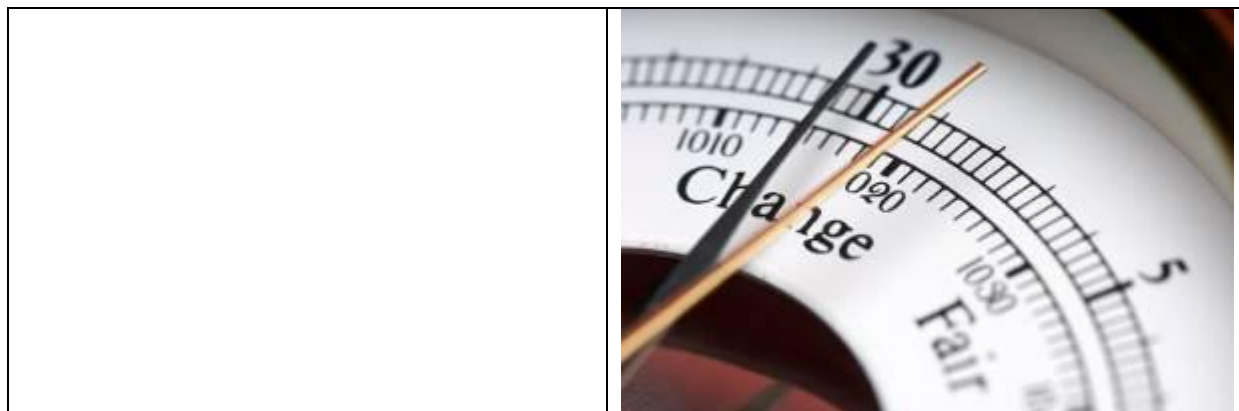


Sexuální barometr měří dobře



Důležitost

Když jsem formuloval [metodu sexuálního barometru](#), ani jsem netušil, jak velký vliv má sex na rozpoznávání dobrého partnera i kvality vztahu. Úloha sexu, ač jde stále o tentýž akt, byla v historii lidstva různě vykládána a oklešťována, což nás svými následky ovlivňuje dodnes. I když se zdá, že všichni mají volnost a mohou si v oblasti sexuality dělat, co se jim zachce, velká většina z nás nedosahuje maxima svých sexuálních možností. Ať jsme byli vychováni jakkoliv, nemůžeme popřít vliv sexuality jak na své zdraví, tak i na kvalitu vztahu samotného.

Pomoc ve výběru

Sexuální barometr využívá všech funkcí mozku (vědomých smyslových i nevědomých paměťových), aby nám ukázal, jak je daný sexuální prožitek vysoko na stupnici 0 až 10. Mozek vždy vyhodnocuje přijímaná data a z nich kalkuluje další prožitky, názory a myšlenky. Proto se dá sexuální barometr využít [jako tester](#) pro nového partnera i pro [hodnocení kvality současného vztahu](#).

Ukazatel vztahu

Poněvadž mozek zapojuje při sexuálním zážitku všechny své funkce, můžeme jeho výstupy využít jako jedno z měřítek vhodnosti partnera a perspektivy dobrého vztahu. Ukazuje-li barometr nad 7.5, můžeme o vztahu hovořit jako o schopném existenci. Barometru by měli využívat jak nové vztahy, tak vztahy již existující, kde klesající sexuální barometr je vždy důkazem rostoucího nezájmu, chladnutí lásky, či nevyříkaných problémů, a způsobuje rostoucí touhu po pornu, či jiných partnerech.

Lidem se nedaří

Zpověď 13000 lidí z 27 států světa (Global Better Sex Survey) ukázala, že v západní Evropě je se svým sexuálním životem spokojeno pouze 38%. Na nespokojenost samozřejmě mají vliv i civilizační choroby, přepracovanost, ale podle mého názoru má největší podíl na nízkém sexuálním barometru špatná volba partnera, špatně položený základ vztahu a z něj vyvěrající neshody, hádky a postupné odcizování. Nikdo nás totiž

neučil, jak si vybrat partnera a jak si dobrý vztah dlouhodobě udržet. Místo toho nám častokrát naši vlastní rodiče byli špatným příkladem vztahu, komunikace a náklonnosti.

Jak zlepšit svůj sexuální barometr?

Vynechám zde školení v různých sexuálních praktikách, tyto informace je možné [získat jinde](#). Raději uvedu zásadní fakta z hlediska psychiky osobnosti.

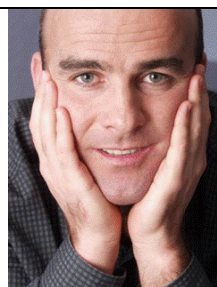
Udělejte si test [kompatibility vztahu](#)

Zjistěte, zda vám váš partner stále [stojí za to](#)

Vypište si témata, která leží zakopaná pod postelí, a zapracujte na nich.

Udělejte si [technickou vztahu](#)

Založte si [Domácí ústavu](#) a [3x a dost](#)



© Napsal ing. Aleš Kalina

Kouč v oblasti osobního rozvoje
(práce, peníze, vztahy, zdraví)

Email: kalina@mujkouc.cz

www.mujevztah.cz

www.foto-mluvi.cz

www.mamdepku.cz

<http://www.youtube.com/kalinaales>

Tento článek můžete využít pro své potřeby, pokud uvedete informace o autorovi, jeho email a odkaz na www stránky.