

Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2013)
Heft: 42

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: 18.02.2026

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

La différence d'âge n'est pas un frein au désir

«Je suis très amoureux de ma nouvelle partenaire avec qui je suis depuis peu, mais j'ai de la peine à la désirer, car il y a une différence d'âge importante et je suis gêné par cela et par le vieillissement du corps. J'ai peur qu'elle se vexe et je ne sais pas comment faire.»

Hervé, 51 ans



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

Cher Hervé,

Il est fréquent qu'il y ait une différence d'âge entre les partenaires et cela implique des changements corporels. Vous avez bien vu que le sentiment amoureux n'est pas toujours en lien direct avec le désir sexuel, et c'est tout à fait juste: on peut être très amoureux et ne pas connecter cet élan du haut du corps avec un élan du bas du corps. L'inverse est aussi vrai puisqu'on peut avoir beaucoup de désir sexuel sans forcément être investi amoureusement.

L'élan du cœur vous fait aimer être avec votre partenaire, l'admirer, la voir avec des yeux qui s'éclairent et pétillent à la vue de l'autre. Plutôt que de chercher à avoir une image globale à érotiser, il s'agit pour vous de vous appuyer sur ce bel élan pour commencer à vous centrer sur des parties du corps de votre partenaire que vous pouvez apprendre à savourer. Regardez les courbes, les creux, les petits détails comme les grains de beauté qui se cachent dans des endroits qu'on ne peut découvrir que dans l'intimité, la peau qui, avec l'âge perd de son élasticité, mais qui devient très douce à certains endroits, les petites rides autour des yeux lorsqu'ils rient, les fossettes dans les joues, le petit creux dans les clavicules et au creux de la gorge, les seins moelleux, la cambrure du dos, le creux du genou. Soyez aussi attentif au timbre de la voix, à l'odeur de la peau, au déroulé d'un geste. Nourrissez-vous de tous ces petits détails délicieux qui rendent votre partenaire unique, car en érotisant une quantité de petits détails, vous obtenez une somme bien plus grande qu'en érotisant une image globale.



Scott Maxwell / LuMaxArt

naire unique, car en érotisant une quantité de petits détails, vous obtenez une somme bien plus grande qu'en érotisant une image globale.

Lorsque vous la caressez, apprenez à faire descendre cet élan vers votre bassin, d'abord en créant un point de repère corporel par exemple en basculant très légèrement votre bassin d'avant en arrière pour réveiller votre propre corps. Prêtez attention à votre sexe, aux petits fourmillements qui peuvent démarrer en vous. Dans votre auto-érotisme, faites ce même mouvement de bascule du bassin pour que ce soit votre sexe qui bouge dans votre main plus que la main qui fait tout le travail, cela va aider à consolider le désir de pénétrer. Vous pouvez aussi employer votre imaginaire érotique pour alimenter votre excitation. Chacun a à prendre la responsabilité d'alimenter son désir sexuel pour l'autre, de nourrir le rêve de l'autre.

La réalité corporelle de votre partenaire ne change pas. Par contre, vous pouvez avoir une influence sur la perception de la réalité de votre partenaire et, à partir de là, aller chercher ce qui vous stimule.

Dans votre situation, vous avez un atout fondamental qui est le sentiment amoureux qui, au début d'une relation, est très porteur. C'est un beau moment. Utilisez-le pour renforcer votre désir sexuel et en devenir propriétaire plutôt que locataire: le locataire dépend de l'extérieur pour pouvoir habiter son désir, alors que le propriétaire sait comment se donner des moyens pour réveiller son désir sexuel, car il les a acquis.