

Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Band: - (2010)
Heft: 13

Rubrik: Sexualité

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

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. [Voir Informations légales.](#)

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. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 06.10.2024

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

«Mon épouse ne veut plus DE RELATIONS SEXUELLES»



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

«Ma femme me reproche de ne pas la comprendre, qu'elle a surtout besoin d'amour et qu'elle pourrait se passer de sexualité. Ça

me désole car, pour moi, c'est quand on fait l'amour que je me sens proche, or elle ne veut jamais!»

Marc, Carouge (GE)

Cher Marc,

Pour certaines personnes, un climat de tendresse, voire romantique, est ce qui permet d'ouvrir son cœur puis son corps. Pour elles, c'est à travers ces petits gestes disséminés dans le quotidien qu'elles vont se sentir aimées, proches, car visibles et reconnues dans leurs besoins affectifs. En effet, lorsque votre épouse se plaint de ne pas être comprise dans son besoin d'amour, savez-vous ce qu'elle perçoit comme une manifestation de votre amour? Est-ce des petits mots doux, des compliments, des baisers volés, la galanterie, des cadeaux, le fait de parler, un coup de main dans les tâches ménagères? Soyez curieux et apprenez à observer ce qui lui plaît... et faites-le!

Risque d'incompréhension

Pour vous, faire l'amour, comme l'expression l'indique, est la voie royale qui permet la proximité et l'affectivité. C'est le cas chez beaucoup d'hommes. Or si, avec votre épouse, vous êtes entrés dans un conflit autour de la sexualité, le risque est qu'elle soit agacée car derrière vos plaintes sur le manque de rapports, elle n'arrive pas à voir votre besoin de lui manifester votre amour par ce moyen. Souvent, cette tension amène la personne, qui évite déjà la sexualité, à éviter aussi tous les gestes de tendresse physique par peur que ça ne donne envie à l'autre d'aller plus loin. Petit à petit, on s'éloigne et on se polarise dans une attitude défensive, voire agressive.

L'arme de la tendresse

Soyez attentif à votre façon d'amener votre épouse à partager votre rêve d'amour: est-ce par les reproches, le harcèlement, la mauvaise humeur (ce qui est de l'anti-séduction) ou est-ce par l'humour, la complicité, la tendresse et la séduction? Pensez à avoir des gestes physiques de tendresse, y compris à travers des massages, sans que cela ne débouche

sur une demande de sexualité de votre part. Vous pouvez ainsi lui montrer que vous entendez son besoin. Peut-être que votre femme ne perçoit que votre harcèlement et son incapacité à répondre à vos demandes. Parlez-lui de façon positive de comment vous vous sentez quand vous faites l'amour, et allez plus loin que juste dire: «Ben, je me sens bien!» Racontez-lui ce que vous ressentez dans ces moments-là, combien vous aimez son contact, sa peau, son odeur, ce que ça vous fait de la sentir ainsi proche, osez vous montrer vulnérable pour qu'elle puisse voir l'impact que ça a sur vous de faire l'amour avec elle. Partagez pourquoi pour vous, c'est une façon de vous sentir désiré et important à ses yeux et combien elle-même est précieuse!

