

## HVERDAGSLIV ARTIKKEL TIL 20.04.19

Av Beate Alstad

Bruk påsken til å gjøre noe aktivt med kjæresten, for tid foran skjermen kan senke sexlysten.

Nå er endelig påsken her og vi gleder oss til deilige, etterlengtede fridager, enten på fjellet, ved sjøen eller hjemme. Kakao, appelsiner og fyll til påskeeggene er i hus, og de fleste av oss sjekker ut værmeldinger på alle kanaler.

Jeg håper at det blir en solrik påske som innbyr til aktiviteter utendørs, men hvis uværet melder seg over Telemark så ønsker sexologen at dere som par tar fram brettspill, ludo eller leser høyt for hverandre istedenfor å kun se på tv serier, filmer og serier online.

Hvorfor? Jo, for hvis dere kun sitter foran skjermen er det stor sjanse for at sexlivet dabber av.

For noen år siden etablerte begrepet «Netflix and chill» seg som en sjekkereplikk eller en invitasjon til å gå hjem og ha sex. Men mye kan imidlertid tyde på at sjansen for at man faktisk blir sittende å se på Netflix, og ikke ha sex med kjæresten, er stor hver gang HBO eller Netflix slipper nye sesonger av populære serier. I 2017 da den siste sesongen av serien «Game of thrones» ble sluppet, dalte nemlig antallet som oppsøkte blant annet porno på nettet kraftig skal vi tro statistikk fra verdens største pornonettside, Pornhub Insights.

Dette tyder på at folk faktisk synes serien var viktigere enn å tilfredsstille sine seksuelle behov. Mange velger å se hele sesonger i strekk, såkalt seriefråtsing eller leke grønnsak; Julia Roberts kjente replikk fra filmen «Pretty woman». Det vil si at mange par tilbringer mesteparten av fritiden sin foran skjermen til de har sett ferdig sesongen, heller enn å spare serier til en uværsdag.

For når det endelig regner går tallene på de som oppsøker porno rett til vær. Under orkanen i Irland i 2017 økte pornotrafikken voldsomt.

Men hvis det blir strømbrydd og skjermen går i svart? Det viser seg at under strømbrydd går antallet barn som unngås i været, for da har vi med andre ord endelig tid til hverandre.

En landsomfattende undersøkelse gjennomført for Energi Norge i anledning Strømmens dag 2016, gikk ut på hva man ville foretatt seg dersom strømmen gikk og ble borte i to timer. Blant den norske befolkningen svarte da 74 prosent at de ville tent stearinlys og lest en bok. 54 prosent svarte at de ville tent opp i peisen og 19 prosent ville ha lagt seg til å sove. Hele 20 prosent av befolkningen svarte at de ville benyttet tiden til å ha sex med sin kjære. Andelen som ønsket å ha mest sex var størst blant hovedstadens innbyggere hvor 31 prosent svarte at dette var det de ville benyttet tiden til ved et strømbrydd.

Men dere trenger ikke å vente på et eventuelt strømbrydd for hygge mellom lakene. Bruk påskedagene til finne tid til hverandre både ute og inne for både sex, intimitet, lek og morsomheter. Felles minner og opplevelser bygger par, men det er godt av og til å sette seg sammen foran skjermen også, spesielt når siste sesong av «Games of thrones» ble sluppet denne uke 😊.

Ønsker dere alle en solrik og aktiv påskehøytid.