

# 1 الاستجابة الجنسية لدى الإناث

## 2 للمثيرات الجنسية

3  
4  
5  
6  
7  
8  
9 مؤلف: Jane Thomas, BSc

10 <https://x.com/LrnAbtSexuality> :Twitter

11 <https://www.linkedin.com/in/learn-about-sexuality/> :LinkedIn

12 <https://www.researchgate.net/profile/Jane-Thomas-18> :ResearchGate

13 الموقع الإلكتروني للمؤلف: <https://www.nosper.com>

14 عنوان البريد الإلكتروني: [jane@nosper.com](mailto:jane@nosper.com)

15 الموقع: المملكة المتحدة

16 الإفصاحات: تم تمويل جميع الأبحاث من موارد المؤلف الخاصة

17 الشكر: مع الشكر لزوجي بيتر على دعمه الفني والمعنوي وكذلك لمتابعيني المخلصين على وسائل التواصل الاجتماعي

18 لتشجيعهم المستمر على مدار سنوات عديدة

## 19 نظري

- 20 الخلفية: نفتقر إلى تفسير دقيق لكيفية إثارة النساء ذوات الاستجابة الجنسية من خلال المحفزات الجنسية، وتقنية التحفيز
- 21 التي يستخدمونها للوصول إلى النشوة الجنسية بمفردهن.
- 22 الهدف: تقديم تفسير لكيفية وصول المرأة إلى النشوة الجنسية بجهودها الذاتية
- 23 المنهج: يقدم منهج بحثي جديد وصفًا للاستجابة الجنسية الأنثوية يُضاهي الاستجابة الجنسية الذكرية. تحاول هذه الورقة
- 24 الإجابة عن الأسئلة التالية:
- 25 ما دور الإثارة الجنسية في الاستجابة الجنسية؟
- 26 كيف تختلف محفزات الإثارة لدى النساء عن تلك لدى الرجال؟
- 27 ما هي الخصائص الرئيسية للاستجابة الجنسية البشرية؟
- 28 ما أهمية العلاقة بين البظر والاستمناء الأنثوي؟
- 29 ما هي تقنيات التحفيز التي تستخدمها النساء ذوات الاستجابة الجنسية للوصول إلى النشوة الجنسية؟
- 30 لماذا يتم تجاهل تقنيات الاستمناء الأنثوي عند تعريف الاستجابة الجنسية الأنثوية؟
- 31 نقاط القوة والقصور: يقدم هذا المنهج وصفًا للجنسانية يعكس الواقع. مع ذلك، فإن اهتمام الرجال بالجنسانية الأنثوية
- 32 وقلّة اهتمام النساء بها، يستلزمان جهودًا كبيرة لتحديث المفاهيم السائدة حول الاستجابة الجنسية الأنثوية
- 33 الخلاصة: تتضمن العادة السرية الأنثوية تماهي المرأة جسديًا (عن طريق تحفيز البظر) ونفسيًا (عن طريق الخيال
- 34 الإيروتيكي) مع الرجل أثناء الإيلاج.
- 35 الكلمات المفتاحية: الاستجابة الجنسية، تحفيز البظر، الخيالات الإيروتيكية، العادة السرية الأنثوية
- 36 للغة الحاكمة: في حالة وجود أي اختلاف أو تناقض بين هذه الترجمة والأصل، فإن النسخة الإنجليزية ستكون لها الأولوية

## 37 جدول المحتويات

38	<b>تمهيد</b>	<b>1</b>
39	تعتمد النشوة الجنسية على استجابة الدماغ للإثارة الجنسية	2
40	ضرورة التركيز على المحفزات الجنسية المتاحة	3
41	الوضع المستخدم لمحاكاة الدفع الإيقاعي	3
42	التشريح المتعلق بالاستجابة الجنسية الأنثوية	4
43	تقنية التحفيز التي تسبب النشوة الجنسية	5
44	يجب أن يكون الاستمنااء الأنثوي حتى النشوة الجنسية أمراً نادراً	6
45	<b>نتيجة</b>	<b>8</b>
46	<b>مراجع</b>	<b>9</b>
47		

## 48 تمهيد

- 49 ابتكر سيغ蒙德 فرويد مصطلح "النشوة المهبلية"، الذي اعتبره أسمى من النشوة البظرية الناتجة عن الاستمناء الأنثوي. ورغم
- 50 قلة النساء اللواتي يتحدثن عن الاستجابة الجنسية الأنثوية، فقد لاحظت أن علماء الجنس لا يُبدون اهتمامًا يُذكر بتقنيات
- 51 الاستمناء الأنثوي. وتشير الأبحاث (روز ماري باسّون، 2000) إلى أن معظم النساء لا يعتبرن النشوة الجنسية ضرورية
- 52 لرضاهن الجنسي. ولهذا السبب، استنتجت أن الاستمناء الأنثوي نادر، وأن بعض النساء يخلطن بين الاستجابات العاطفية
- 53 والنشوة الجنسية أثناء العلاقة الحميمة مع الرجل.
- 54 يشمل الاستمناء تدليك قضيب الرجل أو جسم البظر باليد. كما يشمل أيضًا التحفيز من قِبَل الشريك (وإن كان نادرًا ما يصل
- 55 إلى النشوة). لا تُحبذ معظم النساء الإثارة الجنسية، ويعتبرن الاستمناء مضيعة للوقت. ويُفسر عدم الاستجابة سبب استمناء
- 56 بعض النساء دون الوصول إلى النشوة (كينزي وآخرون، 1953). فمعظم النساء لا يمارسن النشاط الجنسي إلا استجابةً
- 57 لمبادرة الرجل. وجدت باسّون أن استجابة المرأة للشريك نابعة من حاجتها للحميمة. لكنّ التواصل العاطفي لا يُؤخذ بعين
- 58 الاعتبار عند ممارسة العادة السرية.
- 59 في فترة المراهقة، قرأت عن العادة السرية عند النساء، لكنّ الأوصاف كانت تفتقر إلى التفاصيل. لاحقًا، عندما وصلت إلى
- 60 النشوة، فوجئت بطبيعة أساليب ممارستي. يتفاهم الجهل بالاستجابة الجنسية للمرأة بسبب تصوير النساء في الروايات الإباحية
- 61 وكأنهنّ يصلن إلى النشوة.
- 62 أعلم أنني لست وحدي في هذه التجربة، وذلك استنادًا إلى استنتاج كينزي بأنّ النشوة الجنسية عند المرأة تُحقق غالبًا عن
- 63 طريق العادة السرية. لكنّ استنتاجه لم يلقَ رواجًا كبيرًا مقارنةً بالمزايا السياسية للترويج لاستجابة أنثوية مُفترضة للجماع
- 64 إنّ تجاهل نتائج بحثه دليلٌ على ندرة وصول المرأة إلى النشوة الجنسية عن طريق العادة السرية.
- 65 نظرًا لندرة النشوة الجنسية عند المرأة، أصف أساليب ممارستي للعادة السرية لفائدة العلماء، لتصحيح المفاهيم الخاطئة حول
- 66 الاستجابة الجنسية للمرأة، ولتوثيق كيفية وصول المرأة المُستجيبة إلى النشوة الجنسية عن طريق العادة السرية. تجربتي
- 67 الشخصية تؤكد أن النشوة الجنسية تحدث من خلال الاستمناء، ولكن ليس مع الحبيب. لقد أمضيت سنوات في سؤال النساء
- 68 عن كيفية وصولهن إلى النشوة مع الحبيب. وبما أنهن لا يستطعن ذلك، فأنا أشك في صحة هذه الادعاءات.

## 69 تعتمد النشوة الجنسية على استجابة الدماغ للإثارة الجنسية

70 أي شخص بالغ يمارس العادة السرية بانتظام حتى يصل إلى النشوة الجنسية، لا بد أن يستخدم خياله لتوليد إثارة ذهنية موثوقة  
71 يعتمد الرجال على الخيال الجنسي عند ممارسة العادة السرية (كينزي وآخرون، 1948)، ومن غير المنطقي افتراض أن  
72 النساء قدرات على الوصول إلى الإثارة دون استخدام محفزات جنسية مماثلة. الإثارة الجنسية مفهوم مرتبط بالأعضاء  
73 التناسلية والجماع. تشمل المحفزات الجنسية المشاهد والأصوات، بالإضافة إلى الترقب الجنسي والتخيلات المجردة التي  
74 تؤثر على الحواس والدماغ بطريقة تُسبب الإثارة الجسدية والنفسية. يُثار الرجال بمحفزات واقعية مرتبطة بفرص الجماع  
75 مثل وجود شريك جنسي راغب.

76 كما يشعر الرجال برغبة ملحة، هي الدافع الجنسي الذكوري، لممارسة الجماع. ويتعزز هذا الدافع بمجرد أن يختبر الرجل  
77 اندفاع الأدرينالين الناتج عن إيلاج جسد الحبيبة. يلجأ معظم الذكور بعد سن البلوغ إلى العادة السرية (كبدل للجماع) لتخفيف  
78 إثارتهم الجنسية المعتادة. يمارس بعض الرجال العادة السرية بانتظام طوال حياتهم بحثاً عن التنوع، أو كوسيلة للاستمتاع  
79 بإثارتهم، أو لأنهم قد يستمتعون بالخيال الجنسي بشكل أفضل بمفردهم. ولا تُعدّ العادة السرية لدى النساء بديلاً عن الجماع  
80. تمارس المرأة العادة السرية للاستمتاع بمتعة استجاباتها الجنسية.

81 بينما يشير الرجال إلى المتعة التي يحصلون عليها من الإثارة البصرية التي تُثيرهم، تخضع المواد الإباحية للرقابة لحماية  
82 مشاعر النساء. لا تستجيب أدمغة النساء للمثيرات الجنسية الواقعية المماثلة التي تُثير الرجال. ويشير كينزي (1953) إلى  
83 ذلك.

84 “Females do produce another, more extensive literature which is  
85 called erotic, and do drawings which are called erotic; but most of  
86 these deal with more general emotional situations, affectional  
87 relationships, and love. These things do not bring specifically erotic  
88 response from males, and we cannot discover that they bring more  
89 than minimal responses from females.”

90 تُنتج النساء أدباً آخر أكثر شمولاً يُسمى الأدب الإيروتيكي، ويرسم رسومات تُصنف  
91 أيضاً ضمن الأدب الإيروتيكي؛ لكن معظم هذه الأعمال تتناول مواقف عاطفية عامة  
92 وعلاقات عاطفية، والحب. ولا تُثير هذه الأمور استجابة إيروتيكية محددة لدى الرجال، ولا  
93 [ p. 672 ] نجد أنها تُثير سوى استجابات طفيفة لدى النساء

94 تزعج بعض النساء أنهن يستخدمن المواد الإباحية للإثارة، ولكن كما يتباهين بالنشوة الجنسية، فإنهن يتخذن موقفاً دفاعياً  
95 ويغضبن عندما يُطلب منهن تقديم تفاصيل صريحة حول ما يسبب لهن الإثارة الذهنية.

## 96 ضرورة التركيز على المحفزات الجنسية المتاحة

97 حتى النساء المستجيبات لا يستجبن للمحفزات الواقعية أو المؤثرات البصرية التي تثير الرجال. يجب على المرأة أن تثير  
98 نفسها ذهنيًا بوعي. عندما تكون المرأة مستجيبة، يستجيب دماغها بشكل إيجابي للمثيرات الجنسية المفاهيمية (مثل القصص  
99 الإباحية). تستخدم المرأة الخيال الجنسي السريالي من خلال التماهي مع دور الرجل المُمارس للجماع. آلية الإثارة هذه غير  
100 مباشرة لأن المرأة، كمتلقية في الواقع، يجب أن تتخيل ما يشعر به الرجل. تتحد المرأة المستجيبة في آنٍ واحد مع المتلقية  
101 (كموضوع للرغبة الجنسية) ومع إثارة الرجل عند الإيلاج والقذف في جسد حبيبها. لا ترتبط خيالات المرأة بأي رجل تعرفه  
102 أو بعلاقتها الجنسية.

103 تكون الإثارة الأنثوية أقل حدة بكثير من نظيرتها الذكورية. تتضمن المرحلة الأولى اختيار سيناريو صريح (سواء كان متخيلاً  
104 أو مقتبساً من كتاب) ينتهي بالإيلاج. تتضمن هذه المرحلة الأولية تقييم إمكانية الإثارة. تُحرك المرأة وركبها برفق من جانب  
105، إلى آخر بينما تستقر إصبعها السبابة والوسطى من كلتا يديها على عظم العانة. أستكشف سيناريوهات مختلفة في ذهني  
106 حتى أشعر ببطري يستجيب لنشوة الإثارة الذهنية. أركز ذهني على النشوة التي يحصل عليها الرجل من الإيلاج والقذف  
107 عند الاستمنا، غالبًا ما أكون واعية بوجود ترطيب مهبلي، خاصةً بعد الوصول إلى النشوة، ولكن لا يوجد أي شعور بالمتعة  
108 الجنسية المصاحبة. قد يحدث الترطيب المهبلي أيضًا مع وجود شريك تحسبًا للنشاط الجنسي، ولكنه ليس دليلًا على الإثارة  
109 الذهنية. قد يؤدي إدخال الأصابع في المهبل (حيث يستخدم الحبيب أصابعه لتوسيع فتحة المهبل) والجماع الشرجي (وكلاهما  
110 مصحوب بلمسة خفيفة من الشريك على بظره) إلى ذروة جسدية، ولكنها، بدون إمكانية استخدام الخيال للإثارة، لا ترقى إلى  
111 مستوى النشوة الجنسية الكاملة.

112 إن الطبيعة الاجتماعية للجنس تختلف تمامًا عن ممارسة الجنس بمفرده. وهذا لا علاقة له بالكبت. تُمكن العادة السرية المرأة  
113 من الاستمتاع باستجابتها دون خطر الحمل. كما أنها، عندما تكون بمفردها، لا تُشبت انتباهها باستجابة الرجال المفرطة أو  
114 بدافعهم البيولوجي لممارسة الجنس. تُعدّ العادة السرية متعة شخصية مرضية بفضل السيناريوهات المثيرة المتخيلة، التي  
115 تتبع من عقولنا وتثيرنا.

## 116 الوضع المستخدم لمحاكاة الدفع الإيقاعي

117 ما لم أكن أمارس العادة السرية، لا أشعر أبدًا بالإثارة الذهنية أو أي حاجة للتفريغ الجنسي. أحيانًا أمارسها فقط للتأكد من  
118 قدرتي على الوصول إلى النشوة. عادةً ما أمارسها قبل النوم أو عند الاستيقاظ. الظروف المواتية للاستجابة الجنسية لدى

119 المرأة محدودة للغاية. تشمل البيئة التي تُسهّل الإثارة أن تكون المرأة بمفردها (دون خطر المقاطعة) مستلقية على بطنها  
120 وعيناها مغمضتان (أو تقرأ وصفاً لأوصاف جنسية صريحة) ويدها على جانبي فرجها. هذه الوضعية المريحة تُسهّل التحفيز  
121 اليدوي للبظر.

122 تعتمد الاستجابة الجنسية على استجابة الدماغ للإثارة الجنسية، مما يحفز الشخص المستجيب على الانخراط في سلوكيات  
123 غريزية، مثل الإيلاج. تشمل هذه السلوكيات اللاواعية التنفس العميق، وزيادة معدل ضربات القلب، والأنين، والحركات  
124 الجنسية. تتضمن العادة السرية عند النساء استجابة المرأة لحركات دفع غريزية تُشبه إيلاج الرجل. وهذا يختلف عن  
125 السلوكيات الواعية التي قد تستخدمها المرأة، على سبيل المثال، عندما تدعو الرجل إلى الإيلاج (عن طريق إظهار أعضائها  
126 التناسلية). ولعل تأثير المواد الإباحية يُفسر نتائج البحث التي تُشير إلى أن معظم النساء يُمارسن العادة السرية وهنّ مستلقيات  
127 .على ظهورهن (هايت، 1976). لكن هؤلاء النساء لا يصلن إلى النشوة

128 لقد جربت العادة السرية وأنا مستلقية على ظهري، لكنها لم تُجدِ نفعاً. العادة السرية عند النساء مُريحة أكثر منها جنسية  
129 صريحة. الوضعية مهمة للغاية. عندما أغمض عيني، أكون في عالم خيالي. الارتباطات الجنسية نفسية، وإيقاع التحفيز أبداً  
130 من نظيره عند الرجال. الوصول إلى الإثارة الذهنية هو جوهر العادة السرية. إن التركيز الواعي على الخيال الجنسي هو  
131 مجرد آلية للاستمتاع بالنشوة. بدونها، تصبح النشوة مستحيلة. أتخلى عن المحاولة دون أي شعور بالإحباط. أمارس العادة  
132 السرية بشكل متقطع، عندما يكون الوصول إلى النشوة الجنسية أمراً مضموناً

## 133 التشرح المتعلق بالاستجابة الجنسية الأنثوية

134 لو لم أكن أعرف شيئاً عن البظر وموقعه، لما عرفت اسماً لهذا العضو الذي أحفزه. لا يحتاج أحدٌ أن يُخبر الأولاد عن متعة  
135 تحفيز قضيبهم. لكن البظر عضو داخلي، وبما أن الإثارة الأنثوية غالباً ما تكون لا شعورية، فإن حتى المرأة الواعية لا تُدرك  
136 وجود البظر في معظم الأوقات. قد ينتفخ البظر، لكنه يفتقر إلى العضلات الموجودة في قاعدة القضيب التي تحبس الدم وتُسبب  
137 الانتصاب.

138 يركز الباحثون على التحفيز الجسدي، بينما يُفترض وجود الإثارة النفسية لدى النساء أو يتم تجاهلها. يُستخدم مصطلح  
139 "Histological studies have". تحفيز البظر " عادةً للإشارة إلى تحفيز حشفة القضيب. تؤكد راشيل بولز (2015) ذلك"  
140 demonstrated that the glans has many more small nerves than the other clitoral components,  
141 supporting its role in sensation. Furthermore, it bears the smallest proportion of erectile tissue

142 أظهرت الدراسات النسيجية أن حشفة القضيب تحتوي على عدد أكبر بكثير] "among the structures of the clitoris"  
143 من الأعصاب الصغيرة مقارنةً بباقي مكونات البظر، مما يدعم دورها في الإحساس. علاوة على ذلك، فهي تحتوي على أقل  
144 يُفسر هذا النقص في النسيج الانتصابي سبب عدم وصول. (p. 378) ] نسبة من الأنسجة الانتصابية بين مكونات البظر  
145. النشوة الجنسية عند تحفيز الحشفة. يقع النسيج الانتصابي (الجسم الكهفي والجسم الكهفي) داخل جسم البظر  
146 يُعتبر البظر من المحرمات بسبب دلالاته الذكورية الواضحة. فالعضو التناسلي الذي تُحفزه المرأة المُستجيبة، أي البظر، هو  
147 المكافئ الأنثوي للقضيب. وبالمثل، لاحظ ألفريد كينزي أن بعض تقنيات الاستمناء لدى النساء تُحاكي أساليب الرجل أثناء  
148 الجماع. وهذا يُخالف الحدس، لأننا نفترض أن النساء يتبنين دائماً دور المُستقبلة للجماع بغض النظر عن معرفتهن بكيفية  
149 الوصول إلى النشوة الجنسية. تُمارس المرأة المُستجيبة سلوك الدفع الغريزي نتيجةً للإثارة الذهنية (التي لا تُدركها عادةً)  
150.. التي تُحفزها على تحفيز العضو البظري الداخلي. تُطبق تقنية التحفيز هذه بشكل غريزي (لا تُقلد أو تُتعلم) وهي دائماً نفسها

## 151 **تقنية التحفيز التي تسبب النشوة الجنسية**

152 لم تُوثق تقنيات الاستمناء لدى النساء المستجيبات، بما في ذلك استخدامهن للخيال الإيروتيكي وتقنيات تحفيز البظر الدقيقة  
153 لذا، يُفترض أن أي تحفيز جسدي تقريباً قد يكون كافياً لتفسير ادعاءات النشوة الجنسية لدى النساء، سواء بمفردهن أو  
154 مع شريك. لقد أمضيتُ سنواتٍ عديدةٍ أسأل النساء يومياً عن النشوة الجنسية عبر الإنترنت. لم تُفصح سوى قلةٍ منهن عن  
155 تفاصيل صريحة حول تقنيتهن في الوصول إلى النشوة. وتعكس هذه التقنيات عادةً ما نراه في الأفلام الإباحية، وهو عرض  
156 للأعضاء التناسلية الأنثوية بهدف إثارة الرجال  
157، في البداية، أستخدم أصابعي لتدليك عظم العانة (الفرج)، دافعةً رأس القضيب إلى داخل المهبل. ومع انغماسي التام في خيالي  
158 تزداد شدة إثارتي الجسدية والنفسية. عندما أشعر بهذه الزيادة في الإثارة، أضغط بأصابع يدي بقوة وإيقاع (كالعجن) أسفل  
159 عظم العانة على النسيج الإسفنجي الناعم على جانبي الشفرين (جانبي فتحة المهبل). في الوقت نفسه، أقبض عضلات  
160 مؤخرتي، بتقنية الضغط، لزيادة الضغط على البظر. في غضون ثوانٍ، تبلغ أحاسيس النشوة ذروتها بسرعة، ويخف التوتر  
161 الجنسي.  
162 أثناء الاستمناء، ترتفع درجة حرارة جسم المرأة المستجيبة، ويزداد معدل ضربات قلبها وتنفسها. عند النشوة، تركز على  
163 المتعة المتخيلة للرجل أثناء القذف. ويُعدّ الأنين جزءاً من تعبيرها اللاإرادي عن النشوة والرضا الجنسي. الدافع الرئيسي

164 للاستمتاع هو الاستمتاع بنشوة جنسية مُرضية، وليس الإثارة التي تُتيحها. وتكون آثار النشوة مُمتعة إلى حدٍ ما، حيث تنبض  
165 العضلات. تشعر المرأة بالرضا والاسترخاء.

166 (1976) "If women know how to have orgasms, why don't they use this knowledge  
167 during sex with men?" [المعرفة] هذه المعرفة  
168 لا تشعر المرأة بالإثارة مع وجود حبيب، لذا فإن التحفيز الجسدي غير فعال (p. 432) [ أثناء ممارسة الجنس مع الرجال؟  
169 عند الاستمتاع، يتم تحفيز العضو الداخلي عن طريق (1) الضغط الخارجي من الأمام باستخدام أصابع اليدين للضغط على  
170 الأنسجة الإسفنجية على جانبي الشفرين، و(2) الضغط الداخلي من الخلف عن طريق شد عضلات الأرداف. لا يمكن تحقيق  
171 أي من نوعي التحفيز عند إبلاج القضيب في المهبل. ولكن بغض النظر عن نوع التحفيز، لا يمكن الوصول إلى النشوة  
172 الجنسية دون إثارة ذهنية. فالبيئة الاجتماعية مع الحبيب تجعل التركيز الشديد على الخيال مستحيلاً، وتستبعد استخدام الخيال.

## 173 يجب أن يكون الاستمتاع الأنثوي حتى النشوة الجنسية أمراً نادراً

174 ترتبط المتعة الجنسية عادةً بالجماع أكثر من ارتباطها بالاستمتاع. وهذا قد يفسر سبب تعريف بعض النساء للمتعة الجنسية  
175 "At its core, we define ... sexual pleasure as the  
176 experience of positive affect ('feeling good') during sexual activities. ..." [ تُعرّفها، نُعرّفها ]  
177 (Werner et al, 2023, [ المتعة الجنسية بأنها تجربة الشعور الإيجابي ("الشعور بالرضا") أثناء ممارسة النشاط الجنسي  
178 لكن المتعة الجنسية تتجاوز مجرد الشعور بالرضا؛ فالاستجابة الجنسية ذات دلالة عاطفية عميقة (p. 314)

179 تشير بعض النساء إلى أن المحفزات العاطفية هي التي تُسبب النشوة الجنسية لدى المرأة مع الحبيب. لكنني شخصياً عشتُ  
180 تجربة الحب. فالإثارة الذهنية، كرد فعل على الإثارة الجنسية، تختلف عن ذلك. فهي تنطوي على شعور بالإثارة الذهنية  
181 واستجابة ممتعة مماثلة في منطقة الحوض. عندما نتحدث النساء عن النشوة الجنسية، فإنهن غالباً ما يُشرن إلى انقباضات  
182 الحوض. انقباضات النشوة ممتعة، ولكن هناك أيضاً تحرر للمشاعر الجنسية، عندما تصل الإثارة إلى ذروتها.

183 يمكننا أن نستنتج أن النشوة الجنسية لدى النساء نادرة بين عامة الناس لأن معظم النساء

184 لا يُبدین اهتماماً يُذكر بأي شكل من أشكال الإثارة الجنسية أو الخيالات الجنسية؛ •

185 لا يُبدین اهتماماً يُذكر بالبطر؛

186 لا يتحدثن عن المتعة الجنسية أو الفرق بين الجماع والاستمتاع.

- 187 تُمارس النساء ختان الإناث، وهو جزء من طيف أساليب تحسين الجاذبية وإيذاء الذات والاستعراض التي تخضع لها النساء
- 188 لإرضاء الرجال. لا يُشجع أي رجل على الختان إذا استجابت المرأة لتحفيز البظر مع عشيقها
- 189: تفترض النساء أنهن يجب أن يصلن إلى النشوة الجنسية أثناء الجماع. يتقبل الرجال هذا الافتراض لأنه يتوافق مع تجربتهم
- 190 أن الجماع أكثر إرضاءً من الاستمنااء. مع ذلك، تعرف بعض النساء كيف يصلن إلى النشوة (عن طريق الاستمنااء)، وتعرف
- 191 أخريات متى لا يصلن إليها (مع عشيق). تُدرك المرأة المستجيبة أن حياتها الجنسية واستجابتها الجنسية نشاطان
- 192 منفصلان. على الرغم من الأبحاث التي تدعم هذه التجربة، يتم الترويج لادعاءات النساء بالوصول إلى النشوة مع عشيقها
- 193 بما يتماشى مع الأدب الإيروتيكي وتخيلات الرجال حول استجابة المرأة

## 194 نتيجة

- 195 عند تقييم روايات الاستجابة الجنسية لدى النساء، يجب على الباحثين التأكد من استجابة المرأة (أي أن عقلها يستجيب (1)
- 196 (إيجابًا للمثيرات الجنسية المفاهيمية).
- 197 يحتاج علماء الجنس إلى الحصول على تفاصيل دقيقة حول تقنيات النشوة الجنسية لدى النساء لتقييم ما إذا كانت هذه (2)
- 198 التقنيات قادرة على إحداث إثارة ذهنية ونشوة جنسية.
- 199 يُعدّ الاستمنااء الأنثوي من المحرمات بسبب دلالات القضيب الذكورية، بالإضافة إلى استخدام الخيال الجنسي وتحفيز (3)
- 200 الأعضاء التناسلية، المرتبطين بالجنسانية الذكورية.
- 201 تستخدم المرأة المستجيبة الخيالات الجنسية للوصول إلى النشوة الجنسية من خلال التماهي النفسي مع المخترق، والجمع (4)
- 202 بين تحفيز البظر والحركات الجنسية الفطرية.

203      **مراجع**

- 204      Basson, Rosemary. The female sexual response: A different model. *Journal of Sex & Marital*  
205      *Therapy* 26.1 (2000): 51-65.
- 206      Kinsey, Alfred, Pomeroy, Wardell, & Martin, Clyde. *Sexual Behavior in the Human Male*.  
207      Indiana University Press. 1948.
- 208      Kinsey, Alfred, Pomeroy, Wardell, Martin, Clyde & Gebhard, Paul. *Sexual Behavior in the*  
209      *Human Female*. W.B. Saunders Company. 1953.
- 210      Shere Hite. *The Hite report*. Macmillan Publishing Company. 1976.
- 211      Pauls, Rachel. Anatomy of the clitoris and the female sexual response. *Clinical Anatomy* 28.3  
212      (2015): 376-384.
- 213      Werner, Marlene, Michèle Borgmann & Ellen Laan. Sexual pleasure matters—and how to define  
214      and assess it too. A conceptual framework of sexual pleasure and the sexual response.  
215      *International Journal of Sexual Health* 35.3 (2023): 313-340.
- 216      Thomas, Jane. *A Research Approach based on Empirical Evidence for Female Sexual*  
217      *Response*. Nosper.com. 2024
- 218      Thomas, Jane. *Interpreting the Previous Research Findings Relating to Female Sexual*  
219      *Response*. Nosper.com. 2025.
- 220      Thomas, Jane. *Biological Precedents that Provide Evidence of Female Sexual Response*.  
221      Nosper.com. 2025.
- 222      Thomas, Jane. *Men and Women's Sexual Behaviours that Reflect Responsiveness*. Nosper.com.  
223      2025.

224 Thomas, Jane. *The Key Characteristics of Human Sexual Response*. Nosper.com. 2026.