

MOJE TELO SE SPREMINJA

# Ali je moj penis premajhen, da bi nudil užitek?

KLJUČNE BESEDE

penis | užitek | stereotipi



Če si mlad moški, je povsem naravno, da te skrbi glede tvojega telesa. Pogosto se pojavljajo vprašanja glede velikosti penisa in zmožnosti za spolne aktivnosti.

Najprej naj pojasnimo najpomembnejše: **razumevanje "normalne" velikosti je zelo različno, v intimnih odnosih pa so najpomembnejši komunikacija, privolitev in razumevanje.** To pomeni, da lahko svojemu partnerju nudiš užitek in dobro izkušnjo, tudi če se ti zdi tvoj penis "povprečno" ali "podpovprečno" velik. Nadpovprečna velikost namreč ni "čarobna sestavina" za zadovoljujoče spolne izkušnje, če ne ustvariš vzdušja dobre komunikacije, privolitve in razumevanja v odnosu.



Katera velikost se šteje za "povprečno"? Strokovnjaki ocenjujejo, da se velikost penisa v mlahavem in pokončnem stanju precej razlikuje, zato je določitev specifičnih vrednosti za "normalno" velikost iz več razlogov zahtevna. Velikost je namreč med moškimi zelo raznolika. Nekateri študije kažejo, da obstajajo določeni vzorci, povezani z rasami ali etničnimi skupinami. Seveda pa ne smemo posploševati.

Čeprav znanstveniki že desetletja poskušajo oceniti povprečno dolžino penisa, se rezultati glede na metodo merjenja precej razlikujejo.

Medijski in družbeni pritiski pogosto povzročajo nerealna pričakovanja o tem, kako velik naj bi bil penis, kar povzroča nepotrebno zaskrbljenost. **Če želiš izvedeti več, si lahko ogledaš našo temo: "Ali je moje spolovilo normalno?"**

Pri spolnem zadovoljstvu je velikost le eden od številnih dejavnikov.

Dejansko na **spolno zadovoljstvo v glavnem vplivajo:**

- čustvena bližina in kakovost intimnosti, ki jo doživljaš s svojim\_o spolnim\_o partnerjem\_ko
- odprta komunikacija o tvojih željah, preferencah in mejah
- tvoje udobje, povezano z vzdušjem in naravo spolnega akta
- različni spolni položaji ali uporaba združljivih spolnih tehnik



Če te še vedno skrbi zaradi velikosti tvojega penisa in to vpliva na tvoje čustveno ali psihično stanje, ti lahko pomaga pogovor z zdravnikom ali odraslo osebo, ki ji zaupaš. Lahko ti svetujejo in nudijo podporo v zaupnem okolju brez obsojanja.

Ne glede na tvojo velikost bodi previden pri napačnih informacijah ali izdelkih, ki ponujajo povečanje velikosti penisa! Številni od teh izdelkov **niso podprti z znanstvenimi dokazi** in lahko dejansko povzročijo le škodo tvojemu zdravju.

Namesto da se osredotočaš samo na velikost, se raje poskusi osredotočiti na sprejemanje svojega telesa, odprto komunikacijo in celo eksperimentiranje, če sta oba partnerja za. V intimnih odnosih ni najpomembnejše telo, ki ga imaš, temveč **čustvena povezanost in vzajemno zadovoljstvo**, ki ju lahko ustvariš z nekom. To zadovoljstvo pa se najprej začne v mislih, ne glede na velikosti!



MOJE TELO SE SPREMINJA

