



Com tornar a tenir sexe després d'una relació llarga

[inicentrareport] **Sortir d'una relació llarga i tornar a tenir sexe amb altres persones no és gens fàcil.** Pots sentir-te estrany/a i, fins i tot, tenir la sensació que li estàs posant les banyes a la teva exparella.

És per això que, segons expliquen des de Platanomelón, **cal que et prenguis tot el temps que necessitis abans de tornar a tenir sexe.** No et pressionis per fer-ho, i espera a tenir realment ganes.

Tampoc és sa que amaguis les teves **inseguretats**. Aquestes s'han de treballar, si no sempre quedaran dins teu. Per tant, si hi ha alguna cosa que et preocupa, és millor que ho expressis.

Un cop decideixis fer el pas, intenta tenir **la ment oberta**. Les coses no seran com amb la teva exparella, per tant, limitat a explorar noves sensacions i a aprendre.

Recorda que **la comunicació és molt important per crear un ambient sa**. Comparteix els teus gustos i escolta els de l'altra persona.

I, sobretot, tingues responsabilitat afectiva. **Comunica les teves intencions** en tot moment i no deixis que l'altra persona es creï falses il·lusions.

[View this post on Instagram](#)



A post shared by Platanomelón (@platanomelon)

[ficentrareport]