

## Mi aggasztja a nőket szex közben?

Érzed, hogy valami nem stimmel az utóbbi időben a szexuális életeddel? Vagy minden oké, s tudatosan szeretnéd ezt a paradicsomi állapotot megőrizni köztetek? Segítünk: eláruljuk, min agyalnak a nők összebújás előtt, után és közben. Némelyik probléma talán meglep majd, hiszen még egy csajtól sem hallottad, hogy kimondta volna ezeket...

### „Elég szűk vagyok?”

Ezt a témát sokan cikinek tartják felhozni – még akkor is, ha egy vagy több szülésen túl vannak, amikor a hüvely tágulása természetes és magától értetődő folyamat, ami nem szorul magyarázatra.

Akár hiszed, akár nem, a csajodnak legalább egyszer eszébe jutott már ez a kérdés, tehát jó, ha a tudomására hozod: minden oké vele ott lenni. Amennyiben viszont nem vagy elégedett a helyzettel, érdemes tisztában lenned vele, hogy a vagina egy izmos szerv, tehát állapota változtatható – intim tornával konkrétan szűkebbre szabható.

Akkor sincs tehát minden veszve, ha a poronty(ok) érkezése után már nem szorít olyan jólesően a kedvesed.

### „Miért mondasz ilyen furákat?”

Az „ez az, csináld még”, a „gyerünk bébi” és „a golyókkal is játssz, légszsi!” mind filmekből ellesett szöveg.

Valószínűleg ennek nem vagy tudatában, amikor kimondod őket, hiszen nem a moziélményeiden jár az eszed – remélhetőleg még akkor sem, ha sok volt köztük a tripla ikszes.

Ennek a dolognak úgy járhatsz a végére, ha az aktus során minél tovább a kedvesed arcára és szemébe nézel: minden apró reakcióját látva meggyőződhetsz róla, milyen hatást gyakorolnak rá a szavaid és a mozdulataid.

### „Elég profi vagyok orálban?”

Valószínűleg most esett le az állad, hiszen tudod: ha egy csaj nem harap, akkor bizony egészen biztosan jól teljesít a témában.

A nők többségét viszont állandó aggály gyötri, hogy megfelelően bánnak-e a legféltettebb kincseddal, illetve eléggé élvezed-e az orális szexet. Jogos a kérdés, hogy a látható és érezhető bizonyíték nem elég-e nekik.

Nem bizony, tehát legközelebb dicsérd meg a párod, milyen ügyes volt!

### „Szeretem, ha egy icipicit fáj. Ez normális?”

Az óvatos fenekelés és a finom hajhúzás sokakra izgató hatással van. Ha nálatok még nem került sor ilyenre, vagy nem kaptál egyértelmű visszajelzést, jólesett-e, akkor talán nyomasztja a kérdés a barátnődet.

Ettől ugyanis úgy érezheti, hogy nyitott lett a szadomazó felé – ami bizonyos tekintetben eltér a testiség megszokott formáitól, így „perverznek” tekinthető. Fontos, hogy amennyiben ilyesmi merül fel az ágyban, tudjatok beszélni róla.

Ebben az esetben semmiképp nem lehet megúszni a nyílt kommunikációt, különben az elfojtás és a kétség párkapcsolati problémákhoz vezethet.

### „Szeretlek, de olyat álmodtam egy nővel. Lesbikus lettem?”

A szexuális irányultság megkérdőjeleződése hatalmas dilemmát jelent bármelyik életkorban. Sokan nem tudják, ám az emberek döntő többségével megessik, hogy álmában összegabalyodik egy azonos neművel, sőt: rengetegen akár ébren is fantáziálnak hasonlóról.

A tudatalatti éjszaka érkező üzenete azonban nem azt jelenti, hogy homo- vagy biszexuális lenne az illető. De hiszen ezt tudod, elvégre neked is lehetett már khm... „meleg hangulatú” álmod, holott az ilyesmi amúgy eszedbe sem jut.

Ez egy olyan téma, amit nem muszáj megvitatnotok egymás között – elég, ha magatokban helyre teszitek.

### „Néha kicsorog egy-két csepp pisi, amikor orgazmusom van. Valami rosszul működik bennem?”

A G-pont ingerlésének hatására átélt, rendkívül intenzív orgazmus olyan langyos folyadék távozásával járhat, ami tényleg vizeletnek tűnik, de valójában nem az. A női ejakulációnak hívott jelenséget sokan tudatosan keresik, mert szeretnék megtapasztalni.

Akiknek viszont „magától” jön, általában megijednek, hiszen azt hiszik, valami nem stimmel. Vizelettartási gondok esetén – ez fiataloknál igen ritka – valóban megeshet a minimális ürítés, viszont megelőzhető szex előtti pisiléssel.

Akarmelyik eset forog fenn, téged egész biztosan nem zavar, és ezt nyugodtan mondd meg a barátnődnek!

### „Naponta maszturbálok. Lehet, hogy vibrátorfüggő vagyok?”

Alighanem már a felvetés is szűkítő hatással volt az alsónadrágodra. Igen, lehet, hogy a csajod attól tart: túl gyakran szerez örömet magának.

Nyugi, ez még véletlenül sem jelenti azt, hogy

## A kapuzárási pánik lehet hasznos is?

János túl van az ötvenen, négy felnőtt gyermek édesapja, akik már kirepültek a családi fészekből és megállják helyüket a mindennapokban.

**Felesége, Rozi,** még mindig vonzó, csinos nő, ad magára, szakmájában továbbra is szárnyal, közben pedig igyekszik őrizni a családi fészek melegét. A gyerekek sokat látogatnak haza, jó viszonyt ápolnak a szülőkkel, abszolút idilli család benyomását keltik. Csakhogy Jánosnak egy éve titkai vannak, amire néhány hete fény derült. Szeretője van. Ráadásul egy férjes asszony, aki még csak a húszas évei közepén jár. De hogy is van ez? Noémi a gyereke lehetne, János mégis azon hezitál, hogy maga mögött hagyva az elmúlt 30 évet, új életet kezd, amit azzal magyaráz, hogy végre élni szeretne, szenvedélyre vágyik, feleségével való kapcsolata elfáradt.

### Kapuzárási pánik vagy életközépi krízis?

Érdemes elkülöníteni az életközépi válságot a kapuzárási pániktól.

Az életközépi a harmincöt és a negyvenes évek vége közötti időszak, amikor még van lehetőség váltani, új életet kezdeni, akár karriert, akár magánéletet tekintve. Viszont ebben az időszakban erre a nagy váltásra már nincs sok idő, ezért érzik azt, hogy „most vagy soha” helyzetben vannak.

A kapuzárási pániknál az öregedés már közvetlenül fenyeget és a valódi váltás lehetősége már nem igazán adott, ezért pánikszerűen kezdik habzsolni az

életet, többnyire olyan dolgokat tesznek, amik irreálisak, nem a koruknak megfelelő, és nem is igazán veszik figyelembe mások érzelmeit, érdekelt. Előfordul, hogy az idő múlását sem akarják tudomásul venni, nehogy azt érezzék, lemaradtak valamiről.

### Lehet-e hasznos a kapuzárási pánik?

Van, akinél átmeneti állapot, majd gyakorlatilag leltárt készít életének eddigi eseményeiről és rájön, hogy a család mellett a helye. Viszont van, aki ekkor érti meg valóban, hogy céltudatosabban, eddig elnyomott vágyait megvalósítva kell élnie, hiszen az idő vé-

ges. Így a kapuzárási pániknak lehet pozitív kicsengése is, ám csak akkor, ha nem a jól felépített, tartalmas életünket adjuk fel holmi hóbortokért, hanem az addigi szürkeségből vagy céltalanságból talpra állunk, és felelősséget vállalva megvalósítjuk reális vágyainkat.

Szerző: Győri Szilvia, szexuálpszichológus  
Forrás: szexlecke.hu



elégedetlen volna a teljesítményeddel, hiszen valószínűleg te is megtartottad Marok Marcsát a közös szexmaratonok mellett.

Bár nem vallod be magadnak, a vibrátor akár féltékenységet is ébreszthet benned – főleg ezen gondolkodnod, mert a csajodnak fontos az érzelem, és azt kizárólag te nyújthatod!

Forrás: men.hu