

STARS ★ MODE ★ BEAUTY ★ SHOPPING ★ LIFESTYLE
Nr. 8 · August 2005 · 1,60 €

www.young-magazine.de

young

young

woman's

33 FRAUENTRÄUME

Die Top-Männer des Jahres

Summer STYLE

- * SEXY BEACHWEAR
- * COMEBACK DER SPITZE
- * NEUE ROMANTIK

MISCHA BARTON
Vom Aschenputtel zur Stil-Ikone

MAGIC EYES
Das perfekte Flirt-Make-up

SEX-LIVE
Wie oft ist oft genug?

Voll im Trend

DIE One-Night-Stands waren gestern – so funktioniert die neue Lust am Lieben

Affäre

August 2005 · Österreich 1,85 € Schweiz 3,20 sfr.
Belgien 1,90 € Italien 2,10 € Spanien 2,10 €

Neuer Trend **Beziehungsmode** Affäre

Nr. 8/2005

STARS ANGELINA JOLIE JASON MCMAHON PARIS HILTON ASHLEE SIMPSON LINDSAY LOHAN





sextalk

GROSSES OPFER?

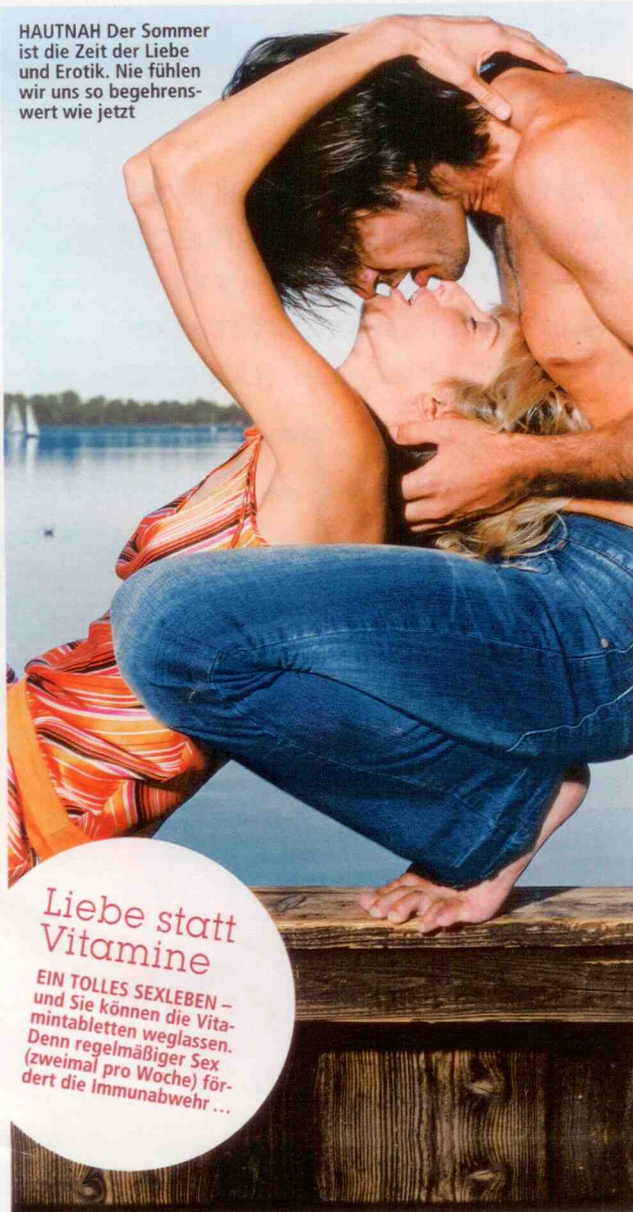
Für 100 000 Euro
würden 83 Prozent
der Frauen ein Jahr
auf Sex verzichten

Rund um die Uhr oder einmal
im Monat – wie viel Sex macht
glücklich? Drei Frauen und
zwei Männer diskutieren über
die perfekte Liebes-Frequenz

Wie oft
ist oft genug?

Love & Sex

HAUTNAH Der Sommer ist die Zeit der Liebe und Erotik. Nie fühlen wir uns so begehrenswert wie jetzt



Liebe statt Vitamine

EIN TOLLES SEXLEBEN – und Sie können die Vitamin-tabletten weglassen. Denn regelmäßiger Sex (zweimal pro Woche) fördert die Immunabwehr...

FOTOS: TONY RE...

Sie haben die Wahl!



Stefanie Lehberg
(Stellv. d. Chefred.) über
die ideale Sex-Quote

Ich liebe In-und-out-Listen, Rankings (z. B. unsere 33 Sommermänner) und motivierende To-do-Pläne. Nicht, um mich akribisch daran zu halten. Sondern weil es Spaß macht, darüber nachzudenken, was (und wer) gerade angesagt ist. Und genau so sollten Sie auch unser To-do-Lexikon für Frauen unter 30 lesen. Als Anregung! Denn Frauen haben den Luxus zu wählen. Auch und gerade beim Sex! Wie oft für Sie oft genug ist, entscheiden Sie! (S. 120). Natürlich wird das von Lover zu Lover variieren. Aber jede Frau sollte versuchen, genau so viel Sex zu haben, wie Sie haben will. Manchmal weniger, niemals mehr!



Super-Orgasmen, Stellungen-Akrobatik... und das Ganze mindestens dreimal am Tag. So sieht das perfekte Sexleben aus – vermitteln uns jedenfalls Talkshows, Zeitungen & Co. YOUNG fragt deshalb:

Wie viel Sex braucht eine glückliche Beziehung wirklich?

ANDREAS: Das kann man nicht pauschalisieren. Wenn einer nicht so oft möchte, sollte der Partner das auf jeden Fall respektieren.

VERENA: Wie viel Sex man hat, hängt doch von der Situation ab. Zum Beispiel von den Arbeitszeiten der Partner. Und bei Stress und Streitereien haben Paare garantiert weniger Sex.

CELINA: Ja, ja, am Anfang kann man gar nicht genug voneinander bekommen. Dreimal am Tag sind

dann ganz normal. Aber die Leidenschaft ebbt nach einer Weile eben ab ... Leider!

VERENA: Dann muss man doch eigentlich dafür sorgen, dass sie das nicht tut!

ALICE: Klingt gut, lässt sich aber kaum vermeiden! Mein Freund

und ich sind seit fünf Jahren zusammen. Da ist es schwer, dass Sex nicht zur Gewohnheit wird.

VERENA: Wie wär's mal mit Sextoys

oder einfach einem Tapetenwechsel, das hilft wirklich... Man braucht nicht nur im Bett Abwechslung, sondern auch beim Ambiente.

„Am Anfang kann man doch gar nicht genug Sex haben!“

NICK: Ich habe vor vier Jahren etwas erlebt, das ging schon Richtung Leistungssport.

Wir hatten die ersten Wochen zehn- bis 15-mal Sex am Tag. Das war richtig anstrengend!

CELINA: Wie schaffst du das?

NICK: Jedenfalls ohne „Viagra“ >



WIE VIEL SEX MUSS SEIN? Das sind sich Alice, Verena, Nick, Celina und Andreas einig: Es kommt auf die Situation und die Dauer der Beziehung an



CELINA (23)
Die Genügsame
„Am Anfang ist man gieriger, das lässt dann aber leider nach“



ANDREAS (35)
Der Faire
„Sex darf auf keinen Fall zum Leistungssport ausarten“

► – das habe ich noch nie geschluckt. Nach einem Dreivierteljahr sind wir dann zusammengezogen – und unser Sexlife hat sich etwas beruhigt.

ANDREAS: Weil ihr jeden Tag zusammen wart?

NICK: Genau, vorher dachten wir immer: „Oje, jetzt sehen wir uns ein paar Tage nicht, da müssen

wir Sex auf Vorrat haben.“ Und der Marathon fing an!

Ist häufiger Sex langweilig?

CELINA: Kann schon passieren ...

ALICE: ... aber nur, wenn man schon alles ausprobiert hat.

NICK: Es hängt doch von der Phantasie zweier Menschen ab, ob und wie schnell es im Bett langweilig wird.

Gibt es einen Grund, eine Weile auf Sex zu verzichten?

ALICE: Zeitmangel ist so ein Grund. Im Abitur-Stress habe ich meinen Freund nur selten gesehen. Und

wenn, war ich so aufgeregt, dass es mir wirklich schlecht ging. Da war Zärtlichkeit wichtiger als Sex.

VERENA: Eben! Wenn man andere Dinge im Kopf hat, kann schon mal ein paar Wochen gar nichts laufen.

NICK: Sex wird auch automatisch weniger, wenn eine Beziehung nicht mehr richtig funktioniert. Dann nimmt natürlich auch die körperliche Anziehungskraft ab.

VERENA: Stimmt! Leider ist das aus so, wenn sich in einer Liebe Gewohnheit einschleicht ...

CELINA: Na ja, selbst wenn alles glatt läuft, haben Frauen doch auch mal ihre Tage – und ich möchte in der Zeit wirklich keinen Sex haben!

VERENA: Das ist bei jeder Frau anders, je nach Körpergefühl.

ANDREAS: Wenn es der Frau nichts

„Fünfmal täglich muss doch wirklich nicht sein!“

Wie hoch ist der Stellenwert der Sexualität in einer Beziehung?

VERENA: Sex ist sehr wichtig, sollte in einer Partnerschaft jedoch nicht das Allerwichtigste sein.

NICK: Ich kann mir aber auch nicht vorstellen, mit einer Frau zusammen zu sein, die bis zur Heirat Jungfrau bleiben will.

ALICE: Schon klar. Man kauft auch nicht die Katze im Sack!

ANDREAS: Das Wichtigste ist doch, dass jeder seine Wünsche offen sagen kann. Und dass man dann so einfühlsam ist, dass beide im Bett auf ihre Kosten kommen.

WIE OFT LIEBT DEUTSCHLAND?

70 Prozent der fest liierten Paare haben nur ein- bis zweimal pro Woche Sex.

Nur ein Prozent aller Paare geht täglich miteinander ins Bett. Im internationalen Lust-Ranking belegen die Deutschen mit durchschnittlich 120-mal Sex im Jahr derzeit Platz 21.

WENIG LUST AUF MEHR!

56 Prozent der Männer und 65 Prozent der Frauen sind mit ihrer Sexquote zufrieden. 41 Prozent der Männer und 29 Prozent der Frauen würden ihre Privat-Statistik gern verbessern.



ALICE (20)
Die Zärtliche
„Es ist okay,
wenn mal nichts
läuft. Kuschein ist
wichtiger!“



VERENA (24)
Die Kommunikative
„Man sollte es so
oft tun, wie es
beiden Spaß macht!“



NICK (23)
Der Ausdauernde
„Manchmal
kann sogar mir
der Sex zu viel
werden ...“

ausmacht, kann man es doch trotzdem tun!

NICK: Sonst heißt es eben warten, warten, warten ...

Wie kann man denn sexuelle Dürreperioden kompensieren?

ANDREAS: Als Mann ganz klar: durch Selbstbefriedigung!

ALICE: Ich glaube, Selbstbefriedigung in einer Beziehung ist für Frauen eher weniger ein Thema.

VERENA: Jedenfalls würden es die meisten nie zugeben! Vielleicht haben Frauen ihre Lust besser unter Kontrolle als Männer?!

CELINA: Frauen können es einfach länger ohne Sex aushalten. Für Frauen zählt nicht die Quantität, sondern die Qualität.

VERENA: Stimmt! Und auch die Länge des Geschlechtsverkehrs ist nicht so entscheidend.

ALICE: Ich finde, die Zärtlichkeit ist sowieso das Schönste!

CELINA: Genau, Sex darf doch nicht wie am Fließband ablaufen!

Kann eine Beziehung ganz ohne Sex funktionieren?

CELINA: Nein. Das auch nicht. Drei Wochen lang geht das ohne Probleme, aber wenn Monate daraus werden, werde ich langsam ungeduldig.

VERENA: Ja, drei Wochen sind auch bei mir die Schallmauer.

ANDREAS: Meine höchste Sex-Frequenz war 28-mal in vier Tagen!

VERENA: Angeber! Bei mir war es fünfmal am Tag, aber ehrlich gesagt brauche ich das nicht auf Dauer.

NICK: Hey, wir leben doch nicht in Hollywood, wo in Eheverträgen festgelegt wird, wie häufig man Sex miteinander zu haben hat!

VERENA: Ja. Sex ist gut, solange und sooft er beiden Spaß macht.

CELINA: Im Grunde geht es doch nur darum, dass man sich in einer längeren Beziehung nicht gehen lässt. Jeder muss daran arbeiten, dass man selbst und der Sex interessant bleibt. Dann ist es immer wieder etwas ganz Besonderes ...

„Wer will schon Sex-Verträge wie die Filmstars!“

ROUTINE IST EIN LUSTKILLER!



HEIKE KAISER-KEHL Diplom-Psychologin aus Offenbach

Oft genug ist es selbstverständlich dann, wenn beide glücklich sind. Sex sollte nicht zum Leistungsthema werden! Es ist normal, dass sich die Lust nach der ersten stürmischen Zeit phasenweise verändert. So sind beruflicher Stress, Beziehungskonflikte und Routine echte Lustkiller. Aber nicht Druck, sondern Toleranz und neue Impulse helfen darüber hinweg. Problematisch wird es erst, wenn die Bedürfnisse dauerhaft auseinander klaffen, ein Partner zu fordernd ist oder sich zurückgewiesen fühlt. Manchmal stecken hinter Lustlosigkeit Alltagskonflikte. „Was stört mich am anderen? Was hat sich seit den Anfängen der Beziehung verändert?“ Diese Fragen sollte man für sich und mit dem Partner klären.