

Časopis s dobrým vodusom

Sarm

číslo 7 9. FEBRUÁR 2010
0,83 € www.sarm.sk



LASICOVA ŽENA EXKLUSÍVNE

Naš vzťah bol dohovor,
šokuje Magda Vášáryová



PRVÁ
OFICIÁLNA
SEXKOUČKA
Čo sa
odohráva
v pracovni
sexuálnej
trénerky?

MAMA
POSTRELENÉJ
SLOVENKY



Vraj sa za ňu modlila
celá Amerika



POBIJÚ SA?

Zo ZUZANY FIALOVEJ a z ADELY
BANÁŠOVEJ sa opäť stali rivalky

Keby penis prehovoril



Na stene obrovská fotografia mužského údu, na zemi pohodlné dvojlôžko. Tako vyzerá „pracovňa“ sexkouča, čiže po slovensky sexuálneho trénera. Čo sa tam odohráva?

BARBORA DVOŘÁKOVÁ

Dívali ste sa na televíznu súťaž *Inkognito*, kde herci hľadali povolania hostí v štúdiu? Pri Julie Poupětovej by sa poriadne zapotili. Je totiž certifikovaná sexuálna trénerka, vôbec prvá na území niekdajšieho Československa. Čo je jej pracovná náplň? Zlepšiť ľuďom sexuálny život. Ženy učí dosahovať orgasmus, mužov riešiť problémy s erekciou a predčasnom ejakuláciu. S ostýchavými nakupuje

kondómy a lubrikanty, tým, čo sa chcú v sexe posunúť niekom ďalej, odhalí rozkoše, o ktorých netušili, že im ich telo môže poskytnúť. Alebo im uľahčí vstup do swingers klubov, erotických salónov, poradí obchody s latexom...

Trénerka sexe

Ženu, ktorej každodenným chlebom je sex, som si predsta-

vovala ako živočíšneho vampa, prísnu dominu alebo bezpohlavnú vedkyňu. Julie je však iná. Krehká nežná blondinka. S okuliarmi pôsobí veľmi dievčensky. A zvodne. Napríklad keď vtipkuje na otázku, či sa občas ako správna manželka vyhovára roztuženému manželovi na migrénu.

„Nie. U nás bolí hlava skôr muža!“ vráti smeč s potuteľným úsmevom.

Na druhej strane, keby ste ju nechali, vypláva na povrch intelektuálka, čo študovala biológiu, klinickú a vývojovú imunológiu, má psychologický výcvik a medzinárodný certifikovaný kurz pre trénerov, akreditovaný najväčšou celosvetovou koučovskou asociáciou... Inými slovami, jej monológ bude taký preplnený odbornými výrazmi, že laik ani nepochopí, že reč je vlastne ešte stále o sexe.

Julie Poupětová, prvý certifikovaný sexkouč, pracuje v Prahe. Úvodné deväťdesiatminútové sedenie stojí 1 300 Kč, ďalšie 1 000 Kč. S klientom pracuje priemerne pol roka. Sedenia sú raz za mesiac, plus udržuje písomný kontakt a k dispozícii je aj cez telefón či skype. Organizuje aj rôzne semináre, napríklad o hlbokých sexuálnych prežitkoch, hľadaní bodu G, či pre mužov, ako majú správne narábať so ženami...

robi. „Riešime to tak, že keď s klientom usúdime, že by bolo dobré, aby prešiel intímejším kontaktom, pošlem ho na tantrickú masáž. Mimochodom, práve pre ňu sú tu tie matrace.“

Julie ma poučí, že tantrickí masáži sú špecifickí v tom, že po dohode môžu klienta dovest až k sexuálnemu vyvrcholeniu. Pri masáži totiž uvoľňujú všetky svalová partie vrátane penisu, vulvy, vagíny, pošvového vchodu...

„Aby sa sexuálne vzrušenie mohlo rozprestrieť a zaplavíť ich, pretože keď sú stiahnuté, je to problém. Cieľom tantrickej masáže je človeka nabudíť a viac scitlivieť, čím sa zvýši aj chuť na sex a zintenzívni sexuálny zážitok. Preto je tiež pre páry, ktorým poklesla chuť na sex.“

Intímna krása

Poskytovať tantrické masáže však nie je úlohou sexkouča. Sexkoučing je hlavne o rozprávaní sa.

„Väčšinou sa na mňa obracajú ľudia, ktorí nie sú v sexe spokojní, majú nejaké trápenie alebo by chceli zmienu. Na rozdiel od klasickej sexuológie, ktorá je viac o problémoch pacientov, cieľom sexkoučingu je výrazný posun k pozitívному prístupu k sexualite. Preto napríklad jedna z prvých úloh, ktoré klient dostane, je vziať doma zrkadielko a dívať sa na svoje genitália. Musí nájsť päť vecí, ktoré sa mu páčia. Pocity, tvary, farby, vône... Budujeme tým vzťah k časťiam nášho tela, ktoré sme z nejakého dôvodu zanedbávali.“

Kouč učí klientov dokonale spozať svoje telo, aby s ním vedeli narábať. Nájskôr sami, a potom navigovať partnera, ako sa ich má dotýkať, aby si čo najlepšie vychutnali erotiku. Alebo rádi ženám, ako prežiť čo najintenzívnejší orgazmus. Aj to, ako ho vôbec dosiahnuť.

„Dôvodov, prečo žena nedosahuje orgazmus, je asi štyridsať. Mojom úlohou je odhaliť, čo konkrétnie bráni mojej klientke. Rozprávame sa, ako premýšla o pootešení vo vlastnom tele, ako prežíva emócie, či sa napríklad príliš nesústredí na cel a nezabúda užiť si cestu. Tiež radim rôzne cvičenia a používam aj edukačné videá, lebo zachádzame do detailov. Pozeráme sa, ako >

FOTO: MARTIN DOMOK

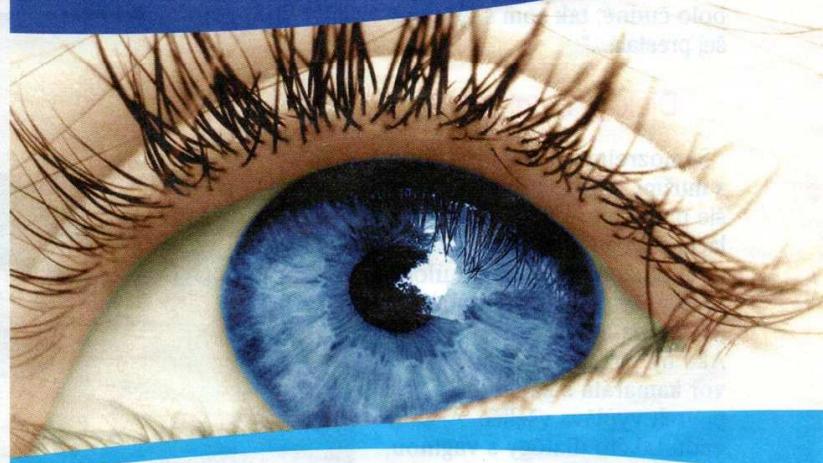
S jedlom rastie chuť

„Tam tiež vyučujete?“ hned v úvode sa zadívam na lôžko na dlážke.

„Nie. Ja nerobím techniky ako hands-on koučing ani surrogate therapy,“ pokrúti hlavou. Keď vidí, že sa nechytám, preloží mi to do češtiny: „Pri hands-on koučingu tréner priamo ukazuje žene, povedzme, ako má masturbovať. A v surogatnej terapii sa k výučbe klienta zase používa telo surogáta, čiže náhradníka. Využíva sa to napríklad v prípadoch, keď klient dlho nemal žiadny intímny vzťah a teraz si niekoho našiel, no nevie, čo má robiť, tak to trénuje s pomocou surogáta.“

Toto sa však v Česku ešte ne-

EXCIMER
Poliklinika Karlova Ves Bratislava
to najlepšie pre vaše oči



Odstraňujeme krátkozrakosť, dalekozrakosť, astigmatizmus a presbyopię jedným z najmodernejších excimerových laserov

AMARIS



JEDEN Z NAJBEZPEČEJŠÍCH, NAJRÝCHLEJŠÍCH A NAJPRESNEJŠÍCH LASEROV NA SVETE



P7-94019/1
Špičková nemecká technika,
špičkoví odborníci s najväčšími a najdlhšími
17 ročnými skúsenosťami na Slovensku

EXCIMER - LASEROVÉ OČNÉ CENTRUM
Poliklinika Karlova Ves, Líščie údolie 57, 842 31 Bratislava

telefón: +421 2 654 25 209
www.excimer.sk

Profesionálna kvalita za nezmenenú cenu

správne dráždiť vulvu, pracovať s klitorisom... Často príde na to, že problém je v používaní stereotypov, ktoré k ničomu nededú, a treba ich zmeniť. Minule mi napríklad jedna klientka poviedala: Zrazu som sa pri masturbovaní dostala do fázy, že to bolo čudné, tak som s tým radšej prestala..."

Dialógy s pohlavím

Samozrejme, Julie pracuje aj s mužmi. „Tam sú dva najčastejšie problémy – predčasná ejakulácia a ťažkosti s erekciou. Vtedy dám mužom na domácu úlohu premyslieť si, čo by im povedal ich penis, keby vedel hovorit. Ako by vyzeral dôverný rozhovor kamarátu s kamarátom? Na povrch vypláva všeličo. Aj ženy vedú takéto dialógy s vagínou, lebo keď sa nenaučíme počúvať svoje pohlavie, nebudeťme veďteč, čo chce.“

Samozrejme, ak je problém počas urologický či špecificky medicínsky, posielajú Julie klientov za príslušnými odborníkmi. Ona rieši najmä problémy, ktoré vznikajú takpovediac v hlave, a sú spôsobené predsudkami, komplexmi, ostychom či neznalosťou.

„Keď treba, nechám klienta, aby doma pri masturbovaní natocil zvukovú alebo aj obrazovú stopu a na sedení si to potom pustíme. Obaja sme v úlohe pozorovateľa. Ja som schopná povedať, čo robí zle, potom aj on hodnotí, čo vidí. Ako pri tom hýbal panvou, respektívne sa vôbec nehýbal, ako dýchal, ako využíval techniky dotyku a na ktorých miestach... Jednoducho rozoberieme, čo všetko robí a čo nerobí, hoci by mohol.“

Šerpa k vrcholu

Julie pomáha aj mužom, ktorí majú problém vypýtať si od sexuologa tabletku na erekciu. S nimi pracuje na odbúraní ostychu. Nechápam, ako sa niekto môže viac hanbiť lekára ako peknej blondíny, tak mi to vysvetlí: „Muži ma vnímajú ako spriaznenú dušu, nie ako doktorku. Komunikáciu uľahčuje aj to, že som v minulosti prešla viacerými technickými odbormi, takže keď treba vysvetliť niečo delikátne, ľahko zájdem do mužského sveta, aby som ponúkla paralely s tým, čo je im



Lôžko, na ktorom sa robia tantrické masáže.



Sexkouč učí ľudí, ako si užívať sex, a tým odvážnejším ukáže aj menej známe komnaty, napríklad swingers klubu.

tom, že už mám niečo odzité a neprekáža mi skúšať niečo nové.“

Škola hrou

A čo dodať na záver? Naprí-

lad, že štúdium sexkoučingu môže byť naozaj zábavné, lebo okrem iného majú študenti povinnú orgazmickú prax. Takže sa zavrú do spálne a poctivo študujú. Tomu hovoríme škola hrou... ■