planet.fo

Lagt til rættis: Barbara Holm barbara@sosialurin.fo

Tørv á meira sex

Spurningur frá lesandi:
Hvussu fái eg meira sex frá damuni?

Lesari skrivar:

Hey

Super at tit hava fingið tykkum sexolog. Havi sakna hana síðan hon var í einum øðrum blað men nú er hon her. Mín spurningur er:

Eg meti, at eg fái alt ov lítið sex frá damuni. Tá tað er av tí allar besta, er tað 2 ferð um vikuna. Eg havi tørv á minst annað hvønn dag. So gangi eg, og fantaseri um nógvar aðrar eg kundi hugsa mær bara at gjørt eingangs við, tí eg eri simpulten so græður allatíð. Eri eg ónormal?

Sexologurin svarar:

Hey Tú

Nei, tú ert ikki ónormalur. Menn, ið ikki fáa tað sex teir hava brúk fyri, missa ofta sambandið við seg sjálvan og sínar egnu kenslur. Tú hevur ein sterkan tørv á javnan at fáa sex - annað hvønn dag - í mun til onkran annan, ið kanska ikki tørvar sex meira, enn eina ferð um vikuna. Tað er einki undarligt í hesum. Summum tørvar bara meira sex enn onnur gera tað. Men tí tú hevur ein sterkan seksuellan tørv, kann tað "sexi" tú ikki fær, skjótt koma at fylla alt ov nógv í tímum høvdi og tú byrjar at "fiksera" uppá tað - tað ávirkar teg á ein negativan hátt í gerandisdegnum soleiðis at tú ikki slappar av og fært virka sum tú plagar.

Eg hald tú skalt tosa við damuna hjá tær um tína frustrasjón. Tú skalt nokk ikki siga, at tú hevur hug at fara saman við øðrum, men fortel hvussu tú hevur tað og hvussu tað ávirkar teg at tit ikki hava meira sex. Heldur tú tað ikki vera nakað fyri teg at tosa, so kundi tú hugsa um, hvat tú sjálvur kundi gjørt fyri at fingið meira sex inn í parlagið. Gentur eru soleiðis, at tær mugu kenna seg væl við sínum egna kroppi og halda seg vera lekrar skulu tær fáa hug til sex. Fortelur tú henni hvussu rotin hon er tí hon ikki gevur tær sex, fært tú garantera heldur einki sex frá henni. Flirta við damuni hjá tær, og fortel henni hvussu deilig hon er og hvussu stóran hug tú hevur á henni. Far í bað saman, tá eru tit bæði nakin og sex er upplagt. Mussist nógv. Í spýttinum eru evnir, ið gera, at vit betur varðveita "neistan". Og liggi tætt saman á einari sofu, í seingini ella á gólvinum og klemmist og práti, heldur enn at sita í hvør sínum stóli. Tá hava tit longu kropskontakt og tí er lættari hjá tykkum at gerast enn meira intim. Verið kreativ. Sex nýtist ikki altíð at taka fleiri tímar. Tað kann náast uppá fimm minuttir.

Góða eydnu

Birita

Hví blíva fólk til einglar, tá tey doyggja

Minningarhaldið fyri Michael Jackson hevur endaliga verið. Tað var ein vakur fagnaður og kortini hevði eg at enda vaml og sat við einari heldur undarligari kenslu í búkinum

Birita L. Jóansdóttir
Sexolog og parráðgevi

Maðurin, ið tey síðstu tíggju árini hevur fingið klistra navnið "Monstrið" á seg, er kanska í veruleikanum ein eingil. Hann var "kærleikin" sjálvur, besti "gøtusópari" á gøtuni og fór til Gud tí Gud hevði meira brúk fyri honum enn vit.

Er tað ikki undrunarvert, hvussu vit brádliga kunnu hálsa um og halda tað besta um tann, ið vit fyri løtu síðan hildu tað versta um? Er tað ikki merkisvert, at vit kunnu hava so nógv gott at bera tí deyða, ið vit áður ikki virdu meira enn okkara egna afturpart? Eg meini so við, um vit veruliga halda, at viðkomandi var eitt sovorðið beist, sømir tað seg tá ikki betur, at prestur sigur sum er - hann var eitt bartrog.

Tí tað er bara tað, at tann ið er deyður, fær ikki brúkt okkara kerligu og rósandi orð til serliga nógv og hann minnist tey heldur ikki. Tann deyði minnist betur, at vit flentu eftir honum vildi hann takast í álvara, at vit hugdu undarliga at honum segði hann hvussu hann hevði tað, at vit hildu hann vera eina ónyttu, megnaði hann ikki altíð at arbeiða og at vit læstu hurðina fyri honum stóð hann fullur ella skeivur uttanfyri. Tann deyði minnist betur, at vit kroystu mat niður í hann, tí hann ikki kláraði at eta, at vit gjørdu gjøldur burtur úr honum, tí hann var av "hinum slagnum", at vit hildu hann vera langt úti, tí hann ikki vildi kennast við síni foreldur, at vit uppfataðu hann sum svakan, tí hann sá spøkilsir og hevði byrsu á loftinum og at vit mettu hann ikki vera verdan at liva saman við, tí hann hevði verið ótrúgvur, var fráskildur og hevði skiftandi partnarar. Og tann deyði minnist betur, at vit søgdu hann vera gudleysan, tí hann fann bert Fanan og at vit síðan avnoktaðu hann, tí onkur segði, at hann var eitt misnýtt barn, ið hevði misnýtt onnur børn og at Fanin nú hevði tikið hann.

Tað er ofta ómenniskjaligt at vera menniskja. Tíverri er eitt tað mest menniskjaliga við okkum menniskjum, at vit eru ómenniskjalig móti hvør øðrum. Og vit eru tað allar ringast gjøgnum okkara kyn. Í neyðini misnýta vit okkara seksualitet. Vit kroysta hann niður um høvdi á hvør øðrum og neyðtaka hvønn annan og okkara børn. Kanska tí vit eru forkroystar sálir, ið halda okkum finna svarið við at brúka hvønn annan sum forleingjara av egnari ólukku.

Var Michael Jackson ein "forkroyst" sál ella var hann ein "eingil"? Var hann eitt "Monstur" ella sópaði hann gøtur fyri Gud? Misnýtti hann børn? Svav hann við apum? Var hann av plastikk? Og bleiv hann hvítur ella gjørdi hann seg hvítan?

Tað er undarligt, sum deyðin kann gera fólk vøkur. Og tað er undarligt sum fólk kunnu gera lívið ljótt. Og um tað er so, at okkara seksualitetur uppá nógvar mátar er høvuðsmotorurin í lívið okkara gevur hann okkum eisini harðasta stoytin, renna vit á við honum. Valdu vit tí at elska hvønn annan áðrenn vit doyggja, vóru tað kanska fleiri av okkum, ið blivu til einglar, meðan vit enn vóru á lívið.