

Benessere●sessualità

Intimi piaceri

A ciascuno il suo tabù

Molti sono superati, altri resistono. L'importante, per riuscire ad avere una buona relazione, è trovare un accordo con il partner

di Shantiran Zadnich

Io, quello, non lo farò mai! E per "quello" ognuno intenda ciò che vuole. "Nonostante viviamo in un'epoca di permissivismo sessuale, una vera e propria emancipazione dai tabù di sempre non c'è mai stata" dice a più Sani più Belli Elisabetta Fernandez, sociologa, sessuologa e autrice di *Comunic@mando*, (ed. FrancoAngeli). "Le coppie anche oggi raramente parlano di sesso e si comunicano i loro desideri più intimi. E così quando uno dei due inizia a fare richieste diverse dal solito in camera da letto, l'altro è spiazzato e si scandalizza invece di accettare un confronto. È per questo, poi, che accade che i partner non appagati dalla relazione legittima vanno a cercare fuo-

ri dalla coppia quel che desiderano". Secondo un sondaggio svolto dal gruppo europeo "Aufeminin" su oltre 13 mila persone, il 95% confessa di avere fantasie erotiche non appagate. Ma che cosa frena la ricerca del piacere? "I limiti che, per morale, cultura, educazione ci poniamo da soli o ci vengono imposti dalla società", interviene Francesca Romana Tiberi, psicologa e sessuologa a Roma e a Parigi. "Insomma, i tabù. Da non confondere con i gusti sessuali: una volta provata (e riprovata) una pratica sessuale senza goderne, meglio lasciar perdere, significa semplicemente che non fa per noi, non certo che siamo inibite e piene di tabù".



Lasciarsi andare

I suggerimenti di Elisabetta Fernandez per una vita sessuale serena e risolta.

- 1 Non nascondere i propri desideri e le proprie fantasie al compagno.
- 2 Portare la confidenza reciproca a letto: molte coppie si raccontano tutto ma senza vera intimità.
- 3 Imparare a chiedere all'altro ciò che si desidera, e saper ricambiare.
- 4 Non fingere e chiarire subito se c'è un problema legato alla relazione sessuale.

SUPERATI

LUCE

In passato l'amore si faceva al buio e in silenzio. Luce accesa in camera da letto o sesso in pieno giorno erano considerate addirittura piccole depravazioni. A voler spegnere la luce era soprattutto lei, per vergogna. L'intesa sessuale, però, non ne guadagnava: per gli uomini guardare è molto eccitante.

PRIMO PASSO

Mai e poi mai una ragazza avrebbe preso per prima

l'iniziativa in amore e anche il desiderio sessuale femminile non si poteva esprimere, pena una cattiva reputazione.

L'ORGASMO FEMMINILE

Una volta non se ne parlava proprio. A rivendicare il diritto a una sessualità libera e soddisfacente, anche grazie all'introduzione della pillola anticoncezionale, sono stati i movimenti femministi degli anni '70.

VERGINITÀ

Oggi, sono davvero pochi quelli che aspettano la

fatidica prima notte di nozze e per gli uomini non è più così importante essere la "prima volta" della proprio compagna. Anzi, l'esperienza aiuta a migliorare l'intesa e l'appagamento. Sempre che non subentri la gelosia.

POSIZIONI

Lui sopra, lei sotto, definita "del missionario". Qualcuno se la ricorda ancora ma è stata soppiantata da personali kamasutra e le camere da letto sono sempre più spesso ottime "palestre".



Benessere ● sessualità

PER ALCUNI, NON PER TUTTI

CONTRO NATURA / 1

La stimolazione anale, manuale o orale che sia, resta per alcuni uomini un tabù. Temono di trarne piacere e quindi di sentirsi potenzialmente omosessuali. Carezze sì ma non oltre. Però, la zona perineale (punto L) è ricca di terminazioni nervose che potrebbero rendere il rapporto molto più intenso...

CONTRO NATURA / 2

Se lui non vuole anche lei non scherza. Il rapporto anale rimane per molte off limits. Paura del dolore, l'idea di non sentirsi rispettate, timori di tipo igienico bloccano questo slancio. In effetti, bisognerebbe prestare attenzione all'igiene poiché i

batteri presenti nello sfintere sono diversi da quelli vaginali e, incontrandosi, possono produrre infezioni varie. Inoltre, la muscolatura anale potrebbe risentirne. Ma in uno stato di grande eccitazione anche questo tabù è destinato a cadere.

CUNNILINGUS

Se lui se ne dimentica sempre o lo pratica come se assaggiasse un cibo strano, più che un tabù, ha un problema con le donne. Cerchiamo di capire di che si tratta e accompagnamolo nell'impresa indossando mutandine di tessuti impalpabili. Per lei, invece, il sesso orale diventa tabù quando subentra la paura di

non essere perfette "li", cioè fresche di doccia. Oppure, è talmente spaventosa l'idea di sentirsi così esposte, di emettere fluidi di piacere, che il cunnilingus viene negato.

FELLATIO

A lui piace da matti, ad alcune donne meno. Ma della fellatio, anche se è ormai pratica comune, resta il dubbio sull'evolvere della faccenda: andare fino in fondo?

PAROLE

Sentirsi dire "ti amo" piace a tutti. Ma ad alcuni piace anche lasciarsi andare a un linguaggio spinto. Ricordate che lui, in quei momenti, non pensa sul serio a quello che dice, le parolacce servono anche per eccitarsi.



PIÙ SANE E PIÙ BELLE
RACCONTANO...

ANDARE IN FONDO

Una richiesta vera e propria non me l'ha mai fatta ma è chiaro che ha sempre capito che io, più in là di così non sarei andata. Così, quando facevamo sesso orale, o smettevo io oppure era lui a tirarsi indietro e a concludere il rapporto sessuale in un altro modo. Però sentivo che c'era qualcosa che non andava. E poi non mi sembrava giusto, visto che io riuscivo a ottenere un orgasmo praticamente soltanto con il cunnilingus mentre la mia "prestazione" si fermava ai preliminari. Alla fine però ho deciso di lasciarmi andare e di andare per una volta fino in fondo. Lui è stato bravissimo, mi ha accompagnata, con dolcezza e io ho seguito il suo ritmo. Non avevo mai pensato che fosse talmente piacevole, per un uomo. E ne vale la pena, sentirlo appagato è bello!

Paola - '70



Racconta la tua esperienza sul nostro sito:
www.piusanipiubelli.it

INSUPERABILI

SOLITARI

Di masturbazione non si parla, la coppia stabile nega di concedersi anche "distrazioni private". E a letto, tende a tralasciare questo che, in fondo, è un buon preliminare. Tra i tabù, è forse quello più resistente forse proprio a causa del silenzio che lo circonda.

DIMENSIONI

Per lui, la misura del pene è fonte di ansia e se non raggiunge proporzioni paragonabili a quelle di Rocco Siffredi, può diventare un problema.

MAI IN QUEI GIORNI

In parte perché alcune donne non stanno proprio bene durante le mestruazioni, in parte per ragioni igieniche, sta di fatto che ciclo e sesso non sembrano andare d'accordo. E pare più

un tabù femminile che maschile.

NOTTI BIANCHE

Silenzio anche sul calo del desiderio. Il tempo passa, non si ricorda nemmeno più dell'ultima volta che si è fatto l'amore, ma non si indaga, non si cerca una soluzione.

Si millanta una vita sessuale vivace e appagante perché oggi, chi non fa sesso, è visto con sospetto.

ETÀ E DISABILI

Accettare l'amore tra persone anziane o diversamente abili. Il sesso è riservato ai belli, ai giovani e ai sani. Un tabù davvero da superare.

