



6 consells sobre sexe que la gent donaria al seu jo adolescent

[inicentrareport]El sexe millora amb els anys. **Diversos estudis han comprovat que l'experiència i l'autoconeixement del cos ens ajuden a tenir relacions sexuals cada cop més satisfactòries.** És per això que resulta molt interessant llegir i escoltar els consells que dones i homes de més de 30 anys es donarien a ells mateixos si poguessin parlar amb el seu jo adolescent. Hi ha diverses webs com Cosmopolitan, Bustle o Psychology Today que han fet reculls d'aquest tipus. Us portem alguns dels consells que més ens han agradat.

```
[playbuzz](function(d,s,id){var js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById(id))return;js=d.createElement(s);js.id=id;js.src='https://embed.playbuzz.com/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);}(document,'script','playbuzz-sdk'));
```

[/playbuzz]

Versió sense playbuzz

"Para de preguntar-te què vol l'altra persona i pregunta't més què vols tu".

"Les pel·lícules por** no són una guia a seguir. El sexe real és diferent, així que viu-lo a la teva manera".

"El lubricant és per tothom i pot millorar molt les teves relacions sexuals. Així que no tinguis vergonya de fer-lo servir".

"Coneix-te bé a tu mateix/a i al teu propi cos abans de tenir relacions amb algú. Si ho fas, gaudiràs més".

"Demana el que vols sense por. La persona amb qui estàs no et llegirà la ment, per tant si vols que et faci una cosa en concret, el millor que pots fer és dir-li".

"No pensis en com ets veus o si ho fas bé... Simplement deixa't portar i gaudeix, ja veuràs com així arribaràs més fàcilment a l'orgasme".

[fcentrareport]