

Rasplamsajte stare strasti

Posle nekoliko godina braka ili veze čest je slučaj da partnerima seks postaje dosadan, sve ređe imaju odnos, a i kada ga imaju poprilično je jednoličan. Kako seks učiniti uvek zanimljivim sa istim partnerom? Osim što konkretan problem možete da rešite uz stručne savete seksologa, mnogo toga možete da uradite i sami - u ali i van kreveta.

N. Živanović

- Takvih primera ima svakodnevno. Najčešće dolaze muškarci sa željom da im se pojačaju seksualne mogućnosti, i to pogotovo kada posumnjaju da partnerka razmišlja o seksu sa drugim muškarcem.

➤ Kako da vam u krevetu uvek bude uzbudljivo bez obzira na to koliko ste dugo zajedno

Nisu retke ni žene koje dolaze po pomoć za svoje muževe. Savremena medicina nudi rešenja, ali uvek skrećem pažnju i na značaj drugih faktora, koji se tiču samih partnera, jer tek tada se postiže puna satisfakcija oba partnera - kaže dr Gordan Popović, specijalista urologije i seksolog.

Zašto seks postaje dosadan?

Prema rečima našeg sagovornika, postoji više razloga koji dovode do dosade u seksualnom životu, a mogu da se podele na individualne i zajed-

ničke.

- Muškarac ili žena pojedinačno mogu da žele manje seksa nego ranije ili čak i više (što je češće kod žena nego kod muškaraca), a da te promene budu strogo individualne i da ne zavise od partnera - kaže dr Popović.

Međutim, kako dodaje, i sam odnos između dvoje ljudi vremenom evoluirao. Te promene želje za seksom sa konkretnim partnerom. Ukoliko se ovakva situacija poklopi sa individualno povećanom potrebom za seksom, raspad veze je sko-

ro neizbežan.

- Ukoliko su individualne evolucije seksualnih potreba kod partnera išle suprotnim smerovima, treba to prepoznati, a zatim razgovarati o tome i tražiti najbolje rešenje. Pri tom, treba imati na umu da seks zaista nije jedina i najvažnija stvar u životu. Postoji često neopravdan strah od retkog seksa kao da je to samo po sebi nešto loše ili da je znak da je veza loša. Ništa od toga ne mora da bude tačno. Veza ili brak mogu da budu savršeni i sa malo seksa - kaže dr Popović.

Saveti za nju i njega

piše: **dr Gordan Popović**
specijalista urologije i seksolog



ON

On može da se potruži da sagleda kako izgleda prosečan dan njegove partnerke i da proba da joj olakša neke probleme koje ima. Nekada i simbolična pomoć u nekim stvarima može da ima sjajan efekat na žensko biće. Dovoljno nežnosti i intimnosti i van seksualne igre stimuliše ženu da poželi i nešto konkretnije. Osećaj da je partner razume i da je uz nju i u svakodnevnom životu vrlo je značajan. Žena se uglavnom zadobija VAN KREVETA. Dakle, ako muškarac nije pokazao svoju muškost van kreveta, nikakva seksualna vrtolomija mu neće pomoći (ako uopšte i dobije priliku za to).

Koraci do brzog rešenja

Ako oba ili jedan partner smatraju da u takvoj situaciji nešto ne valja, onda mogu da se dogovore da nešto preduzmu po tom pitanju. Potom sledi iskren raz-

ONA

Ona treba da se potruži da što pre dospe do terena gde se muškarac najefikasnije pridobija, a to je U KREVETU. Umetnost je u tome da muškarac sam poželi da dođe do seksa, a da nijednog trenutka ne oseti da to mora da uradi da bi ispunio očekivanja žene. Ona treba da bude inventivna u krevetu i da se potruži da ispuni želje muškarca, pa i one skrivenne. Kod većine muškaraca osećaj sopstvene muškosti veoma zavisi od mišljenja žene, pa one treba u skladu s tim i da se ponašaju. Podrazumeva se da nijedna pametna ženska osoba neće poželeti da pored sebe ima muškarca koji ni sam ne veruje u sopstvenu muškost.

govor sa iznošenjem sopstvenog viđenja stvari i onoga što muči svakog partnera pojedinačno. Zatim se traži opcija koju bi mogli da prihvate oba partnera - najvažnije je ne biti isključiv i uvek razmišljati o kompromisu.