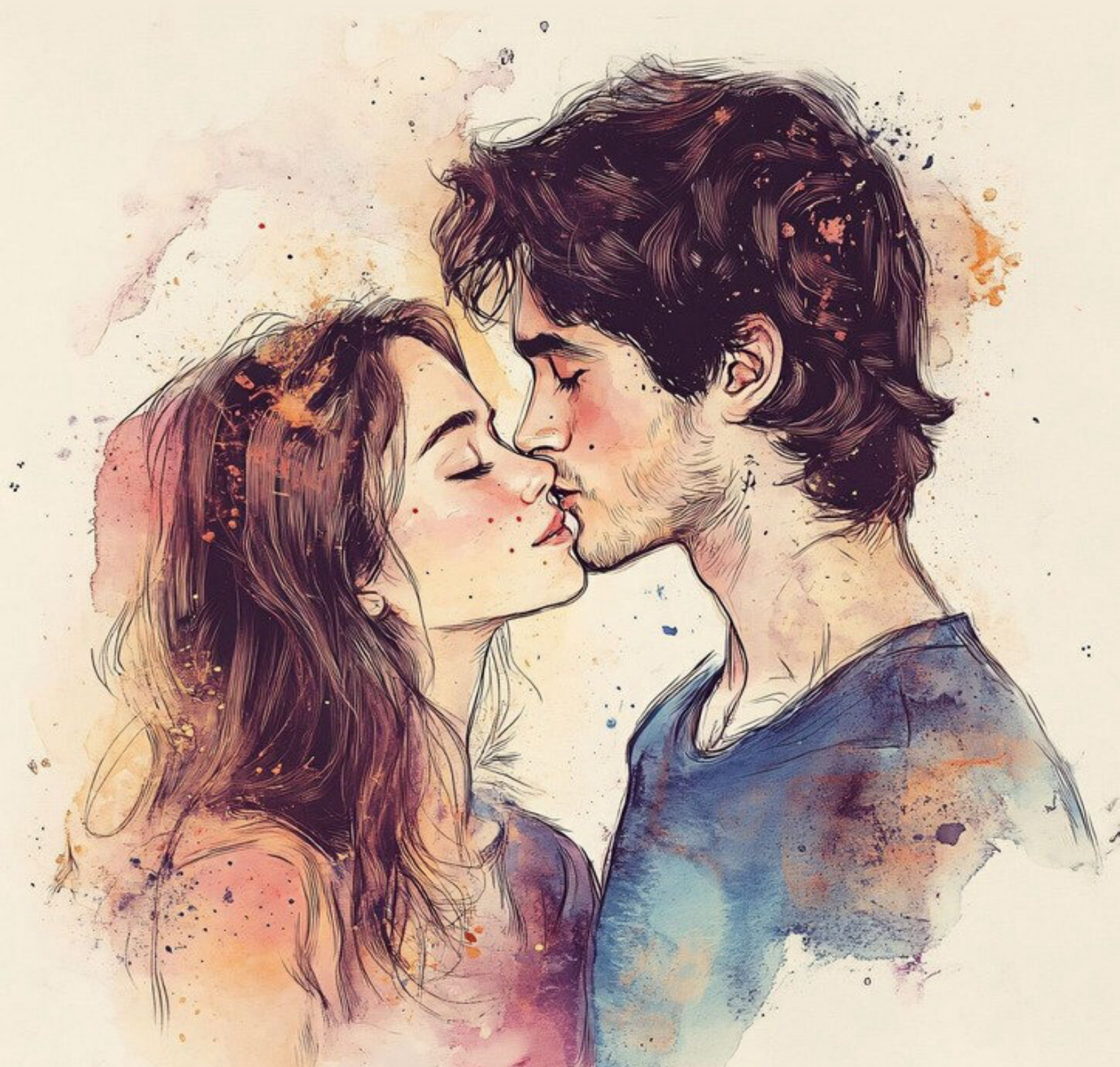


18+

Виктория Арден

100 секс-мифов и заблуждений

Развенчиваем популярные стереотипы



Виктория Арден

**100 секс-мифов
и заблуждений. Развенчиваем
популярные стереотипы**

«Издательские решения»

Арден В.

100 секс-мифов и заблуждений. Развенчиваем популярные стереотипы / В. Арден — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-689215-6

Книга развенчивает самые распространённые мифы и стереотипы о сексуальности, опираясь на данные современной медицины, психологии и сексологии. Издание адресовано всем, кто хочет разбираться в вопросах сексуальности без предвзятости и мифов — независимо от возраста и опыта.

ISBN 978-5-00-689215-6

© Арден В.
© Издательские решения

Содержание

100 секс-мифов и заблуждений	6
Конец ознакомительного фрагмента.	9

100 секс-мифов и заблуждений Развенчиваем популярные стереотипы

Виктория Арден

© Виктория Арден, 2025

ISBN 978-5-0068-9215-6

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

100 секс-мифов и заблуждений

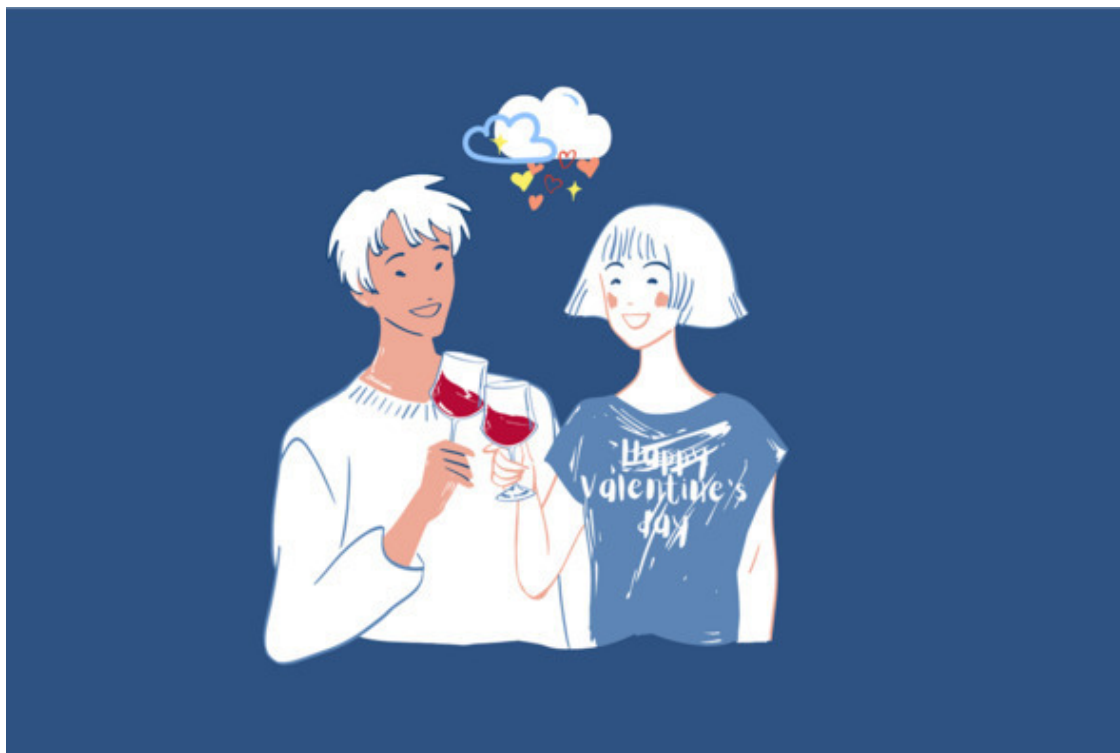
Эта книга предлагает глубокое погружение в мир сексуальности, разбирая и развенчивая наиболее распространённые мифы и заблуждения о сексе. От простых неверных представлений до сложных стереотипов, авторы собрали 100 популярных мифов, которые могут мешать людям наслаждаться полноценной сексуальной жизнью.



Книга исследует темы, связанные с физиологией, психологией и культурными аспектами сексуальности, предлагая научно обоснованные ответы и развеивая страхи и предвзятости. Читатели смогут найти полезные советы, основанные на исследованиях и опыте специалистов, а также разнообразные примеры реальных ситуаций, с которыми сталкиваются люди.

Этот труд станет полезным ресурсом для всех, кто хочет лучше понять свою сексуальность и развеять мифы, которые могут влиять на отношения и интимные переживания. Откройте для себя правду о сексе и научитесь избавляться от лишних страхов и заблуждений!

Книга, которая развенчивает распространенные мифы о сексе, таких как «размер имеет значение», «женщины не любят секс», и другие...



Вот 100 распространённых сексуальных мифов и заблуждений, основанных на исследованиях, медицинских данных и психологических наблюдениях:

- **Миф:** Мужчина должен всегда хотеть секса.
- **Правда:** Либи́до зависит от множества факторов – усталости, стресса, гормонов, эмоционального состояния.
- **Миф:** Размер полового члена определяет удовлетворённость партнёрши.
- **Правда:** Для большинства женщин важнее ловкость, внимание, эмоциональная близость и стимуляция клитора.
- **Миф:** Женщина должна оргазмировать во время вагинального секса.
- **Правда:** Только около 20—30% женщин способны достигать оргазма без дополнительной стимуляции клитора.
- **Миф:** Преждевременная эякуляция – признак слабости.
- **Правда:** Это распространённое расстройство, часто связанное с тревожностью или гиперчувствительностью, а не с «характером».
- **Миф:** Если женщина не смазывается, значит, она не возбуждена.
- **Правда:** Смазка зависит от гормонов, возраста, приёма лекарств – не всегда коррелирует с желанием.
- **Миф:** Секс должен длиться минимум 30 минут.
- **Правда:** Средняя продолжительность полового акта – 5—7 минут. Качество важнее длительности.
- **Миф:** Мастурбация вредна для здоровья.
- **Правда:** Это безопасный способ изучить своё тело, снять напряжение и улучшить сон.
- **Миф:** Мужчины не могут делать перерывы между сексами.

- **Правда:** Рефрактерный период у каждого свой – от минут до часов. С возрастом он удлиняется.
- **Миф:** Женщины не испытывают сильного сексуального влечения.
- **Правда:** Желание у женщин может быть таким же сильным, но часто выражается иначе – через эмоциональную близость.
- **Миф:** Оргазм у женщины всегда сопровождается криками и конвульсиями.
- **Правда:** Оргазм может быть тихим, внутренним, незаметным для партнёра – это нормально.
- **Миф:** Секс без оргазма – неудачный.
- **Правда:** Близость – это не только кульминация, но и прикосновения, доверие, присутствие.
- **Миф:** После 50 лет секс теряет смысл.
- **Правда:** Многие пары находят новую глубину интимности в зрелом возрасте, основанную на доверии, а не на производительности.
- **Миф:** Эрекция должна быть «как у стали».
- **Правда:** Эрекция может быть разной твёрдости в зависимости от возбуждения, усталости, настроения.
- **Миф:** Если мужчина не может эректировать по команде – он «не мужчина».

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.