



**Сергей Шерематов**

**Как  
улучшить  
качество секса?**

Сергей Шерематов

**Как улучшить качество секса?**

«Издательские решения»

**Шерематов С.**

Как улучшить качество секса? / С. Шерематов — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-509045-4

Качество и количество — это подход, который может привести к улучшению сексуальной жизни. Исследования показывают, что чувство удовлетворенности сексуальным аспектом их отношений важнее для многих людей, чем то, как часто они занимаются сексом.

ISBN 978-5-00-509045-4

© Шерематов С.  
© Издательские решения

## Содержание

Приправьте вашу сексуальную жизнь с этими хитростями	6
Конец ознакомительного фрагмента.	7

# **Как улучшить качество секса?**

**Сергей Шерематов**

© Сергей Шерематов, 2019

ISBN 978-5-0050-9045-4

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## **Приправьте вашу сексуальную жизнь с этими хитростями**

Качество и количество – это подход, который может привести к улучшению сексуальной жизни. Исследования показывают, что чувство удовлетворенности сексуальным аспектом их отношений важнее для многих людей, чем то, как часто они занимаются сексом.

Как вы можете начать улучшить качество своей сексуальной жизни? Вы можете быть удивлены, узнав, что улучшение близости начинается еще до того, как вы ступили в спальню. Важно воспитывать не сексуальные аспекты ваших отношений, чтобы повысить удовлетворенность браком. Акты нежности и привязанности укрепляют эмоциональные связи между партнерами. Чувство заботы и любви – прочная основа для сексуального удовольствия.

Вместо того, чтобы беспокоиться о таких аспектах, как спонтанность, выделите время для романтики, когда вы знаете, что родительские и / или рабочие обязанности вас не отвлекут. Это может происходить в более необычное время. Например, очень рано утром, когда у вас гораздо больше энергии, чем было прошлой ночью.

Многие исследования пытались определить, как часто средняя пара занимается сексом, как это число может меняться на разных этапах отношений и какое идеальное количество для счастья.

Но одним из самых интересных выводов из недавних исследований является то, что достаточное количество секса – это то, что приносит сексуальное и семейное удовлетворение обоим партнерам.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.