

Zeitschrift: Générations
Herausgeber: Générations, société coopérative, sans but lucratif
Band: - (2018)
Heft: 103

Artikel: Sexualité et pornographie
Autor: Stauffacher, Marie-Hélène
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-830887>

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: 14.01.2026

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

Sexualité et pornographie

«J'ai découvert que mon mari regarde des films pornos lorsqu'il rentre du travail. Cela me choque et me dégoûte... ce d'autant plus qu'il semble s'intéresser de moins en moins à moi. Comment puis-je réagir?» SOPHIE, 45 ANS



MARIE-HÉLÈNE STAUFFACHER,
cofondateur et codirectrice,
Institut suisse de sexologie clinique

La pornographie interpelle dans une société où elle est omniprésente et si facile d'accès. Qu'en penser? Elle a des aspects positifs : découverte de la libido, des corps sexués, des sensations, meilleure connaissance de soi, de ses fantasmes et de son excitabilité, stimulation et remplacement d'une sexualité sans partenaires. Elle peut rassurer quand à nos capacités de désir et de plaisir.

Mais les points sombres sont aussi bien présents. Pour les personnes seules, elle n'encourage pas à la découverte d'un partenaire, qu'il faudrait conquérir d'abord, puis séduire.

Et, pour les couples comme le vôtre, elle peut devenir un handicap à l'intimité, avec ses difficultés dans la communication, ses incompréhensions et des disputes: finalement, elle peut signer la fin de votre relation tant sexuelle que générale.

IMAGES DANGEREUSES

Ces images peuvent aussi être dangereuses. Les images véhiculées sont en effet déviées, travaillées pour réveiller le désir: femmes très jeunes, hommes performants. Résultat, les spectateurs peuvent développer des complexes et des angoisses. Leur sexe et leurs capacités ne ressemblent pas à celui des acteurs et des actrices.

Par ailleurs, ces images crues ont pour but de réveiller la sexualité sans les sentiments associés, il est facile de s'en satisfaire. Tout est en place pour répondre aux pulsions quasi automatiquement, ce qui peut entraîner des dépendances difficiles à réfréner. Les amateurs ne retrouvent pas cette facilité dans la sexualité avec un partenaire réel. Du coup, ils vont perdre leur désir pour leur compagne et se satisfaire de ces images virtuelles.

Dans nos cabinets de sexologues, la question revient souvent. Comme vous, chère Sophie, de nombreuses femmes sont délaissées par leur com-

pagnon. Elles sont choquées et blessées de découvrir cet intérêt pour ces images et par les changements de comportement. Exemples :

- Il montre moins d'intérêt pour elle.
- Il peut ne plus être capable d'avoir des relations sexuelles.
- Et, parfois, il va demander des actes vus dans un film porno: violence, pénétrations non désirées, éjaculations inappropriées... toutes expériences vécues comme traumatisantes.

Le problème, c'est que les unes et les autres ne réagissent pas forcément de la même manière. Ainsi, dans nos cafés sexos, les femmes sont plutôt dégoûtées et les hommes excités par ces images. Mais certains couples regardent des films X ensemble... et ils apprécient cette expérience qui est vécue comme un nouveau réveil pour le couple.

D'ailleurs, les femmes aussi peuvent apprécier les films pornos. Certains sont réalisés pour elles. Ils sont plus softs, avec des histoires et des images moins crues, leur permettant de se projeter dans leur sexualité. Au Japon, par exemple, certaines femmes semblent être très attirées par des mangas pornos gay, le «yaoli».

Pour résumer, la pornographie pose un problème lorsqu'elle se substitue à la réalité, entraînant un phénomène de dissociation entre sexe et amour.

Elle a ses aspects positifs, mais reste un jeu dangereux, donc à consommer avec modération.

QUELQUES CONSEILS

- **En parler ouvertement avec son conjoint.**
- **Eviter de porter des jugements (castrateurs).**
- **Demander une aide extérieure, si nécessaire.**
- **Regarder des films pornos (ou érotiques) ensemble.**
- **Se rappeler que l'amour et le sexe sont des activités coquines à partager.**