

对许多人来说,激情时刻最怕遭遇当头冷水,这样的性打击绝不亚于毕业求职被拒。然而一句简单的托辞“没心情”,背后却有着不容忽略的隐含讯息。

女人对房事说“不”的10种可能

1、觉得自己变胖了

真相:女性对自己身材的关注尤过于相貌,一旦觉得自己发胖了,就会对自己的身材不自信。于是在性爱时,便不想将自己发胖的身材暴露在丈夫面前,会找各种借口回避。

建议:她的紧张其实是对你的在意,你要让她放松心情,比如轻轻地爱抚、说些甜言蜜语等等。注意了,可别用“你快减肥吧”这类话语作为激励,那可就是“哪壶不开提哪壶”,适得其反了。

2、肚子不舒服

真相:消化不良,肚子里打架,虽说是小疾,可对女性来说却是丢面子的大事。尤其是发出不雅声音或气味,往往会使她觉得在爱人面前面子全无,自然也就没了兴致。

建议:缓一缓,先等身体恢复了再说吧。需要注意的是,如果准备爱爱,晚饭可别多吃豆子、番薯等胀气的食物。

3、经期(或前后)

真相:一方面是怕身体不干净,弄脏了床单;另一方面则是担心此时发生性爱可能导致感染。

建议:经期是女性最脆弱的时期,子宫内膜脱落出血,宫颈炎、盆腔炎等妇科疾病都与经期性交直接有关。所以经期也是性爱时的一盏“红灯”,该停时请停一下。

4、穿着老旧内衣

真相:这是她不能说的秘密。女为悦己者容,她总希望让爱人永远看到自己最完美的一面,而不会让那些老式不合身的内衣破坏自己的形象。

建议:找一个借口,给她一个变身的机会,比如说“我先去冲个凉”或者“套套用完了,我下楼去买”,然后再回来时等待收获惊喜吧。

5、浑身是汗

真相:亲密交缠时,身体黏黏的可不是令人愉悦的体会。闷热的环境中,不但会让人情绪烦躁,性致也往往不高。

建议:如果她一个劲儿地喊热,此时可别冒进强求,这不会是诱人的体验。不妨先一起洗个澡,然后打开空调,把汗水这个“第三者”赶走再说。

6、有长辈在家或孩子睡在身边

真相:女性尤为在乎旁人的看法,当长辈或者孩子在家时,即使房门紧闭,她也总担心发出的声音会惊动长辈,吵醒了孩子。即使勉强进行,她也总是一百个小心,无法尽兴。

建议:如果是和长辈一起居住,装修时加强隔音处理是必要的。

7、不在状态

真相:女性与男性不同,进入性兴奋的过程比较“慢热”,有时身体还没有完全进入状态,如疼痛、干涩等不适。这样的情况多次出现,会给女性

留下阴影,进而畏惧性爱。

建议:可以用点润滑剂。不过润滑剂虽然有效,加强前戏则是更佳的选择。

8、没有洗澡

真相:多数女性都有洁癖,没有洗澡就进行性生活,身体可能还有点异味,尤其在亲吻或挑逗的时候,会不时舔到身上的污垢?这些潜意识中的暗示,都会影响到性爱。

建议:做爱之前,双方应将身体洗干净。值得注意的是,别用太热的水,因为它会将血液循环分布到全身,导致局部充血困难而不易勃起。

9、电视剧还没结束

真相:最新研究成果显示,卧室内放置电视,妻子的性生活频率会降低一半以上;年龄越大,电视依赖越突出,对性爱的影响也就越严重。

建议:如果你不想和精彩的电视剧争夺性爱的权利,那么从一开始就不应让它进入卧室,这位“第三者”的魅力是你所无法估计的,客厅才是最适合它的地方。

10、男人的一支烟

真相:缭绕的烟雾会对人产生刺激,如果长期抽烟,香烟中的尼古丁还会损害微小血管,造成性能力下降,而女人对烟是尤为敏感和厌恶的。

建议:远离烟草,起码不要让它登堂入室。 (据人民网)

什么时候房事最“性”奋?

3、周五性爱的人最多,周一性行为低发时段。该数据来自《玩转东京》的2011年性调查。该调查涉及东京男女性生活的时间段、地点、频率,以及性伙伴的身份。结果发现,56%的人会在周五性爱,其次是周六,为30%,之后分别是周四、周三、周日、周二和周一。

4、83%的人喜欢在雨天、阴天的时候亲热。美国一家安全套公司的大型调查结果显示,在雨天人们更容易产生亲热的欲望,彼此的感情也会变得更加密切。

5、有些人因天气热而拒绝亲热,

也有些人因为寒冷不愿亲热,前者是后者的两倍。美国一项调查发现,35%的人曾因为天热而多次拒绝亲热,而因为天太冷而拒绝亲热的人有19%。

6、晚上亲热的几率是下午的13倍。接受调查的人群表示,性行为需要天时地利,下午虽然性欲高涨,却不适合性爱,晚上完成了一天的工作,更适合亲热。

7、工作稳定后性爱次数会增加。研究人员发现,工作不稳定会令人性欲不振,而工作进入稳定期后的一段时间里,性爱会更和谐。 (据人民网)

六大食物是天然“避孕药”

不喝此种饮料者的一半。

大蒜 多食大蒜克伐人的正气,还有明显的杀灭精子的作用,可避孕。

木瓜 木瓜中的木瓜蛋白酶可与孕酮相互作用,从而达到避孕效果。

酒精 酒的主要成分乙醇能使身体里的儿茶酚胺浓度增高,血管痉挛,睾丸发育不全,甚至使睾丸萎缩,生精功能就会发生结构改变,睾丸酮等雄性激素分泌不足,会出现声音变细,乳房增大等

女性化表现。这种人易发生男性不育,即使生育,下一代发生畸形的可能性也较大。女性可导致月经不调、闭经、卵子生成变异、无性欲或停止排卵等。

六、芹菜 男性多吃芹菜会抑制睾丸酮的生成,会减少精子数量。健康的年轻男性连续多日食用芹菜后,精子量会明显减少甚至到难以受孕的程度,这种情况在停菜后几个月又会恢复正常。 (据中国经济网)

4大方法控制情绪

人都有七情六欲,每个人都不能时时刻刻保持开心向上的心态,那么在职场中,如何才能理智的控制自己的情绪呢?

注意抱怨的场合

发泄情绪时要多利用非正式场合,少使用正式场合,尽量与上司和同事私下交谈,避免公开提意见和表示不满。这样做不仅能给自己留有回旋余地,即使提出的意见出现失误,也不会有损自己在公众心目中的形象,还有利于维护上司的尊严,不至于使别人陷入被动和唯堪。

所以,即使受到了极大的委屈,也不要把这些情绪带到工作中来。很多人认为自己是对的,等上司给自己一个“说法”。正常工作被打断了,影响了工作的进度,其他同事对你产生不满,更高一层的上司也会对你形成坏印象。要改变这么多人对你的看法很难,今后的处境更为微妙。

学一点克制暴躁脾气的方法

在卧室或在办公桌上贴上“息怒”、“制怒”一类的警言,时刻提醒自己要冷静。

当发觉自己的情绪激动时,为了避免立即爆发,可以有意识地转移话题或做点儿别的事情来分散自己的注意力,把思想感情转移到其他活动上,使紧张的情绪松弛下来。比如迅速离开现场,去干别的事情,找人谈谈心、散散步,或者干脆到外面猛跑几圈,这样可将因盛怒激发出来的能量释放出来。

有很多事情是可以有多种处理办法的,遇事要灵活行事,不要那么僵硬,有时可以退让一下,给对方改变主意和态度的机会,选择方法要考虑事情的效果。

通过心理换位法来克制情绪

心理换位,即站到对方的角度上想问题,与他人互换角色、位置。俗话说:“将心比心。”通过心理换位,充当别人的角色,来体会别人的情绪与思想,这样就有利于防止不良情绪的产生及消除已产生的不良情绪。

当同事触犯自己时,我们也可以站在同事的角度想一想,可能会觉得同事的行为情有可原。这样,不良情绪就会减弱,甚至消失了。

学会用升华的方法来控制情绪

所谓升华,也就是将消极的情绪与头脑中的一些闪光点联系起来,将痛苦、烦恼、忧愁等其他不良的情绪,转化为积极而有益的行动。例如,当我们工作业绩不是很理想时,我们可能会情绪低落,但如果我不甘心落后与失败,能振作精神,奋起直追,这样就把消极情绪转化为积极的行动了。

