

Sexualité

Objektyp: **Group**

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

Band (Jahr): - **(2013)**

Heft 50

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.

L'amour, après une opération de la prostate

«Depuis que nous ne faisons plus l'amour avec mon mari, à la suite d'une opération contre le cancer de la prostate, je me sens seule, éloignée de lui et j'ai l'impression de ne plus avoir accès à lui. Ça me rend très triste. Comment renouer le lien?»
Barbara, 71 ans



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

Chère Barbara,

Faire l'amour est un moment qui, pour beaucoup d'hommes et de femmes, permet de se connecter intimement, non seulement sur le plan corporel, mais surtout affectivement. C'est parfois la seule occasion où l'on ose se montrer dans notre vulnérabilité, car montrer notre plaisir à recevoir ou à donner est aussi une façon de se dévoiler. Beaucoup d'hommes qui, dans leur vie quotidienne, sont peu enclins à l'expression émotionnelle, parviennent à s'ouvrir à la tendresse et à montrer leur sensibilité et leur attachement à leur épouse lorsqu'ils sont dans cette intimité sexuelle. Cela semblait être le cas de votre mari. On dit souvent qu'une femme a besoin de tendresse pour accéder à la sexualité et qu'un homme a besoin de sexualité pour accéder à la tendresse!

Il est fort probable que votre mari ait vécu comme un grand deuil la perte de sa capacité érectile, à la suite de son opération (il arrive que certains nerfs érectiles aient dû être sectionnés pour enlever la tumeur). Pour un homme, être capable d'avoir une érection fait partie de sa carte d'identité. Parfois, c'est si douloureux à vivre qu'ils font une croix sur la sexualité pour ne pas être confrontés à cette difficulté. Or, c'est faire l'impasse sur tout un registre sexuel qui n'est pas uniquement basé sur la pénétration, même si celle-ci était auparavant le cœur et le sel du rapport sexuel.

Introduire de l'érotisme dans le regard

La sexualité englobe tous les contacts corporels vécus dans la sensualité: les caresses sur tout le corps (qui vont de l'effleurement au pétrissage) et en particulier sur les zones érogènes (cou, seins, fesses, organes génitaux), la sexualité orale, les baisers (tendres ou profonds) et enfin, le regard. Le regard a une importance fondamentale. Il nous permet tout d'abord de créer un petit pont qui relie deux mondes très différents: le vôtre et

celui de votre partenaire. Vous avez bien dû remarquer que, quand le climat relationnel est bon, on se regarde davantage, alors que lorsqu'il est tendu, on ne se regarde plus ou alors on a des pistolets dans les yeux.

Avec notre regard, nous pouvons inviter l'autre et jouer à nous séduire mutuellement. Dans les premiers temps d'une relation, on se regarde beaucoup et on se fait toutes sortes de clin d'œil. Peut-être que pour inviter votre mari sur un autre registre, vous pouvez commencer par le regarder avec des yeux doux, des yeux qui disent merci et qui expriment de l'admiration. Accompagnez-les d'un sourire. Cela vous permettra déjà d'offrir une invitation au lien, qui est ce qui vous manque. A chaque fois que votre mari y répondra, dites-lui combien vous aimez quand il vous regarde et combien cela vous fait du bien. Pour la femme, être regardée avec admiration et désir fait partie de son identité. Puis, petit à petit, invitez-le à jouer avec ces regards. On peut caresser du regard, pénétrer du regard, introduire de l'érotisme dans le regard, ce qui peut ensuite conduire au toucher et aux caresses.

Rassurez votre mari sur vos attentes, afin de ne pas le mettre dans une anticipation de l'échec puisqu'il ne peut pas y avoir de pénétration. Aidez-le à comprendre combien pour vous la «réussite», c'est de vous sentir en lien avec lui, de partager du toucher ensemble et que c'est là votre grand bonheur. Une grande partie du plaisir de l'homme est d'être capable de donner du plaisir à sa femme. Alors, donnez-lui des pistes avec amour...



Scott Maxwell / LuMaxArt