

Sexualité

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Génération plus : bien vivre son âge**

Band (Jahr): - **(2010)**

Heft 17

PDF erstellt am: **17.07.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

«Pourquoi ne veut-il plus FAIRE L'AMOUR?»



Antoinette Liechti Maccarone, psychologue, spécialiste en psychothérapie FSP, thérapeute Imago pour couples et sexologue clinicienne à Genève.

«Je suis tombée sur un homme comme ça! Je fais tous les efforts possibles pour séduire monsieur et, de son côté à lui, rien!»
Myriam, Genève

Chère Myriam,

La perte du désir sexuel est un trouble qui a souvent été attribué aux femmes, mais elle touche aussi bien les hommes, et ce de plus en plus. Le désir sexuel est par définition une anticipation positive d'une activité sexuelle. Les raisons qui peuvent entraîner la perte du désir sexuel peuvent être multiples. Du point de vue physiologique, une première chose à vérifier est le taux de testostérone car cette hormone est par excellence l'hormone du désir et elle tend à diminuer progressivement dès 40 ans. Si au départ l'homme a une bonne libido, il va moins remarquer cette diminution, par contre pour les hommes à faible libido, l'impact est plus important et ils peuvent même perdre tout intérêt pour la sexualité, y compris pour la masturbation.

Diverses causes

Plusieurs difficultés peuvent provoquer à la longue cette perte du désir. Si l'homme souffre d'éjaculation rapide ou précoce, il peut avoir tendance à éviter les rapports car ceux-ci sont plus une source de frustration que de plaisir. En effet, être incapable de décider du moment de l'éjaculation, et donc de donner du plaisir à sa partenaire à travers la pénétration, en décourage beaucoup. A cela s'ajoute l'anxiété de performance (le souci de bien faire)

créant ainsi plus de tensions musculaires qui ne font que précipiter l'éjaculation. Cette situation, même si elle peut créer du plaisir physique dans la décharge éjaculatoire, apporte peu de plaisir émotionnel et relationnel (et peut créer passablement de tensions dans le couple).

Une autre raison peut être un trouble érectile. Pour un homme, être capable d'avoir une bonne érection fait partie de sa carte d'identité. Les causes derrière un trouble érectile sont, là aussi, diverses: stress, hypertension, diabète, vieillissement des artères péniennes,

difficulté à faire monter son excitation sexuelle, médicaments, tabagisme important. Seule une évaluation permet de préciser ce qu'il en est réellement. Là aussi, on peut retrouver le même problème d'évitement des rapports sexuels que celui décrit ci-dessus.

Une autre raison peut être une dépression ou enfin encore une difficulté relationnelle, soit parce que la relation de couple est devenue tellement conflictuelle qu'elle est plus source de douleur que de plaisir, soit parce qu'il y a une certaine habitude: à force de se voir toujours de la même façon, on finit par ne plus se voir et ne plus érotiser et être excité par l'autre.

Prendre soin de la relation

Invitez votre mari à se donner des moyens pour tenter de remédier à cette situation, mais encore faut-il qu'il sache qu'il en existe.

Certains moyens seront évoqués lors d'un prochain article. Lorsque l'un des deux partenaires est en panne de désir sexuel, cela crée souvent des tensions dans la relation, aidez-le à comprendre que pour vous, c'est douloureux de faire une croix sur votre sexualité. Aimer c'est aussi faire le nécessaire pour prendre soin de la relation affective et sexuelle.

