

MODEL SEKSUALNY KOBIECY

mgr Tatiana Radzik

SEKSUALNOŚĆ KOBIETY

Seksualność kobiety jest niezwykle złożonym aspektem jej życia, na który wpływają zarówno czynniki biologiczne, jak i psychologiczne, społeczne oraz emocjonalne.

Rozumienie tej wielowymiarowości stanowi klucz do zrozumienia kobiecej intymności, a także do pomocy w rozwiązywaniu problemów związanych z funkcjonowaniem seksualnym.

W ciągu ostatnich dekad naukowcy i klinicyści opracowali różne modele opisujące kobiecą seksualność, aby lepiej uchwycić jej specyfikę.

SEKSUALNOŚĆ KOBIETY

Modele te, począwszy od liniowego ujęcia Mastersa i Johnson, poprzez uwzględnienie psychologicznych aspektów przez Kaplan, aż po cykliczne spojrzenie Basson, odzwierciedlają rozwój wiedzy o kobiecym doświadczeniu seksualnym.

Każdy z tych modeli wnosi unikalną perspektywę, pomagając zrozumieć dynamikę pożądania, podniecenia, orgazmu i satysfakcji, a także ich zależność od emocji, relacji i kontekstu życiowego.

SEKSUALNOŚĆ KOBIECY

Analiza modeli seksualności kobiety nie tylko poszerza naszą wiedzę o ludzkiej intymności, ale także umożliwia dostosowanie podejścia terapeutycznego, edukacyjnego czy diagnostycznego do indywidualnych potrzeb każdej kobiety.

Opracowania te stanowią podstawę nowoczesnej seksuologii, uwzględniając wyjątkowość kobiecego doświadczenia oraz różnorodność jego przejawów.

MODEL LINIOWY MASTERSA I JOHNSON (1966)

Masters i Johnson zaproponowali pierwszy model opisujący seksualność jako liniowy proces złożony z czterech faz:

1. Faza podniecenia (Excitement):

- Zwiększenie przepływu krwi do narządów płciowych (erekcja łechtaczki, nawilżenie pochwy).
- Przyspieszenie tętna i oddechu.

MODEL LINIOWY MASTERSA I JOHNSON (1966)

2. Faza plateau:

- ⊙ Kontynuacja wzrostu podniecenia.
- ⊙ Wzmożone napięcie mięśniowe i przekrwienie narządów płciowych.

3. Orgazm:

- ⊙ Skurcze mięśni dna miednicy i pochwy.
- ⊙ Uwalnianie napięcia seksualnego.

MODEL LINIOWY MASTERSA I JOHNSON (1966)

4.Faza odprężenia (Resolution):

- Powrót organizmu do stanu wyjściowego.
- Zmniejszenie napięcia mięśniowego i przepływu krwi w narządach płciowych.

Charakterystyka modelu:

- ⊙ Model ten jest liniowy, co oznacza, że fazy następują po sobie w określonej kolejności.
- ⊙ Podkreśla reakcje fizjologiczne i biologiczne organizmu na bodźce seksualne.

MODEL LINIOWY HELEN KAPLAN (1979)

Kaplan skrytykowała model Mastersa i Johnson za pominięcie aspektów psychologicznych. Jej model również jest liniowy, ale dodaje ważny element:

1. Pożądanie (Desire):

- Psychologiczna chęć rozpoczęcia aktywności seksualnej.
- Może być stymulowana myślami, fantazjami lub bodźcami zewnętrznymi.

MODEL LINIOWY HELEN KAPLAN (1979)

2. Podniecenie (Arousal):

- Fizyczne i emocjonalne reakcje na bodźce seksualne.
- Obejmuje zmiany fizjologiczne, takie jak nawilżenie pochwy i przekrwienie narządów płciowych.

3. Orgazm (Orgasm):

- Faza kulminacyjna, w której występują rytmiczne skurcze mięśni i uwolnienie napięcia seksualnego.

Charakterystyka modelu:

- Wprowadzenie pożądania jako odrębnej fazy uwzględnia różnice indywidualne i psychologiczne aspekty seksualności.
- Wciąż jest to model liniowy, w którym fazy następują w określonej kolejności.

MODEL CYKLICZNY ROSEMARY BASSON (2001)

Model Basson podkreśla, że kobieca seksualność jest bardziej złożona i niekoniecznie przebiega w liniowej sekwencji.

1. Bodźce kontekstualne i emocjonalne:

- Kobiety często potrzebują odpowiedniego kontekstu emocjonalnego i relacyjnego, aby doświadczać pożądania.
- Pożądanie może pojawić się w trakcie aktywności seksualnej, a niekoniecznie przed nią.

MODEL CYKLICZNY ROSEMARY BASSON (2001)

2. Motywacja:

- ⊙ Seksualność może być motywowana potrzebą intymności, bliskości, a nie wyłącznie biologicznym popędem.

3. Podniecenie i przyjemność:

- ⊙ Podniecenie może być wzmacniane przez emocjonalne zaangażowanie, bliskość i zadowolenie partnera.
- ⊙ Przyjemność z aktywności seksualnej wzmacnia dalszą motywację.

4. Rezultat:

- ⊙ Zadowolenie i satysfakcja z aktywności seksualnej, zarówno emocjonalna, jak i fizyczna.

MODEL CYKLICZNY ROSEMARY BASSON (2001)

Charakterystyka modelu:

- ◉ Model Basson uwzględnia indywidualne i kontekstualne czynniki wpływające na kobiecą seksualność.
- ◉ Seksualność kobiet jest bardziej elastyczna, a pożądanie nie zawsze jest punktem wyjściowym – może pojawić się w trakcie aktywności.
- ◉ Model ten lepiej odzwierciedla doświadczenia wielu kobiet, szczególnie w długotrwałych związkach.

PORÓWNIANIE MODELI

Model	Charakterystyka	Zastosowanie
Masters i Johnson	Fizjologiczny, liniowy proces w 4 fazach.	Badania laboratoryjne reakcji seksualnych.
Kaplan	Dodanie pożądania jako kluczowego elementu.	Uwzględnienie psychologicznych aspektów seksualności.
Basson	Model cykliczny, elastyczny, uwzględniający emocje i kontekst.	Kobiety w związkach długoterminowych, trudności seksualne.

PORÓWNIANIE MODELI

Modele Mastersa, Johnson i Kaplana są liniowe, co oznacza, że fazy seksualności następują w określonej kolejności.

Model Basson jest bardziej złożony i cykliczny, podkreślając kontekst emocjonalny, relacyjny i motywacyjny w kobiecej seksualności.