

(המשך מעמוד 61)

אשה לסיפוק מיני היא חייבת לדעת להגיח את אותה, הוא הרי מכיר רק את הרגישויות שלו. גם אם תהיה לו אינפורמציה על רגישות הדגדגן בגוף האשה, היא צריכה לעזור לו לאתר את המקום. תופעה מוכרת היא שאשה טועה כאי-תור הדגדגן שלה. היא פשוט מאוד צריכה לבדוק עצמה יותר, ולהעז לפתוח את הפה - ולדבר.

מהי דעתך על אוננות?

אני לא יכולה לומר שאנחנו מעודדים אוננות, אבל אנחנו בהחלט לא פוסלים אותה.

עובדה היא שכדי ללמד גברים ונשים להכיר את רגישותם המינית הם מתבקשים לאונן. אוננות עוזרת להסתגלות לחיימיני אצל גברים ונשים.

אני לא אומר להורים: עודדו את ילדיכם לאונן, אלא אל תמנעו מהם, אם זה קורה. מחקרים בעולם מצאו שניסיון של אוננות בגיל צעיר הבטיח תפקוד מיני טוב בגיל מבוגר. גישתינו המיני צועדת אל מבוגרים שמאוננים היא שאין בזה פסול. אם בן-זוג מוכן להסכים לזה, ואין הסתייגות של אחד מהפרטנרים, זה מתקבל כהתנהגות נכונה. הגישה בהתייחסות היא אינדיבידואלית. רק אם קיימת הסתייגות מהאוננות מתערב המטפל. במסגרת גישונו האוננות היא דבר מקובל ולא יוצא דופן.

כשאשה מתלוננת על חוסר סיפוק, האם זו בעייה מינית?

מבין הנשים שפנו לטיפול באונן מצאנו, 57 אחוז מהנשים התלוננו על חוסר אורגזמה במגע מיני עם חדרה. באוכלוסייה הכללית בישראל, 70 אחוז מהנשים אינן משיגות אורגזמה בחדרה (אחוז דומה ידוע גם במריקה, ממחקריהם של מסטרס וג'ונסון).

זו אינה בעייה מינית, אלא בעייה של חוסר ידע ובורות בטכניקה של מיסגל. הן לא ידעו שלא חדרה הקלאסית מביאה אשה לאורגזמה אלא גירוי הדגדגן?

כן. פרויד קבע שאשה בוגרת צריכה להגיע לאורגזמה בחדרה לנרתיק. הגבר נתון לה את אבר-המין שלו וממלא אותה בסיפוק. אם היא זקוקה לגירוי מיני נוסף, סימן שהיא לידרתי.

והי מחשבה שרווחה בתקופה מסויימת, ופרויד נתן לה אישור מדעי.

איך את מסבירה את העובדה שבעשר השנים האחרונות, אנשים קראו, שמעו ולמדו, שהדגדגן הוא האבר הרגיש ביותר בגוף האשה, אך בהתנהגות המינית התייחסו אליו כאלו?

כבר בתחילת שנות ה-50 הגיע אלפרד קינסי למסקנה שפרויד טעה. הוא גילה שגברים הגיעו לאורגזמה מההתרגשות היימית בעוד שהן חובנו, בטעות, שזה קורה בעיקבות החדירה.

בשנות ה-60 קבעו מסטרס וג'ונסון, 80 אחוז מהאורגזם של האשה מקורו בגירוי הדגדגן והשפתיים. ובפירוש לא מגירוי נרתיקי. רק בשנות ה-70 החלו מסטרס וג'ונסון לשכנע את המטפלים שיש לקבל את הורם החושך ולבחור בשיטת הוראה אחרת. לפני שמונה שנים החלו להתפרסם עלייך מאמרים רפואיים בעולם. בשלוש השנים האחרונות הגיע הורם החדש גם לישראל.

את העובדה שאנשים לא מתייחסים עדיין לדגדגן ניתן היום להסביר רק בחוסר תיקשורת. דגדגן הוא אבר רגיש, ולא כל גבר יודע איך לגעת בו. הנשים ביישיות זאל אומרות. כדי להגיע אל הדגדגן צריך לשנות את הטכניקה של המיסגל המסורתי.

אם מקובל היום, עלי-בניהווג הישי-ראליים, שבעת המיסגל האשה שוכבת על גבה והגבר מעליה, אז שניהם אינם מבינים שזוהי הדרך הקשה ביותר בשביל האשה כדי להשיג גירוי מיני בדגדגן. בתנוחה כזו קשה לגבר לגרום לאשה גירוי ישי בדגדגן.

אשה שמיסגה אורגזמה בתנוחה זו הגיעה לכך עליידי גירוי עקיף. גירוי עקיף יכול להביא אשה לאורגזמה, אבל הוא אינו מרוכז וחזק. העיצוב המפותח ביותר, זה שיכול להביא לגירוי המיני החזק ביותר, מצוי בדגדגן. כמובן, גם המיסגל, תנועת החי-דירה והנסיגה מהנרתיק. גורמים לגירוי, משום שגם בכניסה לנרתיק ובשפתיים קיים עיצוב. אך גירוי זה אינו מספיק, בדרך-כלל, להשגת אורגזמה. הגבר חייב לגעת ישירות (באצבע!) בדגדגן. כדי שהיה לו קל לעשות זאת בזמן החדירה, רצוי שבניהווג יסגלו להם סכי-ניקט מיסגל שונה. קל יותר לגבר להגיע



פסיכולוגית מרידין ספר פרויד, מסורת, דת וטאבו

מהר מדי לשפיקה, או הגיע לשפיקה ללא שלב ההתרגשות.

גברים פונים בישראל לטיפול (גיל ממוצע 40) בתלונה על אימפוטנציה או שפיקה מוקדמת.

נשים מגיעות לטיפול (גיל ממוצע 27 שנה) בתלונה על חוסר סיפוק מיני.

גבר הסובל מאימפוטנציה לא יכול להגיע לזיקפה. היא יכולה להיות קיימת כשהוא מאונן לעצמו או לפני יחסי-המין. כשיש כוונה לחדור, מאבד הגבר את הזיקפה והוא לא יכול לחדור אל נרתיק האשה. וכמובן שהוא לא מגיע לשפיקה.

שפיקה מוקדמת זו תופעה בה הגבר לא מסוגל לשלוט בתיומן הפליטה. היא יכולה להתרחש מיד עם החדירה, או שניות ספורות אחרי החדירה.

האם קיים זמן שפיקה המוגדר כנורמלי? כמה זמן חדרה נדרש מהגבר כדי להביא אשה לאורגזמה?

מצאנו שאצל רוב הזוגות המתפקדים בסדר (שאינו להם תלונות לגבי סיפוק מיני, זוגות שאומרים שהם מרוצים ביחסי-המין), הגבר שופך ארבע דקות אחרי החדירה.

זוגות ללא בעיות מיניות מקדישים יותר זמן למישוק-מיני לפני החדירה. לאשה שקיבלה מספיק גירוי מיני לפני החדירה, יספיקו גם שתי דקות אחרי החדירה, כדי להגיע לאורגזמה.

הבעייה קיימת כזוגות שבהם הגבר סובל משפיקה מוקדמת. גברים אלה נמנעים ממישוק מיני לפני החדירה. הם חוששים מפני השטיכה המוקדמת, והאקס המיני מתחיל מיד בחדרה. מובן מאילו שבתיווג של גבר כזה לא קיבלה גירוי מקדים, והיא לא מגיעה להתרגשות-מינית מספקת כדי להשיג אורגזמה.

האם מצאתם הבדלים בבעיות מיניות בין חילוניים לדתיים?

להפתעתנו מצאנו שאחוז הגברים הי-דתיים הפונים לטיפול מיני הוא גבוה בהרבה מחלקם באוכלוסייה הגברית בישראל.

ראל. מצאנו גם שמבין הגברים הדתיים והחילוניים הפונים לטיפול מיני, האחוז של הגברים שהגיעו מרקע דתי הוא גבוה בהרבה יותר. אין לנו הסבר לתופעה זו. יתכן שעל הגבר הדתי משיעה הקבי-עה שאסור לשפוך זרע לשווא. יתכן שאותם גברים אוננו למרות שהוריהם אסרו עליהם לעשות זאת.

ניגשנו לחקור את הבעיות המיניות בחברה הדתית בישראל, בגלל מימצאיו של קינסי בארצות-הברית. הוא הצביע על בעיות מיניות חמורות ורווחות בקרב הקתולים והיהודים האורתודוקסים. גילינו שמימצא זה נכון גם בארץ.

מהי הבעייה המינית המיוחדת לחברה הדתית?

צר לי לענות על שאלה. יש לי הרגשה שביעסו עלי - הבעיה העיקרית היא בורות. בורות בהבנת המיבנה האנאטומי של הגוף.

לפני שנה פירסם בית-החולים לניאדו בנתניה עבודה שהצביעה על בעיות מיני-ניות חריפות בקרב האורתודוקסים. גשוי-תיהם הגיעו לטיפול במירפאה לפוריות בגלל שהן לא הרו. לא היו להם ילדים בגלל מגע-מיני לא נכון. הם קיימו יחסי-מין ללא חדרה!

איך ניתן, לדעתך, להפיץ ידע בקרב הקהל הישראלי כדי להבטיח חיי-מין מוצלחים?

ידע עובדתי יכול להיכתב בספרים. חדרות המין של אלכס קומפוקט, שתורגם לעברית, וקשר ההנאה של מסטרס וג'ונ-סון הם ספרים מומלצים. יש לתת חינוך מיני בבתי-ספר ממלכתיים ודתיים, גם שיחות בקבוצות מבוגרים יכולות לעזור בביעור הבערות.

בינתיים, תלוי החינוך-המיני בישראל ביומנה האישי של מנהל בית-הספר. הנושא אינו נלמד כשיעור חובה, ועל המנהל להכיר בחשיבות האינפורמציה לתלמידים, כדי ליום הזמנת מרצה מיק-צועי. מישרד-החינוך מקיים איתנו קשר, אבל זה עדיין בשלב של דיון והתייעצות.

האם יש לכם תוכנית הדרכה חדשה לחינוך מיני בישראל?

קיימת תיאוריה חדשה בפסיכולוגיה, האומרת שההצלחה בחיי-מין מותנית ב- יכולת האנשים לסגל לעצמם מבנה אי-שיות גמיש, אנדרוגני. על הגבר לסגל לעצמו גם סטריאוטיפים נשיים ועל האשה לסגל לעצמה גם סטריאוטיפים גבריים. סיגול אישיות גמישה יכולה להבטיח מידה סבירה של סיפוק מיני לשני בני-הזוג.

מצאנו שאדם עם אישיות אנדרוגנית מסוגל להתמודד טוב יותר מאדם סטריאו-טיפי עם השינויים הבלתי-נמנעים, החלים במשך השנים במערכת נישואין. הוא יהיה רגיש יותר לצרכים המשתנים של בן או בת-הזוג.

זוגות בעלי אישיות גמישה יכולים לפתור בעצמם בעיות מיניות. האשה תעז ליוזם באקט המיני כמו הגבר. בני-זוג יעזו למצוא טכניקות נוספות ביחסי-המין. גבר ירשה לעצמו להיות רגיש ועדין.

תוצאות מחקר חדש שערכנו בישראל אכן מאשרות זאת. אנו מקווים שהגישה החדשה שלנו גם תאומץ על-ידי חוקרים בעולם.

הגיע הזמן לנטוש את הגישה הקודמת בפסיכולוגיה, שגרסה שהאשה צריכה להיות נשית, ושהגבר צריך להיות גבר-רי - רק כך הם יגיעו להרמוניה. מצאנו שבעלי סטריאוטיפים גמיש מקנים למערכת היחסים אווירה נוחה והתאמה מינית טובה. הבעייה היא שהרבה יותר גברים (50 אחוז) מנשים (22 אחוז) אכן מסגלים לעצמם מבנה אישיות אנדרוגני. אם כך, יש לשים את הדגש בחינוך המיני על אישיות הילדה דווקא.

מה ניתן לעשות עד שיכתבו תוכניות לימוד חדשות?

הבעייה הבוררת ביותר בישראל היא הכשרת רופאים שיתמחו בטיפול על-פי הגישה החדשנית. בינתיים פועלים בשטח מטפלים הנותנים טיפול, אולם יש לנו ספקות אם הטיפול שלהם נכון.

נשים רבות התלוננו שגבר לא יכול להבין מהי אורגזמה נשית, ולכן עדי-לראיין אשה שזהו תחום ההתמחות המיק-צועי שלה. האם מקובלת עלייך דיעה זו?

אני חושבת שכל מטפל מיקצועי לימד את המחקר ערכו הפסיכולוגיות ד"ר מרילין ספר ומירנה ליכטנשטיין מאונבר-סיטת חיפה, הסוציולוג יוחנן פרס מאוני-ברסיטת תל-אביב, הסטכולוג ד"ר צבי הוז מבית-החולים רמב"ם בחיפה והסוצי-לוג יוסף סופר מאוניברסיטת חיפה.

סטריאוטיפים אופייניים:

כך רואים גברים ונשים בישראל את עצמם

- | | |
|---------------------------|-------------------------------|
| 1. סומך על עצמו. | 1. בעלת מצב-רוח. |
| 2. עדין. | 2. ביישנית. |
| 3. עצמאי. | 3. מגלה חיבה. |
| 4. אתלטי. | 4. אפשר להחניף לה. |
| 5. בעל תכונות של מנהיגות. | 5. נשית. |
| 6. בעל כושר-התקנה. | 6. רגישה לצורכי הזוגת. |
| 7. עומד בפרשות עצמו. | 7. כנה. |
| 8. גברי. | 8. ממהרת להכיע רגשות שמהפגוע. |
| 9. מתנהג כמנהיג. | 9. רכה. |
| 10. תחרותי. | 10. ידרותית. |
| 11. שאפתן. | 11. עדינה. |
| 12. תקיף. | 12. בעלת דיבור רך. |
| 13. מוכן לנקוט עמדה. | |