



La rubrica è a cura del  
**Dottor Andrea Ronconi,**  
**Sessuologo**  
**e Psicoterapeuta**  
**della Coppia** (foto).  
**Riceve a Rimini, Cattolica**  
**e Repubblica di S. Marino**

Per avere una risposta dal Dr. Ronconi, inviate le vostre domande a: [redazione@riminidonna.com](mailto:redazione@riminidonna.com), specificando nell'oggetto LA POSTA PER LEI, LUI, LA COPPIA.

Le informazioni presentate non devono in alcun modo essere considerate a scopo diagnostico o terapeutico e sostituire la necessità di richiedere una consultazione professionale. Devono pertanto essere intese solo come un contributo di informazione sui temi riguardanti la psicologia individuale, delle relazioni amorose e sessualità. I nomi usati nel rispondere ai lettori sono di fantasia nel rispetto della loro privacy, per ogni altro chiarimento il dottore è reperibile al numero **335.6300997** o al sito **[www.psicologia-sessuologia.it](http://www.psicologia-sessuologia.it)**

# Amore, questo sconosciuto

*Sono sposata da molti anni e mio marito sembra non desiderarmi più come un tempo. Dottore, cosa devo pensare?*

*Giuliana, 49 anni, Rimini*

Gentile Signora, l'attrazione e il desiderio sessuale fra partner può variare nel tempo di una sola giornata ed è fisiologico, come è normale che i sentimenti e gli affetti possano cambiare nel ciclo di vita di una coppia. All'inizio di una relazione, si è fortemente stimolati dalla curiosità di conoscersi reciprocamente e di scoprire nuove esperienze di piacere per entrambi. Poi con il passare del tempo molte persone possono, vivendo esperienze meno intense sul piano della passione dello scambio, interpretare questi episodi come l'inizio inevitabile di un declino progressivo della qualità degli scambi più intimi. Il pensare così negativamente può contribuire a velocizzare il processo graduale di "trasformazione del fuoco della passione in brace, fino al suo completo spegnimento". Sarebbe invece più opportuno percepire il cambiamento come segnale che ci comunica che la routine e la prevedibilità degli scambi sessuali sta minando il piacere fruibile. Vivacizzare l'attività sessuale variando i luoghi e le modalità, cambiando la sequenza ormai stereotipica dei gesti e delle

azioni, delle posizioni ecc. La condivisione di ulteriori scoperte da fare insieme e il mantenimento dello slancio e dell'erotismo nella coppia si fa attraverso una buona comunicazione dei propri desideri. Per buona comunicazione intendo: chiara, rispettosa nelle modalità e nei contenuti, propositiva e non giudicante. Altra cosa è un declino dovuto all'età del desiderio sessuale nel maschio e sappiamo come questo sia dovuto a fattori organici come il calo fisiologico del testosterone. Ci sono diversi rimedi farmacologici offerti dall'andrologia, ma sempre e comunque dovrebbero essere integrati da una consulenza psicossessuologica. Altre volte il calo del desiderio sessuale può essere uno dei segnali tipici di un disturbo depressivo. Si conviene curare prima la depressione, con una psicoterapia (integrata o meno da assunzione di farmaci, prescritti da un medico specialista) e dopo il sintomo sessuale, non viceversa. Per fare all'amore tutta la vita non basta il romanticismo della poesia, pur essendo un ingrediente necessario, ma ci vuole anche un rinnovabile impegno reciproco.