

Sex: "Kreativität bietet oft eine Entwicklungschance"

24. September 2018, 11:48 Uhr · 653× gelesen ·  0

Sexualtherapeutin Bettina Brückelmayer im Gespräch mit den Bezirksblättern. · Foto: Brückelmayer · hochgeladen von Karin Zeiler

 Autor: Karin Zeiler aus Tulln

NÖ. Sexualtherapeutin Bettina Brückelmayer im Gespräch mit den Bezirksblättern: So wichtig ist Sex, das Reden und die Abwechslung.

Wie wichtig ist Sex für eine Beziehung?

Eine gute Sexualität ist Teil einer guten Beziehung. Dabei geht es jedoch nicht um die Quantität, wie so oft diskutiert wird. Vielmehr ist wichtig, dass beide Partner Ihre Wünsche und Bedürfnisse kommunizieren, damit eine befriedigende Sexualität von beiden Seiten gelebt werden kann. Die sozio-sexuelle Entwicklung sollte immer betrachtet werden, jeder Partner steht sozusagen aufgrund seiner Erfahrungen mit Sexualität in der Familie und früheren Beziehungen, „woanders“. Gerade das ist eine Herausforderung, weil man mit dem Partner „wachsen“ bzw sich sexuell weiterentwickeln kann und somit neue sexuelle lustvolle Erfahrung machen kann. Wird nicht über Sexualität gesprochen, so entsteht oft Frust bei einem Partner, der zu weiterführenden Problemen in der Partnerschaft führen kann. Falsch wäre es, Druck auszuüben oder Sexualität einzufordern. Die Gründe für ein unbefriedigendes Sexualeben und sexuelle Störungen (sexuelle Unlust, Erektions- und Orgasmusprobleme usw.) liegen sehr oft im stressigen Alltag oder sind Ausdruck von Konflikten in der Beziehung. Sollte das Paar nicht in der Lage sein, seine Sexualität befriedigend zu leben, wäre es sinnvoll einen Sexualtherapeuten aufzusuchen um die oben beschriebenen Probleme zu behandeln.

Wie wichtig ist es, dabei laut zu sein?

„Schmunzel“ Wir haben heutzutage fast alle Freiheiten in der Sexualität! Wenn es gut tut und der Nachbar sich nicht beschwert, warum nicht?

Sex in der freien Natur oder zumindest nicht im gewohnten Bereich – was sind die Vorteile für die Beziehung?

Sexualität kreativ in Form eines nicht herkömmlichen Ortes zu gestalten kann sehr belebend und lustvoll sein! Vorallem bei Paaren, bei welchen der Sex nach vielen Jahren der Partnerschaft vielleicht etwas eintönig geworden ist! Da sich Paare oft unausgesprochen auf eine komfortable „Schnittmenge“ sexueller Bedürfnisse einigen, sehe ich in der Kreativität eine besondere sexuelle Entwicklungschance! Werden Paare gemeinsam zu „sexuellen Grenzverletzern“, können sie gemeinsam Neuland betreten!

Weitere Fragen? [Hier](#) geht's zur Homepage von Bettina Brückelmayer.

Alle Artikel zur großen Liebesserie der Bezirksblätter NÖ finden Sie [hier](#).



Autor: Karin Zeiler aus Tulln