

## Les clichés féminins sur la sexualité masculine

Par Christian Fenninger

Nombreuses sont les idées reçues sur la sexualité, tant sur les comportements sexuels féminins que sur ceux des hommes.

Il y a une grande difficulté pour les hommes et les femmes à comprendre en profondeur le vécu de la sexualité du sexe opposé. Les questions que chacun se pose à ce sujet sont nombreuses et souvent sans réponses, l'autre étant toujours un mystère.

Cela débouche sur de multiples lieux communs que l'on entend très souvent dans les propos des uns et des autres sur les différences homme/femme dans la relation sexuelle.

Reprenons les plus courants de ces clichés, concernant les croyances de beaucoup de femmes sur la sexualité masculine, sans être, et de loin, exhaustif :

- Si il n'a pas d'érection (ou si elle est insuffisante) au moment du rapprochement sexuel, c'est qu'il ne me désire pas.
- La sexualité est un besoin pour les hommes, qu'ils doivent assouvir coûte que coûte !
- Les hommes ne pensent qu'à ça !
- Il ne pense qu'à son plaisir (et pas au mien) !
- Si un homme a éjaculé, c'est qu'il a eu beaucoup de plaisir !
- Pour un homme, la sexualité ce n'est pas compliqué !
- Les hommes ne savent pas caresser une femme !
- Les hommes ne sont pas vraiment intéressés par les préliminaires !
- Tous les hommes aiment la fellation !

### **1° Il ne bande pas, donc il ne me désire pas !**

L'érection n'est pas un processus automatique qui se produit nécessairement dès qu'il y a une stimulation. Tout d'abord, bander n'est pas désirer, un homme peut avoir une érection sans désir. C'est le cas des érections matinales qui surviennent spontanément. C'est aussi le cas pour les acteurs de films X qui, le plus souvent, ne désirent pas leurs partenaires.

Ensuite, un homme peut connaître des troubles de l'érection d'origine organique (maladie, prise de certains médicaments) ou psychologique, indépendamment de la partenaire.

Enfin le psychisme pilote le mécanisme de l'érection et donc les émotions ressenties sont centrales, même si le désir est là, et souvent, justement parce qu'il est bien présent. C'est un mécanisme fragile qu'une surcharge émotive peut bloquer totalement ou partiellement. Les causes sont multiples : soucis de

performance (surtout les premières fois), surinvestissement affectif, anxiété, soucis et stress extérieurs à la sexualité etc...

Ces difficultés d'érection peuvent survenir ponctuellement et donc il est important que la partenaire ne se sente pas atteinte dans sa capacité à séduire et à inspirer le désir, car elle en souffrira inutilement et elle risquera alors de se fermer, amplifiant et installant cette situation dans la durée.

Ils peuvent aussi avoir été toujours présents, depuis l'adolescence, ce qui indique qu'il s'agit d'un trouble de la construction psychosexuelle de cette personne.

### **2° Le sexe c'est un besoin pour les hommes !**

Au nom de cette croyance, beaucoup de femme s'obligent à faire l'amour pour « soulager » leur homme en abîmant ainsi leur propre sexualité, leur rapport à leur corps et leur estime d'elles mêmes.

La sexualité n'est pas un besoin, c'est le but d'une pulsion. Un besoin doit être satisfait coûte que coûte sinon il y a une menace vitale (manger, boire, dormir, respirer...). Par contre un homme peut vivre en parfaite santé et avec une vie sociale épanouie sans aucune sexualité. C'est le cas des hommes d'église ayant fait vœux de chasteté (et le respectant...) par exemple.

Une pulsion peut être plus ou moins forte et impérative, elle peut être canalisée, sublimée, éventuellement refoulée ou inhibée, mais aussi, et surtout, utilisée comme une énergie positive et nourrissante. C'est le travail du moi et du surmoi.

Autrement dit, un homme suffisamment mature doit pouvoir adapter son comportement sexuel à sa partenaire pour autant qu'il désire former un couple. Par contre, la femme doit s'interroger aussi sur l'intensité de son propre désir sexuel et pouvoir penser qu'il y a peut être un problème dans la relation qui en découle.

### **3° Il ne pense qu'à son plaisir !**

Cette croyance ne se vérifie que pour une petite minorité d'hommes. L'immense majorité est au contraire très attentive au plaisir féminin.

Ce peut être pour des raisons d'estime d'eux même : « Si elle n'a pas de plaisir, je ne suis pas un homme puissant », ou bien parce qu'ils aiment leur partenaire et qu'ils ont aussi une image féminine intérieure qui demande à être honorée.

En consultation de sexologie, on constate fréquemment que cette attention est tellement forte qu'elle produit un effet négatif sur leur excitation et leur plaisir qui passent au second plan, provoquant ainsi des troubles de l'érection.

### **4° Si un homme a éjaculé, c'est qu'il a eu beaucoup de plaisir.**

Les femmes savent bien qu'elles n'ont pas toujours des orgasmes clitoridiens de même intensité. Parfois très forts, parfois très faibles, cela dépend des circonstances.

Et bien il en est de même pour les hommes. Un homme peut éjaculer sans ressentir de plaisir, comme il peut avoir une relation sexuelle sans éjaculation qui le laisse dans une grande extase. C'est d'ailleurs ce qui est recherché dans le Tantra.

L'équation « éjaculation = summum du plaisir » est fautive mesdames car cela, comme pour vous, dépend aussi des circonstances.

### **5° La sexualité serait quelque chose de simple pour les hommes.**

Pour beaucoup de femmes, un homme désire donc s'excite, donc bande, donc prend du plaisir et donc éjacule.

Ce n'est pas si simple.

La sexualité masculine est porteuse, elle aussi, de très forts enjeux émotionnels et symboliques qui font qu'à chacun de ces stades peuvent survenir des troubles et des difficultés propres au masculin qui perturbent le bon déroulement de la relation sexuelle.

Dans « relation sexuelle », il y a d'abord **relation**, la présence de l'autre les limites, les émotions de toutes sortes, négatives et positives, que cette personne nous renvoie. Il y a les enjeux que chaque homme met dans la relation et sa sexualité.

Bref c'est tout sauf simple ! Pour un homme la sexualité peut être très compliquée !

### **6° Les hommes ne savent pas caresser.**

C'est souvent vrai, mais ce n'est pas toujours de leur faute.

On ne nous apprend malheureusement pas la pratique de la relation sexuelle, on la découvre au fur et à mesure de nos expériences.

Pour un homme, se masturber et se donner du plaisir est techniquement simple. Il est habitué à toucher sa verge depuis toujours (déjà dans sa vie fœtale) et si les capteurs sensoriels sur le gland sont moins nombreux (6 000) que sur le clitoris (8 000), la surface sensible est considérablement plus grande et accessible. Il est donc facile de la stimuler efficacement sans être « à côté » !

Pour le clitoris, c'est moins facile, la zone sensible étant nettement plus réduite et plus subtile.

Quand une femme se caresse, lorsqu'elle sent une baisse de la stimulation, elle le perçoit immédiatement et corrige instantanément son mouvement. Un homme ne peut avoir que le retour que lui adresse sa partenaire. Pour que ce retour soit efficace, il doit être fait positivement :

« *Hmmm c'était bon ce que tu me faisais tout à l'heure, tu peux recommencer* » est mieux que « *t'est encore à côté, tu ne peux pas faire plus attention..., non ?* »

De plus, chaque femme est singulière et chaque femme doit être caressée d'une manière qui lui est propre. Avec une nouvelle partenaire, un homme doit partir à l'exploration de la femme, guidée adroitement par elle, si nécessaire.

### **7° Les hommes ne sont pas intéressés par les préliminaires.**

C'est vrai pour certains, mais c'est loin d'être la majorité.

Les hommes aiment beaucoup les préliminaires passifs (quand c'est la femme qui caresse l'homme), mais aussi énormément caresser activement et ce de plus en plus.

Selon une enquête récente, 83% des hommes disent aimer les préliminaires.

Caresser activement sa partenaire offre de multiples sources d'excitation pour un homme, notamment la vue (les hommes sont des visuels) et le plaisir du toucher. De plus cela répond aussi à son désir de donner du plaisir à sa partenaire.

Ajoutons que les hommes aiment non seulement les attouchements directes, mais aussi les caresses sensuelles, les baisers langoureux, les mots doux et excitants...

### **8° Tous les hommes aiment la fellation !**

C'est vrai pour 87% des internautes interrogés par planet.fr.

Il n'en reste pas moins, qu'apparemment 13% n'en raffolent pas. Donc si votre homme vous fait comprendre qu'il ne raffole pas de cette pratique, il n'est pas anormal, il fait partie de cette minorité qui préfère sans doute d'autres caresses. A vous de les découvrir !

Christian FENNINGER  
Site : [sexologie-nimes.fr](http://sexologie-nimes.fr)