

# lebendich.

NICOLE SILLER



## Die Sexualität als Paar lustvoll beleben

Wie in einer vertrauensvollen  
Partnerschaft lebendig gelebte,  
sinnlich-sexuelle Lust  
gelingen kann

© 2020 by Nicole Siller



## Nicole Siller

Dipl. Psychologische Beraterin  
(DLSB)

Dipl. Systemischer Coach

Sexualberaterin, Sexcoach (Klinische  
Sexologin)

Vortragende, Autorin, Podcasterin

Foto: [Mirjam Reither](#)

lebendich.

Nicole Siller • Leystraße 159 / 2.35, 1020 Wien • +43 699 11332141 • [Web](#) • [eMail](#)

Sie sind in einer wohltuenden, überwiegend liebevollen Beziehung und sehnen sich nach lustvoll-erotischen Begegnungen mit Ihrem/r Liebsten? Sie möchten also Ihre Sexualität lustvoll neu miteinander entdecken, vielleicht wiederbeleben?

Dann sind Sie hier richtig!

Ich gratuliere – Sie haben den ersten wichtigen Schritt schon getan: Sie haben die Entscheidung getroffen, dass Sie etwas verändern wollen. Wenn Sie beide wollen, sind Sie schon gut am Weg. Wenn der leidenschaftliche Hormonrausch nachlässt, beginnt eine spannende Phase – die des Gestaltens, des Spiels, die Phase der Neugierde, auch des bewussten Genusses, des auf einander Einlassens, vielleicht auch der Inszenierungen.

Finden Sie hier wertvolle, konkrete Anregungen und Inspirationen für Gestaltung und Austausch. Außerdem bekommen Sie eine Fülle von prickelnden, selbstreflektierenden Fragen, die Ihnen bewusst machen, wo Sie stehen, wohin Sie wollen und wie Sie hinkommen können.

So ist also wirklich frischer Wind in Ihrem Sexleben möglich. Diese Anregungen haben schon vielen Menschen in meiner Praxis geholfen, die eigene Sexualität sowie die mit dem Partner neu zu entfalten, zu genießen.

lebendich.

## In diesem e-book finden Sie:

- Wo ist das lustvolle WIR?  
Eine Bestandsaufnahme: wie geht es mir, wie geht es dir jetzt?
- Finden Sie Ihre Lust – Finden Sie sich selbst
- Die erotische Art der Kommunikation:  
Verführen, verführen lassen
- Nähe, Wertschätzung und Intimität durch die gemeinsame Ressourcen-Schatzkiste der Lust
- Konkrete Handlungen setzen, Steine sanft und nachhaltig ins Rollen bringen
- Bonus:  
Anregungen mit konkreten Übungen

### Haben Sie Lust?

Kommen Sie mit auf Ihre Spielwiese!!!

**Ja, ich möchte mit  
auf die Spielwiese!**

Sollten Sie gerade in einer tiefen Beziehungskrise stecken, viele Vorwürfe an einander haben, rate ich explizit vom Kurs ab und empfehle herzlich professionelle Unterstützung.

**lebendich.**