

Le désir d'aimer ne vieillit pas

Autor(en): **Rey, Marylou**

Objektyp: **Article**

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

Band (Jahr): - **(2009)**

Heft 1

PDF erstellt am: **21.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-832187>

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.

Le désir d'aimer ne vieillit pas

Quel que soit l'âge, le rêve d'une vie amoureuse et sexuelle harmonieuse ne faiblit pas. Parole de sexologue.



Le premier département universitaire de sexologie du monde a été créé par le professeur **Jean-Yves Desjardins** en 1968, à Montréal.

«**L**e désir d'aimer est le seul désir qui ne vieillit pas.» Du haut de ses 77 ans, le professeur Jean-Yves Desjardins a un sourire radieux quand il évoque cette règle d'or qu'il a observée au fil de plus de quarante ans de consultations, d'ateliers, de conférences. «Et non seulement le désir d'aimer ne vieillit pas, mais il ne diminue pas non plus en intensité avec l'âge.»

Notre santé amoureuse et notre santé sexuelle mériteraient donc autant de soins que notre santé physique. «Mais notre culture ne nous y a pas habitués», précise le sexologue canadien. Quand un pépin de santé surgit, nous allons chez le médecin. Rien de plus normal. Quand surgit un problème d'ordre amoureux ou sexuel, c'est plus embarrassant. On imagine souvent que les personnes d'un certain âge refuseraient d'évoquer ces troubles ou de demander une aide thérapeutique.

N'en soyons pas si sûrs. Un indice? Lors d'une conférence dans un home, Jean-Yves Desjardins a été frappé par les réactions du public. Les pensionnaires étaient tous octogénaires et souriaient souvent durant l'exposé du sexologue. Les soignants, nettement plus jeunes, ont beaucoup moins bien accueilli l'orateur et certains étaient même scandalisés qu'un expert vienne leur parler de «ces choses».

Les clichés ont la vie dure

«Les jeunes pensent souvent que la sexualité s'arrête à 50 ou 60 ans, renchérit Antoinette Liechti Maccarone, psychologue et sexologue à Genève. D'ailleurs, dans les films et les spots publicitaires, les personnages les plus âgés sont presque toujours asexués.» Rien de plus faux dans la réalité. Mais le cliché a la vie dure et des aînés abandonnent leur «rêve d'amour» parce qu'ils le pensent inconvenant à leur âge. Alors, le professeur insiste et répète que ce désir

est le plus naturel et le plus tenace des besoins humains. Ce principe une fois admis, la question suivante coule de source: comment atteindre cette vie sexuelle et amoureuse harmonieuse quand on a 60, 70, 80 ou 90 ans?

«Certains moyens sont accessibles à tous», explique Jean-Yves Desjardins. Il conseille de commencer par accorder beaucoup de soins à notre façon de communiquer. Car c'est un art de savoir s'écouter et d'écouter l'autre à travers les mots, les gestes, les attitudes corporelles. «Il importe également de savoir séduire», précise le sexologue. Et ceux qui se sentent maladroit? Pas de souci, cette compétence peut s'apprendre à tout âge, rassure-t-il.

Se rendre «révable»

Le Canadien a constaté que les jeunes gens se fient à leurs compétences spontanées en la matière, il suggère aux moins jeunes d'y ajouter un brin de prise de conscience pour mieux comprendre leurs propres attitudes et celles de l'autre. Dans le flirt amoureux, l'attrait physique ne suffit pas, l'attrance non plus, ce qui compte plus que tout c'est de «se rendre révable pour l'autre», selon la formule chère au professeur. Ces «habiletés de séduction» permettent non seulement de déclencher l'amour, elles parviennent aussi à le maintenir ou à le faire renaître. «Mais oui, même après 30 ou 50 ans de vie commune!»

Dans le flirt amoureux, l'attrait physique ne suffit pas.





D. Diederich/istockphoto

Lorsque l'amour est là, prudence toutefois! Même si le rêve d'amour et le rêve érotique sont étroitement liés, ils ne sont pas identiques. Tous deux passent par le corps et les perceptions pour se réaliser, mais le deuxième est affecté par le vieillissement. «Nous devons nous adapter à notre carrosserie qui vieillit ainsi qu'aux changements physiques et physiologiques qui apparaissent avec les années: les troubles de l'érec-

tion, les difficultés à la maintenir, les craintes des efforts trop intenses après un infarctus, les problèmes de circulation spécifiques aux diabétiques...» Malgré ces petits ennuis, qui concernent plus particulièrement les hommes, le professeur garde son sourire radieux: «Aucune de ces difficultés n'empêche de faire l'amour.» Dans sa mallette de sexologue clinicien: quelques médicaments pour résoudre aisément des dys-

fonctionnements mécaniques et une palette de conseils psychologiques. Par exemple? «Le meilleur moyen de ne pas avoir d'érection, c'est de la vouloir.» Car l'érection est un réflexe. «En revanche, un bon moyen de vivre l'amour, c'est de le vouloir.» Paradoxe? Pas pour Jean-Yves Desjardins qui a fait sienne la phrase de saint Thomas d'Aquin: «Rien n'arrive à la conscience sans passer d'abord par les sens.» **Marylou Rey**

L'amour passe aussi par la complicité et la séduction.

Vous avez dit «sexocorporel»?

● Importée du Canada, l'approche «sexocorporelle» est un modèle de santé où les connaissances médicales et psychologiques s'allient pour donner des outils concrets aux personnes qui souhaitent retrou-

ver harmonie et équilibre dans leur vie sexuelle et amoureuse. Des ateliers «Vivre en amour» sont régulièrement organisés en Suisse: tél. 032 325 12 36. www.vivreenamour.wordpress.com

● La psychologue, thérapeute et sexologue **Antoinette Liechti Maccarone** abordera régulièrement dans *Généralions Plus* des aspects particuliers de la sexualité des personnes de 50 ans et plus. A lire en page 48.