

VÁLTOZÓ TESTEM

Lehet, hogy túl kicsi a péniszem ahhoz, hogy örömet szerezzek vele?

KULCSSZAVAK

pénisz | öröm | sztereotípiák



Ha fiatal férfi vagy, teljesen természetes, hogy foglalkoztat a tested, és a pénisméreteddel valamint szexuális teljesítményeddel kapcsolatos kérdések.

Kezdjük a legfontosabbal: **a “normális” méret nagyon sokféle lehet, az intim kapcsolatokban pedig a kommunikáció, a megegyezés és megértés számítanak a leginkább.** Ez azt jelenti, hogy örömet szerezhetsz a partnerednek még akkor is, ha átlagos vagy az alatti méretűnek tartod magad. Másrészt pedig: az átlagosnál nagyobb méret nem varázsszer, ami egyből kielégítő szexet eredményez, amennyiben nem gondoskodsz olyan légkörről, ahol jó a kommunikáció, egyetértés és megértés van.

Szóval, milyen méretek számítanak átlagosnak? Szakértők becslése szerint az ernyedt és merev pénisz mérete nagyon sokféle lehet, és nagyon nehéz pontosabb adatokkal szolgálni, ennek több oka is van: egyrészt a férfiak körében nagyon változatos méretek fordulnak elő, egyes kutatások pedig azt mutatják ki, hogy ez összefügghet a rasszal és etnikai származással, de emiatt még nem szabad általánosítani.

A tudomány ugyan évtizedek óta igyekszik megbecsülni az átlagos péniszméretet, az eredmények nagyban függenek a mérés módszerétől.

Viszont, a média és a társadalmi nyomás gyakran idéz elő valóságtól elrugaszkodott elvárásokat a pénisz méretével kapcsolatban, ami szükségtelen szorongást okoz. **Ha többet szeretnél tudni erről, nézd meg ezt a fejezetet:**

[Normálisan néz ki a nemi szervem?](#)

Ahogy beszéltük, a szexuális kielégülés szempontjából a méret csak egy tényező a sok közül.

Valójában **a szexuális örömet leginkább ezek befolyásolják:**

- érzelmi közelség és az intimitás szintje a partnereddel
- nyílt kommunikáció a vágyaidról, határaidról, arról, hogy mihez van kedved
- hogy mennyire komfortos neked a hangulat és maga a szexuális aktus
- különböző szexpózok, megfelelő szexuális technikák elsajátítása

Ha a méreteddel kapcsolatos aggályaid kitartanak, és a lelki-érzelmi állapotodra is hatással vannak, akkor érdemes orvoshoz vagy egy megbízható felnőttökhöz fordulnod segítségért. Ők segíthetnek neked eligazodni, és előítéletektől mentes, bizalmi környezetben támogatást nyújtani a számodra.

Méretedtől függetlenül, legyél nagyon elővigyázatos az olyan termékekkel és félretájékoztatásokkal, amik nagyobb péniszt ígérnek! Nagyon sok ezek közül **tudományosan teljesen alaptalan** és akár az egészségednek is árthatnak.

Szóval, ahelyett, hogy a méreteredre koncentrálnál, inkább arra fordítsd a figyelmed, hogy elfogadd a tested, kommunikálj nyíltan, akár kísérletezz, ha a partnerreddel mindketten benne vagytok. Ami a legfontosabb az intim kapcsolatokban, az nem a test, hanem az **érzelmi kötődés és a kölcsönös örömszerzés**. Ez az öröm pedig a lélekből indul, függetlenül a méretektől!

VÁLTOZÓ TESTEM

