

Όχι πια σεξ, μόνο φίλοι...

07/Mai/2017 23:59



Παρότι ζούμε σε μια εποχή που ο ερωτισμός είναι πιο προβεβλημένος από ποτέ, είναι πολλά τα ζευγάρια, παντρεμένα και μη, που **καταλήγουν να μην έχουν σεξουαλικές επαφές** – ή τουλάχιστον όχι με μια συχνότητα που θεωρείται λογική για δύο ανθρώπους που είναι μαζί. Μπορεί όμως να **επιβιώσει μία σχέση χωρίς σεξ** και τι οδηγεί σε αυτή την κατάσταση το ζευγάρι;

Απώλεια του ερωτικού ενδιαφέροντος

Η εμμηνόπαυση ή η γέννηση ενός παιδιού μπορεί να κάνουν μια γυναίκα να χάσει τη libido της, αυτό όμως δεν είναι απαραίτητο να συμβεί. Οι άντρες, από την άλλη πλευρά, μπορεί να έχουν πιο χαμηλή τεστοστερόνη από το φυσιολογικό, για διάφορους ιατρικούς λόγους. Σε κάθε περίπτωση, εάν θα πάτε στον ειδικό για να συζητήσετε την απουσία ερωτικού ενδιαφέροντος, πιθανότατα θα αναζητήσει πρώτα κάποια οργανική αιτία που μπορεί να μην έχει εκδηλωθεί ακόμη. Μετά από αυτό, θα πρέπει να σκεφτείτε κατά πόσο μπορεί η απουσία του **σεξ** να οφείλεται στη **σχέση** σας – υπάρχει δηλαδή όντως έλλειψη ενδιαφέροντος για το σεξ (αυτοϊκανοποιείστε ή φαντασιώνεστε, για παράδειγμα;) ή εάν μπορεί η απουσία ερωτικής επαφής να σημαίνει έλλειψη ερωτικού ενδιαφέροντος για τη σύντροφο σας.

Πότε σταματάει το σεξ;

Λανθασμένες αντιλήψεις όπως ότι το σεξ σταματά σε κάποια ηλικία ή πως εξαρτάται από τις στύσεις και τον φυσικά λιπασμένο κόλπο, μπορεί τελικά να επηρεάζουν αρνητικά την

ερωτική ζωή ενός ζευγαριού. Όλοι οι άνθρωποι είναι σεξουαλικά πλάσματα και η σεξουαλική έκφραση παίρνει πολλές μορφές, ενώ ένας γιατρός ή ένας σύμβουλος γάμου, μπορεί με τις συμβουλές του να βοηθήσει σημαντικά.

Μήπως το έχετε... ξεχάσει;

Παρότιακούγεται περίεργο, συμβαίνει πιο συχνά απ' ότι μπορούμε να πιστέψουμε. Κάποια γεγονότα όπως μια ασθένεια ή ένα καινούργιο μωρό θα διακόψει το φυσιολογικό ερωτικό πρόγραμμα ενός ζευγαριού, θεωρητικά προσωρινά, αλλά σε κάποιες περιπτώσεις η σεξουαλική σχέση απλά δεν συνεχίζεται. Αυτός που συνήθως παίρνει την πρωτοβουλία παύει να το κάνει ίσως λόγω της συχνής απόρριψης και ο άλλος, που σίγουρα θα μπορούσε να πάρει την πρωτοβουλία όταν θα είναι έτοιμος, δεν το κάνει. Η σεξουαλική αποχή συνεχίζεται και, αρκετά συχνά, κανείς δεν ανακινεί το θέμα μέχρι που γίνεται ζωτικής σημασίας για τον έναν ή τον άλλο. Αυτή η κατάσταση μπορεί να συνεχιστεί για χρόνια.

Υπάρχει σχέση χωρίς σεξ;

Πολύ περισσότερα ζευγάρια απ' όσα θα μπορούσαν να φανταστούν οι πιο πολλοί άνθρωποι ζουν ευτυχισμένα χωρίς σεξουαλικές επαφές μεταξύ τους ή με [ερωτική ζωή](#) έξω από την επίσημη σχέση τους. Ωστόσο, αν ο ένας είναι δυστυχισμένος με την κατάσταση του "όχι πια σεξ, μόνο φίλοι" τότε θα πρέπει να κάνει κάτι ώστε να λυθεί το θέμα. Ιδανικά, θα πρέπει ο καθένας χωριστά ή και οι δύο μαζί, να επισκεφθούν έναν ειδικό. Από την άλλη πλευρά, δεν είναι λίγα τα ζευγάρια που αποδέχονται την κατάσταση και απολαμβάνουν τις άλλες μορφές προσωπικής και συντροφικής ικανοποίησης που τους προσφέρει η σχέση τους.

[Διαβάστε το άρθρο στο Capital.gr](#)