



ZDRAVE NOVICE

DECEMBRA JE NAJVEČ SEKSUALNIH AVANTUR

Začela se je sezona varanja



Nagajivost v zvezi vam bo pomagala do osrečujočih praznikov zato nikar ne žrtvujte spolnosti na račun prezaposlenosti

Konec starega leta in pričetek novega, obdobje, ko naredimo računico s samim seboj; preveč hrane, preveč pijače, preveč/premalo spolnosti, stres okoli odnosa, draga darila in človek se vpraša ali je sploh kaj sproščujočega in svečanega v prihajajočih praznikih.

Ko se pričnejo novoletni in božični prazniki, pari pogosto zapadejo v popolnoma nesmiselne prepire, namesto, da bi se sprostili in uživali v prostem času ter izkoristili čas, da se še bolj intimno povežejo in zblížajo, zlasti če so se med letom »izgubili«

Novoletni prazniki predstavljajo obdobje darovanja, oproščanja, vendar hkrati tudi obdobje velikega stresa, katerega posledice so težave v medosebnih odnosih. Ponavadi se te negativne misli in občutki prevalijo na najbližnje in je običajno tarča naš partner. Odločitve kot so kje bomo preživel Novo Leto ali Božič, obisk družine, razdelitev nalog in nakupovanje so samo eni od sprožilcev za prepir pri večini parov. Nekateri bi želeli Božič preživeti z družino, drugi bi si želeli ostati doma. Eni obušujejo praznično vzdušje in praznovanje, drugim je to popolnoma odveč...

Raziskave so pokazale, da je december mesec v katerem se zgodi največ seksualnih avantur, se pravi, da je obdobje novoletnih praznikov čas, ko se zgodi največ skokov čez plot. To je obdobje, ko se pogosto prejšnje čustvene prevare spremenijo v spolne prevare. Vzrok za to strokovnjaki pripisujejo večjemu druženju izven delovnega časa, novoletnim zabavam in alkoholu, ki je v tem delu leta najobilnejši.

Nekoč so bili moški tisti, ki so najpogosteje varali, žene so bile doma in skrbale za otroke ter gospodinjstvo. Danes so se odnosi precej spremenili, ker so ženske izenačene z moškimi – imajo službo, uspešne kariere, svojo družbo in prijatelje kar je pripeljalo do izenačenja kar se tiče skokov čez plot. Večina raziskav širom sveta je pokazala, da je varanje v porastu. Čeprav se zdi, da ljudje varajo zaradi nezadovoljstva s svojim partnerskim odnosom so študije pokazale, da je pravzaprav pravi razlog za to reševanje notranjih konfliktov s samim sabo.

Psiholog John Gottman je 30 let raziskoval ključne dejavnike s katerimi je mogoče napovedati, ali bo par ostal skupaj ali se razšel. Njegovi sklepi so nadvse zanimivi in sicer pravi: Če naj zveza uspe, mora biti pozitivnih izjav petkrat toliko kot negativnih izjav. Z drugimi besedami, šele pet primerov strinjanja in podpore izniči škodo, ki jo je povzročila ena sama kritika.

Če ženska pohvali moškega, mu bo to mogoče šlo malo v glavo, kritika pa gre naravnost v srce in ga skrči, tako da v njem nikoli več ne bo dovolj prostora za tolikšno ljubezen do nje.

Njegove raziskave so tudi pokazale, da lahko vaše poznavanje nepomembnih podrobnosti iz življenja vašega partnerja precej dobro napove, kako dolgo bo trajala zveza.

Prav tako je študija pokazala, da pari v dolgotrajnih in srečnih hetereoseksualnih zvezah v trenutkih konflikta kažejo poseben vzorec. Ženska navadno izrazi težavno vprašanje, postavi analizo problema in predlaga možne rešitve. Moški, ki so zmožni sprejeti katero od teh idej in tako pokažejo pripravljenost, da vodilno vlogo delijo s partnerko, imajo veliko večje možnosti, da ohranijo uspešno zvezo. Pri parih, pri katerih se moški odzovejo brez razumevanja ali celo kažejo odpor, pa je verjetnost razpada zveze veliko večja.

Marsikdo meni, da je zaljubljanje izjemno zahtevna zadeva, ki naj bi temeljila na mešanici videza, osebnosti, privlačnosti in naključja. James Laird pa je menil, da temu ni tako. Ugotovil je, da je ta edinstven in čudežen občutek veliko bolj neposreden, kot se zdi, ter da ga je mogoče pričarati z nekaj skrbno pripravljenimi trenutki. Njegova hipoteza je bila preprosta. Iz vsakdanjega življenja je očitno, da se zaljubljenici veliko gledajo v oči. Zanimalo ga je, ali velja tudi nasprotno. Ali je mogoče pričarati občutek zaljubljenosti že tako, da bi se ljudje nekaj trenutkov gledali v oči. Arturja Arona je pa zanimalo ali bi lahko - podobno tako kot gledanje v oči vzbudi privlačnost – obudil romantične občutke pri parih tako, da bi jih popeljal skozi razburljivo dvorjenje. Spraševal se je, ali bi se zakonska partnerja videla kot bolj privlačna, če bi ju pripravil do tega, da prekineta monotonost skupnega življenja in storita nekaj novega in zabavnega.

Njegova raziskava je pokazala, da bodo pari, ki že dolgo živijo skupaj, čutili večjo privlačnost drug do drugega, če bodo redno izvajali nove in razburljive dejavnosti, pri katerih morata oba sodelovati, da bi dosegla cilj. To ugotovitev potrjuje tudi več anket, iz katerih sledi, da je pri srečnih parih, ki so že dolgo skupaj bolj verjetno, da izvajajo priložnostne dejavnosti, ki se jih udeležujeta oba partnerja. Pari, ki ovire premagujejo skupaj, pa naj gre za šport, amatersko gledališče, izobraževanje, plezanje po stenah, obiskovanje novih krajev, učenje plesa ali počitniško potovanje na neobičajne cilje, torej držijo skupaj.

Pare je mogoče naučiti kako naj se odzovejo, ko zabredejo v težave, vendar je to zahteven in dolgotrajen postopek.

Poznamo pa nekaj metod, ki se jih je mogoče presenetljivo hitro naučiti in ki lahko pripomorejo k srečnejšemu skupnemu življenju v prihajajočem letu. Treba je le znati napisati ljubezensko pismo, postaviti fotografijo na polico in zavrteti čas nazaj do prvega zmenka ...in se udeležiti delavnice za pare v Dobrni kjer bomo pare naučili kako prilivali olje strasti na ogenj poželenja

