

Neue Lust statt alter Frust

Was macht Sie in Ihrer Rolle als Sexualpartner aus?



Haben Sie sexuelle Wünsche und geheime Fantasien, die Sie erregend finden und mit Ihrem Partner bisher noch nicht geteilt haben?

Ja Nein

Wenn ja, welche sind das?

Was erregt Sie daran besonders?

Warum haben Sie das bisher mit Ihrem Partner noch nicht geteilt?

Welche negativen Erfahrungen haben Sie mit Sex gemacht?

Wie sehr beeinflussen diese bis heute noch Ihre Sexualität?

Gibt es eine Möglichkeit, sich davon freizumachen?

Was war das aufregendste sexuelle Erlebnis für Sie (mit und/oder unabhängig von Ihrem Partner)?

Was war so besonders daran?

Wann haben Sie zuletzt etwas Neues beim Sex ausprobiert?

Wie müsste Ihr Sexleben aussehen und was möchten Sie noch ausprobieren und erleben, damit Sie mit einem Gefühl der Zufriedenheit und Erfüllung im hohen Alter Rückschau darauf halten können?

Was können Sie selbst dafür tun?

Was kann Ihr Partner dafür tun?

Wann fangen Sie damit an?
