

Sexologie

A 69 ans, ma femme et moi n'avons plus fréquemment de rapports sexuels, malgré l'amour qui nous unit et notre longue histoire commune (trois enfants et quatre petits-enfants!). Nous sommes heureux et les rapports ne nous manquent pas, mais est-ce normal?

Georges, Lausanne

Vous avez dit: normal

La prétendue normalité devrait être le dernier de vos soucis. A chaque couple de trouver l'équilibre. A moins qu'une diminution du désir ne puisse être attribuée à une cause médicale (par exemple, l'effet secondaire de médicaments comme les antihypertenseurs ou les antidépresseurs), à des expériences décourageantes (par exemple un sentiment d'échec suite à une perte d'érection, une éjaculation trop rapide ou des douleurs chez votre femme). Ou encore à une mésentente conjugale. C'est à

votre couple de discuter sereinement de vos besoins actuels... en matière de sexualité, de tendresse ou de toute autre chose!

La sexualité suit votre évolution, vos priorités changent et peut-être votre couple se nourrit-il aujourd'hui autrement, au travers d'activités partagées. Une complicité vous lie certainement à votre épouse dans ces activités. Profitez donc de ces bons moments!

Quant à l'échange sur le plan physique, sachez qu'une étude importante a comparé un groupe de personne entre 45 et 64 ans,

et un groupe de personnes ayant plus de 65 ans. Pour le premier groupe, la pénétration sexuelle était de première importance, suivie par la tendresse et la satisfaction; pour les personnes de plus de 65 ans, c'était l'inverse que l'on constatait. Selon une autre étude, les caresses, les câlineries et la tendresse sont la forme la plus courante de l'activité sexuelle chez les aînés. Ce sont ces formes d'échange qui sont évoquées comme sources de bonheur affectif et physique, une expression satisfaisante de



la sexualité des personnes interrogées.

Vous parliez de normes?

Laurence Dispaux,
psychologue, sexologue.
ldispaux@hotmail.com