

## Szex nélkül évekig

Valamiért hajlamosak vagyunk azt hinni, hogy a nem kielégítő, rossz, örömtelen szex esetén a felek nem húzzák-halasztják a dolgot, lezárják a kapcsolatot, új partner, új örömök elé néznek...

A valóság azonban messze áll az elképzelésektől. Az ország nagy szexesztje adatai alapján ugyanis bátran állíthatjuk, hogy akár hosszú évekig is lehet úgy élni egy párkapcsolatban, hogy a szex nem felel meg az elvárásoknak. A teszt kiértékelése után az is biztos, hogy minden negatív vélekedés ellenére romantikus és családbarát a magyar ember, és hogy Európában elsők vagyunk abban, hogy sokra értékeljük a családot és a párkapcsolatot.

### Mi írhatja felül a szexuális igényeket?

Az instant lehetőségek és megoldások között úgy tűnik, hogy akad egy nagyon is értékes terület, amire még építhetünk: ez pedig a család. A család, amely a szexuális kihívásokon és elvárásokon felül képes komoly összetartó erőt felmutatni, és ahol az együtt töltött évek élményei (kudarok és örömök egyaránt), valamint a meglévő közös gyerekek felülírhatják az egyébként teljesen természetes szexuális igényeket és vágyakat. Hogy az évekig tartó színtelen, esetleg kudarcokkal teli szexuális élet milyen egyéb folyamatokat indít be, arról ez a teszt nem tud beszámolni, de nagy valószínűséggel a szex helyét valami más veszi át, ahol az egyén próbálja az erotikus energiákat levezetni. Ez lehet pl. munka, hobbi, esetleg sport is. De az is előfordulhat, hogy az egyén párkapcsolatban él szex nélkül és abba bele is törődik, vagy elfogadja a szexmentes párkapcsolatot, családja körében marad, de szeretőt tart.

A legtöbb témával foglalkozó nemzetközi felméréssel összhangban az országos szexeszt is kimutatta, mennyire családbarát a magyar ember - osztotta meg a felméréssel kapcsolatos tapasztalatait Gyimesi Andrea szexuálpszichológus szakértőnk. Ezt bizonyítja az is, hogyan gondolkodunk a szex szerepéről a kapcsolatban. Arra a kérdésre, hogy "Szerinted az is előfordulhat egy jó párkapcsolatban, hogy nem jó a szex évekig?" a kitöltők fele válaszolta azt, hogy igen. A férfiak és nők között alig van különbség (48 és 53% a nők javára).

### Magyarázzuk a bizonyítványt?

A teszt vizsgálta azt is, hogy azok válaszolnak-e igennel, akik a bizonyítványukat magyarázzák, azaz a szexuális életük ritka, gyakran kitérnek a szex elől, nem élnek hosszú kapcsolatban, vagy elégedetlenek a kapcsolattal. Azt láthatjuk, ez a válasz nem függ össze a negatív tapasztalatokkal. Itt is, mint olyan sok családdal és párkapcsolati kérdéssel összefüggő kérdésben az elv hazánkban mindentől független: romantikus nemzet vagyunk, és a párkapcsolatot a "földi" dolgok fölötti értékek tekintjük.

### A fiatalok máshogy gondolkoznak - de van, ami nem változik!

Rengeteg különbség van a generációk gondolkodásában. Változik a szex helye és szerepe a kapcsolatban, a női-férfi szerepek, a hűség fogalma. Viszont a fiatalok is őrzik az eredeti értékeket. Például a szexet képesek és hajlandók függetlenül kezelni egy kapcsolattól és a romantikus érzelmektől, de továbbra is elérendő és legfőbb értéknek tekintenek a boldog párkapcsolatra, és abban érzik igazinak a szexet. Összefoglalásként a mottójuk ez lehetne: "Amíg nincs meg az igazi, addig jól kell szórakozni az esélyesekkel, és e két kategóriát sosem szabad összekeverni önmagunkban."

Forrás: [www.life.hu](http://www.life.hu)

## A táncparkettről az ágyba

A jó zene sok tevékenység alapjául szolgálhat - ilyen például a szex is. Lássuk, mit szoktunk vagy kéne hallgatnunk, hogy ne a hétköznapi rutint gyűrjük.

Egy úttörő kutatás eredményeit mutatta be a londoni zenepszichológus, Daniel Mullensiefen, akitől megtudhatjuk, hogy mely dallamok vezetnek a táncparkettről az ágyba (türelmetlen olvasóink görgessenek le). A "Tudomány a zene mögött" címet viselő tanulmány lerántja a leplet arról, hogy a 18 és 91 év közötti férfiak és nők milyen zenével festik alá a pásztoróráikat, hogy azok még kellemesebbek és élvezetesebbek legyenek.

"A legnépszerűbb dal egy romantikus vacsora alatt Marvin Gaye, Let's Get It On című száma" - mondta Mullensiefen, majd hozzátette: "Ezzel a dallal nagy eséllyel lesz a táncparkett pörgéséből vízszintes rumba."

Az is kiderült, hogy vannak számok, melyek "jobbak a szexnél", ilyen a Queen Bohemian Rhapsody című szerzeménye, melyet a magányos éjszakákon hallgatunk a legtöbbet és a legtöbben.

Mindazonáltal, az amerikai Rand Corporation által készített felmérés szerint azok a tinédzserek, akik obszcén szövegű zenét hallgatnak, nagy valószínűséggel korábban kezdenek nemi életet élni, mint azok a fiatalok, akik más típusú dallamokat kedvelnek.



"Azok a zenészek, akik ilyen módon ábrázolják a szexualitást, egy egészen speciális üzenetet továbbítanak a nemi szerepekről, ami az éretlen hallgatóság életvitelébe beépül. Azok a lányok például, akik ilyen nótákon nőnek fel, hajlamosak arra, hogy párkapcsolataikban alsórendű félként vegyenek részt, és nem akadnak fenn az esetleges megalázásokon sem" - véli Steve Martino, kutató.

A zene mindenesetre rendelkezik azzal az x-faktorttal, amitől az emberek boldognak, szomorúnak, agresszívnek vagy éppen ellazultnak érzik magukat.

Lássuk hát azt a húsz számot, mellyel a legtöbb ember szokta a szexuális életét aláfesteni

1. Dirty Dancing album
2. Marvin Gaye, Sexual Healing
3. Ravel, Bolero
4. Berlin, Take My Breath Away
5. Barry White-től bármi
6. Marvin Gaye, Let's Get It On (ezt dobjuk be, ha vacsora is van!)
7. Righteous Brothers, Unchained Melody
8. Celine Dion, Titanic soundtrack / My Heart Will Go On
9. Serge Gainsbourg, Je T'aime
10. Whitney Houston, I Will Always Love You
11. Aerosmith, I Don't Want to Miss A Thing
12. Kings of Leon, Sex On Fire
13. Rodgers & Hammerstein, Sound of Music
14. Csajkovszkij, 1812 Nyitány
15. Grease album
16. Donna Summer, I Feel Love
17. Boyz II Men, I'll Make Love to You
18. Abba, Mama Mia
19. Tom Jones, Sex Bomb
20. Star Wars

Forrás: [www.ma.hu](http://www.ma.hu)

## Vaginizmus: az undorérzet is felelős lehet

Az undorodás meghatározó szerepet játszhat bizonyos szexuális diszfunkciók kialakulásában, melyek lehetetlenné teszik a behatolást, derült ki egy új tanulmányból, mely során a fizikai szexuális panaszok mögött húzódozó pszichológiai jelenségeket vizsgáltak.

A kutatók megállapították, hogy a vaginizmustól, vagyis a hüvelygörcstől szenvedő nők között jóval magasabb azok aránya, akik undorodnak a szexualitás melléktermékeitől, például a spermától. A vaginizmus a hüvely alsó harmadának kontrollálhatatlan, görcsös összehúzódása, mely jelentősen megnehezítheti, esetenként akár lehetetlenné is teheti a hímvesző behatolását a hüvelybe.

Az új kutatási eredmények arra engednek következtetni, hogy valószínűleg az undorérzet válthatja ki a hüvely akaratlan összehúzódását - mint védekezési mechanizmus. "Ebben az értelemben az undor úgy fejt ki a hatását, mint egy hideg zuhany érzelmi megfélelője" - állítja Mark van Overveld, a Rotterdami Erasmus Egyetem kutatója.

Van Overveld elmondása szerint a szex valóban meglehetősen undorító tevékenység, hiszen a testnedveket és a csupasz testrészek érintését sokan gusztustalannak vagy tabunak tekintik. Az undor önmagában egy nagyon erős érzés, amit ráadásul nem könnyű kontrollálni. Korábban nem létezett semmiféle módszer, amivel a szexuális undort lehetett volna mérni, de van Overveld és társai kidolgoztak egy speciális kérdőívet, ami kifejezetten a szexualitáshoz fűződő ellenérzéseket vizsgálja.

Első körben összesen 762 egyetemi hallgató és alkalmazott részvételével tesztelték a kérdőívet, majd miután megállapították, hogy ezzel a módszerrel vi-

szonylag pontosan meg lehet határozni a szexuális undor mértékét, második körben 39 vaginizmos és 45 diszpareuniás nővel, akiknek fájdalmat okoz a közösülés minden formája, illetve 28 merevedési zavarral küzdő férfival töltötték ki a kérdőívet.

A felmérés eredményei egyértelműen azt igazolták, hogy a szexuális undor egyenes arányú összefüggésben áll a szexuális diszfunkciók kialakulásával - összegezte van Overveld. A kutatás részletei a Journal of Sexual Medicine című tudományos folyóiratban jelentek meg.

Forrás: [Medipress](http://Medipress)