



Sylviane Larose, M.A., Sexologue clinicienne et psychothérapeute

Est-ce qu'un homme qui n'a pas de désir sexuel n'aime pas sa partenaire?

Louise et André vivent une situation difficile. Robert a peu de désir sexuel, Louise en vient à se demander s'il l'aime vraiment. Elle devient exaspérée parce que Robert fait peu d'approches et qu'elle doit faire tout le travail pour éveiller son désir au lit. Il attend que son désir et son excitation montent. Il arrive parfois même qu'il perde son érection durant la relation. La frustration est à son comble!

Amour et désir sexuel ne vont pas nécessairement de pair. Il arrive que le désir sexuel soit alimenté par le sentiment amoureux, mais il peut être alimenté par d'autres aspects chez une personne. Ce qui étonne bien les gens c'est lorsque l'amour est là et que le désir sexuel n'y est pas! Quelle est la différence entre le désir sexuel et le l'élan amoureux?

La réalité entre le désir sexuel et l'élan amoureux!

Le désir sexuel peut se vivre de différentes façons. On peut retrouver un désir sexuel strictement génital ou un désir sexuel où les émotions et l'aspect plus génital sont combinés. Le désir sexuel peut être alimenté par l'élan amoureux lorsque l'élan amoureux est génitalisé et que le corps entier est sollicité dans le rapprochement physique.

L'élan amoureux se traduit par le goût d'un rapprochement, le goût de se coller, d'être près de l'autre. La personne peut aimer l'autre, apprécier le contact physique sans pour autant investir l'aspect sexuel de la relation.

C'est comme si le courant amoureux ne se transmettait pas vers les organes génitaux et que l'amour n'éveillait pas de ce fait le désir sexuel.

Des histoires de femmes tout ça!

C'est le genre de chose qu'on entend souvent les hommes dire. Leur femme dit les aimer et pourtant, au niveau sexuel il y a peu de désir et les relations sexuelles sont peu fréquentes.

Des histoires de femmes diront bien des hommes et pourtant bien des femmes constateront que c'est ce qu'elles vivent dans leur relation avec leur conjoint! Celui-ci n'a pas envie de relations sexuelles ou très peu. Il peut s'en passer pendant plusieurs semaines. Pour ces hommes, la sexualité a peu d'importance ou pour d'autres elle est mal vue, mais cela ne les empêche pas d'être profondément amoureux de leur partenaire.

Difficile à croire non?

Difficile à croire et surtout difficile à comprendre pour bien des femmes qui entendent tellement parler de ces hommes qui sont toujours prêts alors que leur leur exprime son absence de désir, comme bien des femmes le font!

Pourtant, c'est une plainte que l'on voit de plus en plus fréquemment! Une question de génération diront les uns, une question de changement d'attitude face à la sexualité diront d'autres. Est-ce parce que les femmes expriment plus leurs besoins, parce que certains hommes assument plus mal leur sexualité ou parce qu'ils ont été éduqués différemment? Difficile de donner une réponse toute simple, c'est possiblement un peu de tout cela.

Quelles sont les caractéristiques de ces hommes?

Est-ce-que ces hommes ont des caractéristiques communes? Il en ressort quelques-unes. On retrouve souvent des hommes qui sont moins assertifs. Physiquement, ils vont souvent avoir tendance à s'affaler sur une chaise plutôt que de se tenir droits. On remarque le peu de tonus musculaire associé à leur tenue. Ce sont souvent aussi des hommes qui vont plus difficilement prendre leur place et qui vont laisser faire ou céder pour éviter les disputes.

Et les fantasmes?

Souvent, comme les hommes vont questionner si leur conjointe a des fantasmes, les conjointes de ces hommes vont les questionner aussi.

Ils vont fréquemment dire qu'ils n'en ont pas! Étonnant? Pas réellement non plus puisque les fantasmes reflètent ce qui éveille le désir sexuel et que ce dernier n'est pas investi.

Si l'on pousse un peu cependant, il sera possible de savoir que finalement ils vont parfois s'imaginer caresser la partenaire ou l'embrasser, la trouver belle, douce, gentille, apprécier qui elle est, mais sans plus! Ce qui veut dire qu'ils n'imaginent pas non plus l'aspect sexuel de la relation, mais plutôt l'aspect affectif ou le rapprochement physique sans imaginer le côté génital d'un rapprochement possible.

Alors désirer et aimer ne vont pas de pairs?

Disons plutôt qu'ils ne vont **pas nécessairement** de pair. Chez certaines personnes aimer et désirer vont ensemble. Chez d'autres, il est facile de désirer sans aimer et chez d'autres encore l'amour seul compte et n'éveille pas le désir sexuel. Plusieurs combinaisons sont possibles comme on peut le voir!

Quoi faire?

Bien que l'envie de changer les choses soit présente, il est rare que cela change sans démarche thérapeutique. L'appropriation de son corps, de son imaginaire, le développement du plaisir et du désir face à l'intrusivité associée à la sexualité masculine sont des points importants à développer. Une démarche de type corporelle permet d'intégrer le corps, son mouvement et son intensité en vue d'une appropriation de la génitalité. L'intégration de la génitalité à l'aspect amoureux de la sexualité permet d'éveiller le désir sexuel en intégrant l'aspect amoureux à ce désir.

Un des principaux objectifs est d'amener l'homme à se voir actif dans la sexualité et non principalement contemplatif ou admiratif.

Bien entendu, tout cela est possible dans un cadre où il est clair que l'élan amoureux est présent. Donc, dans un cadre où l'amour est exprimé et démontré. Si toutefois, on se retrouve dans une relation où l'indifférence est établie et que l'aspect amoureux n'est pas exprimé, c'est une toute autre chose.

Une différence

C'est réellement autre chose comme possibilité de développement du désir sexuel entre une relation où il y a un grand élan amoureux et peu de désir et une relation où il y a peu de contact physique, peu d'expression d'amour et de tendresse et peu de désir sexuel.

En effet, dans le deuxième cas, on retrouve une relation d'indifférence qui s'est possiblement établie avec les années et qui a tué le désir pour des raisons diverses. Mais le processus est loin d'être le même dans ce cas là! Il devient alors nécessaire de regarder s'il y a encore de l'amour dans la relation, si le désir d'être ensemble est présent et si le désir d'investir dans la relation est encore là.

Alors, quelle est la réponse?

Il y en a malheureusement plus d'une! En effet, lorsque l'amour est là et exprimé de différentes façons, le peu de désir sexuel n'est pas un signe d'absence d'amour, mais plutôt d'absence de l'investissement génital du désir de rapprochement amoureux.

Si toutefois, un partenaire a peu de désir, mais qu'il est distant, agressif, peu communicatif et que finalement, l'ensemble de la relation est associé à un nombre important d'insatisfactions, il est important de clarifier l'aspect d'investissement amoureux dans la relation avant de dire que l'aspect amoureux est présent et que le désir sexuel reste à travailler.

Il en est de même si avec le temps le désir s'est estompé à cause de conflits divers et de tensions.

Et, il faut se le dire, bien des hommes vont au contraire, avoir un désir sexuel important sans avoir investi émotionnellement la relation.

Il ne faut donc pas tout mélanger et faire d'équations qui pourraient être boiteuses et prendre le temps de vérifier, de regarder ensemble la relation, de consulter au besoin, parce que dans toute relation, quand un des partenaires est insatisfait quant à la fréquence des relations sexuelles, que ce soit un homme ou une femme, il est fréquent que l'agressivité émerge, cela intensifiera les conflits. Alors, pourquoi ne pas y voir avant d'arriver là?