

Kolumna SEXFORMACIJA



Seks se začne med vašimi ušesi....veliko prej kot med vašimi nogami

Pravijo, da nam bo sodobna medicina kaj kmalu prodajala tabletko, ki lahko poveča dotok krvi celo v splovilo vaše prababice. Tako ženske kot moški bodo plačevali po cca 10 eur za tabletko, ki bo obljubljala kemično rešitev vseh tegob ljudi na seksualnem področju.

Kje pa je potem brezskrbnost in zabava, ki jo nekateri iščejo pri seksu?

In nežnost?

Ali bo do tega prišlo samoumevno, ker ste v lekarni kupili tabletko, da bi bilo vaše splovilo povečano in napihnjeno?

Morda pa le ne. Skupina raziskovalcev je ugotovila, da kljub temu, da so moški ob jemanju Viagre poročali o večjem spolnem zadovoljstvu, to ni nujno veljalo za njihove spolne partnerke. Žene in dekleta teh moških so odkrile, da je za spolno zadovoljstvo potrebno še kaj drugega kot partner s trdim salaminom.

Odločilna dejavnika pri ohranjanju ženskega spolnega poželenja sta privlačnost in sla, ki jo ob njej čuti partner. Penis lahko do roba napolnite z viagro, pa si partnerka kljub vsemu ne bo pretirano želela spolnosti, če ji partner ne bo znal z svojim ravnanjem zbuditi dobrega občutka o sebi.

A kljub temu mnogi iščejo preprosto rešitev - tabletko ali kremo zaradi katere postaneš trd oz. mokra.

Nič hudega, če ste na partnerko že zadnjih 25 let jezni, ali če vsak večer zaspi pred televizorjem ali pa, če ni v postelji poskusila nič novega odkar je bil Drnovšek predsednik države – s tabletkami, ki povečajo dotok krvi v vaše intimne dele, bodo vse zamere čudežno izginile! ;)

Kljub temu in po čemer morda nekateri na skrivaj hrepenijo, je seksualno zadovoljstvo v dolgotrajnem odnosu običajno bolj zapletena stvar kot čvrsta erekcija ali nabrekla nožnica, ali pa goltanje tabletko.

Če bi radi, da vaše spolno življenje postane in ostane lahko in zadovoljivo, raje razmislita kako skupaj preživljata prosti čas, ko ne seksata. Ste morda zaradi posedanja po več ur pred televizorjem vsak večer vse bolj veselo vznemirjeni v partnerjevi družbi? Sedenje pred televizorjem bo vaši zvezi pomagalo tako kot odvisnost od heroina.

Samo zato, ker je bil seks divji in dober prvo leto, ne pričakujte, da bo divji in dober deseto leto.

- Če bi rada ohranila intimnost pri življenju se morata znati pogovarjati, spoštovati, si zaupati in skupaj početi stvari, ki so obema všeč.
- Če bi rada ohranila zdravo seksualno življenje, počnita stvari, zaradi katerih imata rada drug drugega in se občudujeta, tudi kadar sta oblečena. Predvsem pa ne pričakujta, da bo nekaj tabletk nadomestilo to kar sta dolgo zanemarjala.
- Če pa bi rada popestrila svoje seksualno življenje in se naučila igrivosti ter se ponovno želela zblížati, pa se nam pridružita na Sexovnikovem bootcampu za pare v maju in sicer na **»Venerinem in Marsovem vikendu prilivanja olja na ogenj strasti«** v

Termah Dobrna, kjer bomo poskrbeli za vašo seksualno preobrazbo v več različnih modulih (več o tem na www.sexovnik.si)

Zakaj se je dobro udeležiti Sexovnikovega bootcampa za pare?

Zato, ker vam lahko pomagamo imeti vse - odprt in uravnotežen odnos v kombinaciji s strastno in izpolnjujočo seksualno povezavo in ker:

- Se boste naučili komunicirati o vaših potrebah in željah, tako da vas bo vaš partner slišal in razumel;
- Ker boste raziskovali različne načine zapeljevanja, da ustvarite strastno erotično povezavo;
- Ker boste poznali kakšen pomen ima seks za vas;
- Ker se boste naučili kako obdržati vaš odnos živ;
- Ker boste razširili meni izbora okoli vaših potreb, meja in zadovoljstev;
- Ker se boste naučili unikatnega jezika seksa;
- Ker se boste naučili razširiti užitek v vašem telesu;
- Ker boste spoznali kaj si ženske želijo izven seksa in intimnosti;
- Ker boste izkusili vitalnost in motivacijo erotične moči;
- Ker se boste naučili usmerjati zahteven odnos in/ ali seksualne težave z ljubeznijo in empatijo;
- Predvsem pa ker bo to Izkustveno Učenje - kajti vaja je edini način, da si telo zapomni. Tako kot se ne moremo naučiti igrati nogometa samo s pogovorom in branjem knjig.

Vesna Jarc je končala študij spec. pedagogike na PF v Ljubljani in študij psihoterapije na Univerzi Sigmunda Freuda (SFU) na Dunaju. Opravila je še dodatne specializacije iz različnih smeri v psihoterapiji in coachingu

Zadnja leta se osredotoča in dela predvsem seksualne terapije, delavnice za posameznike in pare, delavnice komunikacije, delavnice za mamice po porodu ter uči starše kako se z otroki pogovarjati o seksu.

Prav tako je ustanoviteljica projekta Seksovník v sklopu katerega pripravlja radijske in TV rubrike, delavnice ter 3, 7 in 15 dnevne bootcampe za pare in posameznike posebej.. Več informacij lahko najdete na spletni strani www.sexovnik.si ali pokličete, če se želite naročiti na terapijo oz. svetovanje na tel 040 712 027