



EJERCICIOS
REFLEXIONES

En el acto sexual puede que estés pendiente de los siguientes procesos. ¿Te identificas con alguno?

Quiero llegar al orgasmo pero me despisto y me centro en la otra persona.

Quiero gustar y me esfuerzo en hacer que la otra persona disfrute.

Me bloqueo y termino haciendo siempre lo mismo. Aquello que sé que funciona.

Me esfuerzo más por gustar y finjo para que la otra persona se sienta bien.

También fijo para terminar más rápido

Me desconecto y pienso en otra cosa, estoy en un proceso de obligación para mi y me fuerzo por estar ahí. En el fondo estoy aburrido/a
