

IL SUPPORTE TROP BIEN LE CONFINEMENT

VOUS DÉCOUVREZ
SOUDAINEMENT UN BONNET
DE NUIT DANS VOTRE CHÉRI
AUTREFOIS SI ACTIF? RIEN
N'EST PERDU...

TEXTE LAURENCE DISPAUX



Q «Durant cette période de confinement, j'ai remarqué l'importance de mes sorties (verres avec les copines, sortir danser de temps en temps, ciné en groupe), pour mon équilibre personnel ainsi que pour ma libido. Pour mon conjoint, c'est le contraire: il se découvre très casanier! Il est bien à la maison et, surtout, il semble penser que je vais continuer à y être tout le temps... Je crains sa réaction lorsque je reprendrai mes sorties.» CINDY, 35 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:

La situation que nous vivons nous pose de nombreux défis, mais nous permet également d'apprendre des choses sur nous. Certains se montrent très aptes à s'adapter et même à exploiter les conditions actuelles, alors que d'autres identifient les facteurs de bien-être qui leur manquent le plus. Dans votre couple, des aspects divergents se dégagent: votre besoin social et son aisance à se ressourcer à la maison.

Votre inquiétude se situe au niveau de l'équilibre à recréer quand vous reprendrez vos sorties et que votre conjoint restera – peut-être – dans une espèce de confinement choisi. Mais sera-ce le cas? Il semble avoir une bonne capacité d'adapta-

tion. Tout en se sentant bien à la maison, ne sera-t-il pas capable de s'adapter encore une fois aux données externes?

Complémentarité

Si, comme vous le craignez, la reprise de vos activités externes lui fera grincer des dents, il s'agira de réfléchir ensemble à comment négocier ce tournant, identifier les besoins (réaffirmés ou nouveaux) de chacun et, surtout, de les contextualiser en termes de besoins du couple. Car, oui, le couple a ses propres besoins, comme s'il était une troisième personne ou entité. On connaît l'importance, pour le couple, d'introduire du tiers qui stimulera le désir: stimulations intellectuelles

externes, sources de valorisation autre que le conjoint et une distance nécessaire pour pouvoir rêver l'autre en son absence. Dans votre relation, vous êtes celle qui porte implicitement cette responsabilité – de par votre personnalité – et ce, peut-être, depuis toujours.

Vous êtes complémentaires et tant mieux. Si tout se passe bien, il s'assurera que le couple soit assez nourri de partage et de temps ensemble, tandis que vous apporterez de la nourriture externe, de l'oxygène. Ce qui apparaît aujourd'hui comme une divergence personnelle pourra représenter une chance pour la relation si vous êtes les deux en mesure de valider et d'accueillir l'autre pôle. ●

CE QUI SE PASSE SOUS LA COUETTE PAR NICOLAS POINSOT

CHASTES Vous êtes célibataires et fantasmez sur un corps à corps torride? Mieux vaut miser sur le sexe virtuel. C'est même la recommandation officielle du gouvernement argentin, qui a, lors d'une intervention télévisée, alerté sur le flou actuel concernant les modes de transmission du coronavirus.

Ainsi, selon le Ministère de la santé, on «ne dispose pas d'informations précises sur le comportement du virus dans le sperme, les sécrétions vaginales ou rectales». En revanche, puisqu'il peut contaminer par un baiser, «il est assez probable qu'il puisse être transmis par la voie du sexe anal ou oral».

MODE AUTO Certains sexologues comparent le confinement à un âge glaciaire du sexe, mais un article du *Guardian* trouve du positif à la situation. Cette période s'avère en effet idéale pour la masturbation et invite à une meilleure connaissance de son corps. La hausse des ventes de sex-toys en témoigne.