



LUST-PUSSLET

Här kommer en övning som du och din partner kan göra för att försöka fånga vad det är hos var och en av er som skapar lust. Lust till livet och lust till sex och närhet. Fyll i rutorna var för sig och prata sedan om svaren tillsammans. Syftet är att hitta förståelse för varandra. Och goda lösningar!

Här nedan är ett exempel – hjälp med idén har vi fått från ett par av våra klienter. Vad som skapar lust är ofta individuellt. Du och din partner kan fylla i nästa matris.

PARTNER 1

God relation		
Ork		Initiativ
Fysisk närhet	Tid	Egen tid

PARTNER 2

God relation		
Komplimanger		Trygg plats
Ork	Initiativ	Smekningar

