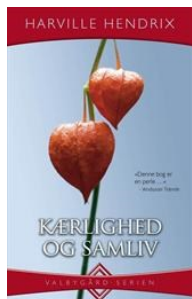


Litteraturliste – bøger – artikler – dvd'er

Rikke Thor sexolog www.rikkethor.dk



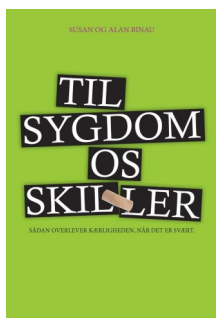
”Kærlighed og samliv” - det ubevidste og det bevidste ægteskab – Harville Hendrix 1988, om hvorfor vi mødes og hvordan vi kan udvikle forholdet



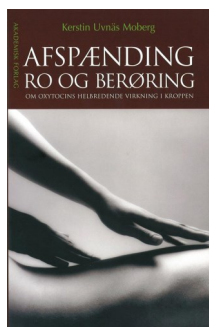
”Det levende parforhold” - Fra konflikt til nærvær
Kirsten Seidenfaden og Piet Draiby 2007



”Det passionerede ægteskab” af David Snarch. Borgen 1997



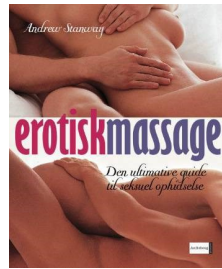
”Til sygdom os skiller” Sådan overlever kærligheden når det er svært.
Susan og Alan Binou 2009



”Afspænding ro og berøring” om Oxytocins helbredende virkning i kroppen af Kerstin Uvnæs Moberg.



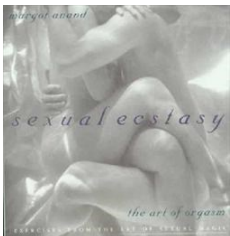
”Massage , - Berøringens
helbredende kraft” af karen
Smith



”Erotisk massage” af Andrew Stanway.
Aschehoug 2006



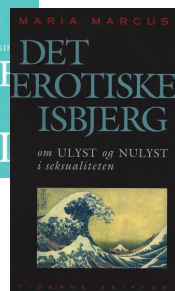
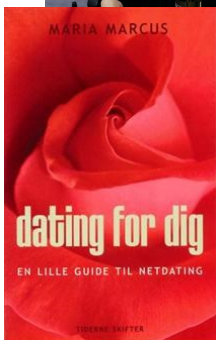
”Lyst til mere lyst” – af Cecilie Lolk Tommerup 2010 - en bog som angiver årsager og veje til at få mere lyst, og i den ene ende af bogen er der en samling erotiske noveller, samt en cd med de samme noveller.



”Seksuel nydelse” af Margot Anand. Borgen 2001 – en bog om langsom, sanselig sex - at være i nuet – tantra.



”Dame med stol” Maria Marcus. Tiderne skifter 2012. Om hvordan bl.a. seksualiteten - efter en lammelse i ben og underliv – blev bedre og mere sanselig.



”Det erotiske isbjerg” - om ulyst og nu lyst i seksualiteten af Maria Marcus.

”Dating for dig” 2005 af Maria Marcus (samt Maria Marcus andre bøger se hendes hjemmeside www.mariamarcus.dk)

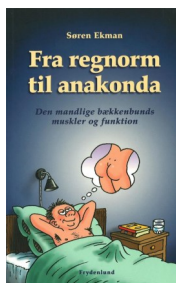
Artikler af Maria fx ”Kinky eller vanille” kan læses via <http://www.mariamarcus.dk/#>



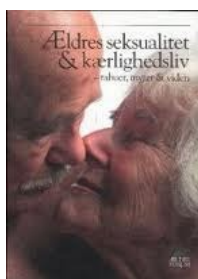
”Onani” af Betty Dodson. Bogen om og af den legendariske kvinde, som har hjulpet mange kvinder til orgasmer og bedre seksualitet.

”Hurra for mænds faldende potens” en artikel af Tove Bech, om muligheden for at genopdage elskovskunstens glæder, - når rejsningen ind imellem svigter. Kan findes her:

http://www.tovebech.dk/hurra_artikel.html



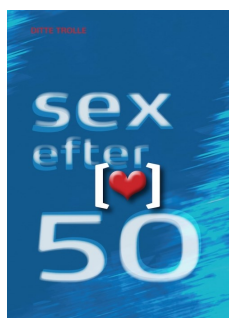
”Fra regnorm til anakonda” – den mandlige bækkenbunds funktion og muskler. Søren Ekman 2006. Fås også som dvd med instruktioner.



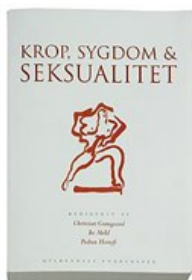
”Ældres seksualitet og kærlighedsliv” . tabuer, myter & viden. November 2010. Kan rekvireres/downloades via www.aeldreforum.dk



”Elsk hele livet” Maria Fonfara – fotograf. 2012. Rigtig flot bog med sensuelle billeder af ældre, samt deres historier.



”Sex efter 50” Ditte Trolle. 2012. Rigtig god bog om hvordan seksualiteten kan ændre sig gennem livet,



”Krop sygdom og seksualitet” Christian Graugaard m.fl 2006. Måske mest for fagpersoner – bogen omhandler en del sygdomme og deres indvirkning på seksualiteten, kropsforståelsen, kønsorganerne mm.

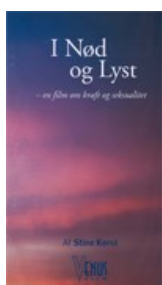


”Tabuknuseren” To søstres fortælling om brystkræft. Frydenlund 2012. Godt afsnit om seksualitet.



Pjecen ”Kræft og seksualitet” Kan rekvireres gratis via kræftens bekæmpelse.

Pjecen har bl.a. gode spørgsmål bagest, som kan bruges til at starte en samtale med sin partner om seksualitet i forhold til den nye situation.



”I nød og lyst” En film om kræft og seksualitet, hvor par og singler i forskellige aldre og med forskellige kræftdiagnoser fortæller om krop, sygdom og samliv – glæder og besværligheder. Venus film 2004. Nogle ting i filmen er lidt forældet, men følelserne er det ikke. Filmen kan lånes på biblioteket. Den er absolut værd at se – gerne sammen med en evt. partner, hvis en af jer har/har haft kræft.



Film: prostatakraft og seksualitet – hvor 6 mænd fortæller om seksualitet og potensproblemer og hvordan de er kommet videre. 20 minutter. Kan også ses af andre – som er ramt på rejsningsevnen og lysten af andre grunde end prostatakraft. Kan ses via <http://cancervideo.dk/?poditemid=14099&tagsid=&page=>



”Erotisk massage” – dvd – en sanselig dvd hvor par giver hinanden massage på hele kroppen med olie. Der er flere film i samme serie om krop, seksualitet mv. – kan bruges både som inspiration og måde til at skabe lyst. Kan fx købes via www.cdon.com eller www.seksueltrivsel.dk



”Erotic for Real” Spil for par – som kan udvide berøringen og kommunikationen om seksuelle emner i parret. Husk I ikke behøver at bruge alle kortene, hvis nogle går for ”tæt på” pga kropsændringer og andet. I bestemmer selv.

sinful
NUTIDENS EROTISKE WEBSHOP

Sex shop, hvor du kan købe glidecreme og andre seksuelle hjælpemidler på internettet se deres specielle side om seksuelle hjælpemidler på

<http://www.sinful.dk/sexhjaelpemidler>

Skriv gerne til mig for yderligere oplysninger/udbygning, eller du synes der mangler nogle bøger, cd eller dvd'er... måske har du selv nogle forslag til listen.

Hilsen Rikke Thor

Sexualitet

Det drejer sig om livsglæde og livskvalitet.

Det drejer sig om at være nær et andet menneske.

Det drejer sig om at

blive bekræftet som mand /kvinde.

Det drejer sig om at mærke livsnerven

gennemstrømme kroppen og få sommerfugle i maven.

Det drejer sig om at leve – ikke kun eksistere.

Det drejer sig om at være et helt menneske.

Margaret Paasche