



SEXUALITAT | Redacció | Actualitzat el 21/09/2023 a les 10:00

Així és com un mirall pot millorar les teves relacions sexuals

[inicentrareport] Per evitar que la rutina s'apoderi del sexe, es recomana **experimentar i provar nous jocs sexuals com, per exemple, incorporar un mirall.**

El mirall et permet **veure sempre la teva parella**, fins i tot en postures en què normalment és impossible com la del gosset. Així doncs, **el sexe es torna el doble d'excitant** i, a més, la comunicació millora, ja que pots llegir el llenguatge corporal de la teva parella.

Cal tenir present que la vista és el principal sentit de l'ésser humà i que la connexió visual és molt enriquidora. Gràcies al mirall, doncs, pots tenir un **contacte més íntim amb la teva parella i explorar noves postures i moviments**, la qual cosa afavoreix l'autoconeixement.

No et preocupis si al principi sents una mica de vergonya, és normal. Mai t'has vist des d'aquesta perspectiva i pots sentir-te intimidat/da. Deixa't anar i gaudeix.

[ficentrareport]