

POUR UN 3E ÂGE SENSUEL

LES ANS NE FONT RIEN À L'AFFAIRE: ABORDER LA LIBIDO DE NOS PARENTS PROVOQUE TOUJOURS LE MALAISE

TEXTE LAURENCE DISPAUX ILLUSTRATION LAVIPO



Q «Ma sœur et moi sommes en désaccord concernant notre maman. Nous avons perdu notre papa il y a deux ans et autant je pense qu'elle devrait faire des rencontres, autant ma sœur estime que ce serait déplacé, inutile et qu'il ne faut surtout pas lui en parler.» DANIELLE, 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:

Votre maman a de la chance d'avoir des filles qui se soucient de son bien-être, car elle fait partie d'une population de plus en plus grande de personnes dont la situation sur le plan sexuel est largement ignorée. On fait comme si l'âge et le veuvage effaçaient l'existence des sphères affective et sexuelle. C'est le reflet d'un triple tabou autour du vieillissement, de la mort et de la sexualité. Lorsqu'il s'agit de nos parents, la difficulté s'accroît et notre malaise n'encourage pas le veuf ou la veuve à s'exprimer librement.

Votre maman a le droit de se positionner et d'être soutenue, quel que soit son besoin actuel. Le processus de deuil est unique à chacun: a-t-elle pu traverser la phase dépressive? Envisage-t-elle de nouveaux investisse-

ments sentimentaux et sensuels? En parler l'aiderait-elle à surmonter un éventuel sentiment de culpabilité, de trahison si elle s'autorisait à rêver d'une relation de couple?

Une oreille attentive

La sexualité reste importante pour beaucoup, malgré les années qui passent. Selon une étude, trois quarts des femmes plus âgées regretteraient la sexualité depuis la perte de leur conjoint. Comme à tout âge, le but recherché dans le sexe est propre à chacun et les besoins ne disparaissent pas comme par enchantement après un veuvage. Comment votre maman souhaiterait-elle y répondre? Certaines choisissent de ne pas faire de rencontres hétérosexuelles, comblant leurs besoins ail-

leurs: dans la compagnie d'autres femmes pour partager des activités, dans les massages ou la danse pour être touchées, dans la coquetterie quand celle-ci correspond à un sentiment de dignité et de respect pour soi. D'autres aspirent à une vie de couple comme un idéal ou une conception de vie. D'autres encore ont faim de se sentir femmes, désirables et de pouvoir vivre leur corps désirant. Beaucoup explorent le monde des sites de rencontre et assument activement leur recherche.

Si en parler avec ses filles s'avère compliqué, votre maman peut être encouragée à contacter des personnes de sa génération, amis ou professionnels de la santé, qui légitimeront ses émotions et ses envies plutôt que les juger. ●

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

UN CŒUR EN HIVER Des amoureux empêchés de se voir par le gouvernement. Ça sonne comme le scénario d'un film de science-fiction, mais c'est la réalité dans certains pays. Alors que de plus en plus d'Etats européens décrètent un confinement, les partenaires ne vivant pas sous le

même toit ne sont pas forcément autorisés à se voir. La France, par exemple, a prévu des dérogations pour les visites familiales à caractère impérieux, mais rien pour les couples. La solution? Patienter jusqu'au déconfinement, dont on ignore la date réelle... ou se confiner ensemble.

REVANCHE En Chine, le confinement strict avait provoqué une brutale hausse des demandes de divorce, mais c'est maintenant tout l'inverse, rapporte le *Guardian*: le pays enregistre un boom spectaculaire d'unions. Un phénomène appelé les «mariages de vengeance» contre la pandémie.