Pourquoi les hommes divorcés souffrent-ils plus de problèmes d'érection ?

Si divorce peut rimer avec soulagement et nouveau départ, il arrive parfois (souvent) qu'il soit émotionnellement traumatisant. Et les hommes ne sont pas en reste. Notamment en matière de sexualité.

Le nombre de divorce augmente sans cesse, mais les effets sur le psychisme eux, ne disparaissent pas et le traumatisme que peut causer une séparation n'est pas à négliger. Stress, déprime, voire dépression... qui peuvent avoir des conséquences sur les fonctions érectiles des hommes et causer des difficultés à atteindre l'orgasme.

Un deuil nécessaire mais souvent contourné

Un divorce, comme un décès, signifie la perte d'un être cher et nécessite une phase de deuil. Mais pris dans la confusion que cause le divorce, certains hommes se tournent vers des antidépresseurs en espérant rapidement se sortir de cette passe difficile. Ceux-ci ne font que retarder le processus de deuil et peuvent causer des troubles de l'érection. Hormis certains cas dans lesquels la prescription d'antidépresseurs est nécessaire (profonde dépression pouvant conduire à un suicide par exemple) mieux vaut donc passer naturellement par les différentes phases de deuil, en se faisant plutôt aider par une thérapie ou un groupe de parole.

La pression de la performance

Le piège dans lequel certains hommes tombent est de vouloir tout de suite « remplacer » leur femme car le cerveau croit avoir besoin de la routine qu'il connaît. Il faut 6 mois au cerveau humain pour intégrer le fait de ne plus être marié et s'habituer à une nouvelle vie de célibataire. S'agissant du sexe, l'erreur classique des hommes venant de divorcer est d'avoir un rapport dès qu'ils en ont l'opportunité. Or, la pression de la performance avec une nouvelle partenaire peut vite tourner au cauchemar. Et une mauvaise expérience peut en entraîner une autre... et le cercle vicieux est en route.

Réapprendre à aimer

Avant de penser au rapport sexuel ou à se remettre en couple, il est nécessaire de réapprendre à séduire. Les premiers rendez-vous sont cruciaux pour la confiance en soi. Et ils remontent à loin en général... Consulter un sexologue peut être bénéfique. Ces professionnels sont formés pour expliquer comment faire à nouveau plaisir à une femme, la séduire, mais également la façon de faire fonctionner le pénis sans médicaments et sans l'anxiété de la performance.

Se remettre d'un divorce prend du temps, émotionnellement et physiquement. Une fois le corps et l'esprit adaptés à cette nouvelle vie, l'amour à nouveau apparaît... et le sexe avec !

Source : www.examiner.com

Par Claire Schneider

©<http://www.marieclaire.fr/>,pourquoi-les-hommes-divorces-souffrent-ils-plus-de-problemes-d-erection,718400.asp