

## Stud a zábrany v ženské sexualitě

Hana Fifková

Sexuologická ordinace, Praha

Ve svém příspěvku se budu blíže věnovat tématu studu a zábran v ženské sexualitě tak, jak se s těmito fenomény setkávám ve své klinické praxi. Nejprve ale několik poznámek k terminologii.

Termín **sexuální stud** používá už Ellis, který uvádí, že u žen je součástí námluv a projevem koketérie. V sexuálním chování zvířat vypadá jako opakované přibližování se a unikání samičky samci. Tento typ ženského zdrženlivého sexuálního chování bychom mohli nazvat studem produktivním přinejmenším z hlediska plození. Slouží dle Ellise k většímu vydražďování samce, je podmínkou námluv a dává samici čas orientovat se ve skupině nápadníků a vybrat toho nejkvalitnějšího.

Někdy se zase můžeme setkat s názorem, že projevem ženského studu je **zahalování ženského genitálu**, jdoucí napříč věky i kulturami. Zdá se ale, že tento způsob chování nelze interpretovat jako cudnou vábivost. Jde spíše o jednoznačný signál odmítnutí sexuálního kontaktu či o snahu neprovokovat sexuální reakci u ženou nevybraných mužů.

O těchto projevech, z hlediska účelné reprodukce jistě vývojově smysluplných, se však v tomto textu zmiňovat nechci. Chtěla bych se věnovat zábranám a studu, které bych nazvala veskrze **neproduktivními**, protože komplikují vztah mých klientek k vlastní sexualitě. O studu a zábranách, které snižují či vylučují možnost žít sexuální život v plné spokojenosti.

Většinu návštěvníků mé poradny tvoří ženy s problematikou sexuálních dysfunkcí. Jde především o primární anorgasmii, vaginismus a chybějící chuť na sex. Příčiny vzniku uvedených dysfunkcí bývají nejrůznější a většinou mnohočetné. Terapie probíhá individuálně. Jedno téma ale řešíme s mými klientkami vždy. Stud a zábrany jdou se sexuálními ženskými dysfunkcemi ruku v ruce, v důvěrném vztahu, jako nejbližší přítelkyně, které se znají takřka od narození.

### *Kazuistiky*

Žena, vztah 7 let, dostavila se s **problémem chybějící chuti** na sex dlouhodobě, nikdy neprožila orgasmus, soulož jednou měsíčně kvůli partnerovi, vlastního genitálu se nikdy nedotýkala, bylo by jí to nepříjemné, neví, jak genitál vypadá, nezajímá ji to, styděla by se, v podstatě si přišla pro lék na zvýšení touhy, příliš nechápe, že nepřítomnost orgasmu ovlivňuje míru touhy a že genitál jako země nikoho příliš velkou dispozici k prožití uspokojení nedává

Dívka, se kterou se přítel rozešel po třech letech vztahu pro její **nechuť k sexu a bolesti při souloži**. Nikdy neprožila orgasmus a soulož bolela od prvního pokusu. V terapii se jí pro genitál nedaří najít název, všechny se jí zdají ošklivé. Pro mužský genitál bez problémů používá název penis. Nikdy se v oblasti vulvy a vagíny nedotýkala, dotyky partnera byly nepříjemné. Vždycky si myslela, že se mu její genitál nemůže líbit, že si ho oškliví, i když ji ujišťoval o opaku.

Mladá žena, terapie pro **nechuť k sexu**, uvádí, že jí vadí tělesné výměšky, sliny a nejvíc poševní sekret, připadá si upatlaná a nechutná, když už se k sexu s partnerem odhodlá, potřebuje být dočista vydrbaná a i to se jí zdá málo, existovala-li by možnost dezinfekce, uvítala by ji.

Žena s **primární anorgasmii**, má problém s psychickou vzrušivostí, při čtení knihy erotických ženských fantazií si uvědomuje, že si vždycky myslela, že si něco takového nemůže dovolit. Bylo by to úchylné a byla by to nevěra. Často si představovala, co vzrušuje jiné ženy a často si říkala, že její představy jsou určitě jiné a špatné. Podstatným zjištěním během terapie bylo, že sex není primárně určen k výčítkám, ale k hezkému prožívání.

Dívka s **primární anorgasmii** během sezení vzpomíná na trestání za masturbaci, otec ji opakovaně přistihl a zesměšnil, pocity studu a výrazné zábrany ve vztahu k dotykům v oblasti genitálu ji provázely do dospělosti

Mladá žena s **primární anorgasmii**, která narůstající vzrušení vždy zastaví, protože se bojí ztráty sebekontroly v souvislosti s prožitím orgasmu, bojí se, protože neví, co bude následovat, když byla malá, maminka jí říkala, že když si bude sahat mezi nohy, onemocní a umře

Desítky žen, které v bezprostřední reakci na pojem vlastní genitál napadá zásadně jen: rozpaky, stud, nepatřičné, divné, neslušné, špatné, špína, zápach, hnus, v lepším případě nic.

Stud a zábrany skutečně brání dívkám a ženám prožívat milování pozitivně v **mnoha ohledech**:

- projevují se ve vztahu k vlastnímu tělu
- projevují se ve vztahu k vlastnímu genitálu
- neumožňují klientkám prožívat psychické sexuální vzrušení zabraňují v prožívání tělesného vzrušení, orgasmu a negativně působí na sexuální touhu
- znesnadňují či přímo vylučují sexuální komunikaci s partnerem či partnerkou

### *Zdroje*

**Historické** - postoj západní společnosti se po dva tisíce let utvářel především pod vlivem křesťanství, což s sebou neslo především podezřívavý postoj k sexuálním aktivitám. V devatenáctém století částečně církev nahradila medicína, jejíž původní představy o sexualitě byly však stejně rigidní. Liberalizace postojů k sexualitě obecně se vyvíjela velice postupně s tím, že postoje žen k vlastní sexualitě se v patriarchální společnosti měnily se zpožděním za postoji mužů k sexualitě mužské. Lze říci, že ještě ani dnes není proces emancipace ženské sexuality dokončen.

### **Rodinná výchova**

Ještě dnes přicházejí do ordinace generace klientek, u kterých v dětství neprobíhala žádná sexuální výchova, sex byl tabuizován, oblast genitálu byla tabuizována. Klientky neumí příslušné vlastní orgány pojmenovat. První informace a často jediné informace o této oblasti dostaly od svých matek při příležitosti menstruace, pokoutně, potají, aby mužská část rodiny nevěděla. To, že se staletími i zeměpisnými šířkami táhne negativní postoj k ženské menstruaci, víme. Speciální chatrče pro nečisté menstrující ženy u primitivních kmenů pochopíme stejně jako to, že u národů, kde vybírat si vši je běžná věc, dostává menstrující žena tyčku, aby se mohla poškrábat a nesmí se rukou

dotknout ani vlastního jídla, sestry ji krmí. Nemusíme ale chodit až tak daleko - dodnes v odborném slangu kolegů gynekologů přetrvává termín špinění jako ekvivalent pro mírné krvácení a jestli si dobře vzpomínám, nedávno proběhla tiskem zpráva o barevných páskách na ruce, které by nosily menstrující ženy za pokladnami jistého hypermarketu. Možná aby se zákazníci mohli dobře orientovat a uchránili tak své potraviny před uhrnutím.

### **Rodové biologické faktory**

Už v pubertálním věku je evidentní, že na rozdíl od většiny chlapců, jejichž vztah k vlastnímu genitálu je veskrze pozitivní a láskyplný, existuje poměrně velká skupina dívek, které si genitál oškliví, v lepším případě nevědí, že ho mají. Chlapecká sexualita s výraznou podporou testosteronem si záhy řekne naléhavostí sexuálního pudu o uspokojení, a tak se kluci naučí onanovat. Skoro všichni. Odměnou jim je automatický a bezproblémový orgasmus. Zdaleka ne všechny dívky sexuální touha dožene v tomto období k experimentům s autoerotikou a zdaleka ne všechny se naučí prožívat orgasmus. Zahajování párového pohlavního života pak může probíhat v podobných dimenzích. Simone Beauvoire k tomu velice výstižně uvádí: *Odevzdání ženy nebyvá kompenzováno prudkou a bezpečnou rozkoší. Žena by obětovala stud daleko snadněji a raději, kdyby si tím otevřela brány ráje.* Další fixace ženských zábran je jistě dána i reálnou možností žít dlouhodobě v sexu s partnerem bez dosahování vzrušení a orgasmu, s poskytováním sexu bez touhy a sexuální satisfakce.

### **Společenské stereotypy**

Přetrvávající dvojí metr, který stále ještě ženskou sexualitu handicapuje. Nutí ženy přizpůsobovat se většinou mužským normám ve kvalitě i kvantitě. Stejně stereotypy přisuzují ženám vlastnosti jako chápavost, přizpůsobivost, submisivita, radost z poskytování, sebeobětování. Tyto stereotypy stále ještě brání mnoha ženám přijmout vlastní sexualitu bez negativní konotace, bez srovnávání s mužskými parametry, bez diskriminujících přívlastků, bez diagnóz typu nízká sexuální apetence či koitální anorgasmie. Brání ženám upřímně a otevřeně se ptát sebe sama a odpovědi legitimizovat.

**Individuální** - konkrétní traumata jako sexuální zneužívání, ovlivnění konkrétní náboženskou vírou apod.

### *Terapie*

Využití osvěty, racionální psychoterapie, v indikovaných případech psychoterapie dynamické.

Roli hrají i společenské změny, které přinášejí zkvalitnění sexuální výchovy v rodině i ve škole. Nezastupitelnou funkci mají i média všeho druhu.

---

FIFKOVÁ, Hana. Stud a zábrany v ženské sexualitě.

In HELLER, Daniel; PROCHÁZKOVÁ, Jana; SOBOTKOVÁ, Irena (ed.). *Psychologické dny 2004 : Svět žen a svět mužů : polarita a vzájemné obohacování : sborník příspěvků z konference Psychologické dny, Olomouc 2004.* Olomouc : Universita Palackého v Olomouci, 2005. Acta Universitatis Palackianae Olomucensis. Facultas Philosophica, Psychologica 35 - suppl. Plný text příspěvku o rozsahu 3 s. je dostupný na přiloženém CD-ROM. ISBN 80-244-1059-1.