měsíc. Výsledky jsou zobrazeny v tabulkách níže.

Tabulka 6 K jakému náboženství se hlásíte? (pouze muži)

Muži	četnosti	%	Kumul.%
Křesťanství	158	69,3	69,3
Islám	2	0,9	70,2
Buddhismus	6	2,6	72,8
agnosticismus	36	15,8	88,6
Judaismus	6	2,6	91,2
Jiné	20	8,8	100,0
Celkem	228	100,0	

Tabulka 7 Jak často se účastníte náboženských obřadů? (pouze muži)

Muži	četnosti	%	Kumul.%
Každodenně nebo několikrát týdně	9	3,9	3,9
Každý nebo téměř každý týden	40	17,5	21,5
Jednou, dvakrát za měsíc	20	8,8	30,3
Několikrát za rok	51	22,4	52,6
Méně často, výjimečně	70	30,7	83,3
Vůbec ne	38	16,7	100,0
Celkem	228	100,0	

Poslední demografickou proměnnou byla ekonomická aktivita respondentů. Zde jsme zaznamenali rozdíl mezi ženami a muži. U žen byly ekonomicky aktivní, přibližně dvě třetiny a zbylá třetina neaktivní. Z mužů bylo ekonomicky aktivních necelých 85 procent.

Tabulka 8; Ekonomická aktivita

ek.aktivita	ženy		muži	
	četnost	%	četnost	%
Aktivní	890	66,5	957	84,8
Neaktivní	449	33,5	171	15,2
Celkem	1339	100	1128	100

3.4. Výsledky

Následující kapitola prezentuje výsledky výše popsaného dotazníkového šetření. Jsou členěny do několika kapitol, které tvoří tematické celky a zároveň přibližně kopírují posloupnost otázek v dotazníku (viz přílohy). Většina výsledků je uspořádána v tabulkách a částečně komentována v textu. V názvech jednotlivých tabulek je uvedeno přesné znění příslušné otázky.

Jak již bylo zmíněno, umožňoval dotazník respondentům přeskokovat otázky, které se jich netýkaly. U těchto otázek byl tedy počet respondentů odlišný od velikosti výběrového souboru. Počet odpovídajících respondentů je vždy uveden v příslušné tabulce.

Souvislosti a interpretace výsledků jsou předmětem diskuze, která následuje za výsledkovou částí.

3.4.1. Partnerské vztahy

První část dotazníku se zabývala faktory a zkušenostmi souvisejícími s partnerským sexem. Zajímalo nás tedy, zda respondenti mají stálý partnerský vztah a jak dlouho trvá. Většina respondentů vztah má. Jeho délka se pohybovala od 1 měsíce do 44 let. Průměr se u žen pohyboval okolo 5 let a u mužů 6 let a 9 měsíců.

Tabulka 9; Máte v současné době stálý partnerský vztah?

vztah	ženy		muži	
	Četnost	%	četnost	%
ano	994	74,2	759	67,3
ne	345	25,8	369	32,7
celkem	1339	100	1128	100

Tabulka 10; Kolik měsíců Váš vztah trvá?

	celkem	minimum	Maximum	průměr	std. odchylka
ženy	611	1	528	60,5	71,1
muži	754	0	480	81,23	86,433

Mužů jsme se ptali i na další okolnosti jejich psychosexuálního dozrávání. První schůzku s dívkou (nebo chlapcem) měli průměrně v 17 letech. Prvního polibky zažili průměrně v patnácti letech. Našel se však i účastník, který uvedl, že obě zmíněné události zažil až v sedmdesáti letech. První výron semene například při masturbaci či poluci měli respondenti průměrně ve věku 12,6 let a prvně zamilováni byli průměrně ve čtrnácti letech. Věk prvního neckingu byl průměrně 16 let a u pettingu se blížil sedmnácti. V sedmnáctém roce života měli v průměru muži také první partnerský vztah delší než půl roku.

Tabulka 11: MUŽI - v kolika letech jste prvně měl schůzku a další proměnné

Muži	min.	max.	prům.	medi- án	st. odchyl.
Věk první schůzky	10	70	17,7	16	6,08
Kolik Vám bylo let, když jste se poprvé líbal?	10	70	15,4	15	3,78
V kolika letech jste byl poprvé zamilován?	10	41	14,2	14	3,31
V kolika letech jste měl první partnerský vztah delší než 6 měsíců?	9	68	17,2	17	4,87
Věk prvního výronu semene	1	54	12,6	13	2,09
V kolika letech jste poprvé zažil necking?	1	70	16,1	16	3,66
V kolika letech jste poprvé zažil petting?	1	35	16,8	16	3,23

3.4.2. Potřeba pohlavního vybití

Zjišťovali jsme, jak často by našim respondentům vyhovovalo zabývat se sexuální činností (styk nebo masturbace), kdyby záleželo jen na jejich chuti a měli k tomu vhodné podmínky. Mezi muži a ženami byl v tomto ohledu výrazný rozdíl. Zatímco žen potřebuje vybití každý den anebo několikrát denně 12,7 procent, u mužů je to celých 52 procent respondentů. Mezi ženami má o sexuální činnost 2x nebo vícekrát za týden zájem asi 55 procent, mezi muži je to 42 procent. A zatímco téměř třetina žen má zájem o sexuální činnost jednou týdně anebo méně často, mužů jsme takových zaznamenali pouze 5,2 procenta.

Tabulka 12; Kdyby záleželo jen na vaší chuti, a měl(a) jste k tomu vhodné podmínky, vyhovovalo zabývat se sexuální činností (styk nebo masturbace):

Ženy	četnost	%	kumul. %
nepotřebuji vůbec	77	5,8	5,8
méně než 1x ročně	9	0,7	6,4
několikrát za rok, nejvíce 1x měsíčně	86	6,4	12,8
několikrát měsíčně, nejvíce 1x za týden	262	19,6	32,4
2x nebo vícekrát za týden	735	54,9	87,3
denně anebo vícekrát denně	170	12,7	100
Celkem	1339	100	

Muži	četnost	%	kumul.%
nepotřebují vůbec	6	0,5	0,5
méně než 1x ročně	1	0,1	0,6
několikrát za rok, nejvíce 1x měsíčně	10	0,9	1,5
několikrát měsíčně, nejvíce 1x za týden	41	3,7	5,2
2x nebo vícekrát za týden	481	42,8	48,0
denně anebo vícekrát denně	584	52,0	100
Celkem	1123	100	

3.4.3. Partnerský sex

3.4.3.1. Frekvence soulože, sexuální vzrušení a orgasmus

Zajímavé pro nás bylo také to, jak často lidé z našeho výzkumného souboru mají styk s druhou osobou. Jak ženy, tak muži z našeho výzkumu souloží většinou několikrát za týden. Okolo 33 procent respondentů obojího pohlaví souloží několikrát měsíčně, nejvíce 1x za měsíc. Méně často souloží 14,1 procenta žen a 15,3 procenta mužů a naopak každý den 4,9 procenta žen a 4,4 procenta mužů. 4,7 procenta žen a 8,2 procenta mužů mezi našimi respondenty doposud nesouložilo a v tabulce níže proto nejsou uvedeni.

Tabulka 13; K souloži s druhou osobou u mne dochází:

frekvence soulože	ženy			Muži		
	četn.	%	kum.%	četn.	%	kum.%
vůbec nebo méně než 1x ročně	38	3	3	31	3,4	3,4
několikrát za rok, nejvíce 1x měsíčně	142	11,1	14,1	110	11,9	15,3
několikrát měsíčně, nejvíce 1x za týden	414	32,4	46,6	312	33,8	49,1
2x nebo vícekrát za týden	620	48,6	95,1	429	46,5	95,6
denně anebo vícekrát denně	62	4,9	100	41	4,4	100,0
celkem	1276	100		923	100,0	

Ženy dosahují sexuálního vzrušení ženy v převážné většině stimulací klitorisu. Více než polovina žen uvedla jako hlavní zdroj vzrušení právě dráždění klitorisu a dalších 35,7 procenta současné dráždění klitorisu a pochvy. Malé procento žen dosahuje vzrušení především drážděním v hloubce pochvy nebo drážděním poševního vchodu. Necelá 2 procenta respondentek sexuální vzrušení nepocítují.

Tabulka 14: Sexuálního vzrušení dosahují především:

Ženy	Četnost	%	kumul.%
necítím žádné sexuální vzrušení	25	1,9	1,9
drážděním poštěváčku (klitorisu)	694	51,8	53,7
drážděním klitorisu i pochvy současně	478	35,7	89,4
drážděním v hloubce pochvy	79	5,9	95,3
drážděním poševního vchodu	63	4,7	100
Celkem	1339	100	

Muži oproti tomu nejčastěji využívají dráždění penisu, a to buď v jeho celé délce, 46,6 procenta, anebo pouze žaludu, 24 procent. Dalšími možnostmi jsou dráždění předkožky, uzdičky, dráždění jen fantazií bez dotyků na těle. Menší část respondentů preferuje dráždění varlat, kořene penisu nebo

prsních bradavek. Další možnosti stejně jako četnosti naleznete v tabulce níže. Respondenti mohli také vybrat odpověď „jiné“ a upřesnit ji slovním popisem. Zde nejčastěji jmenovali dráždění prostaty nebo kombinaci všech možností najednou, dále fantazie, polibky, hlazení a mazlení a po jenom hlase získaly BDSM, sexuální asfyxie a fantazie s latexem.

Tabulka 15; Sexuálního vzrušení dosahují především:

Muži	Četnost	%	kumul. %
drážděním v celé délce penisu	526	46,6	46,8
drážděním žaludu	271	24,0	70,8
drážděním předkožky	85	7,5	78,3
drážděním uzdičky	78	6,9	85,2
pouze fantazií - bez dotyku	68	6,0	91,3
drážděním varlat	18	1,6	92,9
drážděním u kořene penisu	15	1,3	94,2
drážděním prsních bradavek	12	1,1	95,2
drážděním ústí močové trubice	8	0,7	96,0
drážděním řitního otvoru	7	0,6	96,6
drážděním třísel	3	0,3	96,9
Jiné	32	2,8	99,7
necítím žádné vzrušení	2	0,2	100,0
Celkem	1125	100,0	

U sexuálně aktivních respondentů obojího pohlaví jsme se ptali, jaké zažívají při souloži pocity. Asi polovina žen a osmdesát procent mužů zažívá příjemné pocity, které se stupňují až k vyvrcholení. U přibližně třetiny žen a dvanácti procent mužů se příjemné pocity stupňují jen do určitého bodu. Deset procent žen a šest a půl procenta mužů zažívá příjemné pocity, které se nemění. 1,3 procenta žen a 0,2 procenta mužů prožívá pocity nepříjemné, až bolesti a necelá tři procenta žen a 1,4 procenta mužů zůstávají chladní.

Tabulka 16; Při souloži mám spíše:

Ženy	četnost	%	kumul. %
nepříjemné pocity až bolesti	17	1,3	1,3
dojem, že jsem necitlivá, zůstávám chladná	36	2,8	4,2
příjemné pocity, které jsou stále stejné	133	10,4	14,6
příjemné pocity, které se stupňují jen do určitého bodu	449	35,2	49,8
příjemné pocity, které se stupňují až k vyvrcholení	641	50,2	100
Celkem	1276	100	

Muži	četnost	%	kumul. %
nepříjemné pocity až bolesti	2	0,2	0,2
dojem, že jsem necitlivý, zůstávám chladný	14	1,4	1,6
příjemné pocity, které jsou stále stejné	67	6,5	8,1
příjemné pocity, které se stupňují jen do určitého bodu	124	12,0	20,1
příjemné pocity, které se stupňují až k vyvrcholení	823	79,9	100,0
Celkem	1030	100,0	

Respondentů mužů jsme se také ptali, zda, případně jak často, zažívají při souloži takzvané suché orgasmy, tedy orgasmy bez ejakulace. Tento jev je poměrně ojedinělý, téměř 83 procent respondentů neprožívá suché orgasmy nikdy, 14,1 procenta asi v 5-15% souloží, necelá dvě procenta asi při čtvrtině souloží a častější výskyt suchého orgasmu je ještě vzácnější.

Tabulka 17: MUŽI Někteří muži mívají tzv. suché orgasmy - tedy orgasmy bez ejakulace. Vyjádřeno v procentech, jak často k tomu dochází u vás při souložích?

muži	četnost	%	kumul. %
asi v 90-100%	4	0,4	0,4
asi v 75%	3	0,3	0,7
asi v 50%	7	0,7	1,4
asi v 25%	20	1,9	3,3
asi v 5-15%	145	14,1	17,3
v 0 % (nikdy)	853	82,7	100,0
celkem	1032	100,0	

Respondenti měli dále označit, v kolika procentech souložích dosáhli za poslední rok orgasmu. Více než polovina respondentek dosahuje orgasmu nejméně ve $\frac{3}{4}$ souložích. Dalších 13 procent přibližně v polovině souložích. 19,4 procenta dosahuje orgasmu přibližně ve čtvrtině souložích a 13,3 procenta žen jej v posledním roce nedosahuje.

Muži dosahují orgasmu při souložích častěji, než ženy. Více než 80 procent jich dosáhlo orgasmu v posledním roce při 90-100% souložích. Necelých 11 procent při 75% souložích, asi 2,5 procenta v polovině souložích a 1,4 procenta jej dosáhlo pouze u čtvrtiny z nich. Orgasmu při souložích v posledním roce nedosahuje 3,4 procenta mužů.

H9: Procento souložích, při nichž ženy a muži v posledním roce dosáhli orgasmu, se liší.

S použitím Mann-Whitney U testu jsme zjistili, že se na hladině významnosti $p=0,05$ procento souložích, při nichž ženy respektive muži v posledním roce dosáhli orgasmu, signifikantně liší. Muži jej, podle našich výsledků, dosahují častěji než ženy.

Tabulka 18; Vyjádřeno v procentech jsem při souložích uskutečněných v minulém roce dosáhl(a) orgasmu:

	ženy			muži		
	četn.	%	kumul.%	četn.	%	kumul.%
v 90 - 100%	387	30,3	30,3	839	81,5	81,5
asi v 75%	302	23,7	54	111	10,8	92,3
asi v 50%	170	13,3	67,3	25	2,4	94,8
asi ve 25%	247	19,4	86,7	19	1,8	96,6
v 0%	170	13,3	100	35	3,4	100
celkem	1276	100		1029	100	

3.4.3.2. Koitální debut

Věk koitarché uvádíme v následujících tabulkách. Z výsledků vyplývá, že nejčastější a také průměrný věk při první souloží je u mužů i u žen 17 let. Před patnáctým rokem života uskutečnilo první soulož 6,3 procenta žen a 8,4 procenta mužů. Necelých šestnáct procent žen a čtrnáct procent mužů uskuteční první soulož až po dvacátém roce života.

Tabulka 19; V kolika letech jste souložil(a) poprvé?

	celkem	Minimum	maximum	Modus	průměr	směr. odchylka
ženy	1276	0	55	17	17,5	2,8
muži	1030	2	37	18	17	3,17

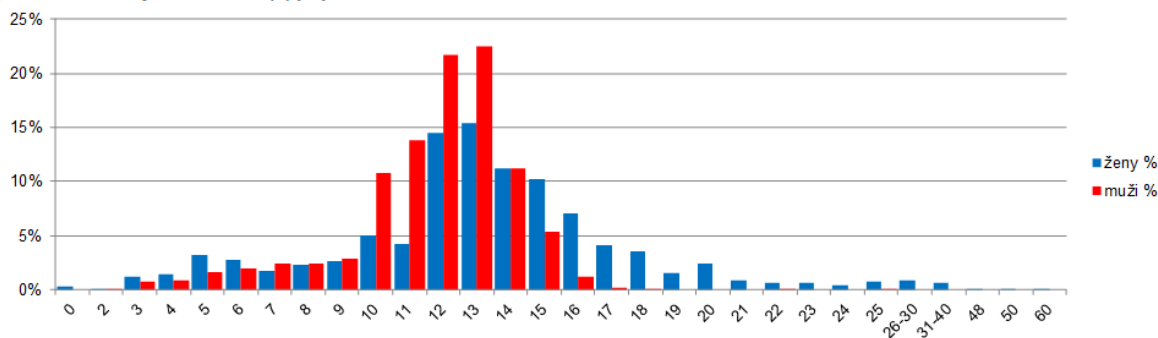
Tabulka 20; V kolika letech jste souložil(a) poprvé? (četnosti)

ženy			
věk	četn.	%	kum.%
0	1	0,1	0,1
7	1	0,1	0,2
8	2	0,2	0,3
9	1	0,1	0,4
10	2	0,2	0,5
11	4	0,3	0,9
12	10	0,8	1,6
13	10	0,8	2,4
14	50	3,9	6,3
15	132	10,3	16,7
16	251	19,7	36,4
17	271	21,2	57,6
18	205	16,1	73,7
19	135	10,6	84,2
20	75	5,9	90,1
21	41	3,2	93,3
22	32	2,5	95,8
23	17	1,3	97,2
24	12	0,9	98,1
25	8	0,6	98,7
26	6	0,5	99,2
27	3	0,2	99,5
28	3	0,2	99,7
29	1	0,1	99,8
30	1	0,1	99,8
35	1	0,1	99,9
55	1	0,1	100
cel.	1276	100	

muži			
věk	četn.	%	kum.%
2	1	0,1	0,1
7	1	0,1	0,2
10	1	0,1	0,3
12	1	0,1	0,4
13	24	2,3	2,7
14	59	5,7	8,4
15	119	11,6	20
16	136	13,2	33,2
17	177	17,2	50,4
18	201	19,5	69,9
19	110	10,7	80,6
20	55	5,3	85,9
21	40	3,9	89,8
22	30	2,9	92,7
23	23	2,2	95
24	13	1,3	96,2
25	10	1	97,2
26	8	0,8	98
27	8	0,8	98,7
28	1	0,1	98,8
29	3	0,3	99,1
30	1	0,1	99,2
31	1	0,1	99,3
32	1	0,1	99,4
33	1	0,1	99,5
34	1	0,1	99,6
35	3	0,3	99,9
37	1	0,1	100
cel.	1030	100	

Tabulka 21; V kolika letech jste masturboval(a) poprvé?

V kolika letech jste onanoval(a) poprvé?



3.4.3.3. Počet sexuálních partnerů

Zajímali jsme se také o celkový počet sexuálních partnerů. Ačkoli průměrný počet u žen dosahuje hodnoty 11,5, je nejčastější odpovědí jediný partner. Většina respondentek měla jednoho až pět sexuálních partnerů. U mužů je průměrný počet partnerek 18,97. I v jejich případě je však nejčastější odpovědí jediná partnerka (nebo partner).

Tabulka 22; S kolika partnerkami/partnery jste za celý život souložil(a)?

	celkem	minimum	maximum	průměr	směr.odchylka
ženy	1268	1	1000	11,5	44,9
muži	1028	1	1500	18,97	73,975

Tabulka 23; S kolika partnerkami/partnery jste za celý život souložil(a)?

ženy	četn.	%	kum.%	muži	četn.	%	kum.%
1	179	14,1	14,1	1	123	12,0	12,0
2	143	11,3	25,4	2	97	9,4	21,4
3	150	11,8	37,2	3	87	8,5	29,9
4	106	8,4	45,6	4	73	7,1	37,0
5	125	9,9	55,4	5	85	8,3	45,2
6	67	5,3	60,7	6	47	4,6	49,8
7	60	4,7	65,5	7	38	3,7	53,5
8	46	3,6	69,1	8	52	5,1	58,6
9	26	2,1	71,1	9	28	2,7	61,3
10	87	6,9	78	10	58	5,6	66,9
11 - 15	116	9,1	87,1	11 - 15	111	11,0	77,7
16 - 20	68	5,4	92,5	16 - 20	71	6,9	84,6
21 - 30	41	3,2	95,7	21 - 30	64	6,2	90,9
31 - 40	22	1,7	97,5	31 - 40	28	2,7	93,6
41 - 50	16	1,3	98	41 - 50	24	2,3	95,9
51 - 70	11	0,9	98,9	51 - 70	4	0,4	96,3
71 - 100	4	0,3	99,2	71 - 100	16	1,6	97,9
101 - 200	5	0,4	99,6	101 - 200	11	1,1	98,9
nad 200	5	0,4	100	nad 200	11	1,1	100
celkem	1268			celkem	1028		

3.4.3.4. Zkušenost se zneužitím a znásilněním

Další otázkou bylo, zda mají účastníci našeho výzkumu zkušenost se sexuálním zneužitím nebo se znásilněním. Do 15 let věku bylo zneužito 11,9 procenta respondentek. Zkušenost se znásilněním má desetina z nich.

Z mužů bylo zneužito 3,8 procenta a nucený pohlavní styk jich zažila 3 procenta.

Tabulka 24; Byl(a) jste někdy ve svém dětství (do 15 let) zneužit(a) (sexuálně obtěžována) dospělou osobou?

	ženy		muži	
	Četnost	%	četnost	%
ano	159	11,9	43	3,8
ne	1180	88,1	1084	96,2
celkem	1339	100	1127	100

Tabulka 25; Byl(a) jste někdy v pozdějším věku k pohlavnímu styku přinucena násilím?

ženy	četn.	%	kum.%
byla opakovaně	26	1,9	1,9
byla jednou	108	8,1	10
nebyla	1205	90	100
celkem	1339	100	

muži	četn.	%	kum.%
byl opakovaně	10	0,9	0,9
byl jednou	24	2,1	3
nebyl	1092	97	100
celkem	1126	100	

Mužů jsme se také ptali, kolik z nich naopak někdy nutilo jinou osobu ke styku. 2,5 procenta z respondentů někdy nutilo ke styku nějakou ženu a 1,1 procenta tak učinilo opakovaně.

Šest mužů, což představuje 0,5 procenta z těch, kteří na tuto otázku odpověděli, někdy k sexuálnímu styku nutili jiného muže. Čtyři z nich opakovaně.

Tabulka 26; MUŽI Nutil jste někdy násilím nebo hrozbami nějakou ženu k sexuálním aktivitám?

Muži	četn.	%	kum.%
nutil opakovaně	5	0,4	0,4
nutil jsem různé ženy	8	0,7	1,1
ano, jednou	15	1,3	2,5
ne	1097	97,5	100
celkem	1125	100	

Tabulka 27; MUŽI Nutil jste někdy násilím nebo hrozbami nějakého muže k sexuálním aktivitám?

Muži	četn.	%	kum.%
nutil opakovaně	4	0,4	0,4
ano, jednou	2	0,2	0,5
ne	1120	99,5	100
celkem	1126	100	

3.4.3.5. Sexuální orientace

Zajímalo nás, kolik respondentek je orientováno homosexuálně. Za lesbičku se považuje 3,1 procenta respondentek a dalších 8,1 procenta si není zcela jisto.

Tabulka 28; Považujete se za homosexuálku (lesbičku)?

ženy	četnost	%
ne	1189	88,8
ano	41	3,1
nejsem si jista	109	8,1
celkem	1339	100

Muži mohli díky lepšímu softwaru využít pro tuto otázku škálu se sto body. Na ní označili pozici mezi heterosexuálem a homosexuálem. Níže v tabulce jsou za heterosexuála respektive homosexuála označení muži, jejichž pozice byla do 20 bodů od jednoho či druhého okraje škály. Do 20 bodů od okraje škály, označeném jako heterosexuální, zaznamenalo svoji pozici 84,3 procenta mužů. Na druhé straně svoji pozici zakliklo 6,7 procenta mužů. Devět procent mužů se nacházelo mezi 21 a 79 bodem na škále.

Tabulka 29 Považujete se za – posuňte značku do odpovídající pozice na škále

muži	četnost	%
homosexuála	75	6,7
něco mezi	101	9
heterosexuál	944	84,3
celkem	1120	100

3.4.4. Masturbační aktivity

3.4.4.1. Frekvence masturbace

Zásadní pro nás byly otázky týkající se masturbační aktivity. Výsledky ukazují, že zkušenost s masturbací má 94,1 procenta respondentek. Pokud jde o frekvenci, skórovaly naše respondentky do odpovědí v rozmezí od několikrát denně přes méně než 1x ročně až po odpověď „vůbec nikdy“. 71,2 procenta masturbuje alespoň několikrát za měsíc. Dalších 17,6 procenta pak označilo odpověď několikrát za rok. Poměrně malé procento onanuje méně než 1x za rok a necelých šest procent žen nemasturbuje nikdy.

U mužů vypadá situace následovně: nějakou zkušenost s onanií má 99,7 procenta respondentů. Z těch mužů, kteří již někdy masturbovali, tak nadále činí asi 30,7 procenta denně

nebo vícekrát denně, asi 53 procent několikrát týdně, 8,3 procenta se pohybuje v rozmezí od několikrát měsíčně po 1x za týden a 6,2 procenta v rozmezí několikrát ročně až 1x za měsíc. Méně než 1x ročně masturbuje necelé procento mužů a pouze 0,3 procenta z těch, kteří mají s masturbací zkušenost, nadále nemasturbuje nikdy.

Tabulka 30; K masturbaci u mne dochází:

ženy	četnost	%	kumul. %
denně anebo vícekrát denně	83	6,2	6,2
2x nebo vícekrát za týden	386	28,8	35
několikrát měsíčně, nejvíce 1x z týden	484	36,1	71,2
několikrát ročně, nejvíce 1x za měsíc	236	17,6	88,8
méně než 1x ročně	71	5,3	94,1
vůbec nikdy	79	5,9	100
Celkem	1339	100	

muži	četnost	%	kumul. %
denně anebo vícekrát denně	345	30,7	30,7
2x nebo vícekrát za týden	598	53,3	84
několikrát měsíčně, nejvíce 1x za týden	98	8,7	92,7
několikrát ročně, nejvíce 1x za měsíc	70	6,2	98,9
méně než 1x ročně	9	0,8	99,7
vůbec nikdy	3	0,3	100
Celkem	1123	100	

H1: Frekvence masturbace je jiná u žen a u mužů

Za pomoci Mann-Whitneova testu jsme ověřovali, zda rozdíl ve frekvenci masturbace mezi ženami a muži není pouze náhodný. Na hladině významnosti $p=0,05$ jsme zjistili rozdíl signifikantní. Muži tedy masturbují více, než ženy.

Dále jsme statistickými metodami testovali, zda frekvence masturbace souvisí s i dalšími sledovanými proměnnými, a to s věkem, s tím, zda má dotyčná osoba stálý partnerský vztah, zda byla zneužita nebo přinucena násilím

k pohlavnímu styku, se sexuální orientací, postojem k masturbaci, se vzděláním a náboženským vyznáním.

H2: Frekvence masturbace se mění s věkem

U obou pohlaví se nám podařilo prokázat zápornou korelaci mezi věkem a frekvencí masturbace.

U žen to bylo na hladině významnosti $p < 0,01$ ($R_s = 0,179$).

U mužů to bylo na hladině významnosti $p < 0,01$ ($R_s = 0,177$).

H3: Frekvence masturbace je odlišná u těch, kteří mají a nemají stálý partnerský vztah

Jak u žen, tak u mužů jsme na hladině významnosti $p < 0,001$ zaznamenali signifikantní rozdíl ve frekvenci masturbace u těch, kteří mají a nemají stálý partnerský vztah. U obou pohlaví byla vyšší frekvence zaznamenána u těch osob, které v současné době stálý partnerský vztah nemají (u žen $\chi^2 = 91,229$, u mužů $\chi^2 = 58,060$).

H4: Frekvence masturbace je odlišná u těch, kteří byli v dětství sexuálně zneužiti a u těch, kteří zneužití nebyli.

U mužů byl neparametrickými testy zaznamenán na hladině významnosti $p = 0,05$ signifikantní rozdíl frekvence masturbace u zneužitých a nezneužitých. Vyšší byla frekvence u těch, kteří zneužití zažili.

U žen nebyl rozdíl signifikantní.

H5: Frekvence masturbace je odlišná u těch, kteří byli k pohlavnímu styku přinuceni násilím, a u těch, kteří přinuceni nebyli.

U žen jsme zaznamenali signifikantní rozdíl ve frekvenci masturbace u těch, které byly a nebyly přinuceny

k pohlavnímu styku násilím. U žen se lišila na hladině významnosti $p=0,025$ ($\chi^2=12,875$). Vyšší byla zaznamenána u žen, které znásilněny nebyly.

U mužů tento rozdíl ve frekvenci nebyl signifikantní.

H6: Frekvence masturbace je odlišná u (převážně) homosexuálních a heterosexuálních jedinců

U žen nebylo možné spolehlivě provést chí-kvadrát test pro rozlišení, zda lesbicky orientované respondentky masturbují jinak často, než ženy heterosexuální. U mužů jsme však měli k dispozici orientaci zaznamenanou jako polohu na škále od heterosexuality k homosexualitě a mohli jsme tedy využít Spearmannovy korelace. Korelace byla signifikantní hladině významnosti $p=0,01$ ($R_s=0,129$). Využili jsme parciálních korelací pro ověření toho, zda není předchozí výsledek ovlivněn třetí proměnnou, tedy věkem respondentů nebo partnerským vztahem, neboť ty, jak již bylo výše zmíněno, s frekvencí masturbace souvisejí. Vliv třetí proměnné se neprokázal, a tedy můžeme uzavřít, že v našem výzkumném vzorku homosexuálně orientovaní muži masturbují více, než muži heterosexuální.

H7: Frekvence masturbace je odlišná u věřících a nevěřících lidí

H8: Frekvence masturbace je odlišná u lidí různého stupně dosaženého vzdělání

Další výše jmenované souvislosti se nepodařilo prokázat. V případě náboženského vyznání u žen nebyl rozdíl signifikantní. U dalších proměnných, tedy náboženské vyznání u mužů a vzdělání respondentů obou pohlaví nebylo možné spolehlivě provést chí-kvadrát test.

Tabulka 31; ŽENY Frekvence masturbace u žen, které mají, resp. nemají stálý partnerský vztah

Ženy	má vztah		nemá vztah	
	počet	%	počet	%
vůbec nikdy	59	5,94	20	5,80
méně než 1x ročně	66	6,64	5	1,45
několikrát ročně, nejvíce 1x za měsíc	203	20,42	33	9,57
několikrát měsíčně, nejvíce 1x za týden	386	38,83	98	28,41
2x nebo vícekrát za týden	235	23,64	151	43,77
denně anebo vícekrát denně	45	4,53	38	11,01
celkem	994	100,00	345	100,00

Tabulka 32; ŽENY Frekvence masturbace u žen, které byly, resp. nebyly znásilněny

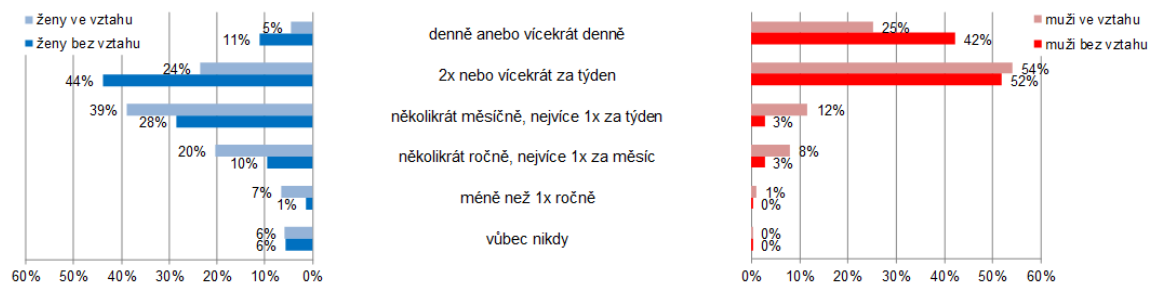
Ženy	znásilněné		neznásilněné	
	počet	%	počet	%
vůbec nikdy	5	3,73	74	6,14
méně než 1x ročně	11	8,21	60	4,98
několikrát ročně, nejvíce 1x za měsíc	26	19,40	210	17,43
několikrát měsíčně, nejvíce 1x za týden	37	27,61	447	37,10
2x nebo vícekrát za týden	40	29,85	346	28,71
denně anebo vícekrát denně	15	11,19	68	5,64
celkem	134	100,00	1205	100,00

Tabulka 33; MUŽI Frekvence masturbace u mužů, kteří mají, resp. nemají stálý partnerský vztah

Muži	má vztah		nemá vztah	
	počet	%	Počet	%
vůbec nikdy	2	26,5	1	0,3
méně než 1x ročně	8	105,8	1	0,3
několikrát ročně, nejvíce 1x za měsíc	60	7,9	10	2,7
několikrát měsíčně, nejvíce 1x za týden	88	11,6	10	2,7
2x nebo vícekrát za týden	408	54	190	51,8
denně anebo vícekrát denně	190	25,1	155	42,2
celkem	756	100	367	100

Tabulka 34; Frekvence masturbace u těch, kteří mají, resp. nemají stálý partnerský vztah

Frekvence masturbace u žen a mužů, kteří mají, resp. nemají stálý partnerský vztah



Tabulka 35; MUŽI Frekvence masturbace u mužů, kteří byli a nebyli sexuálně zneužití

muži	nebyl zneužitý		byl zneužitý	
	četn.	%	četn.	%
vůbec nikdy	2	0,2%	1	2,4%
méně než 1x ročně	8	0,7%	0	0,0%
několikrát ročně až 1x za měsíc	69	6,4%	1	2,4%
několikrát měsíčně až 1x za týden	97	9,0%	1	2,4%
2x nebo vícekrát za týden	578	53,5%	20	47,6%
denně anebo vícekrát denně	326	30,2%	19	45,2%
celkem	1080	100,0%	42	100,0%

Na další otázku týkající se zkušeností s masturbací odpovídaly pouze masturbující respondentky - ženy. Více než polovina respondentek někdy po skončení masturbace orgasmem začne znovu onanovat.

Tabulka 36; Stává se, že po skončení masturbace orgasmem začnete znovu onanovat?

	četnost	%	kumul. %
ano	753	59,8	59,8
ne	507	40,2	100,0
celkem	1260	100	

Věk první masturbace žen se pohyboval v širokém rozmezí od narození do 60 let. Průměrný a také nejčastější věk

byl 13 let. V tomto věku má zkušenost s masturbací více než polovina žen. 12,5% žen získalo zkušenost s masturbací až po 18. roce života. Několik respondentek získalo tuto zkušenost až po 40. roce.

Odlišná je situace u mužů. Všichni naši respondenti začali s onanií někdy mezi narozením a dvacátým pátým rokem života. Nejčastější věk první masturbace byl rovněž 13 let, ale průměrný věk byl 11,7 roku. Ve třinácti letech má s masturbací zkušenost již 82% mužů a do osmnácti let ji získalo 99,8% respondentů.

Tabulka 37; V kolika letech jste onanoval(a) poprvé?

	celkem	minimum	maximum	modus	průměr	směr. odchylka
ženy	1260	0	60	13	13,4	5,1
muži	1124	2	25	13	11,7	2,533

Tabulka 38; V kolika letech jste onanoval(a) poprvé? (četnosti)

ženy	četnost	%	kumul.%	muži	četnost	%	kumul.%
0	4	0,3	0,3	0-1	0	0	0
2	1	0,1	0,4	2	1	0,1	0,1
3	15	1,2	1,6	3	9	0,8	0,9
4	18	1,4	3	4	10	0,9	1,8
5	40	3,2	6,2	5	19	1,7	3,5
6	35	2,8	9	6	22	2	5,4
7	22	1,7	10,7	7	27	2,4	7,8
8	29	2,3	13	8	27	2,4	10,2
9	33	2,6	15,6	9	32	2,8	13,1
10	63	5	20,6	10	121	10,8	23,8
11	53	4,2	24,8	11	155	13,8	37,6
12	183	14,5	39,4	12	244	21,7	59,3
13	194	15,4	54,8	13	253	22,5	81,9
14	142	11,3	66	14	126	11,2	93,1
15	129	10,2	76,3	15	60	5,3	98,4
16	89	7,1	83,3	16	13	1,2	99,6
17	52	4,1	87,5	17	2	0,2	99,7
18	45	3,6	91	18	1	0,1	99,8
19	19	1,5	92,5	22	1	0,1	99,9
20	31	2,5	95	25	1	0,1	100
21	11	0,9	95,9	celkem	1124	100	
22	8	0,6	96,5				
23	8	0,6	97,1				
24	5	0,4	97,5				
25	9	0,7	98,3				
26-30	11	0,9	99,1				
31-40	8	0,8	99,8				
48	1	0,1	99,8				
50	1	0,1	99,9				
60	1	0,1	100				
celkem	1260	100					

Pouze něco přes polovinu respondentů, tedy 52% žen a 57% mužů si při první masturbaci uvědomovalo, že jde o sexuální chování. Ostatní si toho tehdy vědomi nebyli.

Tabulka 39; Uvědomoval(a) jste si hned při první masturbaci, že jde o součást sexuálního chování?

	ženy		muži	
	četnost	%	četnost	%
ano	659	52,3	644	57,4
ne	601	47,7	477	42,6
celkem	1260	100,0	1121	100

3.4.4.2. Masturbace a orgasmus

Respondentek - žen jsme se ptali, jak často dosahují při masturbaci orgasmu. 14% respondentek jej takto dosahuje každý den. Necelá třetina několikrát za týden a další necelá třetina několikrát za měsíc. Pokud tyto skupiny sloučíme, vychází, že tři čtvrtiny respondentek dosahují masturbací orgasmu více než jednou za měsíc. Méně často dosahuje orgasmu 20,3%. 4,2% masturbujících respondentek nedosahuje při onanii orgasmus.

Tabulka 40; Při masturbaci dosahují orgasmu:

	četnost	%	kumul. %
denně anebo vícekrát denně	176	14,0	14,0
2x nebo vícekrát za týden	368	29,2	43,2
několikrát měsíčně, nejvíce 1x za týden	407	32,3	75,5
několikrát za rok, nejvíce 1x za měsíc	202	16,0	91,5
méně než 1x ročně	54	4,3	95,8
vůbec nikdy	53	4,2	100
Celkem	1260	100,0	

Vyjádřeno v procentech, dosáhly tři čtvrtiny respondentek v posledním roce orgasmu při 90-100% masturbací,

desetina při 75% masturbací a menší část respondentek jej dosáhla při 50 nebo 25% masturbací. 5,3% masturbujících žen orgasmu nedosahovalo.

91, 5% mužů dosáhlo orgasmu téměř při všech, tedy v 90-100% masturbací. Asi 6% mužů přibližně ve třech čtvrtinách případů a 1,5% v polovině.

Tabulka 41; Vyjádřeno v procentech jsem při masturbaci v průběhu minulého roku dosáhl (a) orgasmu:

Ženy	četnost	%	kumul. %
v 90 - 100%	953	75,6	75,6
asi v 75%	127	10,1	85,7
asi v 50%	54	4,3	90
asi v 25%	59	4,7	94,7
v 0 %	67	5,3	100
Celkem	1260	100	

Muži	četnost	%	kum. %
v 90 - 100%	1027	91,5	91,5
asi v 75%	68	6,1	97,6
asi v 50%	17	1,5	99,1
asi v 25%	5	0,4	99,6
v 0%	5	0,4	100,0
celkem	1122	100	

H10: Procento masturbací, při nichž ženy a muži v posledním roce dosáhli orgasmu, se liší.

Rozdíl mezi muži a ženami v tom, jak často dosahují při masturbaci orgasmu, se signifikantně liší na hladině významnosti $p=0,05$. Muži dosahují i při masturbaci orgasmu snadněji.

Následující tabulka ukazuje, jak často masturbují ženy, které uvedly, že při masturbaci v posledním roce dosáhly orgasmu v 0%. Třetina z nich masturbuje nejméně několikrát za měsíc. Mezi muži bylo 5 takových, kteří masturbují, ačkoli

při tom v posledním roce nedosáhli orgasmu. 2 z nich masturbují méně, než 1x ročně, jeden několikrát za měsíc a dva denně nebo vícekrát denně.

Tabulka 42; Orgasmus 0% - K masturbaci u mne dochází:

	četnost	%	kumul. %
denně anebo vícekrát denně	4	6,0	6,0
2x nebo vícekrát za týden	7	10,4	16,4
několikrát měsíčně, nejvíce 1x za týden	11	16,4	32,8
několikrát ročně, nejvíce 1x za měsíc	20	29,9	62,7
méně než 1x ročně	25	37,3	100,0
Celkem	67	100	

Respondentů mužů jsme se ptali, jak často, zažívají při masturbaci orgasmy bez ejakulace. Ani při masturbaci nejsou suché orgasmy příliš běžné, když aspoň někdy je prožívá asi pětina mužů. 80,7 procenta je neprožívá nikdy, 14,5 procenta asi v 5-15% masturbací, 2,6 procenta asi při čtvrtině masturbací, 0,7 procenta v polovině případů, 0,6 procenta při třech čtvrtinách masturbací a necelé procento téměř vždy, tedy v 90-100% masturbací.

Tabulka 43: MUŽI Někteří muži mívají tzv. suché orgasmy - tedy orgasmy bez ejakulace. Vyjádřeno v procentech, jak často k tomu dochází u vás při masturbaci?

Muži	četnost	%	kumul. %
asi v 90-100%	10	0,9	0,9
asi v 75%	7	0,6	1,5
asi v 50%	8	0,7	2,2
asi v 25%	29	2,6	4,8
asi v 5-15%	163	14,5	19,3
v 0% (nikdy)	906	80,7	100,0
Celkem	1123	100,0	

H11: Ženy respektive muži dosahují orgasmu snáze při masturbaci než při souloži

Následující dvě tabulky zahrnují pouze osoby, které mají zkušenost jak se souloží, tak s masturbací.

S použitím Man-Whitney U testu se bylo zvláště u žen a zvláště u mužů zjištěno, že procento souloží respektive masturbací, při nichž v posledním roce dosáhli orgasmu, se signifikantně liší na hladině významnosti $p=0,01$. Obě pohlaví dosahují orgasmu snáze při masturbaci než při souloži. Zároveň zde byla u obou pohlaví zjištěna korelace (ženy: $R_s=0,728$, muži $R_s=0,135$)

Tabulka 44; Vyjádřeno v procentech jsem při souložích resp. masturbacích uskutečněných v minulém roce dosáhl(a) orgasmu:

ženy	soulož		masturbace	
	četnost	%	četnost	%
orgasmus v				
v 90 - 100%	360	29,8	923	76,3
asi v 75%	295	24,4	122	10,1
asi v 50%	163	13,5	49	4,1
asi v 25%	235	19,4	54	4,5
v 0%	156	12,9	61	5
celkem	1209	100	1209	100

muži	soulož		masturbace	
	četnost	%	četnost	%
orgasmus v				
v 90 - 100%	839	81,5	948	91,9
asi v 75%	111	10,8	62	6,0
asi v 50%	25	2,4	14	1,4
asi v 25%	19	1,8	3	0,3
v 0%	35	3,4	4	0,4
celkem	1029	100	1031	100

Dále jsme se zajímali o to, zda se nějak liší orgasmus prožívaný při masturbaci od orgasmu zažívaného při souloži. Většina respondentů, tedy 81 procent žen a 77 procent mužů, odpověděli, že ano.

Tabulka 45; Liší se Váš orgasmus při souloži a při masturbaci?

	ženy		Muži	
	četnost	%	četnost	%
ano	909	81,6	783	76,8
ne	205	18,4	237	23,2
celkem	1114	100	1020	100

Těch, kteří na předchozí otázku odpověděli kladně, jsme se ptali, jak se orgasmy od sebe liší. Zda délkou, intenzitou nebo obojím. V odpovědích se objevují nejrozličnější kombinace, podle všeho je tato záležitost individuálně velice odlišná. Tři ženy zaškrtnuly všechny možnosti zároveň a 10 mužů naopak označilo, že ani délkou, ani intenzitou.

Ženy nejčastěji, tedy ve 25,4 procentech, vybraly, že orgasmus při masturbaci je silnější. Jen o trochu nižší počet respondentek, 23,8 procenta, vybral možnost, že je orgasmus naopak při masturbaci slabší. Další respondentky volily možnost při masturbaci kratší a slabší, 17,4 procenta, následováno opačnou variantou, při masturbaci delší a silnější u 10,5 procenta respondentek. Následující tabulka ukazuje situaci v případě žen.

Tabulka 46; ŽENY Jak se liší Váš orgasmus při souloži a při masturbaci?

ženy	četn.	%	kum.%
při masturbaci je delší + intenzitou ne	45	5,3	5,3
při masturbaci je delší + při masturbaci je silnější	90	10,5	15,8
při masturbaci je delší + při masturbaci je slabší	20	2,3	18,1
při masturbaci je kratší + intenzitou ne	82	9,6	27,7
při masturbaci je kratší + při masturbaci je silnější	46	5,4	33,1
při masturbaci je kratší + při masturbaci je slabší	149	17,4	50,5
délkou ne + při masturbaci je silnější	217	25,4	75,8
délkou ne + při masturbaci je slabší	204	23,8	99,6
délkou různě + intenzitou různě	3	0,4	100
celkem	856	100	

U mužů jsme zaznamenali odlišné odpovědi. Více než 68 procent respondentů uvedlo, že orgasmus je při masturbaci kratší a slabší. Necelých deset procent volilo variantu opačnou, tedy při masturbaci delší a silnější. 8,4 procenta mužů prožívá při masturbaci delší, ale slabší orgasmus než při souloži a 6,8 procenta naopak kratší a silnější. Podrobnější výsledky uvádíme v tabulce a zobrazujeme v grafech níže.

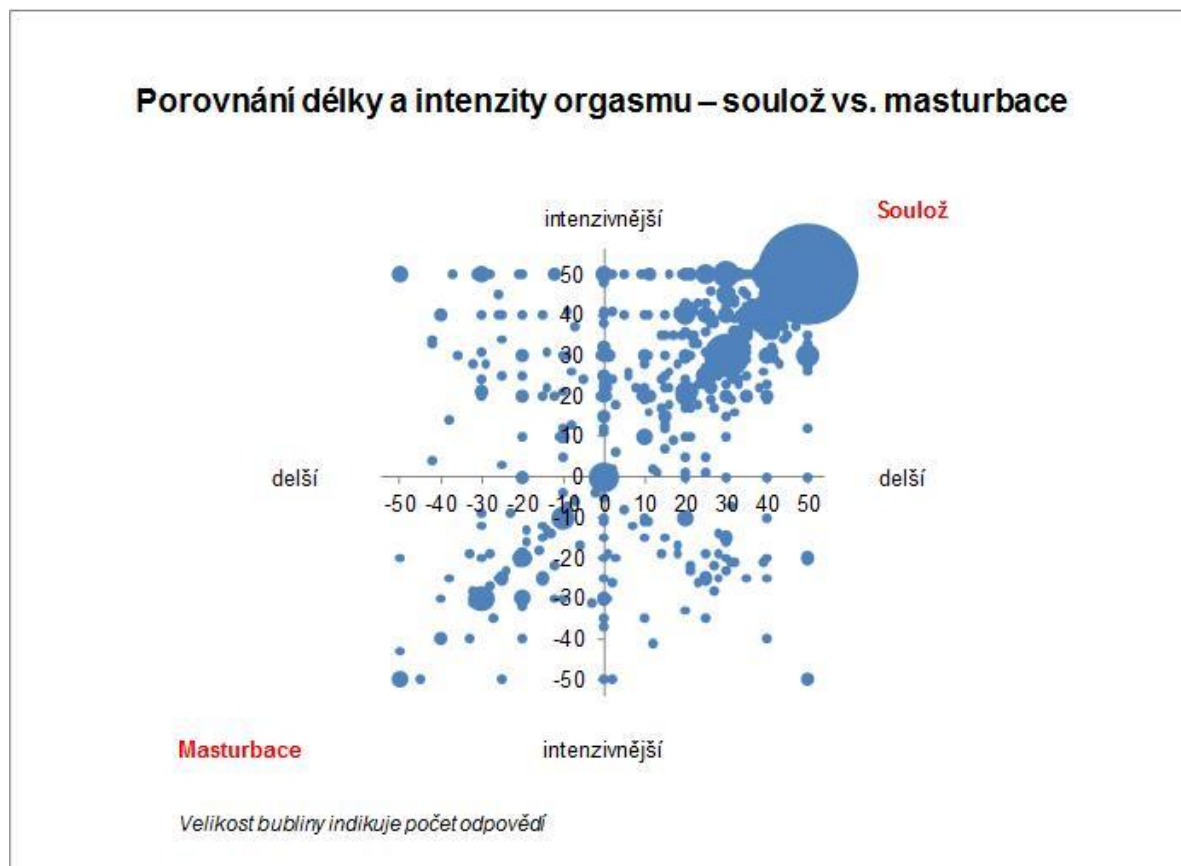
Tabulka 47; MUŽI Jak se liší Váš orgasmus při souloži a při masturbaci

muži	četn.	%	kum. %
při masturbaci je delší + intenzitou se neliší	3	0,4	0,4
při masturbaci je delší + při masturbaci je silnější	73	9,8	10,2
při masturbaci je delší + při masturbaci je slabší	63	8,4	18,6
při masturbaci je kratší + Intenzitou se neliší	4	0,5	19,1
při masturbaci je kratší + při masturbaci je silnější	51	6,8	25,9
při masturbaci je kratší + při masturbaci je slabší	510	68,2	94,1
délkou se neliší + při masturbaci je silnější	11	1,5	95,6
délkou se neliší + při masturbaci je slabší	23	3,1	98,7
délkou se neliší + intenzitou se neliší	10	1,3	100
celkem	748	100	

Tabulka 48: Graf porovnání délky a intenzity orgasmu při souloži a masturbaci - muži vs. ženy



Tabulka 49; MUŽI Graf porovnání délky a intenzity orgasmu při souloži a masturbaci (detail) :



3.4.4.3. Způsoby masturbace

Způsoby masturbace se u žen a u mužů nutně odlišují. Budeme se tedy nejdříve věnovat způsobům masturbace u jednoho a poté u druhého pohlaví.

Někdy v životě již při masturbaci využilo dráždění klitorisu 89,1 procent žen. 61 procent někdy využilo dráždění v pochvě a necelých 49 procent kombinaci obojího současně. Pokud položíme otázku tak, čeho ženy využívají nejčastěji, pak více než dvě třetiny respondentek odpoví, že drážděním klitorisu a dalších 27 procent současným drážděním klitorisu a v pochvě. Pouze necelých pět procent žen preferuje samotné dráždění v pochvě.

Pokud jde o způsob masturbace, využívá více než polovina respondentek nejčastěji stimulování klitoridální oblasti prsty. Přibližně osm procent respondentek využívá techniky vkládání předmětů do vagíny, polštář nebo deku mezi nohama a dráždění vnějších částí genitálu. Kromě technik uvedených v tabulce 32 respondentky uváděly také dráždění anální oblasti a bradavek, dráždění hráze a hýždí, hlazení stehen, obličeje a celého těla, dráždění genitálií třením o pevný předmět (nábytek, zábradlí), popotahování kalhotek, olizování si prstů, zavěšení na hrazdě nebo šplhání na tyči (viz níže), slovní povzbuzování, samotný svalový tonus a pouhou fantazií.

Tabulka 50; ŽENY Při masturbaci jsem již někdy využila - zaškrtněte všechny vhodné možnosti:

Ženy	četnost	%
dráždění klitorisu	1106	89,1
dráždění v pochvě	758	61,0
dráždění v pochvě se současným drážděním klitorisu	604	48,7
Celkem	1241	

Tabulka 51; ŽENY Při masturbaci preferuji - vyberte nejčastější způsob:

Ženy	četnost	%	kumul. %
dráždění klitorisu	842	68	68
dráždění v pochvě	61	4,9	72,9
dráždění v pochvě se současným drážděním klitorisu	336	27,1	100
Celkem	1239	100	

Tabulka 52; ŽENY Nejčastěji masturbují - vyberte jednu možnost:

Ženy	četnost	%
stimulováním klitoridální oblasti prsty	693	55,0
vkládáním předmětů do vagíny	101	8,0
s polštářem nebo dekou mezi nohama	99	7,9
drážděním vnějších částí genitálu vibrátorem	96	7,6
stimulací vchodu vagíny	87	6,9
stimulací proudem vody	46	3,7
manipulací Venušíným pahorkem	33	2,6
třením stehen o sebe	31	2,5
třením o prostěradlo	23	1,8
popotahováním velkých a malých pysků	20	1,6
vsedě kolíbáním dopředu dozadu	11	0,9
další způsoby	20	1,5
Celkem	1260	100

Protože techniku zavěšení na hrazdě nebo šplhání na tyči neobsahovala žádná námi prostudovaná literatura, přikládám doslovný popis od respondentky:

„Příjemný pocit se poprvé dostavil na 1. stupni ZŠ při šplhu v tělocviku, kdy kromě stažení svalů pochvy, docházelo také ke tření klitorisu. Tento pocit jsem okamžitě toužila zopakovat a tak jsem pátrala v knihách. Na základě informací z knížek o lidské sexualitě jsem se postupně naučila pracovat se svaly v pochvě, které mě při intenzivním stažení stimulují natolik, že vyvrcholím. Nedotýkám se rukama, pouze se zavěším a přitáhnou např. na hrazdě. Myslím na lidi, které mám ráda a soustředím se. Vznikne svalové napětí, při kterém se stáhnou i svaly v pochvě. Orgasmus přichází cca do 60 vteřin! Po něm se pustím a přichází celkové uvolnění a doslova příliv energie. Tuto zkušenost jsem sdílela asi se třemi ženami a jedním bisexuálním mužem, kteří mi popsali podobné praktiky.“

V následujících otázkách respondentky vybíraly, co při masturbaci využívají a co využívají nejčastěji. 93,3

procenta respondentek někdy využívá vlastní ruku, 48,6 procenta proud vody a 37,1 vibrátor nebo umělý penis.

Nejčastěji používají více než tři čtvrtiny respondentek vlastní ruku, 11,4 procenta proud vody a 9,5 procenta vibrátor nebo umělý penis.

V doplňující otázce mohly ženy napsat, co dalšího ještě používají. Objevovaly se zde nejrůznější předměty falického tvaru, například různé druhy zeleniny, deka nebo polštář, erotické pomůcky, nábytek, omyvatelné předměty denní potřeby (například propisovačka) a různé vibrující přístroje (elektrický zubní kartáček, míchátko na kávu, automatická pračka, vzduchovací strojek od akvária).

Tabulka 53; ŽENY K onanii používám - zaškrtněte všechny vhodné možnosti:

ženy	četnost	%
vlastní ruku	1158	93,3
proud vody	603	48,6
vibrátor nebo umělý penis	460	37,1
Jiné	91	7,3
Celkem	1241	

Tabulka 54; ŽENY Nejčastěji k onanii používám - vyberte jednu možnost:

ženy	četnost	%	kumul.%
vlastní ruku	976	77,5	77,5
proud vody	142	11,3	88,8
vibrátor nebo umělý penis	119	9,4	98,2
Jiné	23	1,8	100
Celkem	1260	100,0	

Muži při onanii dráždí penis v celé délce nebo různé jeho části. Tabulka 51 ukazuje, které části muži již někdy dráždili - tedy při možnosti více odpovědí a tabulka 52 vyjadřuje, jakou oblast dráždí nejčastěji, tedy co zvolili, když mohli vybrat jen jednu odpověď. Více než polovina mužů

preferuje dráždění penisu v celé jeho délce. Další asi čtvrtina preferuje dráždění pouze žaludu, osm procent dráždění uzdičky a přibližně 1,5 procenta dráždění u kořene penisu a varlat. Další možnosti preferuje pouze malá část respondentů.

Tabulka 55; MUŽI Jaké oblasti těla jste již při masturbaci někdy dráždil? (označte všechny využitě odpovědi)

muži	%	četnost
dráždění v celé délce penisu	83	936
dráždění žaludu	80	905
dráždění předkožky	63	710
dráždění varlat	59	667
dráždění u kořene penisu	52	588
dráždění uzdičky	50	560
dráždění řitního otvoru	41	462
dráždění pouze fantazií - bez dotyku	32	361
dráždění prsních bradavek	25	281
dráždění ústí močové trubice	23	259
dráždění třísel	18	201
jiné	2	24
jiné - specifikovali prostatu	1	11

Tabulka 56: MUŽI Jaké oblasti těla při masturbaci dráždíte nejčastěji? (vyberte jednu možnost):

muži	četnost	%	kumul.%
dráždění v celé délce penisu	622	55,5	55,5
dráždění žaludu	288	25,7	81,3
dráždění předkožky	93	8,3	89,6
dráždění uzdičky	55	4,9	94,5
dráždění u kořene penisu	18	1,6	96,1
dráždění varlat	16	1,4	97,5
dráždění prsních bradavek	8	0,7	98,2
dráždění pouze fantazií - bez dotyku	8	0,7	98,9
dráždění řitního otvoru	4	0,4	99,3
dráždění ústí močové trubice	3	0,3	99,6
dráždění třísel	2	0,2	99,7
jiné	3	0,3	100
celkem	1120	100	

Při masturbaci muži jednoznačně nejčastěji využívají vlastní ruku. Pokud dostali možnost více odpovědí,

vybírali i proud vody, kolébání, které způsobuje tření bez dotyku rukou, umělou vaginu nebo masturbační vajíčko, srolovaný ručník, deku nebo polštář a výjimečně nafukovací pannu. U odpovědi „jiné“ mohli specifikovat a zde uváděli anální dráždění či dráždění prostaty.

Tabulka 57: MUŽI Co při masturbaci využíváte nejčastěji? (vyberte jednu možnost):

muži	četnost	%
vlastní ruku	1085	96,9
kolébání se nebo pohybování, takže dochází k tření i bez dotyku rukou	12	1,1
umělou vaginu	6	0,5
proud vody	6	0,5
deku nebo polštář	4	0,4
masturbační vajíčko	2	0,2
další způsoby	5	0,4
celkem	1120	100,0

Tabulka 58; MUŽI Co při masturbaci využíváte? (označte všechny odpovídající možnosti)

muži	četnost	%
vlastní ruku	1116	99
umělou vaginu	102	9
srolovaný ručník	23	2
deku nebo polštář	42	4
nafukovací pannu nebo jinou nápodobu celého těla	8	1
masturbační vajíčko	63	6
proud vody	145	13
kolébání se nebo pohybování, takže dochází k tření i bez dotyku rukou	107	10
něco jiného	38	3

Penis nejčastěji dráždí 81,7 procenta mužů po celém obvodu a 13 procent shora a zespodu. Další varianty vybíral menší počet respondentů a naleznete je v tabulce níže.

**Tabulka 59; MUŽI Jakým způsobem při masturbaci nejčastěji dráždíte penis?
(vyberte jednu možnost)**

muži	četnost	%
po celém obvodu penisu	910	81,7
shora a zespodu	152	13,6
ze stran	22	2,0
tření o podložku	13	1,2
pouze zespodu	11	1,0
jinak	6	0,5
celkem	1114	100

Pokud jde o polohu, odpovídaly nám ženy i muži. 59,5 procenta žen masturbuje nejčastěji vleže na zádech, 20,5 procenta vleže na břiše, 14,8 procenta vsedě, 3,4 procenta vleže na boku a dvě procenta ve stoje.

Mezi muži jsou oblíbené polohy pro onanii odlišné. 44,4 procenta mužů preferuje onanovat vsedě. Necelých 38 procent mužů masturbuje vleže na zádech, necelých 10 procent nejčastěji ve stoje, pět procent vleže na boku a něco málo přes jedno procento získala každá z dalších možností, tedy vleže na břiše a nějak jinak.

Tabulka 60; ŽENY V jaké poloze masturbujete nejčastěji?

ženy	četnost	%
vleže na zádech	735	59,2
vleže na břiše	254	20,5
v sedě	184	14,8
vleže na boku	42	3,4
ve stoje	26	2
celkem	1241	100,0

Tabulka 61: MUŽI V jaké poloze masturbujete nejčastěji?

muži	četnost	%
v sedě	498	44,4
vleže na zádech	425	37,9
ve stoje	111	9,9
vleže na boku	57	5,1
vleže na břicho	14	1,2
jinak	16	1,4
celkem	1121	100

Další naše výzkumná otázka se týkala toho, kolik žen a mužů při masturbaci využívají erotické (pornografické) materiály. Nejdříve opět popíšeme, jak vypadá situace u žen. 18,1 procenta respondentek tyto materiály využívá často, necelá polovina je využívá občas. Sloučíme-li tyto dvě odpovědi, zjistíme, že dvě třetiny žen takové materiály někdy využívají.

U mužů v našem výzkumném vzorku využívalo často erotické a pornografické materiály 78 procent a občas dalších 19,3 procenta, dohromady tedy 97,3 procenta mužů materiály někdy využívá. Srovnání obou pohlaví je zobrazeno v tabulce níže.

Tabulka 62; Používáte při onanii nějaké erotické (pornografické) materiály?

	ženy		muži	
	četnost	%	četnost	%
ano, často	228	18,1	877	78
ano, občas	602	47,8	217	19,3
nikdy	430	34,1	30	2,7
celkem	1260	100	1124	100

Mužům, kteří uvedené materiály využívají, jsme položili doplňující otázku, jaký typ materiálů to jak často bývá. Nabídli jsme možnosti video, fotky, texty a pouze zvuk a

muži mohli na škále od 0 do 5 bodů zaznamenat frekvenci každého z těchto zdrojů. Nejvíce bodů získalo video, v průměru 4,6 z pěti možných. Na druhém místě se umístily fotografie s průměrem 2,3 bodu, texty získaly necelý jeden bod a varianta „pouze zvuk“ půl bodu.

Tabulka 63; MUŽI Z toho jak často který typ materiálu (min 0- max 5)

Muži	
video	4,6
fotky	2,3
texty	0,9
pouze zvuk	0,5
celkem	1094

H17: liší se procento žena a mužů, kteří při masturbaci využívají pornografické materiály.

Na hladině významnosti $p < 0,001$ jsme zaznamenali signifikantní rozdíl mezi ženami a muži v tom, kolik jich při masturbaci využívá pornografické materiály. $X = 479,6$

Respondentů obou pohlaví jsme se dále ptali, zda někdy spojili masturbaci se sebepoškozováním a v případě, že ano, tak s jakým. Na otázku kladně odpovědělo 3,3 procenta žen a 5,6 procenta mužů. Dvě respondentky se při masturbaci řezaly, 20 respondentek uvedlo masochistické praktiky, například spanking nebo škrábání se. Muži uváděli pestřejší škálu technik: škrábání se, v některých případech až do krve, kousání se, zaškrcování pohlavních orgánů, údery nebo bolestivý tlak na pohlavní orgány, poškození žaludu, řezání se, svazování se, dotek ostrým předmětem, škrčení se druhou rukou, přiškrcování se na klíce či jiné způsoby asfyxie, bití páskem, pálení o topení, pálení kopřivami, propichování varlat jehlami, propichování bradavek jehlami, kolíčky na bradavkách, elektrotortura, polévání voskem, vkládání předmětů do močové

trubice nebo nepříjemných předmětů do análního otvoru, bolestivé polohy těla a způsobení si bolesti na prostatě.

Tabulka 64; Spojil(a) jste někdy masturbaci se sebezkočováním?

	ženy		muži	
	četnost	%	četnost	%
ano	42	3,3	63	5,6
ne	1218	96,7	1062	94,4
celkem	1260	100	1125	100

3.4.4.4. Masturbace a další osoby

Více než polovina respondentek někdy masturbovala před další osobou. V doplňující otázce ve valné většině případů uvedly, že šlo o jejich partnera. Některé ale také masturbovaly před kamarádkou anebo ještě v dětském věku před rodinnými příslušníky. Některé respondentky také upřesnily, že tak činily v rámci „sexu po internetu“.

Z mužů masturbovalo před nějakou další osobou 71,6 procenta a z toho 62,3 procenta před partnerkou, 4,3 procenta před partnerem, 12,7 procenta před přáteli, 1,1 procento před sourozenci a 3,6 procenta před někým jiným (měli v této otázce možnost více odpovědí). Někteří muži odpověď doplňovali poznámkou, že poměrně často provozují masturbaci během eroticky laděného telefonátu se svou partnerkou.

Tabulka 65; Masturboval(a) jste někdy před nějakou další osobou?

	ženy		muži	
	četnost	%	četnost	%
ano	677	53,7	808	71,6
ne	583	46,3	320	28,4
celkem	1260	100	1128	100

Tabulka 66; MUŽI O koho se jednalo? (možnost více odpovědí)

Muži	četnost	%
šlo o partnerku	703	62,3
šlo o sourozence	12	1,1
šlo o přítele	143	12,7
šlo o rodiče	1	0,1
šlo o partnera	49	4,3
šlo o někoho jiného	41	3,6

Odpověď, že šlo o někoho jiného, mohli muži doplnit slovním popisem, o koho se jednalo. Uváděli například cizí ženu/muže v klubu či gay klubu, cizí osobu přes webkameru, milenku, spolužáky při společné masturbaci, další gaje při společné masturbaci, lidi na swingers party, sestřenici, účastníky tantrického semináře ve skupině, náhodnou svědkyni či svědka nebo také „před milencem partnerky“ či „těch bylo (učitelé, kolegové, pornoherci)“.

H18: Liší se procento žen a mužů, kteří se za onanii stydí.

Zajímalo nás, zda se naši respondenti za onanii stydí a zda je v tomto ohledu rozdíl mezi pohlavími. Studie pociťuje 14,8 procenta žen a 9,4 procenta mužů.

Statisticky jsme testovali rozdíl mezi pohlavími v této otázce. Na hladině významnosti $p < 0,001$ jsme zaznamenali signifikantní rozdíl v tom, kolik žen a mužů se za masturbaci stydí. Žen se stydělo více než mužů.

($\chi^2=16,388$)

Tabulka 67; Stydíte se za masturbaci?

	ženy		muži	
	četnost	%	Četnost	%
ano	187	14,8	106	9,4
ne	1073	85,2	1022	90,6
celkem	1260	100	1128	100

Na následující tři otázky již odpovídaly i ženy a muži, kteří samy nemasturbují.

Přibližně 72 procent žen a 80 procent mužů z našeho výzkumu masturbaci považuje za přirozenou součást zdravé sexuality. Pro asi 23 procent žen a 14 procent mužů je to neškodná nouzová varianta, při nedostatku partnerského sexu. Necelá tři procenta žen a pět procent mužů považují onanii za neškodný zlovyk. Za neslušnou a nevhodnou variantu, které by se člověk měl vyvarovat, ji považuje jedno procento žen a rovněž jedno procento mužů. A podle několika málo respondentek a respondentů by se člověk měl masturbace rozhodně vyvarovat, neboť je škodlivá.

Tabulka 68; Jaký je Váš postoj k masturbaci?

	ženy		muži	
	četnost	%	četnost	%
masturbace je škodlivá, člověk by se jí měl rozhodně vyvarovat	12	0,9	6	0,6
je neslušná, nevhodná, člověk by se jí měl vyvarovat	13	1	11	1
je to zlovyk, ale nikomu neškodí	37	2,8	54	5
je to neškodná nouzová varianta při nedostatku partnerského sexu	306	22,9	150	13,8
je to přirozená součást zdravé sexuality	971	72,5	867	79,7
celkem	1339	100	1088	100

Dále jsme se zajímali o to, zda lidé o masturbaci s někým hovoří. Obecně se dá říci, že muži na tuto otázku odpovídají kladně častěji, než ženy.

Se svým partnerem či partnerkou někdy mluví masturbaci necelých 60 procent žen a 74 procent mužů. Čtyřicet procent respondentek a asi 71 procent respondentů o ní mluvilo s přáteli. Necelých pět procent žen a 10,4 procenta mužů probíralo onanii se svými sourozenci. Asi 3 procenta žen a osm procent mužů o masturbaci mluví s rodiči, 1,7 procenta žen a

5,4 procenta mužů s nějakým odborníkem a kolem tří procent od každého pohlaví s někým dalším. Rozdílné je procento respondentek a respondentů, kteří na toto téma nikdy s nikým nemluví. Je to téměř třetina žen, tedy přesně 27,6 procenta, a jen 8,2 procenta mužů.

Odpověď „mluvím o masturbaci s někým jiným“ mohli respondenti doplnit slovní odpovědí. V té uváděli faráře, psychoterapeuta, děti, tantrického instruktora, tantrickou masérku, terapeutickou skupinu či mužský kruh, strýce, klienty, neznámé osoby na internetu i při setkáních naživo nebo účastníky besedy s Dr. Uzlem.

Tabulka 69; Mluvíte někdy o masturbaci s dalšími osobami? - zaškrtněte všechny vhodné možnosti:

	ženy		muži	
	četnost	%	četnost	%
s partnerkou/partnerem	798	59,6	836	74,1
s přáteli	535	40	799	70,8
se sourozenci	65	4,9	117	10,4
s někým jiným	46	3,4	34	3
s rodiči	37	2,8	92	8,2
s odborníkem	23	1,7	61	5,4
s nikým o tom nemluví	369	27,6	92	8,2
celkem	1339		1128	

Mužů, kteří někdy o masturbaci mluvili, jsme se navíc doptali, jak často na toto téma s někým mluví a zda je již někdy probírali i s nějakým odborníkem či v rámci seberozvojové skupiny. 44,4 procent mužů o onanii mluví několikrát za rok, nejvíce jednou měsíčně. 27,7 procenta méně než jednou ročně a necelých dvacet procent několikrát za měsíc. Častěji o ní s někým mluví jen málo mužů.

Tabulka 70; MUŽI Jak často o masturbaci s někým mluvíte?

muži	četn.	%	kum.%
méně než 1x ročně	285	27,7	27,7
několikrát ročně, nejvíce 1x za měsíc	457	44,4	72,0
několikrát měsíčně, nejvíce 1x z týden	202	19,6	91,7
2x nebo vícekrát za týden	71	6,9	98,5
denně anebo vícekrát denně	15	1,5	100,0
celkem	1030	100,0	

V rámci odborného či rozvojového rozhovoru ji probíralo necelých 17 procent mužů jako prostředek nezlepšení sexuálního života 31,5 procenta jako prostředek osobního rozvoje. Dohromade je to tedy téměř polovina respondentů, kteří a onanii někdy takto mluvili.

Tabulka 71; MUŽI Mluvil jste někdy o masturbaci s nějakým odborníkem nebo v rámci nějaké seberozvojové skupiny jako o prostředku k...

muži	četn.	%	kum.%
zlepšení sexuálního života	15	16,9	16,9
prostředku svého vlastního osobního rozvoje	28	31,5	48,3
ne, nic takového	46	51,7	100,0
celkem	89	100,0	

Na závěr části týkající se masturbace nás zajímalo, zda respondenti někdy viděli masturbovat svou partnerku či partnera a jaké pocity to v nich vyvolalo. 39,4 procenta žen a třetina mužů jej nebo ji nikdy nevidělo. Z těch, kteří ano, to většinu vzrušilo. To se týká asi 45 procent žen a asi 58 procent mužů. Asi 10 procent žen a 5 procent mužů to sice vidělo, ale nechalo je to chladnými. Poměrně malé procento žen i mužů se stydělo, zlobilo anebo se jim to hnusilo. Podrobnější výsledky naleznete níže v tabulce.

**Tabulka 72; Viděl(a) jste někdy masturbovat svého partnera/partnerku?
Jaké jste měl(a) pocity? (možnost více odpovědí)**

	ženy		muži	
	četnost	%	četnost	%
ne, neviděl(a)	528	39,4	376	33,3
ano, styděl(a) jsem se	30	2,2	26	2,3
ano, hnusilo se mi to	15	1,1	12	1,0
ano, vzrušilo mne to	607	45,3	654	57,9
ano, rozzlobilo mne to	24	1,8	3	0,2
ano, nic to se mnou nedělalo	135	10,1	57	5,3
celkem	1339		1128	

3.4.4.5. Masturbační fantazie

Poslední část výzkumu se týkala fantazií, které ženy a muži mívají během masturbace. Respondenti zde mohli zaškrtnout více možností. Fantazie byly rozděleny do dvou otázek podle objektů (osob), které se ve fantazii vyskytují a aktivit, které se v ní odehrávají. Respondenti mohli u obou otázek označit více odpovědí.

Pokud jde o objekty, týkaly se fantazie žen i mužů nejčastěji někoho jiného, než je jejich partner či partnerka. Takové fantazie někdy mívají více než dvě třetiny respondentek a 92 procent z respondentů, kteří fantazie při masturbaci někdy mívají. U mužů byla otázka navíc upřesněna rozdělením na známé a neznámé ženy. 80 procent mužů si někdy předsatvuje při masturbaci ženu, kterou zná, ale nejedná se o jejich partnerku, a 54 procent mužů neznámou ženu. Druhou pozici zaujaly u obou pohlaví fantazie o sexu s vlastním partnerem či partnerkou. U žen ji označilo necelých 66 procent, u mužů téměř shodně, tedy 67 procent. 38,7 procenta žen si představuje sex s více muži, sex s více ženami si představuje 58 procent mužů. Fantazii o sexu s osobou stejného pohlaví má třetina žen a 13 procent mužů. Skupinový sex si při masturbaci představuje 23,6 procenta žen a 30 procent mužů.

Muži navíc dostali na výběr i další možnosti. Jednalo se o sex s někým o hodně mladším a sex s někým nezkušeným, kde si každou z těchto variant někdy představuje asi třetina dotázaných, sex s někým slavným, který si stejně jako sex s někým o hodně starším při masturbaci představuje 22 procent mužů. Obraz jiných lidí při sexuálních aktivitách označilo 18 procent respondentů, osm procent mužů označilo sex s někým příbuzným a tři procenta sex se zvířetem. Podrobnější výsledky naleznete v tabulce níže.

Tabulka 73; Při onanii si někdy představuji - zaškrtněte všechny vhodné možnosti:

ženy	četnost	%
sex s jiným mužem	857	68
sex se svým partnerem	830	65,9
sex s více muži	487	38,7
sex se ženou	419	33,3
skupinový sex	297	23,6
celkem	1260	

muži	četnost	%
sex s jinou ženou, kterou znáte	889	80
sex se svojí partnerkou	743	67
sex s více ženami současně	641	58
sex s jinou, neznámou ženou	593	54
skupinový sex	335	30
sex s mužem	156	14
sex s někým o hodně mladším	360	33
sex s někým nezkušeným	332	30
sex s někým slavným	244	22
sex s někým o hodně starším	244	22
obraz jiných lidí při sexuálních aktivitách	203	18
sex s někým příbuzným	92	8
sex se zvířaty	36	3
celkem	1106	

H12: S délkou vztahu se mění frekvence fantazie o vlastním partnerovi/partnerce.

Statisticky jsme zkoumali, zda ženy, které mají fantazie o vlastním partnerovi anebo jiném muži liší podle délky partnerského vztahu. Na hladině významnosti $p < 0,05$ jsme potvrdili signifikantní rozdíl délky partnerského vztahu mezi ženami, jejichž fantazie se týkají jejich partnera a ženami, jejichž fantazie se týkají jiného muže. Jiný muž se častěji vyskytuje ve fantaziích žen, jejichž vztah trvá déle. ($t = -2,246$, $Df = 583$, $p = 0,025$).

Tabulka 74; ŽENY Fantazie a délka partnerského vztahu

ženy	četnost	průměrná délka vztahu v měsících	std. odchylka
partner	279	38,6	63,7
jiný muž	306	51,4	73,4
celkem	585		

Muži si daleko častěji představují jak vlastní partnerku, tak jiné ženy. Rovněž se však podařilo na hladině významnosti $p < 0,01$ prokázat, že muži, kteří měli vztah déle, měli méně často fantazii o sexu s vlastní partnerkou. ($t = 25,806$, $df = 753$, $p < 0,01$).

Pokud jde o aktivity ve fantaziích, představuje si 56,9 procenta žen a 72 procent mužů něžný sex. Fantazie o sexu, při němž jsou v submisivní roli, mívá asi 61 procent žen a 46 procent mužů. Naopak sex v dominantní pozici se představuje 24,4 procenta žen a 69 procent mužů. Pocity bolesti si představuje 11 procent žen a 10 procent mužů. Přibližně jedna třetina respondentek si představuje, že je při sexu pozorována další osobou, z mužů má tuto fantazii 19 procent.

1,3 procenta respondentek a dvě procenta respondentů fantazie během masturbace nemá. Někteří z nich v doplňující otázce napsali, že se věnují pouze svým fyzickým pocitům, jiní uvedli, že „vypnou mozek a nemyslí na nic“. Podrobnější výsledky aktivit v masturbačních fantaziích ukazuje následující tabulka.

Tabulka 75; Při onanii si někdy představuji - zaškrtněte všechny vhodné možnosti:

	ženy		muži	
	četn.	%	četn.	%
něžný sex	717	56,9	798	72
sex, při kterém jsem v submisivní (podřízené) roli	771	61,2	512	46
sex, při kterém jsem v dominantní (nadřízené) roli	308	24,4	768	69
to, že pociťuji bolest	139	11	106	10
to, že partner pociťuje bolest	31	2,5	196	18
to, že jsem znásilňován(a)	301	23,9	124	11
pozorování dalších lidí při sexu	339	26,9	262	24
jsem pozorován při sexu další osobou	429	34	212	19
to, že někoho znásilňuji			186	17
jiné	58	4,6	32	13
celkem	1260	100	1106	100

H13: Fantazie o tom, že pociťuji bolest, se vyskytuje jinak často u lidí, kteří se někdy při masturbaci poškozovali.

Statistickými metodami jsme testovali, zda se fantazie „to, že pociťuji bolest“ objevuje častěji u osob, které se někdy při masturbaci poškozovaly. U žen tato

souvislost prokázána nebyla, nicméně u mužů byl zjištěn signifikantní rozdíl na hladině významnosti $p < 0,01$. Poškozující se muži mají častěji fantazii o bolesti než jiní. ($\chi^2 = 189,991$)

H14: fantazie o tom, že jsem znásilňován, se vyskytuje jinak často u lidí, kteří v minulosti zažili znásilnění, než u těch, kteří je nezažili.

Dále jsme testovali, zda se fantazie „to, že jsem znásilňován (a)“, vyskytuje častěji u lidí, kteří byli v minulosti k pohlavnímu styku přinuceni násilím. U mužů tato souvislost prokázána nebyla. U žen byl zjištěn signifikantní rozdíl na hladině významnosti $p < 0,01$. Znásilněné ženy mívají fantazii, v níž jsou znásilňovány, častěji ($\chi^2 = 7,050$).

H15: Fantazie o tom, že jsem znásilňován, se vyskytuje jinak často u lidí, kteří zažili a sexuální zneužití v dětství, než u těch, kteří je nezažili.

H16: Fantazie o tom, že někoho znásilňuji, se vyskytuje jinak často u lidí, kteří někoho v minulosti přinutili k pohlavnímu styku násilím.

Ani jednu z těchto dvou souvislostí se nám prokázat nepodařilo u žádného z pohlaví.

V doplňující otázce mohli respondenti uvést také uvést, co jiného si představují. Objevovaly se tyto odpovědi: „divoký sex“, „drsnější sex“, „hezké prostředí, milou společnost, vůni“, „svého přítele při souloži s jinou ženou“, „trojku ve fotbalové šatně“, „já a moje partnerka v latexu“, „že jsem muž a mám sex se ženou“, „rozkoš, kterou způsobují partnerce“, „sex na veřejnosti“, „sex se zvířaty“, „že mám málo času a někdo může otevřít dveře do koupelny“.

Muži, kteří někdy fantazii při masturbaci měli, navíc odpovídali na několik dalších otázek. První z nich byla, jak často fantazie při onanii mívají. Výsledky naleznete v tabulce níže.

Tabulka 76; MUŽI Vyjádřete, prosím, v procentech, jak často míváte při masturbaci sexuální fantazie.

muži	četnost	%	kum.%
0-10%	56	5,1	5,1
11-20%	71	6,4	11,5
21-30%	78	7,1	18,6
31-40%	52	4,7	23,3
41-50%	40	3,6	26,9
51-60%	69	6,2	33,1
61-70%	102	9,2	42,4
71-80%	201	18,2	60,5
81-90%	187	16,9	77,5
91-100%	249	22,5	100,0
celkem	1105	100,0	

Dále jsme se zajímali o to, zda mají muži nějakou fantazii, jejíž obsah jim působí nepohodu. Necelých 22 procent mužů uvedlo, že takovou fantazii má. V doplňující otázce někteří z nich popisovali její obsah. Týkal se většinou nějakého násilného sexu a někteří respondenti měli obavy, zda nehrozí, že by jej chtěli zrealizovat. U některých se jednalo o znásilnění, u jiných například rozřezání ženy na kousky. Dále se v odpovědích objevoval styk s ženou anebo mužem, kterého znám, s bývalou přítelkyní, s příbuznými, s dcerou partnerky, s nezletilými anebo naopak starými lidmi, sex se zvířaty, dominantní fantazie s iluzionistou, sadomasochistické fantazie, fekál, zvracení, nekrofilii a umělá prsa. Některým mužům vadí, že si představují sex nebo orální sex s jinou ženou, než svoji partnerku, jiní si naopak představují svou partnerku při sexu s jiným mužem. Poměrně často muži uvádí

„ženy, o kterých bych neměl mít fantazie“ nebo „dívky, o kterých bych neměl mít fantazie. Někteří se vzrušují fantazií s nějakou formou provinění, například nechráněný sex nebo provozování prostituce a jiní si imaginují násilí páchané na nich. Několik mužů uvedlo styk s prostitutkou nebo cizí ženou, někteří muži mají fantazie například o spící vlastní manželce, která neví o tom, že ji penetrují. Anebo o cizí dívce, se kterou si mohou dělat, co chtějí. Někteří muži upřesňovali, co mají ženy v jejich fantaziích na sobě. Několik respondentů uvedlo, že jejich představy neodpovídají legislativě ČR a proto je tedy raději nebudou popisovat.

Tabulka 77; MUŽI Máte nějaké fantazie, jejichž obsah Vám působí vnitřní nepohodu (připadá nevhodná, myslíte, že byste je neměl mít, připadá Vám nějak ohrožující)?

Muži	četnost	%
ano	240	21,9
ne	855	78,1
celkem	1095	100,0

Mužů jsme se na závěr ptali, zda by chtěli znát masturbační fantazie své partnerky či svého partnera a jestli se o nich spolu baví. Necelých 51 procent mužů by fantazie partnerky rozhodně znát chtělo a dalších 37 procent spíše ano. 8,8 procenta mužů si myslí, že je to soukromá věc a proto je znát nechtějí. 3,5 procenta respondentů se obává, že by jim nebylo příjemné znát partnerčiny či partnerovi masturbační fantazie.

Asi třetina mužů se s partnerkou nebo partnerem o svých masturbačních fantaziích baví, další třetina by ráda, ale nemluví spolu o nich. 19,3 procenta mužů je rádo, že se o masturbačních fantaziích s partnerkou či partnerem nebaví a 1,4 procenta uvedla, že o tom spolu sice baví, ale je jim to

nepříjemné. Následující tabulky zobrazují odpovědi na tyto otázky.

Tabulka 78; MUŽI Chtěl byste znát sexuální fantazie své partnerky/partnera?

muži	četn.	%	kum.%
ano, za každých okolností	567	50,9	50,9
spíše ano, ale záleží na obsahu	410	36,8	87,7
ne, myslím, že by mi to nebylo příjemné	39	3,5	91,2
ne, jde o partnerčinu/partnerovu soukromou věc	98	8,8	100
Celkem	1114	100	

Tabulka 79; MUŽI; Bavíte se s partnerkou/partnerem o fantaziích při masturbaci? A jaký je váš postoj k tomu?

muži	četn.	%	kum.%
bavíme a jsem rád	391	35,3	35,3
bavíme, ale je mi to nepříjemné	15	1,4	36,7
nebavíme, ale rád bych	374	33,8	70,5
nebavíme a jsem rád, že tomu tak je	214	19,3	89,8
jiné	113	10,2	100
Celkem	1107	100	

3.5. Diskuze

V této části dáváme naše výsledky do širších souvislostí. Nejprve porovnáme námi zjištěná data s výsledky jiných tuzemských i zahraničních studií, případně se pokusíme o jejich interpretaci. Tato část diskuze bude pro přehlednost členěna do obdobných oddílů jako samotná výsledková část. Dále nastíníme další možné využití zde prezentovaných dat i celého tématu v praxi, a to v oblasti lékařské, terapeutické a poradenské praxe i běžného života. Nakonec upozorníme na možné limity našeho výzkumného projektu a zkusíme navrhnout směry, kterými by se mohl pustit výzkum další.

Pokud jde o porovnání našich výsledků s výsledky dalších autorů, nebude toto srovnání v některých oblastech úplně přesné a to jednak z důvodů interkulturních odlišností a také pro odlišnou strukturu, zaměření a úhel pohledu jiných výzkumných projektů.

3.5.1. Partnerské vztahy a potřeba pohlavního vybití

Většina respondentů má stálý partnerský vztah a to v trvání od 1 měsíce do 44 let. U žen trvá průměrně okolo pěti let a u mužů šest let a devět měsíců. Potřeba pohlavního vybití je odlišná u žen a u mužů a tento rozdíl je signifikantní. Mezi muži potřebuje pohlavní vybití více než polovina každý den, u žen je to pouze necelých 13 procent. Více než polovina respondentek má tuto potřebu 2x a vícekrát za týden, u mužů pocítí potřebu takto často 42 procent. A zatímco téměř třetina žen má zájem o sexuální činnost jednou týdně anebo méně často, mužů jsme takových zaznamenali pouze 5,2 procenta. Tyto výsledky by mohly zhruba odpovídat výsledkům Weisse a Zvěřiny (2001 a 2013),

kteří zjistili průměrnou potřebu pohlavního vybití českých žen 8,6x za měsíc v roce 1993, 8,8x v roce 1998 a 10,2x v roce 2013 a v případě českých mužů 11,5x v roce 1993, 10,8x v roce 1998 a 12,3x v roce 2013.

Vyšší potřeba pohlavního vybití muže souviset se signifikantě vyšší frekvencí masturbace u mužů, ke které se ještě vrátíme níže.

3.5.2. Partnerské sexuální aktivity

3.5.2.1. Frekvence soulože a sexuální vzrušení

95,3 procenta žen a 91,8 procenta mužů z našeho výzkumného vzorku již někdy souložilo. Naprostá většina z nich (asi 97 procent z výše zmíněných) v současnosti udržuje intimní styky. V tuzemském výzkumu Weisse a Zvěřiny z roku 1993 odpovědělo, že již někdy souložilo 91,4 procenta žen a 93,3 procenta mužů. V roce 1993 to bylo 92,8 procenta žen a 91,2 procenta mužů. Vyšší procento pohlavně aktivních žen v našem výzkumu by mohlo být způsobeno naším způsobem sběru dat, do kterého se pravděpodobně zapojily především ženy, které mají k sexualitě pozitivní vztah.

Necelá polovina našich respondentů a respondentek souloží několikrát za týden a necelá třetina několikrát za měsíc. 4,9 procenta respondentek a 4,4 procenta respondentů souloží každý den.

Výsledky můžeme přibližně porovnat se studií Januse a Janusové (1993), podle kterých 41 procent respondentů souloží několikrát týdně, 27 procent asi jednou týdně. Ve výzkumu Januse a Janusové nalezneme vyšší procento mužů i žen, kteří souloží každý den, tedy 8 procent. Ve výzkumu Weisse a Zvěřiny (2001) byla zjišťována frekvence soulože pomocí otázky, kolikrát měsíčně respondenti souloží. V roce 1993 to bylo u žen 8,8x za měsíc, v roce 1998 8,6x za měsíc a v roce 2013 8,4x za měsíc. Muži uvedli v roce 1993 8,4x za

měsíc, v roce 1998 8,9x za měsíc a v roce 2013 9,6x za měsíc. Spira a kol. (1994) uvádí medián počtu pohlavních styků 7 za měsíc v případě francouzských žen a 8 za měsíc v případě francouzských mužů. Michael a kol. (1994) 6 za měsíc u Američanek a 7 za měsíc u Američanů. Johnsonová a kol. (1992) našli znatelně menší frekvenci styků u britské populace 4,7x měsíčně v případě žen a 5x za měsíc v případě mužů.

Vzrušení ženy dosahují především drážděním klitorisu (52 procent), dále pak drážděním klitorisu i pochvy současně (36 procent), drážděním v hloubce pochvy (šest procent) a drážděním poševního vchodu (pět procent). Dvě procenta žen vzrušení nedosahují. Oproti výsledkům Weisse a Zvěřiny (2001, 2013) vyšlo v našem výzkumu o deset procent více žen vzrušivých klitoridálně a v součtu asi o deset procent méně žen dráždivých vaginálně než bylo v prvních dvou průzkumech (1993 a 1998). Při posledním opakování průzkumu zmíněných autorů bylo zaznamenáno dokonce necelých 29 procent žen, které vzrušení dosahují především drážděním pochvy, což je oproti našim výsledkům významný rozdíl.

V našem průzkumu také o tři procenta méně žen odpovědělo, že nejsou vzrušivé vůbec. Tyto rozdíly by mohly být dány tím, že na náš dotazník odpovídaly především ženy s kladným postojem k masturbaci, při níž, jak bylo v tomto výzkumu zjištěno, využívá většina dráždění klitorisu. Rovněž nižší počet nevzrušivých žen v našem vzorku může být vysvětlen tím, že ženy nepocitující vzrušení nemají důvod masturbovat. Mohou tedy i cítit menší zájem o dotazník zabývající se činností, jíž neprovozují.

3.5.2.2. Koitální debut

Nejčastější a také průměrný věk při první souloži u respondentů obou pohlaví je 17 let. Před patnáctým rokem života, tedy ve věku, kdy podle naší legislativy soulož není

ještě povolena, ji uskutečnilo 6,3 procenta žen a 8,4 procenta mužů z našeho vzorku. Necelých 16 procent žen a 14 procent mužů uskuteční první soulož až po 20. roce života. Ve výzkumu Weisse a Zvěřiny (2001, 2013) je nižší procento žen i mužů souložících před 15. rokem života (2 až 2,5 procenta žen a 5,3 procenta mužů v devadesátých letech a 7 procent mužů v roce 2013) a ve výzkumech z let 1993 a 1998 naopak vyšší procento žen, které první soulož uskutečnily až po 20. roce života, tedy 19 procent. Výsledky výzkumu z roku 2013 se však v tomto ohledu našim podobají. Po dvacátém roce souložilo poprvé 16,9 procenta českých žen.

V reprezentativním výzkumu uskutečněném na Slovensku byl nejfrekventovanějším rokem koitarché 18. rok života (Mathé, 2005). V rovněž reprezentativním výzkumu zaměřeném na konzumaci pornografie respondentky uvedly nejčastěji věk první soulože v sedmnácti letech (Chovanec, Weiss, 2017).

Ve výzkumu Januse a Janusové (1993) je zohledněn také aktuální věk respondentů. Ve věkové skupině do 26 let, ve které je největší počet našich respondentek, zaznamenal dokonce 21 procent těch, kteří souložili před 15. rokem života. Po 19. roce života uskutečnilo první soulož 17 procent respondentů, což odpovídá našim výsledkům. Rozdíl oproti prvním dvěma opakováním výzkumu Weisse a Zvěřiny (2001) může být dán posunem, který nastal v časovém odstupu mezi naším a tímto výzkumem. Pro to by svědčilo, že výsledky z posledního opakování jsou našim údajům bližší. Rozdíl může být dán také tím, že náš vzorek není výběrový (například v něm převažují mladší ženy).

3.5.2.3. Počet sexuálních partnerů

Zkoumání počtu sexuálních partnerů se v posledních desetiletích pojí především se šířením pohlavně přenosných nemocí. V zahraničních výzkumech se sledují i

sociodemografické charakteristiky, které mohou mít s počtem sexuálních partnerů souvislost. Průměrný počet sexuálních partnerů v našem výzkumu byl 11,5 v případě žen a necelých 19 v případě mužů, jakkoli nejčastější odpovědí u obou pohlaví je pouze jediný partner. Oproti výzkumu Weisse a Zvěřiny v devadesátých letech (2001) jsme zaznamenali vyšší podíl respondentů obou pohlaví, kteří měli více než 10 sexuálních partnerů. V zahraničních výzkumech ze stejné doby se objevují ještě nižší počty sexuálních partnerů, například Spira a kol. (1994) konstatují průměrný počet partnerů francouzských žen 3,3 a francouzských mužů 11. Průměrný počet sexuálních partnerů Britek udává Johnsonová a kol. (1992) 3,4 a 9,9 u britských mužů.

Pokud však výsledky srovnáme s posledním opakováním tuzemských výzkumů, tedy s rokem 2013 jsou naše výsledky v této oblasti podobnější. Více než 10 partnerů či partnerek mělo 22 procent žen z našeho výzkumu a 16,3 procenta žen z druhého zmíněného šetření a 33,1 procenta mužů z našeho vzorku a 28,5 procent z výzkumu Weisse a Zvěřiny (Weiss, Zvěřina, 2013).

Ve slovenském reprezentativním výzkumu žen z loňského roku pak zazněla otázka položená jiným způsobem, a to kolik partnerů měly respondentky za posledních 12 měsíců. Nejvíce, 62,5 procenta uvedlo jednoho partnera, 23,5 procenta žádného, 9 procent 2-3 partnery, necelá tři procenta 4-7 partnerů a 2,2 procenta 8 a více partnerů (Chovanec, Weiss, 2017).

Co je však shodné jak v našem výzkumu, tak v naprosté většině všech dalších tuzemských i zahraničních výzkumů je odlišný počet partnerek, uvedených muži, od počtu partnerů, uvedených ženami. Tento rozdíl nelze vysvětlit případným odlišným zastoupením homosexuálních respondentů od každého pohlaví. Tento trend je vysvětlován tím, že muži mají tendenci započítávat i nekoitální praktiky, zatímco ženy

pouze vaginální soulož. Zároveň muži zřejmě spíše nadhodnocují a ženy spíše podhodnocují (Smith, 1991). Tato tendence každého pohlaví hodnotit počty partnerů odlišným způsobem může být způsobena odlišnými sociálními stereotypy, které se vážou k promiskuitě žen a mužů. Stále se setkáváme s postojem, že promiskuita či nevěra u mužů je „přirozenější“ než je tomu u žen. Zároveň někteří lidé vnímají vysoký počet partnerek u muže jako prestižní záležitost, něco jako důkaz jeho mužství či úspěšného postavení, zatímco vysoký počet partnerů u ženy nebývá komentován právě lichotivými slovy. Tyto sociální stereotypy pak mohou vést k tomu, že si muži a ženy pro zachování vlastního dobrého přijetí sebe samých vysvětlují své zkušenosti v oblasti sexuálních partnerů odlišným způsobem.

Další vysvětlení nabízejí například autoři Johnsonová a spol. (1992), Morris (1993) a Weiss a Zvěřina (2001), kteří uvádějí, že by na rozdílné počty partnerů mohly mít vliv nezachycené marginální skupiny obyvatelstva, tedy spíše obyvatele, jejichž počet partnerů je vysoce nadprůměrný, ale ve výzkumech obvykle nebývají podchyceny. Příkladem mohou být prostitutky. V našem výzkumu se takto mezi 1268 ženami objevily dvě, které uvedly počet partnerů 1000, zatímco nejčastější odpovědí je, jak již bylo zmíněno, jediný partner a většina žen uvedla pět nebo méně partnerů.

3.5.2.4. Zkušenost se zneužitím a znásilněním

Do 15 let věku bylo dle odpovědí respondentek a respondentů našeho výzkumu zneužito 11,9 procenta dívek a 3,8 procenta chlapců.

Ve výzkumu Weisse a Zvěřiny (2001) to bylo v roce 1993 8,4 procenta žen a 4,6 procenta mužů, v roce 1998 10,4 procenta žen a 7,1 procenta mužů a v opakování výzkumu v roce 2013 to bylo pouze 4,5 procenta žen a 2,5 procenta mužů.

Janus a Janusová (1993) zaznamenali 23 procent žen a 11 procent mužů, uvádějících zkušenost se sexuálním zneužitím.

Zkušenost se znásilněním má podle našich zjištění desetina žen což je podobný výsledek, jako mají tuzemské studie z let 1993 a 2013 (11,6 a 9,2 procenta). Na stejnou zkušenost jsme se v našem výzkumu ptali i mužů a kladně odpověděla tři procenta mužů, což je o něco méně, než v tuzemském výzkumu z roku 2013, kde byl výsledek 4,1 procenta (Weiss, Zvěřina 2013).

Z šetření v roce 2008 pak vychází Krulová a Weiss (2011), kteří uvádějí, že znásilnění zažilo 11 procent žen a 1,6 procenta mužů.

Muži dostali navíc otázku, zda někdy nutili nějakou další osobu násilím ke styku. 2,5 procenta mužů přiznává, že někdy nutilo ke styku ženu nebo ženy, 0,5 procenta jednalo obdobně s mužem. Práce zjišťující výskyt sexuálního násilí v populaci přímo výpovědí pachatelů nacházíme v literatuře sporadicky. Navíc ve studiích, kde výsledky máme, se tyto výrazně liší. Kossová a kol. (1988) tak referují o 20 procentech mužů připouštějících, že někdy nutili partnerku k sexuálním aktivitám. Ve studii Rappaporta a Burkhartha (1984) přiznalo 43 procent mužů donucování partnerky k sexu a z toho 11 procent uvedlo užití fyzické síly. V ČR se v roce 1993 přiznalo k sexuálně agresivním aktivitám 4,3 procenta mužů, v roce 1998 7,9 procenta mužů a v roce 2013 4,6 procenta (Weiss, Zvěřina 2001; Weiss a Zvěřina 2013). Ve výzkumu Mathého (2006) uvedla 2,8 procenta z 887 slovenských mužů, že někdy použili násilí nebo hrozby při nucení jiné osoby k pohlavnímu styku.

O souvislosti zkušeností se sexuálním násilím s masturbací pohovoříme dále, v části diskuze zabývající se onanií. Nyní se však pozastavíme u metodologické problematiky získávání údajů o sexuálním zneužití anebo násilím vynuceném pohlavním styku v osobní historii respondentů.

Odlišných výsledků při zkoumání prevalence sexuálního násilí dosahují různí autoři patrně mimo jiné proto, že je ve výzkumech odlišně definován pojem sexuálního zneužití či znásilnění anebo proto, že si jej respondentky odlišným způsobem vysvětlují (Aguilera, 2000). Na rozdílné definice ve výzkumech této problematiky upozorňují například Mayall a Gold (1995) anebo Sakař (2007). Kromě odlišného pojetí tématu výzkumníky je třeba zmínit i odlišnou interkulturní citlivost na to, co lze již zneužitím anebo znásilněním nazvat, například mezi tuzemskou a americkou populací. Tento rozdíl v chápání pojmu se mohl projevit v odlišném výsledku našeho a amerického výzkumu Januse a Janusové (1993).

Convoy (1993) navíc zdůrazňuje problematiku sebeposuzování a sebehodnocení v kontextu události, se kterou respondenti často nebývají zcela srovnáni. Zpravidla o ní neradi jen přemýšlí, natož aby o ní něco sdělovali dalším lidem či psali do dotazníků. Naopak pachatelé násilného jednání mohou mít výčitky anebo se prostě obávat postižení tohoto jednání a proto se k němu nebudou hlásit ať již důsledkem vnitřního popření, nebo z obav z prozrazení.

3.5.2.5. Sexuální orientace

Za lesbičku se považuje 3,1 procenta respondentek a dalších 8,1 procenta si není zcela jista. Muži označovali svoji sexuální orientaci na škále od 0 do 100 bodů a 6,7 procenta mužů se nacházelo v posledních dvaceti bodech, představující spíše homosexualitu. Tyto výsledky jsou vyšší než ve výzkumu Weisse a Zvěřiny (2001 a 2013), kteří při svém šetření opakovaně zaznamenávají méně než 1,5 procenta homosexuálně orientovaných respondentů. Vysoké procento lesbiček ve zde prezentovaném výzkumu může být způsobeno tím, že se dotazník dostal mezi homosexuálně orientované ženy a muže a ti si jej dále šířili mezi sebou. Svou roli také mohlo

sehrát to, že většina našich respondentů bydlí ve velkém městě, neboť podle Spiry a kol. (1994) je ve městech daleko vyšší zastoupení homosexuálních jedinců než na venkově.

Můžeme však dodat, že námi zjištěné zastoupení homosexuálně orientovaných osob ve vzorku odpovídá údajům zjištěným v některých zahraničních výzkumech, například Fay a kol. (1989) uvádí 3,3 procenta homosexuálních jedinců v populaci a Diamond (1993) 3,1 procenta žen. Obecně se údaje o zastoupení homosexuálních jedinců v populaci zjištěné v různých výzkumech dosti liší.

3.5.3. Masturbační aktivity

3.5.3.1. věk první masturbace, první výron semene u mužů

Podle Kinseyho (1948) souvisí věk první masturbace s věkem, kdy měl muž první výron semene. V jakém věku tedy měli první výron semene muži z našeho vzorku v porovnání s jinými výzkumnými projekty? První výron semene při masturbaci či poluci apod. měli naši respondenti průměrně ve věku 12,6 let a modus byl 13 let. První masturbaci uváděli v necelých dvanácti letech a modus byl rovněž 13 let. Při posledním opakování tuzemského výzkumu Weisse a Zvěřiny (2013) byl nejčastějším věkem prvního výronu rovněž věk 13 let.

Pokud se týká věku první masturbace, je zde situace odlišná u žen a u mužů. Ženy začínají onanovat v rozmezí od narození do 60 let. Průměrný a také nejčastější věk je 13 let. V tomto věku má zkušenost s masturbací více než polovina žen. 12,5 procenta žen však získává zkušenost s masturbací až po 18. roce a některé až po 40. roce života. Naprostá většina chlapců získá zkušenost s onanií mezi osmým a čtrnáctým rokem. Žádný z našich respondentů s ní nezačal později, než ve 25 letech. Průměrný věk první masturbace u mužů je

necelých dvanáct let a modus tvoří stejně jako u žen 13. rok života.

Pokud srovnáme výsledky u žen s výsledky výzkumů v sousedním Slovensku, zaznamenáme výrazný rozdíl. Z výsledků reprezentativního výzkumu z roku 2005 (Máthé) vyplynul průměrný věk první masturbace 17,75 roku. V loňském výzkumu Chovance a Weisse pak bylo průměrným věkem první klitoridální masturbace 17,8 let.

Srovnání dat o věku první masturbace z našeho projektu s údaji z nejznámějších výzkumů uvádíme níže v tabulce.

Tabulka 80; Věk první masturbace, srovnání autorů

věk	Kinsey a kol.	Janus		Weiss, Zvěřina				Tichotová Weiss	
	ženy	ženy	muži	ženy 93	ženy 13	muži 93	muži 13	ženy	muži
3	1%				0,3%			1,6%	0,8%
4					0,1%		0,1%	1,4%	0,9%
5	3%				0,4%		0,3%	3,2%	1,7%
6					0,4%		0,2%	2,8%	2%
7	3%				0,3%		0,2%	1,7%	2,4%
8							1,6%	2,3%	2,4%
9					0,6%		0,7%	2,6%	2,8%
10	6%	19%	19%	9%	2,9%	7%	5,3%	5%	10,8%
11				3%	1,1%	2%	3,7%	4,2%	13,8%
12	6%			7%	6,0%	12%	10,3%	14,5%	21,7%
13		25%	53%	10%	11,0%	19%	16,8%	15,4%	22,5%
14				15%	13,7%	28%	18,2%	11,3%	11,2%
15	9%			13%	16,7%	17%	18,3%	10,2%	5,3%
16		18%	16%	9%	10,3%	10%	8,9%	7,1%	1,2%
17				7%	7,8%	3%	4,7%	4,1%	0,2%
18				4%	5,6%	3%	2,8%	3,6%	0,1%
19					2,1%		1,7%	1,5%	
20	13%				5,2%		1,3%	2,5%	
21		15%	5%		0,6%			0,9%	0,1%
22					0,7%		0,3%	0,6%	
23-25	10%				2,1%		1,0%	1,7%	0,1%
26-30	5%	7%	1%		3,2%		0,2%	0,9%	
31-40	6%				1,4%		0,1%	0,8%	
>40	0%			23%	0,5%	3%	0%	0,2%	0%
nikdy	38%	11%	5%	50%	29,2%	17%	10%	5,9%	0,3%

3.5.3.2. Frekvence masturbace

94,1 procenta respondentek a 99,7 procenta respondentů našeho výzkumu alespoň někdy masturbovalo. Toto číslo je mnohem vyšší než procenta zjištěná v dalších výzkumech sexuálního chování. Opět můžeme porovnat s Weissem a Zvěřinou, v jejichž výzkumu se k masturbaci hlásilo v roce 1993 50 procent žen a 83 procent mužů a v roce 2013 a 58 procent žen a 84 procent mužů v roce 1998 (Weiss a Zvěřina, 2001). Jejich výsledky se blíží reprezentativnímu francouzskému výzkumu Alfreda Spira a kol. (1994), který zachytil 42 procent Francouzek a 84 procent Francouzů. Údaje Michaela a kol. z USA (1994) jsou ještě o něco nižší, nicméně jejich výzkumná otázka se netýkala celkové zkušenosti, ale toho, kdo masturboval v posledním roce. K tomu se hlásilo čtyřicet procent žen a šedesát procent mužů.

Výzkumy z posledních let se však našim výsledkům blíží více. Při posledním opakování reprezentativního českého šetření odpovědělo 70,8 procenta žen a 88,8 procenta mužů, že již někdy onanovali (Weiss a Zvěřina, 2013). V rámci slovenského výzkumu žen z minulého roku se k tomu, že již někdy masturbovali, přihlásilo 86,8 procenta žen, které na otázku týkající se této aktivity odpověděly (Chovanec a Weiss, 2017).

Rovněž frekvence masturbace je vyšší, než v zahraničních výzkumech. 6,2 procenta respondentek uvedlo, že masturbují denně anebo vícekrát denně. 28,8 procenta masturbuje 2x nebo vícekrát za týden, 36,1 procenta jednou týdně až několikrát měsíčně, 17,6 procenta jednou měsíčně až několikrát za rok a 5,3 procenta masturbuje méně než 1x ročně. Z mužů, kteří již někdy masturbovali, tak nadále činí asi 30,7 procenta denně nebo vícekrát denně, asi 53 procent několikrát týdně, 8,3 procenta se pohybuje v rozmezí od několikrát měsíčně po 1x za týden a 6,2 procenta v rozmezí

několikrát ročně až 1x za měsíc. Méně než 1x ročně masturbuje necelé procento mužů a pouze 0,3 procenta z těch, kteří mají s masturbací již nějakou zkušenost, nadále nemasturbuje nikdy.

Oproti tomu Michael a kol. (1994) uvádí, že jednou nebo vícekrát za týden masturbuje 8 procent žen a 28 procent mužů. 2x až 3x za měsíc onanuje 9 procent žen a 12 procent mužů. 6x až 12x za rok masturbuje 10 procent žen a 11 procent mužů. 1x až 5x za rok 15 procent žen a 12 procent mužů.

Podle Janusových (1993) masturbuje denně jedno procento žen a sedm procent mužů, několikrát za týden devět procent žen a 18 procent mužů, týdně 13 procent žen a 22 procent mužů a měsíčně 15 procent žen a osm procent mužů. Zřídka onanuje 34 procent žen a 26 procent mužů a nikdy již zmíněných 28 procent žen a 19 procent mužů.

V českém opakovaném výzkumu sexuálního chování autorů Weisse a Zvěřiny (2001 a 2013) uváděli respondenti, kolikrát za měsíc masturbují. V roce 1993 byl průměrný výsledek 4,08 krát u žen a 6,19 krát u mužů a v roce 2013 byl průměrný výsledek 5,56x u žen a 9,13x u mužů.

Tento rozdíl může být způsoben zčásti posunem ve skutečném sexuálním chování, z části tím, že věkový průměr výběrového vzorku je nižší než v základním souboru, a z části již zmíněnou možností, že lidé s negativním postojem k masturbaci nevyplňovali náš dotazník.

Podstatné byly v naší práci otázky, týkající se souvislostí frekvencí masturbace s jinými proměnnými. Zjistili jsme, že muži masturbují častěji než ženy. Toto je možné vysvětlit vyšší průměrnou potřebou sexuálních činností, kterou jsme u mužů zaznamenali. Vzhledem k tomu, že jejich partnerky mají potřebu nižší, může zde masturbace sloužit k dorovnání potřeby sexuálního vybití. Nabízejí se však i další

možná vysvětlení, například, že muži masturbují více díky tomu, že je v jejich případě tato činnost považována za společensky přijatelnější. Podle Leitenberga a kol. (1993) souvisí tento jev s tím, že i přes sexuální osvětu v posledních letech nejsou ženy stále ochotny přebírat zodpovědnost za svoji sexualitu. Můžeme na tyto autory navázat s úvahou, zda v tomto ohledu nedošlo od doby jejich výzkumu přece jen k posunu, neboť současné výzkumy, jak jsme uvedli výše, zaznamenávají již vyšší frekvenci i vyšší výskyt masturbace u žen, než tomu bylo u šetření z devadesátých let. Vyšší frekvence masturbace u mužů by mohla být spojena i s tím, že muži častěji využívají erotických a pornografických materiálů, jejichž sledování často s masturbací spojují (Whitzer, 2010). V neposlední řadě jsme zaznamenali vyšší frekvenci i u některých minorit v mužském vzorku, například u homosexuálně orientovaných jedinců anebo u těch, kteří byli v dětství sexuálně zneužití. Tito jedinci také přispívají do celkového obrazu vyšší frekvence masturbace u mužů, než jakou nacházíme u žen.

U obou pohlaví se nám podařilo prokázat zápornou korelaci mezi věkem a frekvencí masturbace. Tento jev je možné vysvětlit přirozeným úbytkem sexuální apetence se zvyšujícím se věkem. Druhým možným vysvětlením je, že starší lidé častěji žijí v domácnostech spolu s dalšími osobami, které ubírají soukromí a tedy i příležitosti, pro masturbaci.

Jak u žen, tak u mužů jsme zaznamenali signifikantní rozdíl ve frekvenci masturbace u těch, kteří mají a nemají stálý partnerský vztah. U obou pohlaví byla vyšší frekvence zaznamenána u těch osob, které v současné době stálý partnerský vztah nemají. Tento jev lze snadno vyjádřit tím, že lidé ve vztahu dávají přednost partnerským sexuálním aktivitám před masturbací a pohlavního vybití

dosahují především tímto způsobem. Toto vysvětlení funguje především za předpokladu, že existuje nějaká trvalejší potřeba určité frekvence vybití u určitého jedince. Některé naše respondentky ve slovních komentářích však zmiňovaly, že v jejich případě spíše „s jídlem roste chuť“, že tedy v období, kdy pravidelné vybití mají, mají i častější potřebu dalších styků či masturbace.

Druhým možným vysvětlením nižší frekvence masturbace u osob žijících v partnerském vztahu je opět varianta, že je nižší frekvence dána sníženým počtem příležitostí k této sexuální aktivitě při soužití páru či rodiny v jedné domácnosti.

U žen jsme zaznamenali signifikantně nižší frekvenci masturbace u těch, které v minulosti zažily znásilnění.

U mužů jsme zaznamenali signifikantně vyšší frekvenci masturbace u těch, kteří byli v dětství pohlavně zneužití.

V teoretické části této práce jsme uvedli, jaké důsledky by mohly mít sexuální zneužití anebo přinucení k sexuálnímu styku násilím na ty, jež ho zažili. Gynekologické obtíže nebo depresivní a úzkostné poruchy by mohly být příčinou snížené sexuální apetence a tedy nižší frekvence masturbace postižených osob. Stejným směrem by mohla být frekvence onanie ovlivněna také negativním vztahem ke svému tělu, který se u těchto osob často vyskytuje (Weiss a kol., 2005). Takto tedy můžeme vysvětlovat nižší frekvenci masturbace u žen, které zažily znásilnění.

Naopak pro vyšší frekvenci masturbace by mohly svědčit potíže v partnerských vztazích a snížení sexuálního uspokojení v sexu partnerském, které mívají lidé, kteří zažili v dětství zneužití (Weiss a kol., 2011). Navíc se v našem výzkumu projevilo, že lidé bez trvalého partnerského

vztahu masturbují častěji, než ti, kteří jej mají. Tímto můžeme zkusit zdůvodnit vyšší frekvenci masturbace u v dětství zneužitých mužů. Nemáme však žádné dobré vysvětlení proto, proč je frekvence onanie ovlivněna u znásilněných žen opačným způsobem, než u mužů, kteří v dětství zažili zneužití. V zásadě však máme za to, že tato oblast by zasloužila podrobnějšího prozkoumání, zřejmě na větším vzorku obětí zneužití, či znásilnění. Některé statistické testy, které by do věci mohly vnést více světla, totiž v našem výzkumu nebylo možné provést proto, že jsme, nutno poznamenat z pohledu našich respondentů naštěstí, neměli dostatečný počet těch, kteří znásilnění či zneužití zažili.

Náš výzkum potvrdil, že spíše homosexuálně orientovaní muži masturbují více, než muži spíše heterosexuální. O tomto jevu referoval i Ellis v roce 1927. Vysvětloval jej tehdy menší příležitostí sehnat si sexuálního partnera, kterou u homosexuálně orientovaných mužů předpokládal. My jsme však tuto hypotézu podrobili statistickému zkoumání a zjistili jsme, že vyšší frekvence onanie u homosexuálně orientovaných mužů z našeho vzorku nemá souvislost s tím, že by tito muži měli méně často trvalý partnerský vztah. Můžeme tedy uvažovat o tom, zda ji umožňuje soužití bez dětí. Dále je také možné, že v mužských homosexuálních párech může být obvyklejší masturbace i za přítomnosti partnera.

3.5.3.3. Masturbace a orgasmus

Muži dosahují při masturbaci orgasmu snadněji než ženy, a tento rozdíl je statisticky významný.

Nicméně kromě toho, že orgasmu při onanii dosahují snadněji muži než ženy, ukázal nám náš výzkum také to, že pro každé z pohlaví platí, že při masturbaci orgasmu dosahuje

častěji, než při souloži. Pokud jde o frekvenci orgasmu v kategoriích jako „každý den“, „několikrát za týden“ atd., mohli bychom předpokládat, že je tak tomu díky více příležitostem, které má jedinec k masturbaci, neboť není na nikom dalším závislý. Nicméně častější orgasmus při masturbaci se prokázal i tehdy, když jsme porovnávali údaje o tom, v kolika procentech masturbací respektive souloží v posledním roce respondenti orgasmu dosáhli a tento rozdíl byl u obou pohlaví statisticky významný. U žen dosáhne v 90-100% souloží orgasmu necelá třetina z nich a při 90-100% masturbací více než tři čtvrtiny respondentek. U mužů takto často dosáhne orgasmu při souloži 81,5 procenta z nich a při onanii téměř 92 procent.

Potvrzuje se tím tvrzení Masterse a Johnsonové (1966), že při masturbaci proběhne více orgasmů než při jakémkoli druhu stimulace partnerem nebo partnerkou.

Obdobně Chovanec a kol. (2012) uvádějí, že 79,2 procent žen dosahuje orgasmu při masturbaci a jen 46,2 procent v průběhu koitálních aktivit.

Dále se prokázala korelace mezi tím, v kolika procentech masturbací, respektive souloží v posledním roce respondenti orgasmu dosáhli. Ukazuje, že ženy i muži, kteří častěji dosahují orgasmu masturbací, jsou také častěji úspěšní v dosahování orgasmu při souloži. Tato zjištění jsou důležitá obzvláště u žen, mezi kterými nalezneme větší procento anorgastických. Podporují současné snahy využívat seznamování se s reakcemi vlastního těla formou masturbace v rámci léčby anorgasmie, potíží s dosahováním orgasmu při souloži s partnerem nebo celkového zlepšování partnerského intimního života.

Pokud jde o porovnání orgasmu při masturbaci a souloži, co se týká intenzity a délky, uváděli respondenti různé výsledky. Zdá se tedy, že tato záležitost je velice

individuální a může se i u jedné osoby při různých příležitostech nebo v různých obdobích lišit.

Dále bylo zjištěno, že masturbaci provozují i osoby, které při ní nikdy nedosahují orgasmu (takových je 4,2 procenta žen a 0,4 procenta mužů). Třetina z těchto žen masturbuje nejméně 2x za měsíc. Tento jev nalezneme i v práci Ruth Cliffordové (1978). Z jejího vzorku 100 mladých žen masturbovalo 49 s dosažením orgasmu a dalších 25 bez něj. Autorka však tyto výsledky nijak neinterpretuje. My bychom se je mohli pokusit dát do souvislosti s naším zjištěním, že 10,4 procent žen pocituje při souloži příjemné pocity, které zůstávají celou dobu stejné (nestupňují se k orgasmu). Je tedy možné, že rovněž při masturbaci zažívají některé ženy příjemné pocity a cílem jejich onanie je prožití samotných těchto pocitů a nikoli orgasmus. Popíráme tak tvrzení Pondělíčková a Pondělíčkové - Mašlové (1971), že dosáhnout orgasmu je cílem každého sexuálního chování.

3.5.3.4. Způsoby masturbace žen

Tato práce potvrdila zásadní význam klitorisu při masturbaci. Jeho dráždění preferuje 95,1 procenta respondentek (z toho 27,1 procenta ve spojení s drážděním pochvy).

Pokud jde o techniky masturbace, odpovídají výsledky předchozímu výzkumu Ivety Jonášové (2004) a potvrzují, že nejčastějším způsobem je stimulování klitoridální oblasti prsty, dále pak o vkládání předmětů do vagíny. Kromě Jonášovou zaznamenaných technik však naše výsledky ukázaly význam dalších způsobů dráždění, především dráždění anální oblasti a dráždění bradavek, dráždění hráze a hýždí, dráždění genitálií třením o pevný předmět, samotný svalový tonus a pouhou fantazii. Větší pozornost jistě zaslouží technika zavěšení na hrazdě nebo šplhání na tyči, u níž respondentka uvedla, že se jí lze naučit podle návodu.

Bylo by tedy zajímavé zjistit, jak často ji lze použít při léčbě žen, které mají problémy s dosahováním orgasmu.

3.5.3.5. Způsoby masturbace mužů

Pokud jde o muže, nenarazili jsme na předchozí výzkumy, které by takto podrobně zpracovávaly techniku masturbace. Muži nejčastěji onanují vsedě anebo vleže na zádech. Více než polovina preferuje dráždění penisu v celé jeho délce. Další asi čtvrtina nejčastěji dráždí pouze žalud, osm procent dává přednost dráždění uzdičky a přibližně 1,5 procenta dráždění u kořene penisu a varlat.

Penis přitom muži nejčastěji dráždí po celém jeho obvodu (81,7 procenta). Shora a zespodu dráždí 13 procent mužů, ze stran dvě procenta, třením po podložku jedno a půl procenta a někteří muži penis dráždí pouze zespodu.

Při masturbaci respondenti jednoznačně nejčastěji využívají vlastní ruku (97 procent). Pokud dostali možnost více odpovědí, vybírali i proud vody (13 procent), kolébání, které způsobuje tření bez dotyku rukou (10 procent), umělou vaginu (9 procent) nebo masturbační vajíčko (6 procent), srolovaný ručník, deku nebo polštář a výjimečně nafukovací pannu. U odpovědi „jiné“ mohli specifikovat a zde poměrně často uváděli anální dráždění či dráždění prostaty.

3.5.3.6. Masturbace a užití pornografie

Překvapivě velká část respondentek našeho výzkumu tedy téměř 66 procent při masturbaci někdy využívá erotické či pornografické materiály. Všeobecný nárůst konzumace pornografických materiálů potvrzuje i Wrightův longitudinální výzkum (2013). Podle tohoto autora sledovalo v roce 1970 pornografii 26 procent respondentů, tak mezi léty 2000 a 2010 to bylo 34 procent respondentů.

Nárůst konzumace pornografie ženami (bez toho, že by byl výzkumy přímo vázán na sledování při masturbaci) reportovali i Mansson a kol. (2000 in Poulsen a kol., 2013) a Peter a Valkenburg (2006). Mansson a kol. uvádějí, že ve věkové kategorii 18 - 34 let čtvrtina Švédek někdy sledovala erotické materiály. Ve věkové kategorii 50 - 65 let to byla pouze čtyři procenta. Peter a Valkenburg (2006) zase uvedli, že polovina adolescentních děvčat konzumovala nějaký druh pornografie v posledních šesti měsících.

Obdobný trend, tedy nárůst sledování pornografie ženami potvrzuje i slovenský výzkum Chovance a Weisse (2017). Mezi jejich respondentkami sleduje tyto materiály aspoň několikrát za rok 63,7 procenta.

Tato skutečnost může souviset se snadnou dostupností těchto materiálů v posledních letech. Chovanec (2017) uvádějí, že na zvýšenou dostupnost má vliv nejen kabelová televize, ale především internet. Kromě dostupnosti také tento autor zmiňuje vliv videoklipů, reklam a reality show, kde se odhalená těla nebo erotické scény v posledních letech objevují velice často a v běžném vysílacím čase.

Tyto faktory mohly způsobit, že pornografie, historicky považovaná za mužskou doménu, přestala být ženskou polovinou obyvatelstva odsuzována a odmítána (Krejčová a kol., 2017a).

Dále však musíme opět zmínit možnost, že v našem výběrovém souboru mohou být především ženy, které mají kladný postoj k masturbaci a k sexualitě vůbec. Je tedy možné, že mají vyšší tendenci k experimentování, včetně využívání erotických materiálů.

Statistická analýza však potvrdila, že i když je počet respondentek, které při masturbaci sledují pornografické materiály nečekaně velký, je stále výrazně menší, než počet takto konajících mužů. Zmínili jsme, že mezi

ženami sleduje pornografické materiály při masturbaci aspoň občas 66 procent. Mezi muži je to 97,3 procenta.

To odpovídá jiným výzkumům, které sledování pornografie jednotlivými pohlavími porovnávaly (Peter a Valkenburg, 2006, Padgett a kol., 1989, Delmonico a Miller, 2003). Krejčová a kol. (2017b) uvádějí, že při reprezentativním slovenském průzkumu sledování pornografie muži v průměru nejčastěji vybírali variantu „několikrát za měsíc“, u žen to bylo „několikrát za rok“.

Muži z našeho výzkumného vzorku při masturbaci nejčastěji sledují videa a na druhém místě využívají fotografie.

3.5.3.7. Postoje k masturbaci

V reprezentativním výzkumu Weisse a Zvěřiny považovalo masturbaci za přirozenou součást sexuality v roce 1993 58 procent žen a 66 procent mužů, v roce 2013 67 procent žen a 66 procent mužů. Byl zde tedy zachycen trend postupující liberalizace postoje (Weiss, Zvěřina 2011, Šulová 2011). V našem výzkumu ji takto vnímalo 72,5 procenta žen a 80 procent mužů. Pro asi 23 procent žen a 14 procent mužů našeho vzorku je to neškodná nouzová varianta, při nedostatku partnerského sexu. Jako zlovyk, který nikomu neškodí, ji v našem výzkumu označilo 2,8 procenta žen a 5 procent mužů. Jedno procento žen a rovněž jedno procento mužů ji vidí jako neslušnou a nevhodnou variantu, které by se člověk měl vyvarovat. Jako škodlivou ji vnímá jen několik málo respondentek a respondentů. Poslední odpověď můžeme rovněž porovnat s výsledky výše jmenovaného výzkumu, v němž onanii za škodlivou považovalo v roce 1993 10 procent žen a 5 procent mužů.

Naše výsledky tedy můžeme interpretovat jako postupující liberalizaci postoje vůči onanii. Výsledky našeho výzkumu však mohou být v tomto ohledu výrazně ovlivněny

způsobem sběru dat, kdy lidé s negativním postojem k masturbaci možná nevyplňovali dotazník na toto téma. Podle zahraničních výzkumů bývají postoje lidí k sexuálním otázkám ovlivněny různými faktory, nejsilněji pak náboženským přesvědčením (Weiss, Zvěřina, 2001). K liberálnímu postoji našich respondentů tedy mohlo přispět i to, že většinu tvořili lidé bez náboženského vyznání.

Stejnými faktory mohly být ovlivněny i další naše výsledky, tedy vysoké procento respondentů, kteří uvedli, že se za svou masturbaci nestydí a to, že více než polovina žen a 71,2 procenta mužů ze vzorku někdy masturbovalo před další osobou, ve valné většině před partnerkou či partnerem. Svou roli zde může hrát i změna v tom, kolik sexuálně explicitních scén včetně scén s masturbací bývá zobrazováno v současném filmovém umění, reklamách či v některých druzích oblíbených reality show, jejichž části McNair (1996) nazývá „pornografie v přímém přenose“.

Na druhou stranu, ačkoli lidé z našeho výběrového souboru vyjadřují kladné postoje k masturbaci a ve většině uvádějí, že se za ni nestydí, 27,6 procenta respondentek a 8,2 procenta respondentů o ní s nikým nehovoří. S partnerem o ní někdy mluví 59,6 procenta žen a tři čtvrtiny mužů, s pak přáteli 40 procent žen a 71 procent mužů. Velmi málo žen se na toto téma hovoří s rodinnými příslušníky, obzvláště s rodiči. Tato skutečnost může svědčit pro přetrvávající tabu, které se tohoto tématu týká. Ačkoli rozum lidem napovídá, že by na tom nemělo být nic nepřirozeného, pocitově nejsou s touto tematikou tak docela srovnáni, a proto o ní příliš často, anebo vůbec, nehovoří. Toto tabu mohlo některé lidi odradit i od vyplnění našeho dotazníku a mohlo se promítnout v počtu dotazníků nevyplněných až do konce. Mnoho respondentek žen doplnilo odeslaný dotazník e-mailem s komentářem, který přece jen pocity studu vyjadřoval,

například, že „se červenají ještě po dvou týdnech od vyplnění“.

3.5.3.8. Masturbační fantazie

Andrew Stanway (1991) uvádí obtíže, které mohou mít respondenti, když jsou požádáni o to, aby popsali svou oblíbenou masturbační fantazii. Problémem může být už to, že takových fantazií mají více, že se během života různě mění nebo že se za ni stydí. Naopak pomoci by respondentům mohlo to, že se v posledních dvaceti letech rozšířily knihy o ženských sexuálních fantaziích autorek Nancy Friday (1998, 2001) a Hany Fifkové (2005).

Kinsey a kol. (1953) uvádí, že se fantazie při masturbaci aspoň někdy objevila u 64 procent žen a u mužů měli fantazie během masturbace téměř všichni. Některé osoby přitom měly fantazie pouze s jedním obvyklým obsahem, jiné měly fantazie různorodé. Naše výsledky se od výsledků Kinseyho a kol. liší především ve dvou věcech. První z nich je vyšší výskyt fantazií žen o sexu se ženou, 33,3 procent oproti Kinsey a kol.: 10 procent. Tato skutečnost může odrážet posun v masturbačních fantaziích, který nastal od 50. let minulého století. Může však být také ovlivněna poměrně vysokým zastoupením homosexuálních žen v našem výzkumném vzorku. Druhý rozdíl spočívá v celkovém množství respondentů, kteří fantazie při masturbaci někdy mívají. Pouze 1,3 procenta žen a dvě procenta mužů v našem výzkumném projektu uvedlo, že fantazie během masturbace nemá nikdy.

Nejčastějším objektem fantazií je u žen jiný muž, než je jejich partner, 68 procent, a u mužů jiná žena než jejich partnerka, 92 procent, a to častěji žena, kterou znají, než neznámá.

Náš výzkum potvrdil závěry Hickse a Leitenberga (2001) a Pelletiera a Herolda (1988), a to že s délkou

partnerství klesá procento sexuálních fantazií se stálým partnerem a zvyšuje se proporce fantazií, v nichž se objevuje někdo jiný. Tento rozdíl byl u obou pohlaví signifikantní. V případě žen se situace měnila kolem druhého roku vztahu. V případě mužů jsme obvykle zaznamenali současně fantazie o jiných ženách i fantazie o vlastní partnerce, nicméně ty o vlastní partnerce byly s postupem času méně a méně frekventované.

Nejčastější aktivitou ve fantaziích našich respondentek byl sex, při kterém je fantazírující žena v submisivní roli (61 procent). U mužů se ve fantazii nejčastěji odehrával něžný sex (72 procent), na druhém místě byla fantazie o sexu, při kterém je muž v dominantní roli (69 procent). Pokud role zkusíme převrátit, pak shledáme, že si necelá čtvrtina žen představuje sex, při kterém je v dominantní roli a necelá polovina mužů sebe v roli submisivní. Také fantazie o tom, že fantazírující osoba anebo její partner či partnerka pociťují bolest, měly u našeho výzkumného vzorku neopominutelné zastoupení, tedy 11 respektive 2,5 procenta u žen a 10 respektive 18 procent u mužů.

V poslední době probíhá diskuze na téma, nakolik se má sadomasochistický sex považovat za poruchu sexuální preference řazenou v Mezinárodní klasifikaci nemocí či nikoli. Některé země, například Norsko, Dánsko a Švédsko, již sadomasochismus vyjmuli z tamních dokumentů klasifikujících poruchy a nemoci. To že se fantazie o takových sexuálních praktikách objevila u více než dvou třetin našich respondentů, může být dalším argumentem pro to, nepohlížet na tyto fantazie a ani praktiky jako na něco „mimo normu“.

Někteří autoři považují sadomasochistické praktiky a fantazie za evoluční adaptaci k přirozené hierarchizaci společnosti (Binter, Klapilová, 2012). Podle Strassberga a

Lockerové (1998) jsou ženy, které mají submisivní představy, otevřenější sexuálním zážitkům a jejich různorodosti.

Statistickými metodami jsme testovali, zda se fantazie „to, že pociťuji bolest“ objevuje častěji u osob, které se někdy při masturbaci poškozovaly. U žen tato souvislost prokázána nebyla, nicméně u mužů jsme zjistili, že poškozující se muži mají častěji fantazii o bolesti než jiní.

Dále jsme zjistili, že znásilněné ženy mívají fantazii, v níž jsou znásilňovány, častěji než ženy, které nikdy znásilnění nezažily. V literatuře jsme nenarazili na studie, které by srovnávaly fantazie těchto skupin lidí s fantaziemi lidí s odlišnou zkušeností, a proto nemůžeme uvést názory jiných autorů k tomuto tématu. Za propojení ovšem stojí již výše uvedené výsledky ohledně frekvence masturbace žen, které mají v anamnéze znásilnění. Znásilněné ženy z naší výzkumné studie onanují signifikantně méně často než ostatní ženy. Mezi otázkami na fantazie nebyl dotaz týkající se toho, zda jsou uvedené fantazie respondentkou vyvolávány záměrně a zda jí jsou příjemné. Nevíme tedy, zda fantazie o znásilnění tyto ženy vzrušuje a přitahuje nebo zda její častější výskyt souvisí spíše s traumatem a je příčinou toho, že se dříve znásilněné ženy do masturbačních aktivit pouštějí méně často než ostatní.

22 procent mužů mívá při masturbaci fantazie, které jim působí vnitřní nepohodu. Nejčastěji se jedná o fantazii, ve které se objevuje osoba, se kterou by z nějakých důvodů sex mít neměli. Může být příliš mladá, je to jiná žena, než partnerka, expřítelkyně a podobně. Druhou velmi početně zastoupenou skupinou byly fantazie, v nichž se odehrává nějaký násilný čin. George a Caine (2003) uvádějí jako výhodu sexuálních fantasií právě to, že si v nich lidé mohou představit i to, co nemohou uskutečnit. Mají za to, že fantazie lidi chrání před potížemi, které by jinak mohl mít

v reálném světě. Někteří z našich respondentů však pocítují neklid, zda taková fantazie neznamená, že jsou mimo normu, anebo zda nehrozí, že by někdy nějaké ženě v reálném světě ublížili.

3.5.3. Možná omezení našeho výzkumu

Možná omezení našeho výzkumu souvisí především se způsobem sběru dat. Námi zvolený princip sběru pomocí online dotazníků je poměrně efektivní metodou. Administrace dotazníků za pomoci jejich vystavení na internetu umožňuje sebrat velké množství dotazníků v poměrně krátkém čase. Mnoho respondentů také může anonymní prostředí internetu považovat za bezpečnější doménu pro sdílení intimních informací, než místnost, kde musí vyplnit dotazník papírový a odevzdat jej do ruky výzkumníkovi. Lidé používající internet jsou často zvyklí užívat jeho „anonymity“ ke sdílení či získávání informací o sexualitě.

Vycházíme tak vstříc i etickým požadavkům platícím pro psychologický výzkum, kdy se snažíme mít respekt k potřebám klienta a bráníme jeho zbytečnému obtěžování či poškozování (Honzák, 2011). Podle Štětovské (2011) je třeba brát v úvahu, zda a jak se výzkum může dotknout života zkoumaných osob. Máme za to, že zvolený způsob sběru dat předchází negativnímu zážitku respondentů, kteří by se v subjektivním prožívání mohli ocitnout pod tlakem, kdyby byli tázáni na tak citlivá témata, jako jsou například sexuální fantazie nebo zkušenost se zneužitím či sexuálním násilím, bez toho, že by měli pohodlnou možnost dotazování kdykoli ukončit pouhým přepnutím počítače na jinou stránku.

Další výhodou je finanční nenáročnost takového výzkumu. Díky internetu získáme data z různých oblastí České republiky, aniž bychom museli investovat do dopravy případně platit služby tazatelů. Pro zachování anonymity a ochranu

osobních údajů respondentů stačí data uchovávat bez údajů o serverech, z nichž byl dotazník vyplňován.

Na druhou stranu s sebou tento způsob sběru dat nese i některé nevýhody.

Prvním z nich je ten, že tímto způsobem není možné dosáhnout reprezentativního výběru, tedy charakteristiky výběrového souboru nejsou shodné s charakteristikami souboru základního. Tento problém by bylo možné řešit použitím kvót a vyřazováním respondentů ze skupin, u kterých již máme dostatečný počet odpovědí. Tím bychom se ale ošidili o výpovědi dalších respondentů, kteří byli ochotni s námi sdílet informace. V tomto výzkumu nám však jde především o zachycení co nejširší palety fantazií a způsobů masturbace a proto se kvótami nechceme připravovat o rozšíření, které mohl ten nebo onen respondent poskytnout.

Distribuce dotazníku po internetu také ovlivňuje skladbu souboru. Uživatelé internetu tvoří pouze část naší populace a servery, sociální sítě a konference, ze kterých se k dotazníku dostala většina respondentů, navštěvují pouze někteří lidé. Tato skutečnost zřejmě ovlivnila rozložení výběrového souboru například co se věku, vzdělání a ekonomické aktivity týká a mohla ovlivnit i odpovědi na další otázky.

Způsob výběru respondentů se přirozeně mohl promítnout v některých odpovědích. Příkladem mohou být otázky na postoje k masturbaci. Respondenti, kteří mají výrazně negativní postoj k masturbaci, dost pravděpodobně nebudou trávit čas vyplňováním dotazníku, věnujícímu se této problematice. Tato okolnost tedy mohla ovlivnit výsledky některých dalších částí výzkumu, například nízký počet respondentů, kteří nikdy nemasturbují. Výběr respondentů, kteří jsou ochotni vyplňovat dotazník o sexuální problematice obecně, mohl ovlivnit i další výsledky, například nižší procento lidí, kteří doposud nesouložili, nižší věk

sexuálního debutu anebo vyšší počet sexuálních partnerů žen v našem vzorku.

Dalším nedostatkem sběru dat za pomoci internetu je nemožnost jakkoliv kontrolovat pravdivost uvedených údajů. Tedy například nemůžeme vyloučit, že v první části výzkumu, určené pro ženy, nevyplnil některý z dotazníků muž. Předpokládáme však, že počet nepravdivě vyplněných dotazníků nebude vysoký a při šíři našeho vzorku nebude hrát až tak zásadní roli, aby zkreslil naše statistické výsledky. Konečně i při papírové nebo ústní formě administrace bychom přístup respondentů k jednotlivým výzkumným otázkám mohli kontrolovat pouze omezeně a pravdivost odpovědí na většinu z nich bychom stejně ověřit nemohli. Co se týká odpovědí na intimní otázky, zde můžeme, jak jsme již zmínili výše, naopak předpokládat větší otevřenost odpovědí v anonymním dotazníku na internetu než při vyplňování a odevzdávání jeho papírové formy.

Co se týká samotných odpovědí respondentů a respondentek, byly získávány na základě sebeposouzení. U každého výzkumu, který svá data získává tímto hodnocením, může dojít k záměrnému i nevědomému zkreslení údajů, a u dotazníků týkajících se choulostivých témat o to více. V některých otázkách probandy nutíme do toho, aby například uvedli, jak často se věnují nějaké činnosti průměrně. Jsme si vědomi toho, že odhad může být poněkud nepřesný a to obzvláště s ohledem na to, že se frekvence může lišit v různých obdobích, může být ovlivněna událostmi probandova života, může být různá v různých obdobích menstruačního cyklu ženy a podobně. Pro respondenta pak může být složité, vyjádřit „průměr“.

V neposlední řadě mohl do našeho výzkumu vstoupit i časový odstup, který byl mezi sebráním dat žen a mužů. Ženy se k dotazníku častěji dostaly přes odkaz na serverech, které sledují, u mužů hrál velkou roli v šíření výzkumu facebook.

3.5.4. Další využití získaných údajů

Jedním z cílů naší práce je přispět k obecnému odtabuizování tématu, a to obzvláště v případě žen, u kterých se o něm mluví ještě méně. Průzkum dané tematiky nám umožnil prezentovat naše zjištění na odborných akcích, mluvit o něm na internetových diskuzích, přispět na internetová fóra, kde běžní lidé i teenageři získávají informace. Zároveň nám umožňuje využít zjištění z mapujícího výzkumu při naší přímé práci s klienty, a to jak v soukromých praxích, tak v rámci sexuální výchovy na školách. Samotné vyplnění dotazníku na danou tematiku způsobilo u některých respondentů změnu pohledu. Některé respondentky nám k dotazníku poslaly i e-mail, ve kterém vyprávěly, jak po jeho vyplnění zkusily prvně s přítelem promluvit na téma masturbace a fantazií, které při ní mívají.

Jedním z možných využití je tedy získat příležitost o těchto tématech s lidmi hovořit a prezentovat například, že onanie je mezi lidmi naprosto běžnou záležitostí. Přiblížit jaké fantazie jsou při ní v populaci obvyklé, a ukázat, jaké pestré formy a jaké benefity masturbace a fantazírování během ní může mít. Jednou z možných skupin, které z takové činnosti mohou těžit, jsou například muži, kteří nyní mají potíže s nějakou ze svých masturbačních fantazií. Je možné, že je seznámení s výsledky studie samo o sobě uklidní, že je jejich fantazie celkem běžná. Na druhou stranu je také možné, že budou stále cítit diskomfort, ale díky odtabuizování tématu si dovolí navštívit odborníka.

Odborníci - praktici jsou pak další skupinou, u které bychom problematiku rádi odtabuizovali. Brock a kol. (2002) uvádějí, že podle mezinárodního výzkumu pouze 10 procent lékařů projevuje aktivní zájem o sexuální zdraví svých pacientů. Máme za to, že lepší informovanost na obou stranách může usnadnit komunikaci o sexuálním zdraví.

Terapie

V teoretické části jsme se blíže zabývali tím, jak může být masturbace využívána při sexuálním nácviku a při objevování reakcí vlastního těla, které mohou být zužitkovány jak v rámci párového sexuálního soužití, tak v rámci svého osobního komfortu či růstu. U mužů jsme uvedli využití masturbace jako součásti léčby předčasné ejakulace anebo při léčbě poruch sexuální preference.

Zmínili jsme také, že ženy z východních kultur využívaly různých předmětů při masturbaci a nacvičovaly manipulaci s nimi pomocí svalů uvnitř vaginy. Tato manipulace se může velmi podobat cvikům na posílení pánevního dna, které jsou doporučované ženám nejen pro zlepšení jejich sexuálního života. Hedley a Fowler (2008) uvádí, že ženy, které mají silné pánevní dno, mají dvakrát tolik orgasmů v porovnání s jinými ženami. Chovanec a kol. (2016) zase zdůrazňují souvislost zdravého pánevního svalstva a dobrou znalost vlastních tělesných reakcí pro správnou vaginální lubrikaci.

Funkcionální trénink tělesných reakcí, behaviorální anebo kognitivně behaviorální terapie se ve spojitosti s masturbací nabízí. Práce s masturbačními fantaziemi i s postoji k sexualitě vůbec je však dobře možná i při jiných, například konstruktivistických typech terapie.

Nácvik citlivosti na své tělesné reakce a jejich ovládání může jít i dále. Chopra (1996) připomíná, že pro západní vědce byli „zvláště nadaní“ jogíni či tantričtí mistři skutečnou raritou, protože ovládali své tělesné funkce v míře přesahující běžnou západní lékařskou zkušenost. Zdroj jogínských schopností ovládat tepovou frekvenci srdce, hormonálních procesů či krevního oběhu byl a dosud je odborníky spatřován v nácviku soustředění a práce s vlastním vědomím i tělesem.

3.5.5. Další možnosti výzkumu

Další výzkum v oblasti masturbace a masturbačních fantazií žen by se mohl zaměřit na oblasti, ve kterých jsme nedosáhli jednoznačného výsledku. Co se týká masturbace osob, které v dětství zažily sexuální zneužití a osob, které byly v pozdějším věku k pohlavnímu styku přinuceny násilím, vzešly z našeho šetření jiné výsledky u žen a jiné u mužů. Máme za to, že zde by bylo dobré propojit zkoumání sexuologické, viktimologické a psychologické a získat přesnější údaje.

Dále by bylo možné podrobněji prozkoumat, zda rozdíl ve frekvenci masturbace u různých věkových skupin souvisí se sexuální apetencí dotyčných věkových skupin anebo spíše se změnou postojů k onanii a sexualitě vůbec. Zároveň by bylo možné ověřit, jak frekvenci onanie osob žijících ve společné domácnosti ovlivňuje způsob bydlení, tedy to, zda mají k dispozici místnost, kde nejsou rušeni.

V současné době již probíhají výzkumy zjišťující, jak jsou partnerské sexuální aktivity ovlivněny sexuálními a masturbačními fantaziemi.

Kvalitativnímu zkoumání by se mohly podrobit postoje, pocity viny a pocity zahanbení, spojené s masturbací, a rovněž masturbační fantazie.

Vývoj jak postojů, tak samotné masturbační aktivity by bylo také možné zkoumat longitudinálně.

4. Závěr

V této práci jsme se zabývali problematikou masturbace a masturbačních fantazií obyvatel České republiky. V teoretické části se zajímali o historické pozadí přístupu k tomuto sexuálnímu chování, pojetím masturbace v různých obdobích, otázkou, zda může být pro lidi škodlivá nebo naopak přínosná a použitelná i pro terapii sexuálních poruch nebo zlepšení kvality života. Udělali jsme také exkurz do východního pojetí sexuality s důrazem na masturbaci. Dále jsme porovnávali výsledky tuzemských i zahraničních studií co se různých souvislostí onanie a fantazií, které si při ní mohou objevovat, týká.

V praktické části jsme pak provedli obsáhlý mapující výzkum masturbačních aktivit a fantazií u obyvatel České republiky. Výzkumu se zúčastnilo 2500 osob, z toho 2468 dotazníků mohlo být v našem projektu využito. Pokusili jsme se prozkoumat některé základní souvislosti masturbačních aktivit, detailně prozkoumat techniky masturbace a prozkoumat objekty a aktivity objevující se ve fantaziích doprovázejících onanii. Zjišťovali jsme, jaké postoje lidé k tomuto chování mají a jak se v posledních letech mění. Takto rozsáhlý výzkum je v naší společnosti prozatím ojedinělý a jeho výsledky považujeme za přínosné.

Rovněž považujeme za benefit i to, že takovýto výzkum může pomoci k odtabuizování tématu onanie.

Na základě závěrů můžeme říci, že nějakou zkušenost s onanií má naprostá většina obyvatel naší země. Někdy v životě onanovalo 94 procent žen a bezmála 100 procent mužů.

Průměrný věk první masturbace je u žen 13 let a u mužů necelých dvanáct. Muži začali s masturbací nejpozději do 25. roku života, zatímco u žen se věk první zkušenosti s onanií pohyboval v pásmu od narození až do šedesáti let.

48 procent žen a 43 procent mužů si v době své první masturbace neuvědomovalo, že se jedná o sexuální chování.

Dále shrneme, jak dopadly naše výzkumné otázky:

H1: Frekvence masturbace je odlišná u žen a u mužů

Zjistili jsme, že frekvence masturbace se liší u žen a u mužů a tento rozdíl je statisticky významný. 71,2 procent žen masturbuje alespoň několikrát za měsíc. Dalších 17,6 pak označilo odpověď několikrát za rok. Muži masturbují častěji. Asi 30,7 procent mužů onanuje denně nebo vícekrát denně a asi 53 procent několikrát týdně.

H2: Frekvence masturbace se mění s věkem

U obou pohlaví frekvence masturbace negativně koreluje s věkem, tedy starší účastníci výzkumu onanují méně než ti mladší.

H3: Frekvence masturbace je odlišná u těch, kteří mají a nemají stálý partnerský vztah

Statisticky významný rozdíl je mezi frekvencí masturbace těch, kteří mají, respektive nemají stálý partnerský vztah. Singlové masturbují častěji než lidé zadaní.

H4: Frekvence masturbace je odlišná u těch, kteří byli v dětství sexuálně zneužiti a u těch, kteří zneužiti nebyli.

U mužů byl na hladině významnosti $p=0,05$ zaznamenán signifikantní rozdíl frekvence masturbace těch, kteří v dětství zažili zneužití od těch, kteří tuto zkušenost nemají. Vyšší byla frekvence u těch, kteří zneužití zažili. U žen rozdíl nebyl signifikantní.

H5: Frekvence masturbace je odlišná u těch, kteří byli k pohlavnímu styku přinuceni násilím, a u těch, kteří nebyli.

Ženy, které mají v anamnéze znásilnění, měly na hladině významnosti $p=0,025$ signifikantně nižší frekvenci onanie než ženy, které znásilněny nebyly. U mužů tento rozdíl nebyl signifikantní.

H6: Frekvence masturbace je odlišná u (převážně) homosexuálních a heterosexuálních jedinců

U mužů byl zjištěn signifikantní rozdíl na hladině významnosti $p=0,01$ ve frekvenci masturbace převážně homosexuálních jedinců na rozdíl od mužů heterosexuálních. Homosexuální onanovali častěji. U žen se tuto hypotézu statisticky prověřit nepodařilo.

H7: Frekvence masturbace je odlišná u věřících a nevěřících lidí

H8: Frekvence masturbace je odlišná u lidí různého stupně dosaženého vzdělání

I přes poměrně velký počet respondentů v našem výzkumu se nepodařilo statistickými metodami testovat tyto dvě výzkumné otázky.

H9: Procento souloží, při nichž ženy a muži v posledním roce dosáhli orgasmu, se liší.

Zaznamenali jsme na hladině významnosti $p=0,05$ signifikantní rozdíl mezi muži a ženami v tom při kolika procentech souloží dosáhnou orgasmu. Muži jej dosahují častěji.

H10: Procento masturbací, při nichž ženy a muži v posledním roce dosáhli orgasmu, se liší.

I v průběhu masturbace dosahují muži orgasmu signifikantně častěji, než ženy. Rodíl je statisticky významný na hladině významnosti $p=0,05$.

H11: Ženy respektive muži dosahují orgasmu snáze při masturbaci než při souloži.

Pro obě pohlaví však zároveň platí, že orgasmu dosahují lidé častěji při masturbaci nežli při souloži s partnerkou či partnerem ($p=0,01$). Při 90-100 % souloži respektive masturbací mívá orgasmus asi 30 procent respektive 76 procent žen a 82 procent respektive 92 procent mužů.

H12: S délkou vztahu se mění frekvence fantazie o vlastním partnerovi/partnerce.

Pro ženy i pro muže platí, že čím déle trvá jejich vztah, tím méně často si při masturbaci představují vlastního partnera nebo partnerku. U ženské části našeho vzorku lze vysledovat okamžik, kdy v průměru fantazie o jiném muži převyší fantazie o vlastním partnerovi. Dochází k němu kolem druhého roku trvání partnerského vztahu.

H13: Fantazie o tom, že pocítuji bolest, se vyskytuje jinak často u lidí, kteří se někdy při masturbaci poškozovali.

3,3 procenta žen a 5,6 procenta mužů někdy spojili onanii a sebepoškozování. Nejčastěji se jednalo o škrábání se, spanking nebo řezání. Muži si různým způsobem způsobovali bolest na genitáliích či prostatě, praktikovali sexuální asfyxii, polévali se voskem, vkládali bolestivě předměty do močové trubice nebo análního otvoru nebo zaujímalí během masturbace bolestivé polohy těla.

Muži, kteří někdy spojili masturbaci s poškozováním, měli také na hladině významnosti $p<0,01$

signifikantně častěji během masturbace fantazii o tom, že při sexu pociťují bolest.

H14: fantazie o tom, že jsem znásilňován resp. o sexu v submisivní roli, se vyskytuje jinak často u lidí, kteří v minulosti zažili znásilnění, než u těch, kteří je nezažili.

Na hladině významnosti $p < 0,01$ byl u žen, které byly dříve znásilněny, zjištěn častější výskyt fantazie, během níž je žena znásilňována. Neznáme však vztah nebo pocity dotyčných žen, které se k této fantazii vážou.

H15: Fantazie o tom, že jsem znásilňován resp. o sexu v submisivní roli, se vyskytuje jinak často u lidí, kteří zažili a sexuální zneužití v dětství, než u těch, kteří je nezažili.

H16: Fantazie o tom, že někoho znásilňuji, se vyskytuje jinak často u lidí, kteří někoho v minulosti přinutili k pohlavnímu styku násilím.

Tyto dvě hypotézy se nám nepodařilo statisticky ověřit.

H17: Procento žen a mužů, kteří při masturbaci využívají pornografické materiály, se liší.

Dvě třetiny žen a 97 procent mužů někdy při masturbaci využívá erotických či pornografických materiálů. Rozdíl v procentu žen a mužů, kteří někdy po těchto materiálech sáhnou je na hladině významnosti $p < 0,01$ signifikantní.

H18: Liší se procento žen a mužů, kteří se za onanii stydí.

Procento mužů, kteří se za masturbaci stydí se na hladině významnosti $p < 0,001$ signifikantně liší od toho samého u žen. Mužů se stydí méně nežli žen.

Dále jsme zjistili, že 4,2 procenta žen a 0,4 procenta mužů masturbuje, když přitom nedosahují orgasmu. To

odporuje tvrzení Pondělíčka a Pondělíčkové-Mašlové (1971), že cílem každého sexuálního chování je dosáhnout orgasmu. Toto tvrzení neplatí nejen pro soulož s partnerem, ale jak se v našem výzkumu ukázalo ani pro sólové sexuální aktivity.

81 procent žen a 77 procent mužů uvedlo, že se orgasmus prožívaný při souloži odlišuje od orgasmu při masturbaci. Způsob, jakým se liší je však velice individuální a patrně i u jedné osoby může být při různých příležitostech odlišnost jiná.

Ženy nejčastěji masturbují drážděním klitoridální oblasti prsty. Přibližně osm procent respondentek využívá techniky vkládání předmětů do vagíny, polštáře nebo deky mezi nohy a dráždění vnějších částí genitálu.

Muži nejčastěji masturbují vsedě, drážděním penisu po celé jeho délce a celém obvodu. Dalšími možnostmi je využití proudu vody, kolébání se, které způsobuje tření bez dotyku rukou, nebo nějaké pomůcky jako je umělá vagina masturbační vajíčko, srolovaný ručník, deka nebo polštář.

Oproti předchozím studiím jiných autorů jsme zaznamenali posun v postojích respondentů vůči onanii. 85 procent žen a 91 procent mužů uvedlo, že se za to, že masturbují, nestydí. 73 procent žen a 80 procent mužů ji také považuje za přirozenou součást sexuality. Nicméně téměř třetina žen a osm procent mužů na toto téma nikdy s nikým nemluvila. Pro některé z nich byl náš dotazník první příležitostí, kdy někomu, ikdyž anonymně, sdělovali své zkušenosti a postoje k tomuto tolik běžnému typu chování.

„Myslím, že zde své úvahy ukončíme. Všichni se přece shodujeme v tom, že téma onanie je téměř nevyčerpatelné“

Sigmund Freud 1912

Literatura

- Anatomický atlas: orgány, systémy, struktury*. Překlad Zuzana Stloukalová. Praha: Svojtka & Co., 2012.
- Aguilera, D., C.: *Krisenintervention*. Bern: Hans Huber, 2000.
- Arendt, W. B., Foehl, J. C., & Good, F. E.: Specific sexual fantasy themes: A multidimensional study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1985, 48: 472-480.
- Barker, M.: Psychology and pornography: some reflections. *Porn Studies*, 2014, 1(1-2): 120-126.
- Barker, M.: The "problem" of sexual fantasies. *Porn Studies*, 2014, 1(1-2): 143-160.
- Baker, R.: *Válka spermií: nevěra, konflikt mezi pohlavími a jiné ložnicové bitvy*. Brno: Jota, 1996.
- Baker, R., Bellis, M.: Human sperm competition: ejaculate manipulation by females and a fiction for the female orgasm. *Anim. Behav.*, 1993, 46: 887-909.
- Bancroft, J.: *Human sexuality and its problems*. Edinburgh: Churchill Livingstone, 1989.
- Baumeister a kol.: *Personality and Social Psychology Review*, 2001 5 (3): 242-273.
- Bentovim, A.: *Týrání a sexuální zneužívání v rodinách*. Praha: Grada, 1998.
- Binter, J., Klapilová, K.: *Pohlavní rozdíly ve výskytu, realizaci a obsahu sexuálních fantazií*. Diplomová práce. Univerzita Karlova, Fakulta humanitních studií, 2012.
- Blackledge, C.: *Vagina: [otvírání Pandořiny skříňky]*. Praha: Triton, 2005.
- Brock, G., Nicolosi, A., Glasser, D., B., et al.: Sexual problems in mature men and women: Results of global

- study. *Internet Journal of Import Research*, 2002, 14 (3): 57-58.
- Cado, S., Leitenberg, H.: Guilt reactions to sexual fantasies during intercourse. *Archives of Sexual Behavior*, 1990, 19: 49-63.
- Cameron, P.: Note on time spent thinking about sex. *Psychological Reports*, 1967, 207: 41-742.
- Cameron, P., Biber, H.: Sexual thought throughout the life-span. *Gerontologist*, 1973, 13: 144-147.
- Clifford, R.: Development of Masturbation in College Women. *Archives of Sexual Behavior*, 1978, 7: 559-573.
- Convoy, H., A.: *Atypical Sexual Experiences in Psychiatric Patients*. Prague, Charles University Press, 1993.
- Davidson, J. K.: Sexual fantasies among married males, an analysis of sexual satisfaction, situational contexts, and functions. *Social Spectrum*, 1985, 5: 139-153.
- DeLora, J. S., Warren C. A. B., Ellison C. R.: *Understanding sexual interaction*. Boston: Houghton Mifflin, 1981.
- Delmonico, D., L., Miller, J., A.: The internet sex screening test: A comparison of sexual compulsives versus non-sexual compulsives. *Sexual and Relationship Therapy*, 2003, 18: 261-276.
- Diamond, M.: Homosexuality and bisexuality in different populations. *Archives of Sexual Behavior*, 1993, 22: 266-278.
- Diamond, J. 1999. *Prečo máme radi sex? Evolúcia sexuality*. ARCHA s.r.o., Bratislava, 1999.
- Dickinson, R. L.: *Human sex anatomy*. Baltimore, 1934.
- Dunovský, J., Dytrych, Z., Matějček, Z. a kol.: *Týrané, zneužívané a zanedbávané dítě*. Praha: Grada, 1995.
- Ellis, A.: *Ako milovať*. Bratislava: Smena, 1970.

- Ellis, B. J., & Symons, D.: Sex differences in sexual fantasy: An evolutionary psychological approach. *Journal of Sex Research*, 1990, 27: 527-555.
- Ellis, H.: *Studies in the Psychology of Sex*, Volume 2 (of 6). (Third edition, revised and enlarged. 1927.) The Project Gutenberg eBook, 2004. Dostupné na internetu, citováno 12. května 2017: <https://www.gutenberg.org/files/13612/13612-h/13612-h.htm>
- Erotické pomůcky: dostupné na internetu, citováno 15. ledna 2018: <http://www.eroticke-pomucky.cz/eroticke-pomucky/pc74/>
- Fay, R. E., Turner, C. F., Klassen, A. D. Gagnon, J. H.: Prevalence and patterns of same-gender sexual contact among men. *Science*, 1989, 243: 343-348.
- Fifková, H.: *Erotické představy žen*. Praha: Mladá fronta, 2005.
- Fifková, H.: *Terapie dospělých obětí sexuálního zneužívání v dětství* IN: Weiss, P. a kol.: *Sexuální zneužívání dětí*. Praha: Grada, 2005.
- Finkehor, D.: Current Information on the Scope and Nature of Child Sexual Abuse. *The Future of Children*. 4(2): 31-53.
- Freud, S.: *Spisy z let 1906 - 1909*. Praha: Psychoanalytické nakladatelství, 1999.
- Freud, S.: *Spisy z let 1909 - 1913*. Praha: Psychoanalytické nakladatelství, 1997.
- Freud, S.: *Spisy z let 1892 - 1899*. Praha: Psychoanalytické nakladatelství, 2000.
- Friday, N.: *Moje tajemná zahrada: Erotické fantazie žen*. Praha: Faun, 1998.
- Friday, N.: *Zakázané květiny: (nové erotické fantazie žen)*. Praha: Faun, 2001.

- Gardner, R. A.: The Normal-Sexual-Fantasy Consideration in Sex-Abuse Evaluations. *The American Journal of Family Therapy*, 2001, 29: 83-94,
- George, S., Caine, K.: *Sex na celý život*. Praha: Columbus, 2003.
- Griffin, M.: *Male Masturbation: 5 Things You Didn't Know*, 2017. Dostupné na internetu, citováno 15. prosince 2017:
<https://www.webmd.com/men/guide/male-masturbation-5-things-you-didnt-know#1>
- Gerressu, M., Mercer, C. H., Graham, C. A., Wellings, K., Johnson, A. M.: Prevalence of Masturbation and Associated Factors in a British National Probability Survey. *Archives of Sexual Behavior*, 2008, 37: 266-278.
- Hall, L.: "Masturbation." *Encyclopedia of European Social History*. Ed. Peter tearsn. Vol. 4. Detroit: Charles Scribner's Sons, 2001. 6 vols, 279-289. Gale Virtual Reference Library. Gale. Central Library of Charles University. Dostupné na internetu, citováno 7. března 2009:
 <<http://find.galegroup.com/oneolog3.ruk.cuni.cz/gvrl/infomark.do?&contentSet=EBKS&type=retrieve&tabID=T001&prodId=GVRL&docId=CX3460500195&source=gale&userGroupName=karlova&version=1.0>>.
- Hedley, S., Fowler, B. 2008. The UK's biggest ever national orgasm IN: Chovanec, M. Weiss, P., Regász, I. Ženská sexualita. *Sexuológia*, 2012, 12: 123-132.
- Heiman, J. R., Lopiccolo, J.: *Becoming Orgasmic. A sexual and personal growth program for women*. Piatkus Books, 1988.
- Hessellund, H.: Masturbation and sexual fantasies in married couples. *Archives of Sexual Behavior*, 1976, 5: 233 - 147.

- Hicks, T. V., Leitenberg, H.: Sexual Fantasies About One's Partner Versus Someone Else: Gender Differences in Incidence and Frequency, *Journal of Sex Research*, 2001, 38: 43-50.
- Hiltner, S.: *Sex ethics and the Kinsey reports*. New York: Association Press, 1953.
- Hooper, A.: *Erotické hračky*, Frýdek-Místek: Alpress, 2003.
- Honzák, R.: *Některé základní otázky psychologické etiky*. In: Weiss, P. a kol.: *Etické otázky v psychologii*. Praha: Portál, 2011.
- Horvát, K., Vrhel, F.: *Současnost spirituální sexuality (SkiDancing Tantra)*. Diplomová práce, Univerzita Karlova, Filozofická fakulta 2007.
- Chia, M. et al.: *Partneři a multiple orgasm: sexuální tajemství, která by měl každý pár znát*. Praha: Pragma, 2005.
- Chopra, D. *Návrat Ridšiho*. Plzeň: Mustang, 1996.
- Chovanec, M., Vrzáčková, P., Turčan, P., Weiss, P.: Poruchy lubrikácie u ženy a ich liečba (Insufficient lubrication in women and its treatment), *Sexuologia* 2015; 2:123-141.
- Chovanec, M., WEISS, P. Sex, komunikácia a zdravotníctvo. In: *Sexuológia* 2013, ročník 13 (2): 26-32.
- Chovanec M, Weiss, P.: *Ženy a pornografia*, disertační práce, Praha, Univerzita Karlova, Filozofická fakulta, 2017.
- Chovanec, M. Weiss, P., Regász, I. Ženská sexualita. *Sexuológia*, 2012, 12 (1):32-45.
- Chovanec, M. Weiss, P., Poruchy lubrikácie u ženy a ich liečba. *Sexuológia*, 2015, 14(2): 46-59.
- Chovanec, M., Vrzáčková, P., Turčan, P., Weiss, P.: Poruchy lubrikácie a aké máme liečebné možnosti. *Psychiatria pre praxi*, 2016, XVII(2).

- Janus, S., S., Janus, C., L.: *The Janus Report on sexual behavior*. New York: John Wiley & Sons, Inc., 1993.
- Johansson, T., Hammarén, N.: Hegemonic Masculinity and Pornography: Young people's attitudes toward and relations to pornography. *The Journal of Men's Studies*, 2007, 15(1): 57-70.
- Jones, J. C., & Barlow, D. H.: Self-reported frequency of sexual urges, fantasies, and masturbatory fantasies in heterosexual males and females. *Archives of Sexual Behavior*, 1990, 19: 269-279.
- Johnson, A. M., Wadsworth, M., Wellings, K., Field, J., Bradshaw, S.: *Sexual Attitudes and Lifestyles*, Oxford: Blackwell, 1994.
- Jonášová, I.: *Ženský orgasmus*. Diplomová práce, Univerzita Karlova, Filozofická fakulta, 2004.
- Jonášová, I.: *Ženský orgasmus*. Rigorózní práce, Univerzita Karlova, Filozofická fakulta, 2009.
- Jonášová I., Weiss, P.: Erotické fantázie ženy 1. *Sexuológia* 2010, 2: 22-26.
- Jonášová, I., Weiss, P.: Erotické fantázie ženy, *Sexuológia*, 2011, 1:24-29.
- Jozífková, E.: Revize F65.5: Sadomasochistický sex jako alternativa a nikoliv porucha. *Sexuológia* 2011, 1: 20-23.
- Kaplanová, H. S.: No-nonsense therapy for six sexual malfunctions. *Psychology today*, 1974, 5: 77-80, 83-84.
- Keating, J., Over, R.: Sexual Fantasies of Heterosexual and Homosexual Men. *Archives of sexual Behavior*, 1990, 19(5): 461-475.
- Kernsmith, P., D., Kernsmith, R., M.: Female pornography use and sexual coercion perpetration. *Deviant Behavior*, 2009, 30: 589-610.

- Kinsey, A. C., Pomeroy, W.B., Martin, C.E.: *Sexual behavior in the human male*. Philadelphia, W.B. Saunders, 1948.
- Kinsey, A. C., Pomeroy, W.B., Martin, C.E.: *Sexual behavior in the human female*. Philadelphia, W.B. Saunders, 1953.
- Klapilová ,K., Weiss, P.: Pohlavní rozdíly v sexuálních fantaziích, *Sexuológia*, 2009, 2: 11-15.
- Koss, M. P. Hidden Rape: Sexual Aggression and Victimization in the national Sample of Students in higher Education. In Burgess, A. W. (ed) *Rape and sexual Assault*. Vol. 2. New York, Garland Publishing, 1988.
- Kratochvíl, S.: Léčení anorgasmie a frigidity, *Praktický lékař*, 1979, 59: 923-925.
- Kratochvíl, S.: *Sexuální dysfunkce, příčiny a léčba*. Praha: Grada Publishing, 2003.
- Krejčová, L., Chovanec, M., Binter, J., Weiss, P., Klapilová, Pornography consumption in women: a representative study in Slovakia. In: *Journal of Sexual Medicine: textbook*. 2017a.
- Krejčová, L., Chovanec, M., Binter, J., Weiss, P., Klapilová, K.: Pornography consumption in women: a representative study in Slovakia. In: *19th Congress of the European Society of Sexual Medicine* 2017b.
- Krulová, T.: *Viktimologické aspekty sexuální agrese u obyvatel České republiky*. Disertační práce, Praha, Univerzita Karlova, Filozofická fakulta, Praha, 2011.
- Kontula, O., Haavio-Mannila, E.: Masturbation in a generational perspective. *Journal of Psychology and Human sexuality*, 2002, 14: 49-83.
- Kumar, R.: *Kundaliní pro začátečníky: nejkratší cesta k sebeuskutečnění*. Praha: Dobra, 2002.
- Laqueur, T. W.: *Solitary sex*, New York: Zone Books, 2004.

- Leitenberg, H., Detzer, M. J., & Srebnik, D.: Gender differences in masturbation and the relation of masturbation experiences in preadolescence and/or early adolescence to sexual behavior and sexual adjustment in young adulthood. *Archives of Sexual Behavior*, 1993, 22: 87-98.
- Leitenberg, H., Henning, K.: Sexual fantasy. *Psychological Bulletin*, 1995, 117(3): 469.
- Lemieux S. R., Byers, E. S.: The Sexual Well-Being of Women Who Have Experienced Child Sexual Abuse. *Psychology of Women Quarterly*, 2008, 32(2): 126-144.
- Lightfoot-Klein, H.: *Prisoners of Ritual: An Odyssey into Female Genital Circumcision in Africa*, New York: Harrington Park Press, 1989.
- Liu Guang-Ren, M. B.: An Investigation of Adolescent Health From China, New York: *Journal Of Adolescent Health*; 1997, 20: 306-308
- Lysebeth, A.: *Tantra: kult ženského principu aneb jiný pohled na život a sex*. Praha: Argo, 1995.
- Mageo, J. M., Stone, L.: Screen Images and Concepts of Sexual Agency in Science and Social Science, *Studies in Gender and Sexuality*, 2005, 6(1): 77-104.
- Malá, E., Raboch, J.; Sovák, Z. *Sexuálně zneužívané děti*. Praha: Psychiatrické centrum, 1995.
- Marková, D.: *Predmanželská sexualita v kontextoch sexuálnej diverzity a variability*. Bratislava: Regent, 2007.
- Maslow, A., H.: *Ku psychológii bytia*. Modra: Persona, 2000.
- Masters, W. H., Johnsonová, V. E: *Human Sexual Response*. Boston: Little, Brown, 1966.
- Masters, W. H., Johnsonová, V. E: *Lidská sexuální aktivita*, Praha: Horizont, 1970.
- Masters, W. H., Johnsonová, V. E, Kolondy: *Human Sexuality*. New York, Harpers Collins College Publishers, 1995.

- Máthé, R.: *Špecifiká prvého pohlavného styku na Slovensku*. Dizertačná práca. Univerzita komenského, Filozofická fakulta, 2005.
- Máthé, R. Sexualne zneužívanie v detstve a sexualne násilie v reprezentatívnej vzorke obyvateľov Slovenska. *Sexuologia*, 2006, 6(1): 30-33.
- Máthé, R.: Etika v psychologické sexuológii. In: Weiss, P. a kol. *Etické otázky v psychologii*. Praha, 2011.
- Mayall, A., Gold, S., R.: Definitional Issues and mediating Variables in the sexual Revictimization of Women sexually abused as Children. *Journal of Interpersonal Violence*, 1995, 10: 26-42.
- Mazánek, J.: *Tantra: najčastejšie otázky a pochybnosti*. Praha: Argo, 2015.
- McNair, B.: *Mediated sex: Pornography and postmodern culture*. Hoddler Education Publishers, 1996.
- Michael, R. T., Gagnon, J. H., Laumann, E.O., Kolata, G.: *Sex in America a definitive survey*. Boston: Little, Brown and Co., 1994.
- Morris, D.: *The Naked Ape: A Zoologist's Study of the Human Animal*, New York: McGraw-Hill, 1967.
- Morris, M.: Telling tails explain the discrepancy in sexual partner reports. *Nature*, 1993, 365: 437-440. IN: Weiss, P., Zvěřina, J.: *Sexuální chování v ČR - situace a trendy*. Praha: Portál, 2001.
- Morus: *Světové dějiny sexuality*. Praha: Ikar, 2007.
- Murin, G., Weiss, P.: *Abeceda tělesné lásky*, Triton, 2004.
- Netter, F. H., Hansen, J. T.: *Anatomický atlas člověka*. Praha: Grada, 2005.
- Padgett, V., R., Brislin-Slutz, J., Neal, J., A.: Pornography, Erotica, and Attitudes Toward Women: The Effects of Repeated Exposure. *The Journal of Sex Research*, 1989, 26(4): 479-491.
- Pastor, Z: *Sexualita ženy*. Praha: Grada Publishing, 2007.

- Pelletier, L. A., & Herold, E. S.: The relationship of age, sex guilt, and sexual experience with female sexual fantasies. *Journal of Sex Research*, 1988, 24: 250-256.
- Peter, J., Valkenburg, P., M.: Adolescents' exposure to sexually explicit online material and recreational attitudes toward sex. *Journal of Communication*, 2006, 56: 639-660.
- Pinkerton, S. D., Bogart, L. M., Cecil, H., Abramson, P. R.: Factors associated with masturbation in a collegiate sample. *Journal of Psychology and Human Sexuality*, 2002, 14: 103-121.
- Piontek, Maitreyi D.: *Tao a síla ženské sexuality: odhalování skrytých tajemství*. Praha: Pragma, 2000.
- Pöethe, P.: *Dítě v ohrožení*. Praha: G plus G, 1999.
- Pondělíček, I.: *Každopádně sexualita: asi 50 tisíc slov o sexu pro mladé a starší*. Praha: Otakar II., 2000.
- Pondělíček, I., Pondělíčková-Mašlová, J.: *Lidská sexualita*. Praha: Avicenum, 1971.
- Pondělíček, I., Pondělíčková-Mašlová, J.: *Lidská sexualita jako projev přirozenosti a kultury*. Praha: Avicenum, 1974.
- Poupětová, J.: *Bodyworkshop*. Dostupné na internetu, citováno 1. února 2018:
<http://www.sex-koucink.cz/eshop/kurz-masturbace-vzruseni-bodyworkshop/>
- Poulsen, F., O., Busby, D., M., Galovan, A., M.: Pornography use: Who uses it and how it is associated with couple outcomes. *The Journal of Sex Research*, 2013, 50(1): 72-83.
- Prentky, R. A.: Treatment of rapist in North America. Paper presented at the 4th International Congress on the Treatment of Sex Offenders, Amsterdam, 1995. Citováno

- podle Weiss, P.: *Sexuální deviace: klasifikace, diagnostika, léčba*. Praha: Portál, 2008.
- Ptáček, R., Čírtková, L., Žukov, I.: Rape trauma - klinické a forenzní souvislosti, rape trauma - clinical and forensic implications. *Psychiatrie pro praxi*, 2009, 10(6): 268-271
- Pujols, Y., Meston, C. M., Seal, B. N.: The association Between Satisfaction and Body Image in Women. *Journal of sexual Medicine*, 2010, 7: 905-916.
- Rappaport, K, Burkhart, B.: Personality and attitudinal characteristics of sexually coercive college males. *Journal of abnormal Psychology*, 1984, 93: 216-221.
- Reid, D. P.: *Tao zdraví, sexu a dlouhého života: nový praktický přístup starého vědění*. Praha: Pragma, 2005.
- Richters, J., Grulich, A., E., O de Visser, R., Smith, A., M., A., Rissel, C., E.: Autoerotic, esoteric and other sexual practices engaged in by a representative sample of adults. *The Australian and New Zealand Journal of Public Health*, 2003, 27: 180-190.
- Rind B., Tromovitch, p., Bauserman, R.: A meta-analytic examination of assumed properties of child sexual abuse using college samples. *Psychological Bulletin*. Jul 01, 1998, 124(1): 22-53
- Ross, L.: *The Secrets to Sensational Foreplay: The Hottest Ways to Touch Your Lover for Incredible Pleasure, Stronger Orgasms, and Longer, Better Sex*. Beverly: Quiver, 2010.
- Rovňanová, L.: Sexuální výchova na Slovensku v kontexte školskej reformy. In: *Sborník referátů. 19. celostátní kongres k sexuální výchově v České Republice*. Brno: Tribun EU, 2011: 108-116.

- Sakař, P.: *Znásilnění: předpoklady, průběh, následky*.
Diplomová práce. Masarykova univerzita, Filozofická fakulta, 2002.
- Sakař, P.: *Sexuální reviktimizace, Česká a slovenská Psychiatrie*, 2007, 103(7): 346-352. Dostupné na internetu, citováno 17. prosince 2017:
<http://docplayer.cz/1367362-Sexualni-reviktimizace.html>
- Smith, G.: *Tantra a tao: tajemství sexuální extáze*. Praha: Pragma, 2002.
- Smith, T., W.: Adult sexual behavior in 1989: Number of partners, frequency of intercourse and risk of AIDS. *Fam.Plann. Perspectives*, 1991, 23: 102-107. IN: Weiss, P., Zvěřina, J.: *Sexuální chování v ČR - situace a trendy*. Praha: Portál, 2001.
- Spira, A., a kol.: *AIDS and sexual behavior*, Avebury: Ashgate, 1994.
- Stanway, A.: *Sexuální fantazie*. Praha: Knižní klub, 2000.
- Strassberg, D., S., Locker, L., K.: Force in Women's Sexual Fantasies. *Archives of Sexual Behavior*, 1998, 27(4): 403-414.
- Štětovská, I.: *Etika ve studentském psychologickém výzkumu*. IN: Weiss, P. a kol.: *Etické otázky v psychologii*. Praha: Portál, 2011.
- Šulová, L. a kol. *Výchova k sexuálně reprodukčnímu zdraví*. Praha: Maxdorf, 2011.
- Tichotová, L., Weiss, P.: *Masturbace a masturbační fantazie českých žen*. Diplomová práce, Univerzita Karlova, Filozofická fakulta, 2010.
- Trojan, O., Weiss, P., Břichcín, S.: Poznámky k ochranné léčbě sexuálních delikventů. *Čs. Kriminalistika*, 1990, 23: 124-129.

- Udry, J. R., Talbert, L. M., & Morris, N. M.: Biosocial foundations for adolescent female sexuality. *Demography*, 1986, 23: 217-227.
- Uzel, R.: *Mýty a pověry v sexu*. Praha: NAKLADATELSTVÍ XZY, 2004.
- Uzel, R.: Anatomie a fyziologie ženského genitálu. IN: Weiss, P. a kol.: *Sexuologie*. Praha: Grada, 2010.
- Vaničková E.: Komerční sexuální zneužívání dětí. *Vita nostra revue*, 2007, 1: 72-76.
- Vigué, J.: *Zdraví muže*. Čestlice: Rebo, 2006.
- Weinberg, M. S., Lottes, I. L., Gordon, L. E.: Social Class Background, Sexual Attitudes, and Sexual Behavior in Heterosexual Undergraduate Sample. *Archives of Sexual Behavior* 1997, 26(6): 625-642.
- Weiss, P.: Orgasmus u žen. *Česká a slovenská psychiatrie*, 2000, 96: 381-384.
- Weiss, P.: *Sexuální deviace: klasifikace, diagnostika, léčba*. Praha: Portál, 2008.
- Weiss, P. a kol.: *Sexuální zneužívání - pachatelé a oběti*. Praha: Grada, 2000.
- Weiss, P. a kol.: *Sexuální zneužívání dětí*. Praha: Grada, 2005.
- Weiss, P. a kol.: *Etické otázky v psychologii*. Praha: Portál, 2011.
- Weiss, P. a kol.: *Sexuologie*. Praha: Grada, 2010.
- Weiss, P., Zvěřina, J.: *Sexuální chování obyvatel České republiky*. Praha: Alberta Plus, 1999.
- Weiss, P., Zvěřina, J.: *Sexuální chování v ČR - situace a trendy*. Praha: Portál, 2001.
- Weiss, P., Zvěřina, J.: *Sexuální chování v ČR - situace a trendy V*. Praha: Cagedim, 2014.
- Whitzer, R. *Sex for sale: Prostitution, pornography, and the sex industry*. Routledge, 2010.

- Wilson, G. D.: *The secrets of sexual fantasy*. London: Dent (1978).
- Wilson, G. D., & Lang, R. J.: Sex differences in sexual fantasy patterns. *Personality and Individual Differences*, 1981, 2: 343-346.
- Wright, P., J.: U. S. Males and Pornography, 1973 - 2010: Consumption, Predictors, Correlates. *The Journal of Sex Research*, 2013, 50(1): 60-71.
- Zámečník, L.: Anatomie a fyziologiemužského genitálu. IN: Weiss, P. a kol.: *Sexuologie*. Praha: Grada, 2010.
- Zvěřina, J.: *Sexuologie (nejen) pro lékaře*. Brno: Akademické nakladatelství CERM, 2003.
- Zvěřina, J.: Sexuální agrese. *Čs. Psychatrie*, 1987, 83: 409-419.
- Zvěřina, J., Lachman, M., Pondělíčková, J., Vaněk, J.: The occurrence of atypical sexual experience among various female patients groups. *Archives of Sexual Behavior*, 1987, 16: 321-326.
- Zamboni, B. D., & Crawford, I. (2002). Using masturbation in sex therapy: Relationships between masturbation, sexual desire, and sexual fantasy. *Journal Of Psychology & Human Sexuality*, 2002, 14(2-3): 123-141.
- Zettner, Ch.: *Stará čínská tajemství: tao čchi-kung: o hluboké sexuální moudrosti lásky*. Praha: Pragma, 2004.

Příloha 1

Dotazník pro ženy

Dotazník je určen pouze pro ženy!!!

Tento výzkum je součástí mé diplomové práce na katedře psychologie FF UK. Jeho výsledky mají odborníkům zprostředkovat zatím málo prozkoumané údaje o masturbaci českých žen a o jejich masturbačních fantaziích. V budoucnu by práce mohla přispět k léčbě sexuálních dysfunkcí.

Vedoucím mé diplomové práce je Prof. PhDr. Petr Weiss, Ph.D.,
psycholog Sexuologického ústavu 1. LF UK a VFN

Dotazník je anonymní a jeho výsledky budou prezentovány v diplomové práci.

Prosím, zakroužkujte vždy platnou odpověď

1) Jste

a) žena

b) muž

2) Máte v současné době stálý partnerský vztah?

a) ano

b) ne

3) Kolik měsíců Váš vztah trvá?

4) V současné době byste potřebovala pohlavní vybití (soulož či masturbace)

a) Ne, nepotřebovala vůbec

b) Ano, potřebovala, a to méně než 1x ročně

c) Ano potřebovala, a to několikrát za rok, nejvíce 1x měsíčně

d) Ano potřebovala, a to několikrát měsíčně, nejvíce 1x za týden

e) Ano potřebovala, a to 2x nebo vícekrát za týden

f) Ano potřebovala, a to denně anebo vícekrát denně

- 5) Sexuálního vzrušení dosahuji **především**
- a) drážděním poštvěváčku (klitorisu)
 - b) drážděním poševního vchodu
 - c) drážděním v hloubce pochvy
 - d) obojím stejně, tedy drážděním klitorisu i pochvy
 - e) necítím žádné sexuální vzrušení
- 6) K souloži s partnerem u mne dochází
- a) vůbec nikdy nebo méně než 1x ročně
 - b) několikrát za rok, nejvíce 1x měsíčně
 - c) několikrát měsíčně, nejvíce 1x z týden
 - d) 2x nebo vícekrát za týden
 - e) denně anebo vícekrát denně
 - f) nemám partnera
- 7) Z počtu souloží uvedených v minulém bodě dosahuji pohlavního vyřcholení – orgasmu
- a) vůbec nikdy nebo méně než 1x ročně
 - b) několikrát za rok, nejvíce 1x měsíčně
 - c) několikrát měsíčně, nejvíce 1x z týden
 - d) 2x nebo vícekrát za týden
 - e) denně anebo vícekrát denně
- 8) Vyjádřeno v procentech jsem při souložích uskutečněných v minulém roce dosáhla orgasmu
- a) V 0%
 - b) Asi v 25%
 - c) Asi v 50%
 - d) Asi v 75 %
 - e) V 90-100%

9) Při souloži mám spíše

- a) Nepříjemné pocity až bolesti
- b) Dojem, že jsem necitlivá, zůstávám chladná
- c) Příjemné pocity, které jsou stále stejné
- d) Příjemné pocity, které se stupňují jen do určitého bodu
- e) Příjemné pocity, které se stupňují až k vyvrcholení
- f) Dosud jsem nesouložila

10) V kolika letech jste souložila poprvé?

11) S kolika muži jste za celý život souložila?

12) Byla jste někdy ve svém dětství (do 15 let) zneužita (sexuálně obtěžována) dospělou osobou?

- a) nebyla
- b) byla jednou
- c) byla opakovaně

13) Byla jste někdy k pohlavnímu styku přinucena násilím?

- a) nebyla
- b) byla jednou
- c) byla opakovaně

14) Považujete se za homosexuálku (lesbičku)?

- a) ano
- b) ne
- c) nejsem si jista

15) K masturbaci u mne dochází

- a) vůbec nikdy
- b) méně než 1x ročně
- c) několikrát měsíčně, nejvíce 1x z týden
- d) několikrát měsíčně, nejvíce 1x z týden
- e) 2x nebo vícekrát za týden
- f) Denně anebo vícekrát denně

16) V kolika letech jste onanovala poprvé?

17) Naposledy jsem onanovala:

- a) v posledních 7 dnech
- b) před 14 dny
- c) před 1-4 týdny
- d) Před 4 týdny -6 měsíci
- e) Před 6 měsíci – 1 rokem
- f) Před 1 rokem – 5 lety
- g) Před více než 5 lety

18) Při masturbaci dosahuji orgasmu

- a) vůbec nikdy nebo méně než 1x ročně
- b) několikrát za rok, nejvíce 1x měsíčně
- c) několikrát měsíčně, nejvíce 1x z týden
- d) 2x nebo vícekrát za týden
- e)
- f) denně anebo vícekrát denně

19) Vyjádřeno v procentech jsem při masturbaci v průběhu minulého roku dosáhla orgasmu

- a) V 0 %
- b) Asi v 25%
- c) Asi v 50%
- d) Asi v 75%
- e) Asi v 90 - 100%

20) Uvědomovala jste si hned při první masturbaci, že jde o součást sexuálního chování?

- a) Ano
- b) Ne

21) Liší se Váš orgasmus při souloži a při masturbaci?

- a) ano, liší
- b) ne, neliší
- c) nemohu porovnat, při souloži nebo při masturbaci nedosahuji orgasmus

22) Jak se liší Váš orgasmus při souloži a při masturbaci? (možnost více odpovědí)

- délkou – při masturbaci je delší
- délkou – při masturbaci je kratší
- intenzitou – při masturbaci je silnější
- intenzitou – při masturbaci je slabší

23) Při masturbaci jsem již někdy využila – **zaškrtněte všechny** vhodné možnosti

- Dráždění klitorisu
- Dráždění v pochvě
- Oba způsoby
- Dráždění v pochvě jen se současným drážděním klitorisu
- Jiné dráždění – popište v další otázce

24) Jaké jiné způsoby dráždění jste využila?

25) Při masturbaci preferuji - **vyberte nejčastější způsob**

- a) Dráždění klitorisu
- b) Dráždění v pochvě
- c) Oba způsoby
- d) Dráždění v pochvě jen se současným drážděním klitorisu

26) Již jsem někdy masturbovala těmito způsoby – **zaškrtněte všechny** vhodné možnosti

- Třením stehů o sebe
- Vkládáním předmětů do vagíny
- Popotahováním velkých a malých pysků
- S polštářem nebo dekou mezi nohama
- Třením o prostěradlo
- Vsedě kolíbáním dopředu dozadu
- Drážděním vnějších částí genitálu vibrátorem
- Stimulováním klitoridální oblasti prsty
- Manipulací Venušíným pahorkem
- Stimulací vchodu vagíny
- Jinak – popište prosím v další otázce

27) Masturbovala jste někdy jiným způsobem, než jaké jsou uvedeny v předchozí otázce? Popište jej, prosím

28) Nejčastěji masturbuji – vyberte jednu možnost

- a) Třením stehů o sebe
- b) Vkládáním předmětů do vagíny
- c) Popotahováním velkých a malých pysků
- d) S polštářem nebo dekou mezi nohama
- e) Třením o prostěradlo
- f) Vsedě kolíbáním dopředu dozadu
- g) Drážděním vnějších částí genitálu vibrátorem
- h) Stimulováním klitoridální oblasti prsty
- i) Manipulací Venušíným pahorkem
- j) Stimulací vchodu vagíny
- k) Jinak – popište

29) K onanii používám – zaškrtněte všechny vhodné možnosti

- Vlastní ruku
- Proud vody
- Vibrátor nebo umělý penis
- Něco jiného – popište prosím v následující otázce

**30) Používáte k onanii něco jiného, kromě možností vyjmenovaných v předchozí otázce?
Popište, prosím**

31) K onanii nejčastěji používám – vyberte jednu možnost

- a) Vlastní ruku
- b) Proud vody
- c) Vibrátor nebo umělý penis
- d) Něco jiného – popište co

32) V jaké poloze nejčastěji masturbujete – vyberte jednu možnost

- a) Vleže na zádech
- b) Vleže na břicho
- c) Vleže na boku
- d) Vsedě
- e) Ve stoje

33) Používáte při onanii nějaké erotické (pornografické) materiály?

- a) Ano, často
- b) Občas
- c) Nikdy

34) Spojila jste někdy masturbaci se sebepoškozováním?

- a) Ano
- b) Ne

35) O jaké sebepoškozování šlo?

36) Při onanii si někdy představuji sex s – zaškrtněte všechny vhodné možnosti

- a) Sex se svým partnerem
- b) Sex s jiným mužem
- c) Sex s více muži
- d) Sex se ženou
- e) Skupinový sex

37) Při onanii si někdy představuji – **zaškrtněte všechny vhodné možnosti**

- a) Něžný sex
- b) Sex, při kterém jsem v submisivní (podřízené) roli
- c) Sex, při kterém jsem v dominantní (nadřízené) roli
- d) To, že pocítuji bolest
- e) To, že partner pocítuje bolest
- f) To, že jsem znásilňována
- g) Pozorování dalších lidí při sexu
- h) Jsem pozorována při sexu další osobou
- i) Jiné – popište prosím v následující otázce

38) Představujete si ještě něco jiného?

39) Popište prosím svoji typickou masturbační fantazii

40) Stává se, že po zkončení masturbace orgasmem začnete onanovat znovu?

- a) Ano
- b) Ne

41) Pokud ano, změní se vaše fantazie při druhé masturbaci?

- a) Ano - popište jak
- b) Ne

42) Masturbovala jste někdy před nějakou další osobou?

- a) Ano
- b) Ne

43) Popište, prosím, o koho šlo:

44) Stydíte se za masturbaci?

- a) Ano
- b) Ne

45) Jaký je Váš postoj k masturbaci

- a) Masturbace je škodlivá, člověk by se jí měl rozhodně vyvarovat
- b) Je neslušná, nevhodná, člověk by se jí měl vyvarovat
- c) Je to zlovyk, ale nikomu neškodí
- d) Je to neškodná nouzová varianta při nedostatku partnerského sexu
- e) Je to přirozená součást zdravé sexuality

46) Mluvíte někdy o masturbaci s dalšími osobami – **zaškrtněte všechny** vhodné možnosti

- a) S nikým o tom nemluším
- b) Ano a to s
 - 1) Partnerem
 - 2) Rodiči
 - 3) Sourozenci
 - 4) Přáteli
 - 5) Odborníkem
 - 6) Někým jiným

47) Viděla jste někdy masturbovat svého partnera? Jaké jste měla pocity?

- a) Ne, neviděla
- b) Ano viděla
 - 1) styděla jsem se
 - 2) hnusilo se mi to
 - 3) vzrušilo mne to
 - 4) rozlobilo mne to
 - 5) nic to se mnou nedělalo

48) Kolik je Vám let?

49) Velikost Vášeho místa bydliště

- a) Sídlo do 5 000 obyvatel
- b) Sídlo od 5 000 do 100 000 obyvatel
- c) Sídlo od 100 000 do 1 milionu obyvatel
- d) Sídlo nad 1 milion obyvatel

50) Zaškrtněte, prosím, Vaše nejvyšší dosažené vzdělání:

- a) Základní škola
- b) Střední škola bez maturity
- c) Střední škola s maturitou
- d) Vysoká škola (včetně studia VŠ)

51) Náboženské vyznání:

- a) Věřící
- b) Nevěřící

52) Jste v současné době ekonomicky aktivní?

- a) Ano
- b) Ne

Děkuji za vyplnění!

Lenka Tichotová

Příloha 2

Dotazník pro muže

Výzkum masturbace

Univerzita Karlova

Filozofická fakulta

Vážený pane,

dovolte, abychom Vás informovali o výzkumném projektu, kterého jste se rozhodl zúčastnit. Výzkumný projekt se zabývá tématem sexuálního chování, masturbace a masturbačních fantazií. Výsledky výzkumu by měly přispět k lepšímu pochopení lidské sexuality a léčbě sexuálních dysfunkcí. Součástí výzkumu je vyplnění baterie dotazníků týkajících se různých aspektů sexuality, sexuálních fantazií, sexuálního zneužití a základních demografických údajů. V některých částech, například v úvodní sahare do vzpomínek, můžete některé odpovědi vynechat, u jiných otázek můžete být požádán o doplnění odpovědi, nicméně lze pokračovat i bez ní, a u několika jednotlivých otázek odpovědi přeskocit nejdou.

Zúčastnit se můžete, pokud jste muž a je Vám více než 15 let. Vaše účast na výzkumu je čistě dobrovolná.

Nejsou nám známa žádná rizika spojená s účastí ve výzkumu, pokud však budete cítit jakékoli pochybnosti, neváhejte se na nás s nimi obrátit.

Vaše odpovědi budou uchovávány v elektronické podobě a budou použity k zodpovězení našich výzkumných otázek. Data budou skladována anonymně. Publikovány budou pouze celkové závěry, nikoli výsledky týkající se jednotlivých účastníků.

V případě potřeby doplňujících informací kontaktujte prosím řešitele:

*Mgr. Lenka Tichotová
Katedra psychologie
Filozofická fakulta Univerzity Karlovy
Náměstí Jana Palacha 2, 116 38, Praha 1
lenkaticho@seznam.cz*

Klikněte, prosím na odpovídající variantu:

- Je mi více než 15 let a chci se zúčastnit tohoto výzkumu
- Je mi méně než 15 let
- Nechci se zúčastnit

Jste

- muž
- žena

Vyplňte, prosím, váš věk:

Máte v současné době stálý partnerský vztah (tj. oba partneři se dohodli, že spolu „chodí“ – nejde ryze o sexuální vztah, vidíte v něm určitou dlouhodobější perspektivu)?

- ano
- ne

Kolik měsíců Váš vztah trvá? (napište, prosím, číslo, popř. "x let x měsíců")

Kolik Vám bylo let v době Vaší první schůzky (rande)?

- Dosud jsem takovou schůzku neměl
- 10 a méně
- 11
- ...
- 70 a více

Kolik Vám bylo let, když jste se poprvé líbal?

- Dosud jsem se nelíbal.
- 10 a méně
- 11
- ...
- 70 a více

V kolika letech jste byl poprvé zamilován?

- Dosud jsem zamilován nebyl.
- 10 či méně
- 11
- ...
- 70 a více

V kolika letech jste měl první partnerský vztah delší než 6 měsíců?

- Dosud jsem takový vztah neměl.
- 10 a méně
- 11
- ...
- 70 a více

V kolika letech jste měl první výron semene (ve spánku, při onanii nebo při styku)?

- Dosud jsem nikdy neměl.
- 1
- ...
- 70 a více

V kolika letech jste poprvé zažil necking (mazlení s druhou osobou na těle od pasu nahoru)?

- Dosud nikdy.
- 1
- ...
- 70 a více

V kolika letech jste poprvé zažil petting (mazlení s druhou osobou po celém těle včetně pohlavních orgánů)?

- Dosud nikdy.
- 1
- ...
- 70 a více

Kdyby záleželo jen na Vaší chuti a měl jste k tomu vhodné podmínky, vyhovovalo by Vám zabývat se sexuální činností (styk nebo masturbace):

- vůbec nikdy
- méně než 1x ročně
- několikrát za rok, nejvíce 1x měsíčně
- několikrát měsíčně, nejvíce 1x z týden
- 2x nebo vícekrát za týden
- denně anebo vícekrát denně

Sexuálního vzrušení dosahuji především **(vyberte jednu možnost):**

- drážděním žaludu
- drážděním předkožky
- drážděním uzdičky (kožní řasa spojující předkožku a žalud na spodní straně penisu)
- drážděním ústí močové trubice
- drážděním u kořene penisu
- drážděním v celé délce penisu
- drážděním varlat
- drážděním třísel
- drážděním prsních bradavek
- drážděním řitního otvoru
- pouze fantazií - bez dotyku
- necítím žádné vzrušení
- jiné - prosím, označte tuto odpověď a popište:

Souložil jste již někdy?

- ano
- ne

V kolika letech jste souložil poprvé?

- 1
- ...
- 70 a více

K souloži s druhou osobou u mne dochází:

- vůbec nikdy nebo méně než 1x ročně
- několikrát za rok, nejvíce 1x měsíčně
- několikrát měsíčně, nejvíce 1x z týden
- 2x nebo vícekrát za týden
- denně anebo vícekrát denně
- nemám partnerku/partnera

S kolika osobami jste za celý život souložil? (pokud nevíte přesně, odhadněte) **Napište, prosím, číslem.**

Vyjádřeno v procentech jsem při souložích uskutečněných v minulém roce dosáhl orgasmu:

- v 0%
- asi v 25%
- asi v 50%
- asi v 75 %
- asi v 90-100%

Někteří muži mívají tzv suché orgasmy - tedy orgasmy bez ejakulace. Vyjádřeno v procentech, jak často k tomu dochází u vás **při souloží?**

- v 0 % (nikdy)
- asi v 5-15%
- asi v 25%
- asi v 50%
- asi v 75%
- asi v 90-100%

Při souloží mám spíše:

- nepříjemné pocity až bolesti
- dojem, že jsem necitlivý, zůstávám chladný
- příjemné pocity, které jsou stále stejné
- příjemné pocity, které se stupňují jen do určitého bodu
- příjemné pocity, které se stupňují až k vyvrcholení

Považujete se za

heterosexuála bisexuála homosexuála

0 50 100

Posuňte prosím značku do odpovídající pozice na škále (1)



V kolika letech jste poprvé masturboval (sám se dráždil na přirození)?

- Dosud nikdy.
- 1
- ...
- 70 a více

K masturbaci u mne dochází:

- vůbec nikdy
- méně než 1x ročně
- několikrát měsíčně, nejvíce 1x z týden
- několikrát měsíčně, nejvíce 1x z týden
- 2x nebo vícekrát za týden
- Denně anebo vícekrát denně

Co při masturbaci využíváte? (**označte všechny odpovídající možnosti**)

- vlastní ruku
- umělou vaginu
- srolovaný ručník
- deku nebo polštář
- nafukovací pannu nebo jinou nápodobu celého těla
- masturbační vajíčko
- proud vody
- Kolébání se nebo pohybování, takže dochází k tření i bez dotyku rukou
- něco jiného - označte tuto odpověď a popište:

Co při masturbaci využíváte **nejčastěji**? (vyberte **jednu možnost**)

- vlastní ruku
- umělou vaginu
- srolovaný ručník
- deku nebo polštář
- nafukovací pannu nebo jinou nápodobu celého těla
- masturbační vajíčko
- proud vody
- Kolébání se nebo pohybování, takže dochází k tření i bez dotyku rukou
- něco jiného - označte tuto odpověď a popište:

V jaké poloze **nejčastěji** masturbujete? (vyberte **jednu možnost**)

- vleže na zádech
- vleže na břiše
- vleže na boku
- vsedě
- ve stoje
- jinak - označte tuto odpověď a popište:

Jaké oblasti svého těla jste **již někdy** při masturbaci dráždil? (**označte všechny využití možnosti**)

- dráždění žaludu
- dráždění předkožky
- dráždění uzdičky (kožní řasa spojující předkožku a žalud na spodní straně penisu)
- dráždění ústí močové trubice
- dráždění u kořene penisu
- dráždění v celé délce penisu
- dráždění varlat
- dráždění třísel
- dráždění prsních bradavek
- dráždění řitního otvoru
- dráždění pouze fantazií - bez dotyku
- jiné - označte tuto odpověď a popište:

Jaké oblasti svého těla při masturbaci **nejčastěji** dráždíte? (vyberte **jednu možnost**)

- dráždění žaludu
- dráždění předkožky
- dráždění uzdičky (kožní řasa spojující předkožku a žalud na spodní straně penisu)
- dráždění ústí močové trubice
- dráždění u kořene penisu
- dráždění v celé délce penisu
- dráždění varlat
- dráždění třísel
- dráždění prsních bradavek
- dráždění řitního otvoru
- dráždění pouze fantazií - bez dotyku
- jiné - označte tuto odpověď a popište:

Jakým způsobem **někdy** dráždíte při masturbaci penis? (**označte všechny využitě možnosti**)

- po celém obvodu penisu
- ze stran
- shora a zespodu
- pouze zespodu
- tření o podložku
- jinak - prosím, označte tuto odpověď a popište:

Jakým způsobem penis při masturbaci dráždíte **nejčastěji**? (vyberte **jednu možnost**)

- po celém obvodu penisu
- ze stran
- shora a zespodu
- pouze zespodu
- tření o podložku
- jinak - prosím, označte tuto odpověď a popište:
-

Používáte při masturbaci nějaké erotické, případně pornografické materiály?

- ano, často
- občas
- nikdy

Z toho, jak často používáte který typ materiálu?

Texty					
fotky					
video					
pouze zvuk					

Spojil jste někdy masturbaci se sebepoškozováním?

- ano
- ne

O jaké sebepoškozování šlo?

V následujících otázkách se Vás budeme dotazovat na Vaše sexuální fantazie. Sexuální fantazií máme na mysli:

„Sexuální fantazie může být podrobný příběh nebo jen prchavá myšlenka na nějakou romantickou či sexuální aktivitu. Může být čistě imaginativní nebo zcela realistická. Přichází spontánně nebo může být úmyslně vyvolána, popřípadě vyprovokována jinými myšlenkami, pocity či sensorickými vjemy“

Měl jste někdy při masturbaci sexuální fantazii?

- ano
- ne

Vyjádřete, prosím, v procentech, jak často míváte při masturbaci sexuální fantazie.

0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100

Posuňte značku po škále (1)



Popište prosím svoji typickou masturbační fantazii:

Máte nějaké fantazie, jejichž obsah Vám působí vnitřní nepohodu (případá nevhodná, myslíte, že byste je neměl mít, připadá Vám nějak ohrožující)?

- ne, nemám potíže se žádnou svou fantazií
- ano, mám takovou fantazii (takové fantazie)

Prosím, popište fantazie, které Vám působí vnitřní nepohodu a pocity, které ve Vás vyvolávají:

Při masturbaci si někdy představuji: **(označte všechny odpovídající možnosti)**

- sex se svojí partnerkou
- sex s jinou ženou, kterou znáte
- sex s jinou, neznámou ženou
- sex s více ženami současně
- sex s mužem
- skupinový sex
- sex s někým slavným
- obraz jiných lidí při sexuálních aktivitách
- sex s někým nezkušeným
- sex s o hodně starší partnerkou/partnerem
- sex s o hodně mladší partnerkou/partnerem
- sex s někým příbuzným
- sex se zvířaty

Při masturbaci si někdy představuji: **(označte všechny odpovídající možnosti)**

- něžný sex
- sex, při kterém jsem v submisivní (podřízené) roli
- sex, při kterém jsem v dominantní (nadřízené) roli
- to, že pociťuji bolest
- to, že partner pociťuje bolest
- to, že jsem znásilňován
- pozorování dalších lidí při sexu
- jsem pozorován při sexu další osobou
- to, že někoho znásilňuji
- jiné, prosím, označte tuto odpověď a doplňte

Masturboval jste někdy po 15. roce věku před nějakou další osobou? **(označte všechny odpovídající možnosti)**

- ne, nikdy
- ano, šlo o partnerku
- ano, šlo o sourozence
- ano, šlo o přítele
- ano, šlo o rodiče
- ano, šlo o partnera
- ano, šlo o ... - označte tuto odpověď a doplňte:

Stydíte se za masturbaci?

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- vůbec ne

Jaký je Váš postoj k masturbaci?

- je škodlivá, člověk by se jí měl rozhodně vyvarovat
- je neslušná, nevhodná, člověk by se jí měl vyvarovat
- je to zlozvyk, ale nikomu neškodí
- je to neškodná nouzová varianta při nedostatku partnerského sexu
- je to přirozená součást zdravé sexuality

Mluvil někdy o masturbaci s dalšími osobami? (označte všechny odpovídající možnosti)

- ne, nikdy
- ano, s partnerkou/partnerem
- ano, šlo o rodiče
- ano, se sourozenci
- ano, s přáteli
- ano, s odborníkem
- ano, s někým jiným ... - označte tuto odpověď a doplňte:

Jak často o masturbaci s někým mluvíte?

- méně než 1x ročně
- několikrát ročně, nejvíce 1x za měsíc
- několikrát měsíčně, nejvíce 1x z týden
- 2x nebo vícekrát za týden
- denně anebo vícekrát denně

Mluvil jste někdy o masturbaci s nějakým odborníkem nebo v rámci nějaké seberozvojové skupiny jako o prostředku k...

- zlepšení sexuálního života
- prostředku svého vlastního osobního rozvoje
- ne, nic takového

Viděl jste někdy masturbovat svou partnerku/partnera?

- ano, viděl
- ne, neviděl

Jaké jste měl přitom pocity? (označte prosím v každém řádku jednu odpověď')

	ne	spíše ne	spíše ano	ano
styděl jsem se	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
hnušilo se mi to	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
vzrušilo mne to	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
rozlobilo mne to	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
nic to se mnou nedělalo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Chtěl byste znát sexuální fantazie své partnerky/partnera?

- ano, za každých okolností
- spíše ano, ale záleží na obsahu
- ne, myslím, že by mi to nebylo příjemné
- ne, jde o partnerčinu/partnerovu soukromou věc

Bavíte se s partnerkou/partnerem o fantaziích při masturbaci? A jaký je váš postoj k tomu?

- bavíme a jsem rád
- bavíme, ale je mi to nepříjemné
- nebavíme, ale rád bych
- nebavíme a jsem rád, že tomu tak je
- jiné - označte tuto odpověď a doplňte:

Byl jste někdy ve svém dětství (do 15 let) zneužit (sexuálně obtěžován) dospělou osobou?

- ne, nebyl
- ano, byl

Byl jste někdy v pozdějším věku (nad 15 let) k pohlavnímu styku fyzicky přinucen?

- nebyl
- byl jednou
- byl opakovaně

Nutil jste někdy násilím nebo hrozbami nějakého muže k pohlavnímu styku?

- ne, nikdy
- ano, jednou
- ano, opakovaně

Na závěr už jen, prosím, vyplňte několik demografických otázek:

Velikost Vašeho místa bydliště

- Sídlu do 5 000 obyvatel
- Sídlu od 5 000 do 100 000 obyvatel
- Sídlu od 100 000 do 1 milionu obyvatel
- Sídlu nad 1 milion obyvatel

Označte, prosím, Vaše nejvyšší dosažené vzdělání:

- Základní škola
- Střední škola bez maturity
- Střední škola s maturitou
- Vysoká škola (včetně studia VŠ)

Náboženské vyznání

- věřící
- nevěřící

K jakému náboženství se hlásíte?

- křesťanství (prosím specifikujte církev, např. římskokatolická)
- islám
- buddhismus
- agnosticismus (víra v existenci vyšší moci, kterou nelze prokázat, ani popřít)
- judaismus
- jiné – prosím, označte tuto odpověď a specifikujte:

Jak často se účastníte náboženských obřadů?

- Každodenně nebo několikrát týdně
- Každý týden nebo téměř každý týden
- Jednou, dvakrát za měsíc
- Několikrát za rok
- Méně často, výjimečně
- Vůbec ne

Jste v současné době ekonomicky aktivní?

- Ano
- Ne

Děkujeme Vám za čas, který jste našemu dotazníku věnoval.

Srdečně Lenka Tichotová