

SZEXUÁLIS GONDOLATOK ÉS VISELKEDÉS

Miért szoktak az emberek szexelni?

KULCSSZAVAK


szex | öröm | családtervezés | szerelem | érzelmek



A szex természetes része az életnek, ami teljesen normális. Az evolúció kellemessé és kielégítővé tette számunkra, amikor készen állunk rá.

Az emberek szexuális élete nagyon sokféle lehet: ami neked fantasztikusnak tűnik, az másnak nem biztos, hogy jólesne. Mindenki más, de számos közös módja létezik annak, hogy a partnereddel kifejezzétek a sexualitásotokat.

Egy egészséges szexuális élet mind érzelmileg, mind fizikailag jótékony hatással van ránk. A szex segíthet abban, hogy kapcsolódj egy másik személyhez, és a szexuális öröm jót tesz az egészségednek, akár a partnereddel akár egyedül éled meg. Íme a legfontosabb okai annak, amiért az emberek szexuálisan aktívak akarnak lenni:



A szerelem és a vonzalom arra késztehet, hogy testileg is közelebb kerüljete egymáshoz. Ez azért történi, hogy elmélyítsd a kapcsolatodat egy számodra különleges emberrel.

Kíváncsiság - Lehet, hogy kíváncsi vagy a saját testedre, vagy csak szeretnél többet megtudni arról, mi történi, amikor két ember közel kerül egymáshoz.

Néha az ok mindössze annyi, hogy **jólesik!** A tested természetes mámore felszabadul az orgazmus során, amikor endorfin szabadul fel a testben, ezek ugyanis a fájdalomcsillapítók és jó érzést keltenek benned. Ez a melegség és puhaság érzését keltheti benned. A szex arra is jó, hogy ellazulj, vagy hogy megszabadulj a stressztől.

A **családtervezés** is lehet az egyik ok, ha már eljött az ideje, és mindkét partner úgy dönt. De ha ez nem vonatkozik rád, győződj meg róla, hogy fogamzásgátlót használj, hogy elkerüld a terhességet. Ha többet szeretnél tudni a terhesség megelőzéséről, mutathatok egy másik szöveget: „Milyen különböző fogamzásgátló módszerek vannak, és hogyan használjam azokat?”



Vannak, akik azért gondolják úgy, hogy klassz dolog a szex, **mert a barátaik erről beszélnek vagy már csinálják**, vagy mert úgy érzik, nagy rajtuk a nyomás ezzel kapcsolatban. De neked mindig az alapján kell döntened, hogy te mit és mikor érzel jól ahelyett, hogy csak követnéd a tömeget.

Egy személyes, szoros kapcsolat egészen nagyszerű élmény lehet. De ne felejtse el, hogy nagyon fontos, hogy csak akkor egyezz bele vagy kezdeményezd a szexet, ha már teljesen készen érzed magad rá. Ha valaki nyomást gyakorol rád, egészen nyugodtan mondhatod NEMet. A partnerek közötti egyértelmű kommunikáció és mindkét fél beleegyezése elengedhetetlen bármilyen szexhez.

És ami a legfontosabb, mindig győződj meg arról, hogy jól és biztonságban érzed magad, ha úgy döntesz, lépéseket teszel!

**SZEXUÁLIS GONDOLATOK
ÉS VISELKEDÉS**

