



Одна подруга спрашивает у другой:  
 — Что ты больше любишь — секс или Новый год?  
 — Новый год, — отвечает та.  
 — Почему?  
 — Да потому, что он чаще бывает...  
 Анекдот

## Новый год вдвоем: романтика VS повседневности

### ОДИН ИЗ «КИТОВ» СУПРУЖЕСКОЙ ЖИЗНИ

Наверное, многие семьи в наше непростое время рушатся не в последнюю очередь потому, что у мужа и жены не совпадают биоритмы: одному партнеру хочется больше секса, другому — меньше или вообще не хочется. Нам так редко удается по-настоящему побыть наедине, никуда не торопясь, не разрываясь между сотней дел и миллионом обязанностей, что полноценное общение, романтика, нежности и даже занятие любовью стали роскошью.

По мнению психологов и сексопатологов, как бы мы ни пытались уйти в своих мечтах от этой проблемы в какую-нибудь романтику, секс остается одним из основополагающих «китов», на которых держится супружеское счастье. При этом полноценные сексуальные отношения оказывают важное влияние на качество жизни.

В свою очередь, новогодняя ночь — отличный повод остаться только вдвоем, забыть про все отвлекающие факторы и погрузиться в сказочную романтическую атмосферу со своей второй половинкой.

К тому же как Новый год встретишь, так его и проведешь...

### СКАЗКА ДЛЯ ДВОИХ

Для того чтобы Новый год с любимым человеком остался незабываемым, следует выбрать секс-сценарий, который был бы интересен для обоих.

К примеру, можно с самого начала создать в доме интимную обстановку: задернуть шторы, разбросать подушки по полу, запастись афродизиаками (лавандой, ванилью), зажечь аромасвечи, включить тихую релаксирующую музыку. Как вариант — так называемые ролевые

игры в костюмах Деда Мороза и Снегурочки, Щелкунчика и Мари, Маши и Медведя и т.п.

Бытует мнение, что женщинам необходима долгая прелюдия, чтобы разжечь костер страсти. Но сексологи утверждают: быстрый спонтанный секс способен доставить партнерам невероятное наслаждение. Это может произойти, например, на кухне во время совместного запекания праздничного гуся.

Однако романтический Новый год совсем не обязательно подразумевает интимный праздник в собственной давно и хорошо изученной квартире. Скорее, даже наоборот! Уехать из города или страны, снять номер в отеле или провести ночь в бане или клубе — выбирайте тот вариант, который вам по душе. Смена декораций придаст празднику больше романтики, веселья и яркости.

При этом независимо от того, где именно вы решили реализовать свои планы, желательно отказаться от обилия салатов, горячих и заливных блюд. Иначе вам будет просто не до секса, так как после плотного ужина, как правило, хочется одного — поспать. Также не переусердствуйте со спиртным. И конечно, помните о том, что, по статистике, всплеск рождаемости традиционно приходится на конец сентября — начало октября.

Подготовила Александра Демецкая



Чтобы отношения с партнером оставались гармоничными весь год, психологи рекомендуют:

- стремиться к тому, чтобы вы и ваш партнер обладали равными правами.
- избегать фраз, начинающихся со слов «всегда» и «никогда».

- сохранять непосредственность и искренность в отношениях.
- не забывать благодарить партнера, если он доставил вам радость.
- действовать по принципу «и мне хорошо, и тебе хорошо».
- в череде забот обязательно находить время для двоих

