

## ИМИТАЦИЯ ОРГАЗМА

*Г. С. Кочарян*

Харьковская медицинская академия последипломного образования

**Представлены данные о частоте имитации оргазма у женщин и мужчин, причины, побуждающие к ней, рекомендации по ее осуществлению и выявлению, а также ее последствия.**

**Ключевые слова:** *имитация оргазма, женщины, мужчины.*

Как известно, оргазм может быть как истинным, так и ложным (имитируемым, симулируемым, фальсифицируемым). Мы поставили перед собой цель разобраться в проблеме имитируемого оргазма, проанализировав ее с различных сторон. Статистика утверждает, что от 63 до 92 процентов всех женщин хотя бы однажды прибегали к имитации оргазма [2]. Более того, оказалось, что 26% женщин подделывают оргазм каждый раз, когда они занимаются сексом [47], что превышает 25% женщин, которые регулярно сообщают об истинном оргазме во время полового акта [40]. Однако выяснилось, что оргазм симулируют не только женщины, но и мужчины. Хотя делают это они гораздо реже. Вполне естественно, что существуют различные данные о частоте симуляции оргазма, что зависит от конкретного исследования.

### **Частота имитации**

Опрос 1501 американцев показал, что 48% женщин и 11% мужчин имитируют оргазм [56]. В другом исследовании американские ученые, опросив 280 студентов, пришли к шокирующим выводам: 68% женщин и 28% мужчин симулируют оргазм. При этом только 10% мужчин и 3% женщин думают, что их партнеры иногда делают это [32]. Согласно опросу, проведенному в США в 2000 г., 74% женщин и 27% мужчин когда-либо прибегали к имитации оргазма [15].

Опросы AskMen 2012 и AskWomen, проведенные на сайте AskMen.com и сайте женского образа жизни TresSugar, выявили частоту имитации оргазма. В опросе, в котором приняли участие 49000 мужчин и 1000 женщин, по данным представителя AskMen.com, 54% женщин сообщили о том, что они симулируют оргазм, а 26% заявили, что они делают это каждый раз, когда занимаются сексом. 34% мужчин сказали, что они хотя бы однажды имитировали оргазм. Согласно исследованию, опубликованному в ноябре 2010 года в «Journal of Sex Research» («Журнал сексуальных исследований»), 50%

женщин и 25% мужчин сообщили об имитации оргазма во время сексуальной активности [51].

Как свидетельствуют данные, также нашедшие отражение в «Journal of Sex Research», при опросе 281 студентов Канзасского университета было выявлено, что 67% женщин и 28% мужчин имитировали оргазм [43]. Американский журнал «New York Magazine, Science of Us» сообщил об одном исследовании, согласно результатам которого среди опрошенных студентов 76% лиц женского пола и 41% лиц мужского пола свидетельствовали о том, что они хотя бы однажды подделывали оргазм [52].

Charlene L. Muehlenhard, Sheena K. Shippee [48] сообщают, что ими было опрошено 180 мужчин и 101 женщина – учащиеся колледжа. Из них у 85% мужчин и у 68% женщин имели место интравагинальные сношения (ИВС). Как мужчины (25%), так и женщины (50%) сообщили об имитации оргазма (28% и 67% соответственно среди лиц с опытом ИВС). Большинство лиц имитировали оргазм во время ИВС, но некоторые притворялись во время орального секса, стимуляции рукой и телефонного секса.

Vanessa Howe (Ванесса Хай), основатель и генеральный директор компании «Howe Brand», утверждает, что более 80% женщин в своей жизни фальсифицировали оргазм [41]. В исследовании, результаты которого были опубликованы в журнале «Archives of Sexual Behavior» («Архив сексуального поведения») в 2011 г., было установлено, что 80% женщин подделывают оргазм. Более 25% заявили, что использовали для подделки «вокализацию» (издавали различные звуки), а 90% заявили, что они делали это только тогда, когда понимали, что не смогут достичь оргазма [59]. В другой публикации отмечается, что в зависимости от того, с результатами какого исследования вы знакомитесь, от 50 до 80% женщин подделывают оргазм [44].

В 2010 г. в университете штата Канзас (США) при опросе студентов мужского и женского пола 10% мужчин признались, что симулируют оргазм, а половина из них заявили, что они делали это потому, что не хотели причинять вред чувствам своего партнера [47]. Результаты другого опроса (2010 Men's Health Survey), проведенного в 2010 г. среди 2000 мужчин и женщин, выявили, что 17% мужчин притворяются. Британская газета «The Sun» сообщает, что каждый пятый мужчина в постели имитирует оргазм. Эти выводы сделаны на основе опроса, который проводился ежедневным шоу «This Morning», выходящим на британском телевидении. Обычно, отмечается в газете, в симуляции оргазма обвиняют женщин, однако исследование, в котором участвовали 1750 мужчин и женщин показали иное видение проблемы – 19% мужчин заявили о том, что имитируют оргазм с партнершей [24]. Одной из известных компаний – производителей презервативов

было проведено исследование, которое показало, что 20% мужчин имитируют оргазм [30]. Другое исследование выявило, что поддельный оргазм имеет место у 25% мужчин [46].

Канадские ученые провели исследование, которое шокировало общественность: 43 процента опрошенных мужчин сознались, что систематически имитируют оргазм [3]. Согласно исследованиям, опубликованным в журнале «Sexual and Relationship Therapy», у женщин нет монополии на поддельные оргазмы. Было опрошено 458 мужчин в возрасте от 18 до 29 лет. Примерно 50% мужчин признались, что за последние 4 мес. притворялись хотя бы один раз [38].

Интерес представляют данные, свидетельствующие о том, что подчас имитируемые оргазмы принимаются за «чистую монету». Так, отмечается, что в ходе одного национального исследования 85% мужчин заявили, что их партнерша испытывает оргазм при половом акте, в то время, как только 64% женщин сообщили о его возникновении [13].

Р. Крукс и Р. Баур [23] сообщают, что проведенный в ходе одного исследования опрос показал, что 75% женщин, когда-либо симулировавших оргазм, делали это до 50 раз в течение своей жизни, а около 10% симулировали оргазм постоянно (Ellison, 2000). Также они приводят таблицу, где отражены данные о частоте имитации оргазма студентами колледжа в зависимости от пола и сексуальной ориентации, полученные в ходе другого исследования (Elliott & Brantley, 1997).

**Ответы студентов колледжей на вопрос: «Симулировали ли вы когда-либо оргазм?»**

	Гетеросексуальные женщины, %	Лесбиянки или бисексуальные женщины, %	Гетеросексуальные мужчины, %	Гомосексуалы или бисексуальные мужчины, %
Да	60	71	17	27
Нет	40	29	83	73

Частота имитации оргазма зависит от возраста, образования и др. факторов. Отмечается, что, так как сексуальность мужчин выше в молодости, а у женщин достигает пика в среднем возрасте, то чем моложе мужчина, тем реже он имитирует удовольствие в постели. Соответственно, женщины реже всего имитируют наслаждение в среднем возрасте [5]. Также обнаружено, что при прочих равных условиях образованные мужчины и женщины имитируют наслаждение чаще (и это статистически значимо) необразованных [5]. Помимо этого, сообщается, что одинокие женщины чаще имитируют оргазм [53].

В одном исследовании была проверена гипотеза, согласно которой имитация оргазма женщинами является частью более широкой стратегии удерживания ими

супругов/партнеров. Данные опроса 453 гетеросексуальных женщин (средний возраст 21,8 г.), находящихся в долгосрочных отношениях (средняя продолжительность 32,8 мес.), полученные в юго-восточной части США, свидетельствовали, что женщины, у которых был более высокий риск неверности партнера, чаще сообщали о ложном оргазме, а также отмечали, что у них имеют место и другие поведенческие проявления, направленные на удерживание супругов/партнеров. Таким образом, имитируемый оргазм может быть частью более широкой стратегии удерживания супругов/партнеров, осуществляемой женщинами, которые ощущают больший риск неверности со стороны партнера [45].

Charlene L. Muehlenhard отмечает, что притворный оргазм, по-видимому, менее вероятен при однополых отношениях, потому что большая часть «пробела» в оргазмах связана с интравагинальным половым актом (ИПА), особенно при недостаточной стимуляции клитора. Поэтому некоторые женщины, не испытывая истинного оргазма при ИПА, прибегают к его имитации. По словам этого автора, у многих людей существуют нереалистичные завышенные ожидания относительно возможности ИПА вызывать оргазм у женщин [43].

### **Причины, побуждающие женщин к имитации**

Среди этих причин у женщин называют следующие:

**1.** Трудности с получением оргазма или его отсутствие при интравагинальном коитусе. Обычно оргазм имитирует женщина, у которой есть систематические трудности с получением оргазма. Если оргазм приходит легко и естественно, то его не нужно имитировать [33; 37].

**2.** Усталость женщины (может исключить возможность испытать оргазм при половом акте) [12; 26; 29; 31; 49; 53].

**3.** Эмоциональное напряжение и озабоченность в связи с какой-то стрессовой ситуацией (могут препятствовать достижению оргазма при половом акте).

**4.** Временные сбои в состоянии здоровья (головная боль и т. п.), что может исключить возможность наступления оргазма при коитусе.

**5.** Нежелание разочаровывать или обижать своих партнеров (Darling & Davidson, 1986; Ellison, 2000). К этому может побуждать реальное или воображаемое давление, заставляющее женщин «демонстрировать свой уровень» [23]. О причине имитации оргазма женщиной из-за боязни оскорбить своих партнеров сообщается и в другой публикации [51]. Давление со стороны партнера может быть обусловлено его представлением, что у женщины должен обязательно наступить оргазм [37].

6. Желание сделать своего партнера счастливым. Это может быть способом, повышающим его самооценку, так как многие мужчины оценивают свою способность довести женщину до оргазма как свидетельство собственной мужественности [52].

7. Нежелание показать незаинтересованность в сексе [60].

8. Желание поскорее закончить половой акт [12; 23; 35; 61].

9. Неэффективная коммуникация или недостаточная осведомленность о сексуальных техниках [23].

10. Потребность в одобрении со стороны партнера [23].

11. Желание таким способом скрыть факт ухудшения отношений (Ellison, 2000; Lauersen & Graves, 1984) [23].

12. Стремление спровоцировать партнера завершить половой акт, который дискомфортен для женщины, и при этом исключить возникновение у мужчины тревожных мыслей, что он не может ее удовлетворить [34]. Исследование 2016 г. показало, что женщины могут подделывать оргазм, чтобы ускорить наступление оргазма у своего партнера и завершить половой акт, который для нее неприятен и нежелателен [52].

13. Чтобы не портить общую картину: мужчина вот-вот закончит, а женщине до оргазма еще далеко [16].

14. Установка на «счастливый» конец. В таком подходе женщина, так же как и мужчина, считает, что половой акт должен увенчаться оргазмом [53].

15. Разочарование мужчиной (мужчина настолько разочаровал женщину, что она решает, что этот половой акт будет финальным аккордом в их взаимоотношениях, а партнер, как назло, настроен на длительный марафон) [16].

16. Страх потерять любовника [16].

17. Страх показаться фригидной [12; 35].

18. Боязнь обидеть мужчину отказом при отсутствии желания совершить половой акт, что может исключить наступление у женщины истинного оргазма. «Типичная ситуация: мужчина устроил замечательный романтический ужин или сделал приятный подарок, а у женщины просто нет настроения. «Он же не виноват, он так старался» – думает женщина и награждает мужчину сексом. Но, поскольку изначально желания интимной близости у нее не было, она симулирует оргазм» [8].

19. Желание произвести неизгладимое впечатление в постели на нового партнера. Во время первого интимного свидания не всегда можно полностью расслабиться, влюбленные не слишком хорошо знают, как доставить друг другу удовольствие, или же новый партнер вообще разочаровывает своими действиями [26].

**20.** Боязнь, что мужчина начнет изменять [31].

**21.** Желание вознаградить партнера («Он ведь действительно старается, значит, надо его вознаградить») [9; 48].

**22.** Вера, что это укрепит отношения [9].

**23.** Чтобы быть «как все». «Не все знают, что если ты не получаешь оргазма от секса с проникновением, то ты и есть «как все». Только 30% женщин удается кончить во время вагинального секса. Остальным требуется стимуляция клитора» [9].

**24.** По привычке. «Бывает, что трудно остановиться. Ты оказываешься в ловушке: если перестать симулировать, он решит, что что-то случилось. А честно сказать, что ты врала все это время, – совсем глупо. Вот и приходится продолжать, пока все не запутается окончательно» [9].

**25.** Боязнь негативной реакции партнера, если он узнает, что женщина не испытывает оргазм [9].

**26.** Страх быть отвергнутой и непонятой [11].

**27.** Затруднение в получении оргазма партнером (он не включен, находится в состоянии стресса, чувствует усталость. В этих случаях фальшивый оргазм помогает быстрее прекратить секс, не заставляя партнера чувствовать себя плохо [61].

**28.** Боязнь ущемить самолюбие мужчины [48].

**29.** Боязнь женщины, что если она будет испытывать оргазм с мужчиной и благодаря ему, то станет от него зависимой. «Это некая сдача: сейчас она контролирует ситуацию, а потом контроль придется отдать, потому что это очень большое доверие, и ей очень-очень страшно. Но это значит, что она пришла к тому моменту жизни, к тому моменту развития, когда надо эту задачу решать, ведь именно там, в доверии и всем, что следует за ним, самое счастье, развитие и удовольствие для женщины» [33].

**30.** Повышение самооценки партнера [14].

**31.** Симуляция оргазма для достижения истинного оргазма. Женщин это настолько возбуждает, что следом за имитируемым оргазмом следует реальный [12].

**32.** Поддельный оргазм также может быть методом удержания супруга/партнера, поскольку исследование показало, что женщины, которые чувствуют больший риск неверности со стороны своего партнера, сообщают о большем количестве имитируемых оргазмов [45]. Отмечается, что такое поведение было бы полезно женщине для сохранения долгосрочного партнерства, поскольку партнеры женщин, у которых имеют место частые оргазмы, сообщают о более высоком уровне удовлетворенности отношениями по сравнению с теми случаями, когда у женщин оргазм часто отсутствует [45].

**33.** Одной из причин, которая может побудить женщин к стимуляции оргазма может быть отсутствие у нее оргазма психогенного или органического происхождения [22], что требует обращения за медицинской помощью. Также известно, что не менее, чем в 5% случаев (иногда указывают и более высокий процент) речь идет о женщинах, которые никогда и ни при каких обстоятельствах (вагинальный половой акт, стимуляция половых органов мужчиной с помощью рук и языка, мастурбация, эротические сновидения) не способны достичь оргазма, а проводимое лечение не может решить эту проблему. Если дело обстоит именно так, то, по нашему мнению, имитация оргазма может быть оправдана. К нам по поводу невротического расстройства обратилась 39-летняя женщина с такой патологией, мать двоих детей, которая в течение всей своей половой жизни постоянно имитирует оргазм.

**34.** С эволюционной точки зрения женщины могут имитировать оргазмы, чтобы сигнализировать о верности партнеру-мужчине, особенно если он обладает низким генетическим потенциалом (low-genetic quality) [39]. Если женщина имеет половые контакты со многими партнерами, применяя полигамную стратегию спаривания, ее целью может быть обеспечение преимуществ от контактов с несколькими мужчинами (ресурсы). В то же время эта стратегия направлена на то, чтобы иметь детей только от мужчин с высоким генетическим потенциалом (high-genetic quality). Подделка оргазма с мужчиной, обладающим низким генетическим потенциалом, привела бы к тому, что он бы стал полагать, что он может быть отцом ребенка, рожденного этой матерью, и что женщина ему верна, так как оказывается удовлетворенной [57].

### **Причины, побуждающие мужчин к имитации**

Называют следующие причины, обуславливающие имитацию оргазма у мужчин:

**1.** Чтобы не показаться сексуально несостоятельным [19; 30].

**2.** Чтобы не обидеть фактом отсутствия оргазма свою партнершу [30]. Имитация оргазма у молодого человека может быть ожидаемым ответом на то, что оргазм у девушки уже наступил, и данная имитация – предсказуемый ответ на существующие ожидания, гарантирующий наилучшую реализацию сценария [61]. В таких случаях говорят, что «мужчины чувствуют давление на оргазм, так как именно им заканчивается секс» [51].

**3.** Чтобы не ущемить самолюбие партнерши, которая может принять на себя ответственность за неспособность мужчины испытать оргазм и почувствовать себя недостаточно любимой, сексуальной и умелой [19]. Если у мужчины нет оргазма, то женщина может заподозрить его в потере интереса к ней или в наличии у него любовницы. Для женщины отсутствие оргазма у мужчины может означать ее непривлекательность для него.

4. Чтобы удовлетворить потребность партнерши в синхронном оргазме, что повышает ее самооценку [15].

5. Из-за усталости, которая исключает возможность наступления истинного оргазма [19; 28; 46].

6. Озабоченность чем-либо, стресс, например проблемы на работе, от которых мужчина не может отвлечься даже во время интимной близости. [46].

7. Короткая прелюдия или ее отсутствие. Мужчины в возрасте нуждаются в прелюдии, при ее отсутствии оргазм может не наступить [3; 19; 30]. «Со временем мужчине требуется больше времени, чтобы возбудиться. Это касается и достижения наивысшего пика наслаждения» [28].

8. «Некоторые мужчины имитируют оргазм, чтобы продемонстрировать женщине большую чувственность и сексуальность, чем у них имеется на самом деле, тем самым производя впечатление» [17].

9. Прием значительных количеств алкоголя, что затрудняет наступление оргазма [28].

10. «Часто мужчина, желая в первую очередь порадовать оргазмом партнершу, затягивает с собственным. Иногда случается так, что самому порадоваться уже не представляется возможным» [28]. Мужчина может несколько раз «перетерпеть», пытаясь удовлетворить партнершу, и потом уже сам не сможет достигнуть оргазма [30]. «Женщины часто говорят: «Делай это дольше!» Каково услышать такое, когда ты уже на грани оргазма? На помощь приходят «спасительные» мысли о футболе или посадке картошки на даче. В итоге партнерша бьется в оргазме, а мужчине не остается делать ничего другого, как продолжать грустно размышлять о финальном матче Лиги Чемпионов, – ведь момент эякуляции безвозвратно упущен» [27]. В этих случаях для создания видимости благополучия мужчина может прибегнуть к имитации оргазма.

11. Из-за давления партнера [32].

12. Отсутствие интереса к женщине [1].

13. Однообразие и скука при занятии сексом [1].

14. Следует отметить, что побудительным мотивом к имитации оргазма у мужчин может быть отсутствие эякуляции при половом акте, обусловленное патологией, имеющей психогенное или соматогенное происхождение [21; 22]. В этих случаях непременно следует обратиться за медицинской помощью.

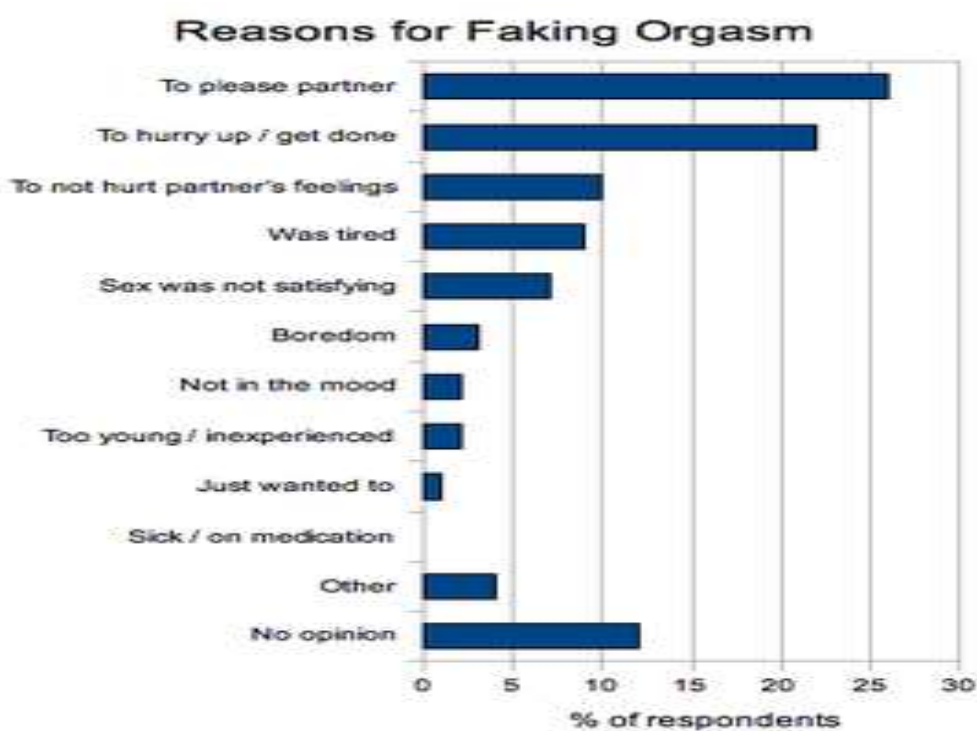
Р. Крукс, К. Баур (R. Crooks, K. Baur) [23] среди причин имитации оргазма называют неэффективную коммуникацию или недостаточную осведомленность о сексуальных



техниках, пытаясь таким способом скрыть факт ухудшения отношений (Ellison, 2000; Lauersen & Graves, 1984).

Charlene L. Muehlenhard и Sheena K. Shippee [48], проведя опрос студентов колледжа (180 мужчин и 101 женщина), в своей статье называют ряд причин, приводящих к имитации оргазма. Среди них желание, чтобы секс закончился, так как возникновение оргазма было маловероятным, стремление избежать негативных последствий (например, ущемить чувства своего партнера) и иметь позитивные последствия (например, угодить своему партнеру). Также авторы называют желание следовать сексуальному сценарию, в котором женщинам следует получать оргазм от мужчин, а те несут ответственность за наступление оргазма у женщин.

В англоязычной версии Википедии приводятся данные 2004 г. о причинах имитации оргазма и их частоте, которые были получены при сексологическом опросе, проведенном в США [40] (см. рис.).



Примечание-перевод: reasons for faking orgasm – причины фальсификации оргазма, to please partner – порадовать партнера, to hurry up / get done – чтобы быстрее завершить половой акт, to not hurt partner's feelings – не ущемить чувства партнера, was tired – был(а) уставшим(ей), sex was not satisfying – секс не доставлял удовлетворения, boredom – скука, not in the mood – не в настроении, too young / inexperienced – слишком молодые / неопытные, just wanted to – просто хотели, sick / on medication – больные / принимающие лекарства, other – другая [причина], no opinion – мнение отсутствует.

### **Рекомендации по имитации оргазма женщинами**

Существует много вариантов симуляции женского оргазма. Главным правилом при построении программы имитации является максимальное соответствие копии оригиналу. В частности, рекомендуется следующая программа [29]:

«1. Стоните. Чем громче – тем лучше. Как почувствуете желание поскорее закончить процесс, начинайте часто-часто дышать, затем задержите дыхание на секунду и резко выдыхайте, не забывая издать протяжный стон. На многих мужчин это действует как сигнал о том, что вы – все.

2. Сжимайте кавалера в объятиях покрепче. Можете начать кусаться и царапаться. Только не увлекитесь, а то можно перекусить сонную артерию.

3. Начните движения бедрами навстречу партнеру в учащенном ритме. Затем замрите, напрягитесь и резко расслабьтесь, обязательно сокращая мышцы влагалища. Чем чаще будут сокращения – тем лучше, мужчина нынче пошел образованный и знает, что именно произвольные сокращения мышц влагалища являются первейшим признаком того, что партнерша получила удовольствие в полном объеме.

4. Некоторые особо подкованные в деле имитации оргазма женщины рекомендуют напрячь ноги, растопырить пальцы, вытянуться в струну и с протяжным стоном (кстати, можно и простонать что-нибудь осмысленное, например: «Ми-и-и-лы-ы-ы-й..... Ах.... Как же хорошо-о-о-о-о-о!!!») расслабиться.

5. Если в силе своих вагинальных мышц вы не уверены, прижимайтесь к партнеру покрепче, делайте резкое движение бедрами навстречу, кричите погромче, чтобы его дезориентировать, и совершайте маленькие, но частые-частые толчки бедрами навстречу. Если повезет – он примет их за сокращение мышц».

Некоторые проявления оргазма можно легко симитировать (стоны, крики, учащенное дыхание и мн. другие), а некоторые – нет. Есть признаки, которые вообще не поддаются имитации (усиленное потоотделение, учащенное сердцебиение, эрекция сосков грудных желез) [34]. При имитации оргазма обязательно следует сокращать мышцы влагалища, которые можно укрепить упражнениями Кегеля и занятиями в системах «Имбилдинг» и «Вумбилдинг».

Вопрос вокализации сексуального возбуждения и оргазма специально изучался [55]. Английские ученые Гейл Брюэр (Gayle Brewer) из Университета Центрального Ланкашира (the University of Central Lancashire) и Колин Хендри (Colin Hendrie) из Университета Лидса (the University of Leeds) опросили 71 сексуально активную гетеросексуальную женщину в возрасте от 18 до 48 лет (средний возраст 21,68±0,52 года). Они разбивали вокализации на категории, включающие «тишину», «стон / тяжелый

вздых», «крик / вопль / визг», «слова» (например, «Да!» или имя партнера) и «инструктивные команды» типа «больше». Другие вопросы касались того, почему женщины осуществляли вокализацию и в какой момент у них был оргазм, если у них вообще он был, а если нет, то почему они это делали. Оказалось, что «женщины прибегали к вокализациям сознательно, чтобы влиять на своего партнера, и они не были прямым выражением сексуального возбуждения», – сказал Брюэр. Он сообщил, что вокализации использовались для ускорения наступления эякуляции у партнера. В статье, посвященной данной проблеме [36], указанные авторы сообщают, что проведенные ими исследования свидетельствовали о более частом возникновении оргазма у женщин при самостимуляции клитора, манипуляции со стороны партнера, кунилингусе и гораздо более редком его возникновении при влагалищном проникновении. Более подробное исследование ответов во время полового акта показало, что, хотя женские оргазмы чаще всего имели место во время эротического стимулирования / любовной игры (foreplay), копулятивные вокализации чаще всего отмечаются при интравагинальном коитусе перед мужской эякуляцией и одновременно с ней. Это указывает, что в ряде случаев речь идет о вокализации, находящейся под сознательным контролем. Она предоставляет женщинам возможность манипулировать поведением мужчин в своих интересах. 92% женщин отметили, что эти вокализации повышали самооценку их партнеров, а 87% использовали их с этой целью. Около 80% женщин фальсифицировали вокализацию примерно в половине тех случаев, когда у них не было оргазма. Мужчины также имитировали оргазмы, но гораздо реже, чем женщины.

При имитации оргазма женщинам рекомендуют учитывать следующие моменты [18]:

«1. Женщина не может получить оргазм, хотя бы на мгновение не закрыв глаза.

2. При оргазме у женщин происходит ритмичное сокращение мышц влагалища, матки, тазового дна и даже мышц брюшного пресса с интервалом примерно в 0,8 секунд по типу пульсации, и не заметить этого невозможно. Симулировать ритмичные сокращения влагалищных мышц, которые возникают при оргазме, может далеко не каждая женщина, поэтому если мужчина своим половым членом не ощутил этой пульсации влагалища (а только «дерганье» женского тела) – то это имитация.

3. Пока оргазм не закончится, женщина никогда не разрывает контакт эрогенной зоны с раздражителем (член, язык, пальцы, вибратор). Только после окончания оргазма некоторые женщины убирают руку партнера с клитора, если продолжение стимуляции становится болезненным.

4. Если секс заканчивается оргазмом, организм расслабляется, и женщина хочет тихо лежать, почти спать. А если женщина возбудилась, но не разрядилась, то, как правило, она еще некоторое время активна, потому что ничего в итоге не получила и пытается дополучить – теревит партнера (поцелуи, разговоры и пр.).

5. Лицо женщины, испытывающей оргазм, искажается непроизвольной гримасой. Это не говорит о ее неудовольствии, просто она не может управлять своими лицевыми мышцами. А если на лице женщины выражение неземного наслаждения, то это тоже симуляция. Благодарная улыбка и выражение удовольствия появятся на лице женщины потом, когда она придет в себя и расслабитя, а во время оргазма сохранять на лице выражение блаженства невозможно.

6. Во время оргазма сердце женщины начинает сильно и часто биться; во время имитации сердцебиение практически не меняется».

Следует отметить, что женские оргазмы могут отличаться друг от друга. Иногда они могут разительно отличаться от типичных вариантов. «Одна девушка испытывала оргазм столь странным способом, что симитировать его повторно было очень сложно. Дело в том, что во время достижения точки наибольшего наслаждения от секса она откатывалась от партнера на другую половину кровати, начинала плакать и забиваться в угол, не давая к себе прикоснуться. Без хорошей подготовки такое не сыграть. Другая представительница прекрасного пола во время оргазма начинает смеяться залившимся детским смехом и минут 10 не может вымолвить ни слова. Искренний смех, как и внезапные слезы, сыграть очень сложно, кто пробовал – знает. В общем, сколько людей – столько и индивидуальных оргазмов» [29].

Можно встретиться со следующими сведениями, которые помогут женщине избежать разоблачения имитируемого оргазма. Это рекомендации мужчинам для выявления обмана:

1. «Прислушайтесь к телу женщины. Когда вы в ней, а она испытывает оргазм, вы никогда этого не пропустите. Вы обязательно почувствуете мимолетное сокращение стенок влагалища, а в самых успешных случаях оргазм может сопровождаться судорогами рук и ног. Но если вы так ничего и не заметили, значит, что ваша подруга опять обвела вас вокруг пальца» [42].

2. «Понаблюдайте за подругой после секса. Обычно после качественного оргазма женщине нужно еще отдышаться. Соответственно она сразу не побежит в ванную комнату или на балкон затянуться сигаретой, а полежит несколько минут спокойно. Но если ваша подруга пулей выскочила в уборную, знайте, что это может быть обман ...» [42].

3. В другой публикации отмечается, что в 99% случаев женщина сразу же после оргазма благодушна, расслаблена и даже сонлива. Если же имеет место критика, насмешки, проявления бодрости и робкое (а может и не робкое) желание все начать сначала, то это свидетельствует, что все крики, стоны, конвульсии, горячее дыхание могли быть обычным надувательством [8]. Одна женщина говорит: «После оргазма я обычно не могу говорить или двигаться ... . Мое дыхание другое. Мне очень приятно с тобой, и все очень чувствительно (например, «не трогай этого» чувствительного). Все женщины разные, но это называется «фазой разрешения». Если она скажет, что она пришла, но не выглядит, как будто она находится в измененной реальности в течение минуты или двух, она, возможно, подделала его [оргазм]» [37].

Однако не следует забывать о возможности множественного оргазма, когда за одним оргазмом через очень короткий промежуток времени наступает другой, а потом следующий, и.т.д.

#### **Рекомендации по имитации оргазма мужчинами**

Для имитации оргазма мужчине недостаточно изображать судорожные подергивания и стоны. Обычно (в подавляющем числе случаев) оргазм у мужчин сопряжен с эякуляцией. Поэтому женщина должна чувствовать, как что-то в нее изливается, и что-то остается в ее влагалище, а потом вытекает. Поэтому рекомендуется проводить половой акт с использованием мужского презерватива в условиях плохой видимости (неполное освещение или его отсутствие). После завершения полового акта мужчина сразу же должен отправляться в душ. Если женщина не потребует предъявить презерватив к осмотру, то мужской обман может остаться нераскрытым [4].

Также мужчине, чтобы не быть изобличенным в имитации, рекомендуют активно двигаться, шумно вздыхать и вовремя издать «предсмертный» стон, однако это не поможет, если половой акт проводится без презерватива. Исключение может быть только в случаях, когда женщина абсолютно неопытная и не знает, что часть спермы после акта вытекает из ее половых путей [25]. Отмечается, что «презерватив, быстро снятый после полового акта и завернутый в бумажку (или выброшенный по старинному русскому обычаю в окно), также надежно скроет все «улики» [27]. Один мужчина-симулянт на вопрос женщины о том, где же его сперма, ответил, что она впиталась в простынь.

Доктор Dawn говорит, что один из ее клиентов принимал антидепрессанты, которые повлияли на его способность к оргазму. Ему все еще нравилось заниматься сексом, но это занимало столько времени, что его девушка испытывала боль. Тогда он прибегнул к презервативу, который снял и выбросил, притворившись, что эякулировал [59].

С целью фальсификации оргазма мужчине после его имитации рекомендуют сразу же переходить к кунилингу, и если он будет доставлять удовольствие женщине, то она может быть вообще сбита с толку и из ее внимания будет исключен период, сопряженный с проникающим сексом. Также с этой целью советуют после полового акта спрятать презерватив. Рекомендуют и использование клея. «Единственное, что мне кажется, выглядит как сперма это – клей. Если твоя рука быстрее, чем ее глаза, или если ты можешь повернуться спиной и перегнуться через край кровати, в то время как снимаешь с себя презерватив, то можешь украдкой вылить несколько капель клея в резинку, выбросить ее в мусорное ведро и расслабиться» [6].

### **Последствия имитации оргазма**

1. Одним из негативных последствий имитации оргазма женщиной может стать возникающее к ней недоверие. Распознав, что она его обманывает, мужчина перестает доверять ей и в других вопросах, что вызывает сложности во взаимоотношениях вне спальни и значительно повышает возможность развода [10]. Если мужчина узнает, что его партнерша имитирует оргазм, то у него могут сформироваться серьезные комплексы и недоверие по отношению к женщине. Даже если она начнет испытывать истинный оргазм, то не исключено, что мужчина будет насторожен и продолжать подозревать ее в обмане [26].

Приведем пример разоблачения мужчиной имитации оргазма женщиной и ее болезненной реакции на это разоблачение: «Я думала, что я мастер искусственного оргазма. Мои выступления соответствовали уровню Мерил Стрип (Meryl Streep). Или так я думала. Самая недавняя встреча с тем, о ком я искренне забочусь, заставила меня почувствовать себя ужасно, когда он посмотрел на меня и спросил: «Ты просто подделала это?» Я не могла солгать ему. У него было такое выражение лица, о котором я никогда не забуду. Тогда, конечно, это заставило меня задуматься о том, что многие другие парни знали, что я притворяюсь. В принципе, это был ужасный день для моей самооценки, и я бы хотела этого избежать. Вот почему женщины во всем мире должны убирать свои надежные сценарии стонания и преувеличенного вращения и просто рассказать проклятую правду» [50]. (Мэри Луиз [Мэрил] Стрип [англ. Mary Louise «Meryl» Streep] – американская актриса театра, кино, телевидения и озвучивания, кинопродюсер. Киноведами и критиками считается одной из величайших актрис современности. – *Примечание автора.*)

2. «Подделка ведет к отключению от ваших телесных ощущений и восприятий», – говорит Грейси Ландес (Gracie Landes), сексуальный и семейный терапевт из Нью-Йорка. И это разъединение может обусловить более трудное достижение оргазма, поскольку,

чтобы достичь кульминации, человеку необходимо сосредоточиться и присутствовать [51].

**3.** Чем чаще женщина имитирует оргазм, тем более вероятно, что истинный оргазм будет возникать у нее все реже и реже. Особенно вредна опасность постоянной имитации оргазма, создающая прочный патологический поведенческий стереотип, который прочно фиксируется [10]. «Если в первый раз имитировать оргазм, то требуются усилия, но каждый раз это будет происходить все естественнее. В двухсотый раз имитация будет происходить автоматически, а вот естественный оргазм будет требовать усилий. Таким образом женщины создают у себя привычку, которая заводит жизнь в тупик» [33].

**4.** Отмечается, что постоянное отсутствие оргазма может привести к хроническим заболеваниям органов малого таза, спровоцированных застойными явлениями в них [26]. Естественно, что такой сценарий возможен при выраженном сексуальном возбуждении женщины.

**5.** Сообщается, что при сексуальном возбуждении у женщин происходит активный выброс в кровь эстрогенов, и это вызывает прилив крови к половым органам и молочным железам. Если женщина во время секса испытала полноценный оргазм, ее организм достаточно быстро приходит в норму. Если же его не было, то для восстановления исходного гормонального уровня потребуется значительно больше времени. Это чревато развитием мастопатии и разрастанием миометрия, что способствует образованию миомы. Согласно неутешительным статистическим данным, около 70% женщин, у которых имеет место миома матки, вели нерегулярную половую жизнь или регулярно имитировали оргазм [10].

**6.** Делая вид, что каждый раз мужчина доставляет женщине неземное удовольствие, хотя на самом деле этого не происходит, женщина не добьется от него никакого изменения в поведении. Он будет уверен, что все делает так, как надо, и не будет изменять свою технику, что исключит возможность достижения истинного оргазма [7]. «Кажется проблематичным создавать звуки возбуждения, когда на самом деле скучно или больно. Это, скорее всего, передаст дезинформацию вашему партнеру, который, вероятно, подумает, что эта сексуальная активность радует и должна повториться в следующий раз» [55]. Также отмечается, что не следует имитировать быстрого наступления оргазма, так как в будущем это может оказать неблагоприятное влияние на последующее прилежание и усердие партнера и исключит возможность наступления у женщины истинного оргазма [2].

Сексуальный психотерапевт Мухуми Гхос (Moushumi Ghos) говорит, что когда вы подделываете оргазм, то отправляете сообщение, суть которого заключается в том, что

удовольствие для вас не важно. При этом вы не только ограждаете себя от чувства удовольствия, но лишаете своего партнера возможности угодить вам, чтобы узнать о вас больше. Вы лишаете себя близости и привязанности, которую могут принести только оргазмы [58].

Представляет интерес мнение по обсуждаемому вопросу М. Сильвер (M. Silver), консультанта по взаимоотношениям и секс-терапевта [54]: «Я постоянно говорю своим клиентам, что они несут ответственность за свои собственные оргазмы. Они не могут ожидать, что их партнер станет читателем разума; они должны показать своему партнеру, что им нужно, чтобы достичь оргазма. Самое главное – общаться и сосредоточиться на удовольствии, а также осознать, что секс не обязательно должен заканчиваться «неуловимым» оргазмом!»

7. Имитация оргазма может препятствовать наступлению настоящего оргазма. Во время полового акта, чтобы избежать подозрений, женщине все время приходится думать о том, что она должна симитировать. В таких случаях испытать истинный оргазм довольно трудно [7].

8. Можно встретиться с сообщениями о том, что имитация оргазма некоторыми женщинами может привести к наступлению истинного оргазма. М. Сильвер (M. Silver) пишет: «Но, очевидно, подделка не всегда плоха для вашей сексуальной жизни». Согласно исследованию Эрин Б. Купер (Erin B. Cooper), докторанта клинической психологии в Университете Темпл (Temple University), притворство в оргазме может фактически увеличить сексуальное удовлетворение женщины. Она представила результаты своего исследования на Ежегодной конвенции Американской психологической ассоциации в Сан-Диего. Ее заключение состоит в следующем: «Некоторые женщины могут «подделывать» это, пока не сделают это», что имеет смысл. Если фальсификация оргазма заставит вашего партнера больше возбудиться, это может вызвать у вас достаточное возбуждение, чтобы добраться до «финиша» [54].

Следует обратить внимание на рекомендации J. Lo Piccolo, W. C. Lobitz (1972), которые предложили эффективную *технику терапевтической мастурбации* для лечения аноргазмии. Программа, предложенная ими, включает 9 последовательных этапов продолжительностью 1 нед каждый [20]. На шестом этапе рекомендовалась стимуляция вибратором, а также *имитация переживания оргазма с помощью неартикулированных криков* и т. п. в случае возникновения подозрения, что женщина стыдится или боится «непристойной» утраты самоконтроля. Из этого следует, что «прорыв» к оргазму при некоторых вариантах психогенной аноргазмии может быть облегчен с помощью имитации сексуального возбуждения с использованием вокализации.



Таким образом, приведенные нами данные свидетельствуют о частой имитации оргазма женщинами и мужчинами. При этом у женщин такая имитация встречается гораздо чаще. Это, в частности, можно объяснить тем, что при интимной близости истинный оргазм у женщин наступает гораздо реже. Существуют различные причины, побуждающие мужчин и женщин к имитации ими оргазма. Даже при хорошей имитации оргазма не все его признаки можно подделать. Некоторые из них подделать трудно, а другие невозможно, что определяет вероятность разоблачения, степень которого зависит как от способности к имитации, так и от осведомленности партнера. В большинстве случаев использование данной имитации может вести к неблагоприятным последствиям. Вместе с тем, если речь идет о кратковременных случайных связях, то в ряде случаев она может быть рекомендована. Также эта имитация может быть оправдана, если в некоторых случаях эпизодически используется при длительных сексуальных отношениях. Существует возможность положительного влияния имитации оргазма женщинами за счет того, что она влияет на степень сексуального возбуждения мужчины, а это приводит к усилению этого возбуждения у женщины и повышает ее способность к достижению истинного оргазма. По всей видимости, имитация сексуального возбуждения женщиной с использованием вокализации может облегчить наступление у нее оргазма при некоторых вариантах психогенной аноргазмии.

### **Імітація оргазму**

*Г. С. Кочарян*

Наведено дані про частоту імітації оргазму у жінок та чоловіків, причини, що спонукають до неї, рекомендації щодо її здійснення та виявлення, а також її наслідки.

**Ключові слова:** оргазм, імітація, жінки, чоловіки.

### **Imitation of orgasm**

*G. S. Kocharyan*

Data on the frequency of orgasm imitation in women and men are submitted as well as its causes. Recommendations are given on its realization and identification. Its consequences are analyzed.

**Key words:** *orgasm, imitation, women, men.*

## Сведения об авторе

**Кочарян Гарник Суменович** – Харьковская медицинская академия последипломного образования, 61176, г. Харьков, ул. Амосова, 58.

Моб. тел.: +38 (095) 259-65-23, +38 (098) 521-61-46.

E-mail: kochargs@rambler.ru

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Андреева И. Проблема имитации оргазма докатилась до мужчин. 13 апреля 2015. – URL: <https://sobesednik.ru/zdorove/20150413-problema-imitacii-orgazma-dokatilas-do-muzhchin> (дата обращения: 08.01.2018).
2. Блеф в постели или имитация оргазма. – URL: [http://www.medicina72.ru/imitation\\_of\\_orgazm.shtml](http://www.medicina72.ru/imitation_of_orgazm.shtml) (дата обращения: 03.01.2018).
3. В каких случаях мужчина может имитировать оргазм. – URL: <http://udoktora.net/zachem-muzhchine-imitirovat-orgazm-30164/> (дата обращения: 08.01.2018).
4. Водовозов А. Имитация оргазма: как это сделать по-мужски. 1 июня 2005 г. – URL: <http://rus.delfi.lv/archive/imitaciya-orgazma-kak-eto-sdelat-po-muzhski.d?id=11348298> (дата обращения: 31.12.2017).
5. Дзись-Войнаровский Н. Стонать или не стонать? 26.01.2012. – URL: [https://republic.ru/economics/pochemu\\_intelligenty\\_chashche\\_imitiruyut\\_orgazm\\_obyasnyayut\\_ekonomisty-734809.xhtml](https://republic.ru/economics/pochemu_intelligenty_chashche_imitiruyut_orgazm_obyasnyayut_ekonomisty-734809.xhtml) (дата обращения: 08.01.2018).
6. Джордж Кэт. Как имитировать оргазм (инструкция для парней). 16 мая 2013. – URL: <https://www.vice.com/ru/article/9bnpvz/how-to-fake-an-orgasm-a-guide-for-dudes> (дата обращения: 08.01.2017).
7. Дьякова Ю. Имитация оргазма: плюсы и минусы. – URL: <http://www.justlady.ru/articles-133958-imitaciya-orgazma-plyusy-i-minusy> (дата обращения: 03.01.2018).
8. Женский оргазм: как понять – имитация или правда. 12.06.2010. – URL: <https://comments.ua/life/20278-ZHenskiy-orgazm-ponyat-.html> (дата обращения: 03.01.2018).
9. И нет конца: как сказать ему, что имитируешь оргазм. 3 декабря 2017. – URL: <https://www.cosmo.ru/sex-love/sex/i-net-konca-kak-skazat-emu-chto-imitiruesh-orgazm/> (дата обращения: 03.01.2018).
10. Измайлова С. Имитация оргазма – это не смешно! – URL: <http://lady.tochka.net/11757-imitatsiya-orgazma-eto-ne-smeshno/> (дата обращения: 31.12.2017).
11. Имитация оргазма. – URL: <http://www.ladygid.ru/imitatsiya-orgazma> (дата обращения: 03.01.2018).
12. Имитация оргазма: когда это нужно. Goldfish, автор JustLady. – URL: <http://www.justlady.ru/articles-133947-imitaciya-orgazma-kogda-eto-nuzhno> (дата обращения: 03.01.2018).
13. Имитация оргазма. Как распознать «обманщицу». – URL: <https://telegraf.com.ua/zhizn/muzhchini/138369-imitatsiya-orgazma-kak-raspoznat-obmanshitsu.html> (дата обращения: 03.01.2018).
14. Имитация оргазма. Плюсы и минусы. – URL: <http://www.superbrunetka.ru/imitaciya-orgazma.html> (дата обращения: 03.01.2018).
15. Исследование: мужчины имитируют оргазм не меньше женщин. 15 апреля 2016. – URL: [http://meddaily.ru/article/15apr2016/o\\_immrga](http://meddaily.ru/article/15apr2016/o_immrga) (дата обращения: 08.01.2018).

16. Как имитировать оргазм? – URL: <http://womanadvice.ru/kak-imitirovat-orgazm> (дата обращения: 03.01.2018).
17. Как понять, что твой мужчина симулирует оргазм? 23.07.2016. – URL: <http://hochu.ua/cat-sex/school/article-68129-muzhchinyi-tozhe-simuliruyut-orgazm/> (дата обращения: 03.01.2018).
18. Как распознать имитацию оргазма женщиной? – URL: <http://freejournal.biz/article2363/index.html> (дата обращения: 03.01.2018).
19. Когда, как и зачем мужчина имитирует оргазм. 22.06.2012. – URL: <https://www.facenews.ua/articles/2012/76363/> (дата обращения: 03.01.2018).
20. Кочарян Г. С. Глава 9. Секс-терапия // Кочарян Г. С., Кочарян А. С. Психотерапия сексуальных расстройств и супружеских конфликтов. – М.: Медицина, 1994. – С. 90–97.
21. Кочарян Г. С. Расстройства эякуляции и их лечение. – Х.: Вид-во Віровець А. П. «Апостроф», 2012. – 328 с.
22. Кочарян Г. С. Формирование расстройств оргазма // Здоровье мужчины. – 2017. – №3 (62). – С. 71–74.
23. Крукс Р., Баур К. (Crooks R., Baur K.) Сексуальность. – СПб.: прайм–ЕВРОЗНАК, 205. – 480 с.
24. Мужчины имитируют оргазм не хуже женщин. 17 января 2005. – URL: <https://korrespondent.net/tech/111800-muzhchiny-imitiruyut-orgazm-ne-huzhe-zhenshchin> (дата обращения: 08.01.2018).
25. Мужская имитация оргазма. – URL: <https://uznayvse.ru/zdorove-i-seks/muzhskaya-imitatsiya-orgazma-20454.html> (дата обращения: 03.01.2018).
26. Оргазм женщины – имитация оргазма и здоровье. Sofia, автор JustLady. – URL: <http://www.justlady.ru/articles-132560-orgazm-zhenshchiny-imitaciya-orgazma-i-zdorove> (дата обращения: 03.01.2018).
27. Почему мужчина имитирует оргазм? – URL: <http://www.policlinica.ru/stati/potcemu-muzhina-imitiruet-orgazm.html> (дата обращения: 08.01.2018).
28. Почему мужчины имитируют оргазм? 30.10.2014. – URL: <http://edinstvennaya.ua/view/8928> (дата обращения: 08.01.2018).
29. Правила имитации оргазма. – URL: <http://www.wday.ru/seks-otnosheniya/seks/pravila-imitatzii-orgazma/> (дата обращения: 31.12.2017).
30. Прохорова Ю. 5 основных секретов мужского оргазма. – URL: <http://www.prelest.com/love/mir-muzhchin/5-osnovnyh-sekretov-muzhskogo-orgazma> (дата обращения: 08.01.2018).
31. Симуляция оргазма. – URL: <https://ladyplace.ru/intim/sex/simulyaciya-orgazma.html> (дата обращения: 03.01.2018).
32. Ученые: Каждый третий мужчина имитирует оргазм. 22 февраля 2013. – URL: <http://www.rosbalt.ru/style/2013/02/22/1097452.html> (дата обращения: 08.01.2018).
33. Хохлов Е. 3 февраля 2015. Почему вредно имитировать оргазм? – URL: <http://www.womanhit.ru/eksperti/660455-pochemu-vredno-imitirovat-orgazm.html> (дата обращения: 03.01.2018).
34. Царик М. «Да! Даа!! Дааа!!!» Учимся имитировать оргазм. – URL: <http://1wum.ru/seks/sovety/u4imsya-imitirovat-orgazm.html> (дата обращения: 31.12.2017)
35. Anzhelika, автор JustLady. Имитация оргазма: причины и последствия. – URL: <http://www.justlady.ru/articles-134434-imitaciya-orgazma-prichiny-i-posledstviya> (дата обращения: 03.01.2018).
36. Brewer G., Hendrie C. A. Evidence to suggest that copulatory vocalizations in women are not a reflexive consequence of orgasm // Arch Sex Behav. – 2011. – 40 (3). – P. 559–564. doi: 10.1007/s10508-010-9632-1.

37. 6 Clues That She's Faking It. – URL: <https://www.gq.com/story/sexy-faking-it> (date of the reference: 15.01.2018).
38. Do Guys Fake Orgasms? The Surprising Results of a New Study. Researchers reveal how many men put their acting chops to use in bed – and how often. By Korin Miller for Women's Health. April 22, 2016. – URL: <https://www.menshealth.com/sex-women/do-men-fake-orgasms> (date of the reference: 15.01.2018).
39. Ellsworth R. M., Bailey D. H. Human female orgasm as evolved signal: a test of two hypotheses // *Archive of Sexual Behaviour*. – 2013. – 42 (8). – P. 1545–1554.
40. Fake orgasm. From Wikipedia, the free encyclopedia. – URL: [https://en.wikipedia.org/wiki/Fake\\_orgasm](https://en.wikipedia.org/wiki/Fake_orgasm) (date of the reference: 10.01.2018).
41. FAKING IT: WHY WE DO IT & WHY WE NEED TO STOP. A plea for the greater good of all womankind. By Lindsay Brown. – URL: <http://coveteur.com/2016/09/22/why-women-fake-orgasms-when-to-stop/> (date of the reference: 15.01.2018).
42. Gildeeva S. Имитация оргазма. Как распознать «обманщицу». – URL: <http://ffman.ru/sex/imitatsiya-orgazma-kak-raspoznat-obmanschitsu> (дата обращения: 31.12.2017).
43. Is it OK to fake an orgasm? – URL: <https://www.theguardian.com/lifeandstyle/2015/apr/12/is-it-ok-to-fake-orgasm-spare-partners-feelings> (дата обращения: 15.01.2018).
44. Is She Faking It? How you can use a fitness tracker to expose your partner's phony orgasms and more. By Micky Shaked. July 19, 2013. – URL: <https://www.menshealth.com/is-she-faking-it> (data of the reference: 15.01.2018).
45. Kaighobadi F., Shackelford T. K., Weekes-Shackelford V. A. Do Women Pretend Orgasm to Retain a Mate? // *Arch Sex Behav*. – 2012 – 41 (5). – P. 1121–1125.
46. Lapina A. Как часто мужчины имитируют оргазм. 14.11.2016. – URL: <http://7sisters.ru/lifestyle/23244-kak-chasto-muzhchinyi-imitiruyut-orgazm.html> (дата обращения: 08.01.2018).
47. Men Fake Orgasms HOW Often? And More From The AskMen.com 2012 Survey. – URL: [https://www.huffingtonpost.com/2012/07/29/men-fake-orgasms-askmen-survey-2012\\_n\\_1711655.html](https://www.huffingtonpost.com/2012/07/29/men-fake-orgasms-askmen-survey-2012_n_1711655.html) (date of the reference: 10.01.2018).
48. Muehlenhard Charlene L., Shippee Sheena K. Men's and women's reports of pretending orgasm // *J Sex Res*. – 2010. – 47 (6). – P. 552–567. doi: 10.1080/00224490903171794
49. ОННИ NO YOU DON'T. The four main reasons why women fake orgasm and what to do about them. – URL: <https://www.thesun.co.uk/living/2313534/the-four-main-reasons-why-women-fake-orgasm-and-what-to-do-about-them/> (date of the reference: 15.01.2018).
50. Reasons why she's faking it and what to do about it if you suspect she is. By Meagan Drillinger. 23.02.2017. – UPR: <https://www.menshealth.com/sex-women/reasons-shes-faking-it> (date of the reference: 15.01.2018).
51. 4 Reasons You Should Never Fake an Orgasm. By Jessica Migala. Medically Reviewed by Kathryn Keegan, MD. – URL: <https://www.everydayhealth.com/sexual-health/reasons-you-should-never-fake-orgasm/> (date of the reference: 15.01.2018).
52. 6 Reasons Why Men And Women May Fake An Orgasm, According To New Research. – URL: <http://www.medicaldaily.com/6-reasons-why-men-and-women-may-fake-orgasm-according-new-research-416660> (date of the reference: 15.01.2018).
53. 7 Sad But True Reasons Women Fake Orgasms. By Anna Breslaw. Nov 13, 2013. – URL: <http://www.cosmopolitan.com/sex-love/advice/a5048/reasons-we-fake/> (date of the reference: 15.01.2018).
54. Silver M. Why do men and women fake orgasm? – URL: <http://www.smh.com.au/lifestyle/life/family-relationships-and-sex/why-do-men-and-women-fake-orgasm-20160405-gnz84r.html> (date of the reference: 15.01.2018).

55. Sorry, gues: Up to 80 percent of women admit faking it. By Brian Alexander. – URL: [http://www.nbcnews.com/id/38006774/ns/health-sexual\\_health/t/sorry-guys-percent-women-admit-faking-it/#.Wlx7FICWTcs](http://www.nbcnews.com/id/38006774/ns/health-sexual_health/t/sorry-guys-percent-women-admit-faking-it/#.Wlx7FICWTcs) (date of the reference: 15.01.2018).
56. The American Sex Survey: A Peek Beneath the Sheets. ABC NEWS PRIMETIME LIVE POLL: THE AMERICAN SEX SURVEY FOR IMMEDIATE RELEASE Thursday, Oct. 21, 2004. – URL: <http://abcnews.go.com/images/Politics/959a1AmericanSexSurvey.pdf> (date of the reference: 21.01.2018).
57. The Oxford Handbook of Sexual Conflict in Humans. Shackelford T.K, Goetz A. T. (Eds.). – *Oxford*: Oxford University Press, 2012. – 384 p., p. 384.
58. 6 Things That Happen When You Fake An Orgasm. You're doing a disservice to yourself AND your partner. LIFESTYLE. 05.10.2017. By Brittany Wong. – URL: [https://www.huffingtonpost.com/entry/dont-ever-fake-an-orgasm\\_us\\_5913586fe4b0a58297e1d0f8](https://www.huffingtonpost.com/entry/dont-ever-fake-an-orgasm_us_5913586fe4b0a58297e1d0f8) (date of the reference: 15.01.2018).
59. Why Men Fake Orgasms – And What It Reveals About Your Relationship. By Kristine Fellizar. Apr 22, 2016. – URL: <https://www.bustle.com/articles/154991-why-men-fake-orgasms-and-what-it-reveals-about-your-relationship> (date of the reference: 15.01.2018).
60. Why women fake orgasms. – URL: <http://www.foxnews.com/health/2016/12/28/why-women-fake-orgasms.html> (date of the reference: 15.01.2018).
61. Why Women (and Men!) Fake Orgasm. By John M. Grohol, Psy.D. – URL: <https://psychcentral.com/blog/why-women-and-men-fake-orgasm/> (date of the reference: 10.01.2018).

***Библиографические данные о публикации:*** Кочарян Г. С. Имитация оргазма // Здоровье мужчины. – 2018. – №1 (64). – С. 64-77.

***Общие сведения об авторе, его статьи и книги (в свободном доступе) представлены на его персональном веб-сайте [gskochar.narod.ru](http://gskochar.narod.ru)***