Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2010)
Heft: 17

Rubrik: Sexualité

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 08.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

«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 habituation: 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.