Автор: Broadfire
24.02.2007 00:20 -

Есть две причины, почему женщина не может достигнуть оргазма. Первая и самая известная - короткая прелюдия. Особое разочарование партнерша испытывает, когда до полной разрядки ей не хватило всего лишь нескольких секунд.
Бывает и по-другому. Многие женщины, только приближаясь к оргазму, уже испытывают приятные ощущения. Но вдруг, по непонятной причине, желание исчезает. Тогда им приходится "играть" в чувственность. В этом и заключается вторая и, возможно, основная причина, из-за которой партнерша остается ни с чем - хоть она и возбуждена, и ласки ей нравятся, но желание испаряется (недостаточно расслабилась или подумала о недописанной диссертации). В результате: муж неуклонно приближается к наивысшей точке наслаждения, а жена просто ждет, когда же это, наконец, кончится. И чтобы все было "как в кино", она симулирует оргазм. Такие случаи оставляют в душе неприятный осадок, вызывают зависть, а иногда и злость на мужчину.

Капканы ложного оргазма

Имитация оргазма довольно распространена. Причем это не всегда обман. Часто возбуждение мужчины захватывает женщину, от этого она тоже возбуждается, стонет, испытывает наслаждение, но не достаточное, чтобы дойти до пика. Если хорошо обоим и оба довольны - причин для тревоги нет. Но если партнер уверен, что оргазм вы испытали одновременно, а вы эту иллюзию поддерживаете, тогда уже речь идет о никому не нужном притворстве. Муж считает, что его жена счастлива, в то время как ее разочарование нарастает. Чем дальше, тем труднее женщине признаться в постоянном обмане. Получается замкнутый круг. Может, все оставить, как есть? Так поступают многие: или из-за боязни (как бы в поисках чувственной женщины муж не ушел на сторону), или от неловкости (ведь он уверен, что все о'кей), а порой просто от нежелания что-то менять (зачем, если так проще и быстрее). Но практически все женщины надеются, что однажды оргазм станет натуральным и им больше не придется притворяться. Однако, само собой ничего не изменится, а такая затяжная неискренность в интимной близости отрицательно сказывается на взаимоотношениях в семье, которые могут зайти в тупик.

Долой притворство!

Если вы устали лгать, хотите искренности и удовольствия, тогда эти советы для вас.
Шаг первый. Избавьтесь от привычки разыгрывать оргазм.
Это нужно сделать мягко, чтобы не обидеть мужа. Например, до начала сексуальных игр скажите любимому: "Я не уверена, что сегодня получу удовлетворение. Но я тебя хочу…" Следуйте этому совету неоднократно, и вскоре вы сможете открыто говорить своему супругу, на какой стадии находится ваше желание, и когда оно угасает. Обычно мужья реагируют на такие беседы нормально, ведь они и сами чувствуют, что интимные отношения стали прохладными.
Шаг второй. Научитесь говорить о сексе. Снимите "табу" с разговоров на интимную тему. Главное - не упрекайте, не обвиняйте. Обсуждая свои сексуальные ощущения, вы начнете лучше чувствовать друг друга.
Шаг третий. Вы - королева! Теперь пора договориться, что в интимной жизни "править бал" будете вы - вы решаете, где, когда и как.

Что нужно женщине

· Чем больше женщина возбуждена к моменту полового акта, тем легче она достигнет

оргазма. Обычно мужчина стремится ввести пенис во влагалище уже при первых признаках возбуждения (например, при увлажнении вагины). Но, начав производить ритмичные движения, он уже почти не способен себя контролировать. Поэтому момент соития вы должны определить сами. Не поддавайтесь первому импульсу своего желания. Чем интенсивнее нарастает ваше наслаждение от прикосновения рук или губ, тем увереннее вы потом придете к оргазму.

· Во время ласк сосредоточьтесь на своих ощущениях, и если вдруг вас отвлечет мысль: "Наверное, все это ему кажется слишком долгим…", - расслабьтесь, и снова ощутите в своем теле желание.

· Для того, чтобы ваше желание усиливалось, в начале акта мужчина не должен делать глубокие и сильные толчки - иначе он быстро придет к пику разрядки. Так ему будет легче контролировать себя и он сможет продолжать ласкать ваш клитор.

· Если желание во время любовных игр угасает, не делайте вид, что ничего не произошло. Нежно скажите партнеру, что ваш пыл немного поостыл. Прервите любовную игру, поласкайте друг друга, затем поменяйте позу и начните снова. Такие перерывы не оскорбительны для мужчины. Они лишь добавят в ваши отношения страсти.

Насколько важен оргазм

Практически не существует женщины, которая бы достигала оргазма всегда и при любых обстоятельствах. Периодическое его отсутствие - не патология, поэтому не нужно драматизировать. А вот когда партнерша очень редко или никогда не достигает пика разрядки - это сигнал тревожный. Со временем женщина обязательно почувствует, что лишена чего-то очень значимого. И как следствие: в сексе - разочарование, во взаимоотношениях с мужем - проблемы, которые, в конце концов, приводят к угасанию семейной сексуальной жизни. Кроме того, отсутствие эротической разрядки приводит к перенапряжению в области таза и поясницы. Безусловно, остается возможность самоудовлетворения. Это, конечно, снимает напряжение, но не дает ощущения глубокого удовлетворения и совершенно особенной близости, которая возникает между супругами. Если партнерша достигает оргазма, мужчина испытывает целую гамму переживаний. Ведь в такие моменты его любимая прекрасна, раскована и женственна как никогда.

Оргазмы бывают разными

· Среди женщин, испытывающих оргазм в принципе, клиторальный наблюдается у 60%, а влагалищный - у 40%. Мнение, что лишь второй вид оргазма "настоящий", ошибочно. С точки зрения физиологии, все виды оргазма равнозначны.

· Если женщина получает достаточное удовлетворение от секса с любимым мужчиной и без оргазма, то это, по мнению специалистов, тоже норма.

· Некоторые женщины могут испытать оргазм только от орального секса или при стимуляции клитора. Если супругов это устраивает - все в порядке. Если нет - подберите позу, при которой фрикции будут возбуждать клитор; также можно дополнительно ласкать его рукой во время полового акта. Но бывает, что клитор малочувствительный, тогда такие ласки не приносят удовольствия.

· Если женщина не получает разрядки от "влагалищного" секса, партнеры могут удовлетворить друг друга поочередно. В этом не т ничего страшного. Даже наоборот! Если вы испытаете оргазм по очереди, то не пропустите самого интересного, и это удвоит ваше наслаждение по принципу: "свое + чужое".

Автор: Broadfire
24.02.2007 00:20 -

Все о браке