Sexualité

Objekttyp: **Group**

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

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

Heft 13

PDF erstellt am: **29.05.2024**

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.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

«Mon épouse ne veut plus DE RELATIONS SEXUELLES»

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

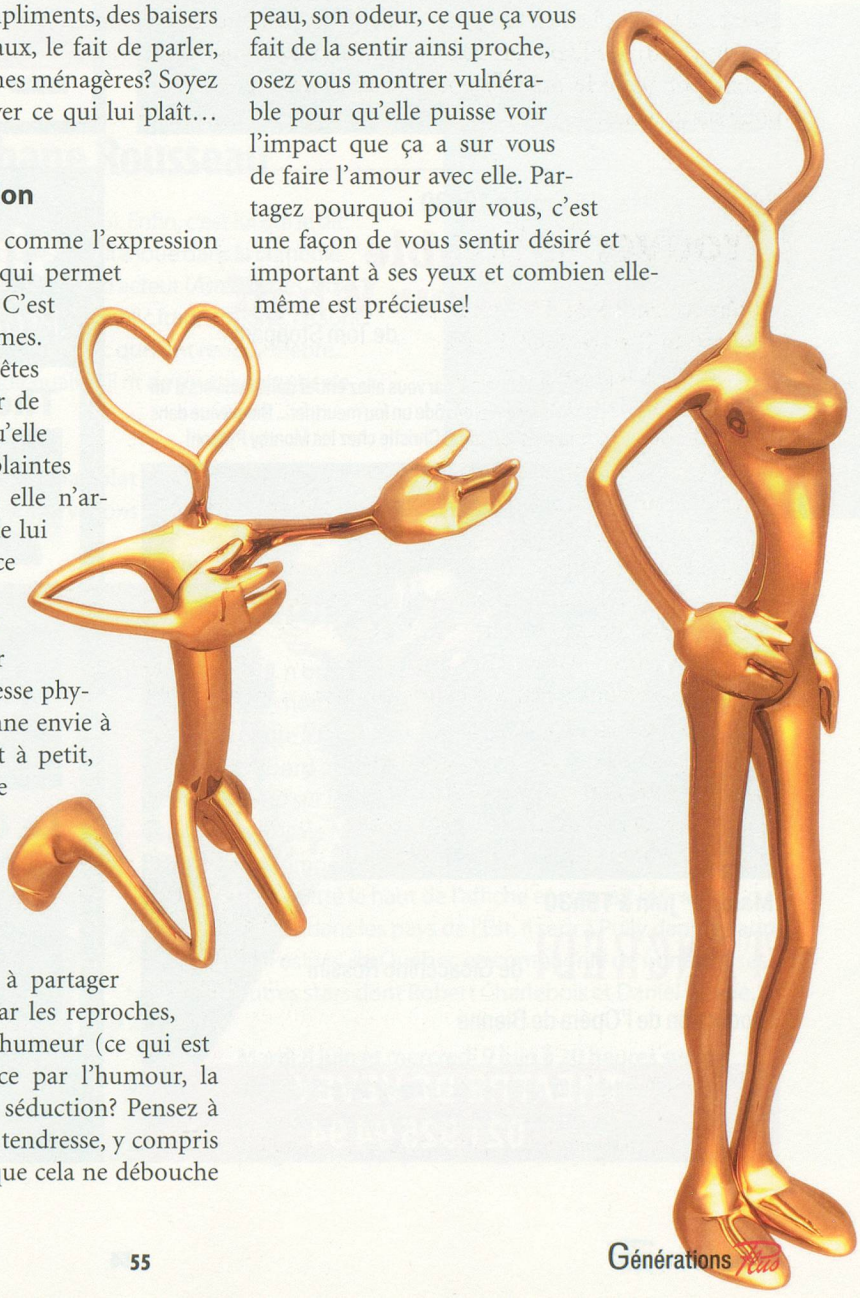
«Ma femme me reproche de ne pas la comprendre, qu'elle a surtout besoin d'amour et qu'elle pourrait se passer de sexualité. Ça me désole car, pour moi, c'est quand on fait l'amour que je me sens proche, or elle ne veut jamais!» **Marc, Carouge (GE)**

Cher Marc,

Pour certaines personnes, un climat de tendresse, voire romantique, est ce qui permet d'ouvrir son cœur puis son corps. Pour elles, c'est à travers ces petits gestes disséminés dans le quotidien qu'elles vont se sentir aimées, proches, car visibles et reconnues dans leurs besoins affectifs. En effet, lorsque votre épouse se plaint de ne pas être comprise dans son besoin d'amour, savez-vous ce qu'elle perçoit comme une manifestation de votre amour? Est-ce des petits mots doux, des compliments, des baisers volés, la galanterie, des cadeaux, le fait de parler, un coup de main dans les tâches ménagères? Soyez curieux et apprenez à observer ce qui lui plaît… et faites-le!

Risque d'incompréhension

Pour vous, faire l'amour, comme l'expression l'indique, est la voie royale qui permet la proximité et l'affectivité. C'est le cas chez beaucoup d'hommes. Or si, avec votre épouse, vous êtes entrés dans un conflit autour de la sexualité, le risque est qu'elle soit agacée car derrière vos plaintes sur le manque de rapports, elle n'arrive pas à voir votre besoin de lui manifester votre amour par ce moyen. Souvent, cette tension amène la personne, qui évite déjà la sexualité, à éviter aussi tous les gestes de tendresse physique par peur que ça ne donne envie à l'autre d'aller plus loin. Petit à petit, on s'éloigne et on se polarise dans une attitude défensive, voire agressive.

L'arme de la tendresse

Soyez attentif à votre façon d'amener votre épouse à partager votre rêve d'amour: est-ce par les reproches, le harcèlement, la mauvaise humeur (ce qui est de l'anti-séduction) ou est-ce par l'humour, la complicité, la tendresse et la séduction? Pensez à avoir des gestes physiques de tendresse, y compris à travers des massages, sans que cela ne débouche sur une demande de sexualité de votre part. Vous pouvez ainsi lui montrer que vous entendez son besoin. Peut-être que votre femme ne perçoit que votre harcèlement et son incapacité à répondre à vos demandes. Parlez-lui de façon positive de comment vous vous sentez quand vous faites l'amour, et allez plus loin que juste dire: «Ben, je me sens bien!» Racontez-lui ce que vous ressentez dans ces moments-là, combien vous aimez son contact, sa peau, son odeur, ce que ça vous fait de la sentir ainsi proche, osez vous montrer vulnérable pour qu'elle puisse voir l'impact que ça a sur vous de faire l'amour avec elle. Partagez pourquoi pour vous, c'est une façon de vous sentir désiré et important à ses yeux et combien elle-même est précieuse!