

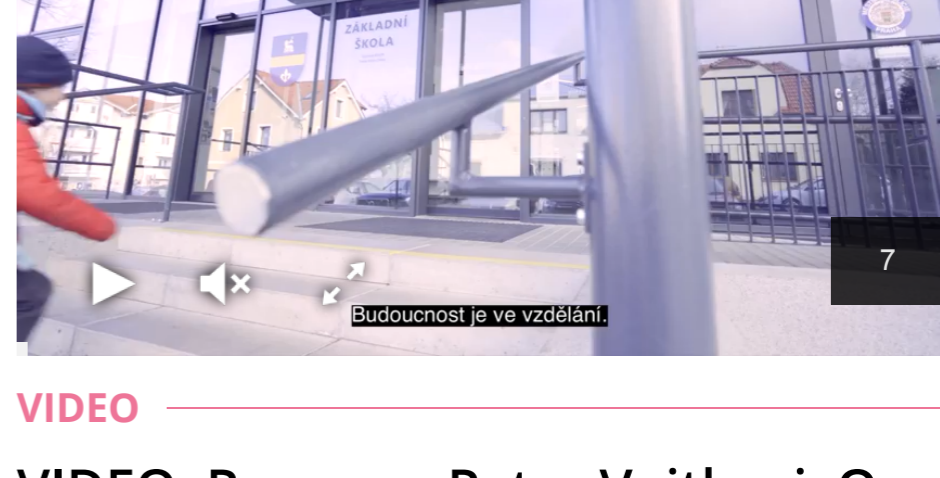
Dubnová Maminka právě v prodeji **Objednat zde** **maminka** **PROBLÉMY MAMINKA** **MAJÍ TRÁPIU? PLUČE ČESKÉ ŠKOLSTVÍ!**

TEHOTENSTVÍ | POROD | DĚTI | PODCASTY | TESTUJEME | ČTENÍ PRO DĚTI

VIDEO: Potichu a rychle, nebo raději vůbec: Sex po porodu je často tabu téma. Psycholog říká, jak to vidí muži



Instagramový profil Tělo s příběhem se ptal svých sledujících, co je pro ně tabu téma. A odpovědi se shodovaly, posudte sami: Po porodu nemám náladu na sex. Absolutní nechuť k sexu po porodu. Ztráta sebevědomí. Stydím se za své tělo... Co na to říká psycholog a kouč Vilém Urban? A jak to všechno vidí „mužské oči“?



VIDEO: Roman a Petra Vojtkovi: O „tátovství“ tří dětí, porodu v době covidu i t m, jestli chystají ještě jedno miminko

DALEŠÍ VIDEO

NOVINKY Z MAMINKY

Vybrané články a videa pro chvíle oddechu vám po registraci k odběru zašleme pravidelně na váš e-mail

Napište svoji e-mailovou adresu

Souhlasím s Podmínkami užívání služby informační společnosti a seznámil/a jsem se s Informacemi o zpracování osobních údajů

Souhlasím se zpracováním osobních údajů pro zasílání obchodních sdělení

PŘIHLÁŠIT SE K ODBĚRU

ODEBÍREJTE NOVINKY Z MAMINKY! [Chc. newsletter]

VÍKENDO MÁNIE

Jen do neděle

Oral-B **SLEVY až 42%**

Více na MALL.CZ

Kdy už...?

Po určité době – obvykle klasic v podobě šestinedělí – se ale doslova i přeneseně v těle muže hromadí hormony a eufemisticky řečeno slovy Viléma Urbana „muž klepe na pomyslnou bránu a čeká, jestli mu žena otevře“.

A tady mohou nastat kolize, protože šestinedělí je orientační termín. Žena se může na sex těšit stejně jako muž, ale pravidlo to není. Třeba má stále bolesti po porodním poranění, za sebou pár probdělých nocí a třeba i porodní splín. Sex je to poslední, co by jí napadlo. Běžné jsou pak útky, uhybací manévry a výmluvy.

PODCASTY

VIDEO: Inkontinence po porodu - bát se zasmát, řešit bolesti i nechuť na sex. Problém se dá „vycvičit“, říká trenérka

Hlavně mluvit

„Pro jakoukoliv situaci – sex po porodu nevymáje – platí, že nejhorší ze všeho je nevědět, na čem jsem,“ zdůrazňuje Vilém Urban. „Než hledat zástupná komunikační témata a výmluvy je lepší říct vše tak, jak to je včetně upřímného 'nechtím se na to'.“

Pro muže je totiž nejhorší odmítnutí bez vysvětlení a také fakt, že neví, kdy takový stav skončí. Pokud vše trvá dlouho (což je pro každého relativní), muži se po nějaké době třeba uzavou a o sex ztratí zájem (v horším případě ho hledají jinde), a dva novopečení rodiče tak třeba spíš než spolu žijí vedle sebe.

„Muž, který si vše bere hodně osobně, pak zažije velký zásah do sebevědomí a najdou se i případy, které vše řeší třeba v poradně i rok nebo dva po porodu,“ popisuje Vilém Urban situace, které mohou nastat.

Mezi námi žádná tabu není

Obvyklé ale naštěstí nejsou, a tak hlavní radou zůstává: „Komunikujte o všem, nestyďte se za nic.“

„V páru by si muž se ženou měli povídat o všem, nemělo by mezi nimi být žádné tabu. Když potíže i tak přerostu únosnou mez, je na čase vše řešit s odborníkem. Ale to je bohužel ještě stále opomíjená věc. Sice už spousta lidí chodí ke koučům nebo na firemní školení, ale u takto osobních věcí používáme formulku 'nejsem přece blázněn', zamýšlí se Vilém Urban.

Jak vidí muž ženu po porodu? Jak moc je důležitý vzhled, který je u žen často zdrojem studu a odmítnutí sexu? A jakou má Vilém Urban hlavní radu pro všechny páry? Podívejte se na video.

Facebook | Twitter

Syřařův výběr

Téma: Porod, Podcasty, Video, Láska a vztahy, Po porodu, Nejlepší video, Sex, Rada, Psycholog, Viléma Urbana, Nechuť, Sebevědomí, Tabu, Tělo, Vilém Urbana

MOHLO BY VÁS ZAJÍMAT

- KURIOZITA** **Máma z Nigérie porodila "černobilá" dvojčata! Podívejte se na dojemné fotografie z jejich života**
- GALERIE** **První vteřiny po porodu: 30 fotek neopakovatelného zážitku zrození**
- RETRO** **GALERIE: Retro "káry" z dob našich prababiček. Podívejte se na fascinující vývoj dětských kočárků**
- DĚTI A NEMOCI** **Rodiče, těchte 7 věcí přestaňte dělat. Nejlépe hned, přejí si pediatri**
- GALERIE** **GALERIE: Princezna Charlotte nebo princ George jako dospělí? Neuvěříte, jak budou vypadat děti královských rodin za pár let**
- RODINA** **Nedávali jí šanci, nakonec má čtyřčata! Neuvěřitelné fotky před a po**
- LÁSKA A VZTAHY** **Emotivní vyznání táty, který přišel o svou těhotnou ženu. Fotografie s dcerkou, která přežila, berou z srdce...**
- VÁŠE PŘÍBĚHY** **Miminko v manželské posteli? Nedělejte to, varuje tahle máma. Proč?**
- SLAVNÉ MAMINKY** **Neuvěřitelné "skóre"! Krásná Michaela Salál se stala pro páté maminkou!**

MIMIBAZAR

Soutěžte o Soutěžte o Soutěžte o Soutěžte o	TURBO 3v1 TURBO 3v1 TURBO 3v1 TURBO 3v1	Změna času Změna času Změna času Změna času	Změna času Změna času Změna času Změna času
Jak odstra Jak odstranit zápach z prachy? Vyzkoušejte 5 osvědčených tipů	Prýč s jarr Prýč s jarr Prýč s jarr Prýč s jarr	Prýč s jarr Prýč s jarr Prýč s jarr Prýč s jarr	Prýč s jarr Prýč s jarr Prýč s jarr Prýč s jarr
HOUSKOV HOUSKOVÉ KNEDLÍKY - DOMÁČÍ - KRÁSNĚ NADÝCHANÉ	Křehké ko Křehké koláče	Křehké ko Křehké koláče	Křehké ko Křehké koláče

BENLEMI

BENLEMI NIGHT SHOPPING

Jen do neděle 27. 3. 9:00 ráno

+ 8% SLEVA NA VŠE

JSEM V ZHÚRU

AKTUÁLNÍ VYDÁNÍ	NOVINKY Z MAMINKY	VÝHODNÉ PŘEDPLATNÉ
<input type="text"/>	Vybrané články a videa pro chvíle oddechu vám po registraci k odběru zašleme pravidelně na váš e-mail	<input type="text"/>
KOUPIT ČASOPIS	PŘIHLÁŠIT SE K ODBĚRU	OBJEDNAT PŘEDPLATNÉ

maminka NAPIŠTE NÁM | REDAKCE | INZERCE | TÉMATA

PEČE celá země

Pečení je umění!

Česká televize

Sledujte na ČT1 a v iVysílání

- | | | | | |
|--|---|---|---|---|
| Které šaty z Oscarů byly nejkrásnější v roce, kdy jste se narodili? | Naštvaný Sean Penn: Roztváří oscarovou sošku, jestli akademik nenechá promluvit ukrajinského | Květované šaty i bukle kostýmek: jak se oblékat na jarní svatbu? | Změna času na letní: Už v neděli si nezapomerte přeřídít hodiny! | Jak se zamilovávají muži podle znamení. Takhle zjistíte, co na něj platí |
| Co dostanete s energie? Krátká meditace i Sálek Čaje | Velká radost u Prezidentské mimino má být na cestě! | Horoskop na další týden: Koho očeká profesi růst a komu hrozí zranění? | Zvláštní záliba herce Bareše: Funderální turistika! Prochází hřbitovy a... | Recepty z mletého masa: 6 bezkonkurenčně nejlepších obědů |

VÝBĚR CNC

- | | | | |
|---|--|--|--|
| Zprávy | Sport | Zábava a celebrity | Pro ženy a maminky |
| Válka na Ukrajině Kandidáti na prezidenta Přehled COVID opatření | FORTUNA:LIGA SP v biatlonu Program MMA | Nejlepší filmy 2021 Velikonoce Novinky na Netflixu Kvizův | Těhotná kalkulačka Horoskopy Nejlepší kosmetika |
| Auto-moto | Věda a technika | Ekonomika a byznys | Recepty |
| Alko-kalkulačka Dálniční známka Fotogalerie: Veliká cena Saudské Arábie 2022 | MobilMania Katalog mobilů Počítačová a Burund | Daňové příznání 2022 Kryptoměny Výpočet čistě mzdy | Rychlé obědy Domácí pekárna Nejlepší polevky |
| Cestování | Pro generaci Z | Zdraví | Pro nejmenší |
| Výhledy pro cestování COVID v dětmi Kam na lž by | #inspire #wellbeing #news | Katalog nemocí Krevní skupiny Bylinky | Mourisřanova poradna Komiksy Vysřitřovníky ABC |
| Video | Nákupy | Mimibazar | Doporučujeme |
| Prostor X Branky, body, kokoti Fortuna liga | hledjcerny.cz zbozi.cz slevy.cz azz.cz bazar.blesk.cz zbozi.blesk.cz zbozi.mobilmania.cz nejoychlejski.cz Slevové kupony Nejlepší mobilby Nejlepší pračky Horská kola | Testuje s Mimibazarem Rožky Dětské zimní bundy Dětské svetry Dětské rukavice Dětské čepice Dámské zimní kabáty Dámské čepice Společenské hry pro děti | Black Friday 2021 Televize za skvělé ceny LEGO hračky iPhone 13 Robotické vysavače CZC klub v novém Notebooky Rádió a zábava pro děti Cřtřre huudební rádió Frudřre 1 |