

ELLE EST BRISÉE PAR MON MANQUE DE DÉSIR

SOUVENT, ÊTRE MOINS DÉSIRÉE, C'EST SE SENTIR MOINS AIMÉE. DÈS LORS, C'EST AU COUPLE DE S'INVESTIR DANS UNE DÉMARCHE AU LONG COURS

TEXTE LAURENCE DISPAUX



Q. *«Etant dans mon couple celui qui a moins de désir – et ce depuis toujours – je me rends compte seulement depuis peu à quel point ma femme en souffre. Elle dit que nous vivons comme des colocataires, qu'elle a renoncé (je ne pense pas que ce soit vraiment sincère) et qu'elle se sent si moche qu'elle ne supporterait plus que je la touche. Tout ça me donne encore moins envie. J'en suis touché et très triste.»* **GREGORY, 40 ANS**



NOTRE EXPERTE

Cette semaine, envoyez vos questions à **Laurence Dispaux**, psychologue-psychothérapeute FSP, conseillère conjugale FRTSCC, sexologue clinicienne ASPSC: laurence.dispaux@femina.ch

Réponse:

Le décalage dans l'expression du désir entre conjoints est souvent compliqué à vivre. Lorsque la femme est la plus désirante, les défis et les souffrances sont particuliers. Tout en tentant d'éviter les généralisations, que pouvons-nous constater?

Dans ses livres portant sur les couples en décalage de désir, Michele Weiner Davis postule que c'est la personne qui exprime sensiblement moins de désir qui dispose du pouvoir dans le couple; l'autre est dans l'attente, le sentiment de dépendance, l'impuissance. Quand la femme est la plus demandeuse, elle est placée dans un rôle à contre-courant des clichés habituels; une position qu'elle peut vivre comme humiliante

au point de n'en parler à personne (alors qu'en général, le fait de se confier à une amie fait du bien).

Angoisses réactivées

Pour une femme, se sentir moins désirée peut être une atteinte à l'image corporelle intense. Chaque incident l'amenant à se sentir rejetée correspond à des pensées du type: «Je ne suis pas assez belle», «Je ne suis pas assez sexy», «Je suis grosse», etc., en fonction de ses craintes. C'est comme si, ainsi confirmées, les angoisses devenaient réalité. Des femmes ont pu me raconter que d'anciennes relations, marquées par ce décalage, ont été vécues comme des traumatismes ou des réactivations insupportables de fragilités antérieures.

Bien sûr, comme vous le sous-entendez, le manque de confiance en soi n'est pas une source d'excitation pour vous. De plus, si, pour une raison ou une autre, vous ne vous fiez pas entièrement à votre fonctionnement sexuel, vous appréhendez sans doute de courir le danger d'initier une approche vouée à l'échec, de peur de blesser à nouveau votre épouse. A ce stade, en plus de la bienveillance, de la patience et de la persévérance, il sera peut-être nécessaire de voir un sexologue afin de déjouer ensemble ces mécanismes. Même si ça demande du courage et une bonne alliance thérapeutique pour s'ouvrir sur le sujet, votre femme pourrait percevoir une telle démarche comme une lumière au bout du tunnel. ●

EN BREF, CE QUI SE PASSE **SOUS LA COUETTE** PAR NICOLAS POINSOT

IDENTIFIANTS Comme le Royaume-Uni l'année dernière, la France envisage de renforcer la réglementation restreignant l'accès du porno online aux mineurs. Actuellement, une simple confirmation de son âge sur l'honneur suffit pour accéder aux sites, mais le Sénat vient d'adopter un

amendement qui prévoit une méthode plus stricte: une vérification de la date de naissance via sa carte bancaire ou le scan d'un document d'identité. Le projet fait déjà polémique chez les défenseurs de la vie privée. Outre-Manche, cette idée avait d'ailleurs fini par être abandonnée, fin 2019.

RECTIFICATION Avec le retour en force du mouvement Black Lives Matter, l'appli de rencontre Grindr est en train de se rendre compte que son filtre ethnique, qui permet une recherche par couleur de peau, est plutôt de mauvais goût. Il vient d'avoir la bonne idée de le supprimer.