

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

**Herausgeber:** Générations

**Band:** - (2011)

**Heft:** 24

**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:** 19.02.2026

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

# PORNOGRAPHIE

## Choquante ou stimulante?



*«J'ai découvert que mon mari visionnait des sites pornos sur internet et je ne sais pas quoi*



**Antoinette Liechti Maccarone,** psychologue, spécialiste en psycho-thérapie FSP, thérapeute Imago pour couples et sexologue clinicienne à Genève.

Chère Nadine,

Aujourd'hui internet donne accès à toute une série d'informations qui par le passé auraient été beaucoup moins accessibles, notamment à la pornographie. Il s'agit dans un premier temps de faire quelques nuances importantes. Dans l'industrie cinématographique qui met en scène la sexualité, on fait la différence entre les films érotiques, où la génitalité est suggérée mais pas montrée explicitement, et les films pornographiques, où elle est directement montrée de près et de façon répétitive. C'est une différence de taille puisque les premiers permettent à l'imaginaire de combler ce qui est insinué alors que les deuxièmes ne le permettent pas.

Il est aussi important de savoir que dans l'industrie du porno, il y a de tout. Vous voyez ce milieu comme dégradant et dans certains contextes, c'est malheureusement le cas. Cependant il y a aussi des personnes et des milieux qui en font leur métier avec une certaine satisfaction et dans le respect des personnes impliquées.

### Augmenter l'excitation

Une personne, homme ou femme, peut regarder ces films pour différentes raisons. Certains «tombent dessus» par hasard, et par curiosité les regardent et parfois reviennent, car ce qu'ils ont vu a réveillé une excitation sexuelle. De plus, le sentiment de faire quelque chose en cachette peut en augmenter l'excitation. La nouveauté et l'interdit sont connus pour être des aphrodisiaques. Par ailleurs, la vision est une source de stimulation sexuelle importante chez beaucoup de monde, un peu plus chez les hommes qui de par leur anatomie ont souvent appris à s'exciter en associant la vue à la montée de leur excitation. Cependant, dès le moment où vous fermez les yeux et vous laissez aller à votre imaginaire érotique, ce sont des images qui apparaissent. Cette source d'excitation est donc présente chez nous tous, bien qu'investie différemment.

### Chercher à se rassurer

Il se peut que votre mari ait besoin d'un peu plus de stimulations pour nourrir sa propre excitation. En effet, certains hommes sentant la qua-

penser. J'ai toujours trouvé cela dégradant et je ne comprends pas le plaisir à les regarder. Que puis-je faire?»

**Nadine, Genève, 58 ans**

lité de leur érection diminuer (ce qui est un processus normal à partir de 40 ans avec le vieillissement des artères péniennes) vont essayer de se rassurer en ayant recours à des films porno. Souvent les images ne sont là que pour commencer à s'exciter, mais parfois cette «réassurance», à force d'être répétée, devient une accoutumance (voir une addiction car on ne peut plus s'en passer et on passe des heures à le faire). Il serait bon de pouvoir en parler calmement avec lui en évitant à tout prix d'entrer dans les reproches et la stigmatisation. Essayez d'abord de comprendre quel est le besoin derrière cette activité: curiosité, stimulation, réassurance?

Cela peut ouvrir le dialogue sur la façon dont se passe votre sexualité à deux: est-elle régulière ou rare, satisfaisante ou décevante, créative ou routinière, riche ou pauvre? Regardez comment transformer ensemble cette découverte que vous avez faite en une occasion pour partager votre intimité différemment et peut-être explorer du nouveau dans votre sexualité. Peut-être qu'il y a aussi des aspects que vous pourriez trouver excitants – probablement plus dans le registre des films érotiques ou, si les images vous gênent, dans la lecture à deux de livres érotiques. Bien entendu, tout cela dans un climat de complicité et de respect des limites de chacun.

