

L'art de la masturbation féminine - 1/2

Les femmes aiment se donner du plaisir. Le rapport de la célèbre sexologue américaine Shere Hite, qui, dans les années 1970, a effectué une enquête auprès des femmes sur tout le territoire des Etats-Unis, l'a montré. Comment s'adonnent-elles au plaisir solitaire, c'est aussi ce que cette étude a cherché à savoir. Résultats et témoignages extraits du "rapport Hite"...

Des 3 000 femmes ayant répondu, anonymement, à ce questionnaire qui faisait le tour de la sexualité féminine (orgasme, coït, clitoris, masturbation...), **82 %** déclaraient qu'elles se masturbaient, et, parmi elles, **95 %** parvenaient sans peine à l'orgasme chaque fois qu'elles le voulaient.

Ce qui, d'après la sexologue, contredisait l'idée couramment admise que les femmes sont "lentes à démarrer", et qu'elles ont du mal à parvenir à l'orgasme. Pratiquement, l'enquête a permis de distinguer six types de masturbation (avec quelques variantes).

Dans la très grande majorité des cas (73 %), la femme excite manuellement la région clitoridienne et/ou vulvaire en étant couchée sur le dos

"Je m'excite toujours de la même façon : mon doigt caresse mon clitoris et parfois j'enfonce en même temps un autre doigt dans mon vagin. Je ne caresse que ma zone génitale" ; "Je me masturbe en massant latéralement mon clitoris, doucement d'abord, puis en augmentant l'intensité de la pression. Je me sers de l'index (une seule main)" ; "Mes doigts caressent mon clitoris et, de ma main libre, je gratte, tire, pince le bout de mes seins. Je me caresse alternativement de haut en bas et en rond. Mes jambes sont tantôt jointes, tantôt écartées. Je trouve particulièrement excitant d'immobiliser ma main et de continuer la friction en remuant mon sexe contre mon doigt".

La femme peut aussi se coucher sur le ventre (5,5 %)

"Je suis couchée sur le ventre, les jambes légèrement écartées et je me sers des deux mains, la droite appuyée sur le clitoris, la gauche serrée contre elle pour augmenter la pression. En remuant le bassin de haut en bas, modérément vite, j'obtiens la friction que je désire sur la région de mon clitoris" ; "Je me masturbe sur le ventre, les jambes jointes en pressant mon clitoris avec l'index et le médus des deux mains, l'une sur l'autre. Parfois je me caresse les seins ou les fesses d'une main, ou je glisse mes doigts dans mon vagin" ; "Je débute par une caresse circulaire du clitoris et de temps en temps je frotte de haut en bas, le clitoris serré entre deux doigts. De la main droite je vérifie que mon vagin est bien mouillé et je me livre à un fantasme. Je continue de stimuler mon clitoris et je glisse deux doigts dans mon vagin" ; "Je maintiens sous moi le vibromasseur, plus ou moins fermement, en remuant mon corps sur lui".

Certaines femmes se frottent à un objet doux (4 %)

"Je fais avec le drap une petite boule à peu près de la taille d'un poing. Je me couche sur le lit, la boule appuyée sur mon clitoris. Puis je remue les hanches avec un mouvement circulaire jusqu'à ce que je jouisse" ; "Je ne me masturbe pas vraiment, je me frotte à peine contre le drap, pas plus..."

D'autres serrent leurs cuisses en cadence, de façon répétée (3 %)

"Je suis assise sur un fauteuil ou dans mon lit, et je me sers des muscles de la partie interne de mes cuisses. Je

L'art de la masturbation féminine - 2/2

me concentre avec toute mon énergie sur la région de mon sexe" ; " Jefrotte mes cuisses l'une contre l'autre, en général couchée, mais je le fais aussi en étant assise (au bureau, dans l'autobus, etc.). Le frottement exerce une pression délicate sur le clitoris".

Elles peuvent aussi masser leur région génitale avec de l'eau (2 %)

"Je dirige le jet de la douche vers mon clitoris, les jambes très écartées" ; "Je suis couchée dans la baignoire et l'eau du robinet tombe sur mon pubis, mon clitoris et mon vagin. Plus l'eau est chaude, plus la pression est forte, et plus je jouis vite". "Je dévisse la pomme de la douche pour que le jet sorte tout droit du tuyau. J'écarte mes petites lèvres pour exposer mon clitoris".

Enfin, 11 % des femmes ayant répondu au questionnaire combinent plusieurs de ces techniques pour aboutir à l'orgasme

"Je me masturbe de bien des façons. Sur le dos dans la baignoire, sur mon lit, sur un divan, sur le plancher et tout y passe... Mes seins, mon ventre, mes cuisses, mes fesses, mon vagin et mon clitoris. J'adore rouler mon clitoris entre le pouce et l'index, un doigt dans le vagin et jouer avec mes seins et avec mes mamelons, que je trouve très beaux. En m'aimant ainsi je laisse vagabonder mon imagination. J'aime aussi varier mes caresses avec un vibromasseur".