

# Tag ansvaret for din egen *lyst*

Er det din partners ansvar at vække din lyst – og tilfredsstille den? Skal han levere din orgasme, mens du bare læner dig tilbage og nyder? Nej, mener Tidens Kvinders sexolog. Du skal nemlig selv lære at tage ansvaret. Gevinsten er et meget bedre sexliv

Sexolog Vivi Hollænder kender om nogen til de udfordringer, der er i danskernes parforhold og sexliv. Som brevkasseredaktør og privatpraktiserende rådgiver møder hun mange kvinder, der har svært ved at tage ansvaret for deres egen lyst:

– Mange kvinder forventer, at deres partner både skal vække deres lyst og tilfredsstille den – og hvis de er heldige, har de også en partner, der er i stand til at opfylde disse krav. Så længe det fungerer tilfredsstillende for begge parter, er det fint og uproblematisk. Kvinden føler ikke, hun har behov for at onanere eller selv tænke på, hvad der tænder hende – det klarer kæresten, når han har lært hvilke knap-

per, der skal trykkes på for at forføre hende, siger hun.

Vivi Hollænder mener, at det er en meget romantisk og kvindelig tilgang til sexlivet i et parforhold. Hun oplever, at den gerne grundlægges i forelskelsesfasen, hvor man ikke kan få nok af hinanden og sexlivet kører på fuld knald. Kvinden holder op med at onanere, selv om hun måske har gjort det tidligere, og hendes tanker om sex bliver med fokus på ham alene.

– Problemerne opstår først den dag, hvor den ene eller den anden begynder at kede sig – eller når han bliver træt af at være den, der har ansvaret for det fælles sexliv. Et velfungerende sexliv udvikler sig livet igennem, og