

« Les hommes ont plus souvent envie que les femmes. »

*Il y a une journée de la femme mais 365 de l'homme !*

Anonyme contemporain

Il est fréquent de dire que la sexualité masculine est plus impérieuse que celle des femmes. De fait, nous connaissons mieux aujourd'hui les pratiques sexuelles des uns et des autres, ainsi que celles des couples, principalement depuis Kinsey. Ce professeur d'entomologie nord-américain a été le premier à ouvrir la voie et à bousculer les idées reçues en observant, selon une méthodologie véritablement scientifique, les comportements sexuels non plus des insectes mais bien des humains. Ce qui lui valut la « une » du *Time* en 1953 pour ses deux rapports, celui de 1948 sur la sexualité des hommes, et celui de 1953 sur celle des femmes.

Et il est vrai que le destin physiologique des hommes les a dotés d'une génitalité à la fois plus pulsionnelle, plus externe, plus réactive à l'excitation, plus facilement apte à la jouissance et globalement moins vulnérable que celle des femmes. Si l'on devait mettre en normes chiffrées la sexualité masculine, les données les plus probantes seraient celles qui imposent une différence marquée avec la sexualité féminine. Nos études les plus récentes nous montrent par exemple que les hommes pensent 284 % de fois plus souvent à la sexualité que les femmes (Laumann, 1994), qu'ils se masturbent 351 % davantage qu'elles (Laumann, 1994), et qu'ils prennent l'initiative de la relation

sexuelle à peu près 200 % plus souvent (O'Sullivan, *Byers*, 1992). Ils souhaiteraient avoir davantage de partenaires 1 400 % plus souvent que les femmes (Mac Cabe, 1987), et recherchent la performance deux fois plus souvent qu'elles (Colson, 2006), tout en avouant être excités par un film érotique trois fois plus facilement (Colson, 2006).

C'est pour cela qu'il est classique d'opposer le fort appétit masculin à celui, plus délicat, des femmes, souvent pris en défaut. Les troubles du désir sont fréquents chez les femmes, en particulier dans la tranche d'âge des 35-45 ans, où on les estime à 46 % (Colson, Ipsos santé 2006). C'est l'âge où la plupart d'entre elles ont à faire leurs preuves sur le plan professionnel, tout en élevant des enfants encore en bas âge, sans pour autant renoncer à continuer à tenir leur maison ou à remplir des tâches domestiques. Ce cumul de rôles finit par être épuisant, et les jeunes femmes ont souvent tendance à vivre la sexualité comme une tâche supplémentaire en fin de journée, à laquelle autant éviter de se prêter pour maintenir un rythme déjà difficile. Les hommes ont, en général, beaucoup de mal à accepter cette mise en sommeil provisoire, et développent en réaction des comportements qui ont souvent tendance à aggraver la difficulté. La frustration et le sentiment de rejet ouvertement exprimés par une insistance masculine malvenue, un agacement voire des colères, bien que compréhensibles, ont tendance à bloquer un peu plus la situation. La jeune femme qui se sent harcelée par la demande sexuelle trop pressante de son partenaire va se replier sur elle-même et fuir progressivement le moindre contact, se refusant souvent même à un simple geste de tendresse qui pourrait induire le désir de l'autre. À l'extrême, l'aversion sexuelle, dans laquelle le moindre

contact physique est impossible, est souvent la résultante d'une situation de couple installée par l'incompréhension masculine d'une difficulté de désir féminin passagère.

Parfois aussi le désir faible d'une femme peut être lié à une histoire personnelle difficile, une violence parentale, des antécédents de traumatismes psychiques ou sexuels. Il faut savoir que les abus sexuels sont moins rares qu'on ne le pense généralement, et qu'ils ne concernent pas seulement les milieux défavorisés. Tous les enfants sont exposés, les filles davantage que les garçons, et deux fois sur trois, l'abuseur fait partie de la famille ou de l'entourage proche. Et la nature de l'abus a peu d'influence sur les conséquences à venir du futur adulte. Qu'il y ait eu pénétration ou pas, c'est l'intention qui fait la gravité de l'acte.

Le temps qui passe n'efface rien, et les conséquences à l'âge adulte ne seront jamais nulles. À titre d'exemple, dans une étude publiée dans le très officiel *Lancet*, et portant sur 4 729 femmes d'Europe du Nord consultant en gynécologie, 27 % d'entre elles avouaient avoir subi un abus sexuel, et 7 % parmi elles disaient avoir été violées avant l'âge de 8 ans (Wijma, 2003). Les répercussions à long terme d'un traumatisme sexuel sont majeures, les états dépressifs, les troubles de l'identité et le suicide restant les plus fréquentes, tandis que les somatisations anxieuses sont quasi systématiques. Au niveau sexuel, on constate un choix homosexuel plus fréquent des anciens enfants abusés des deux sexes, et des troubles du désir majeur (66 % selon Rind, et Tomowitch, 1998)

Pour une femme qui a connu un traumatisme sexuel dans son enfance, le désir est la plupart du temps remplacé par le dégoût du sexe, la honte, la peur, la culpabilité... La demande du partenaire la confronte quotidiennement à un choix douloureux :

céder ou refuser, redevenir victime ou ne jamais finir d'être coupable. Se sentir à nouveau victime en acceptant un rapport qu'elle ressent comme imposé, ou se sentir indéfiniment coupable en se refusant à un homme que l'on aime. Dans les deux cas, la sanction est d'être indéfiniment et toujours douloureusement écartelée entre deux réponses impossibles, face à un partenaire qui, en marquant son désir sexuel, rejoue inlassablement le rôle de l'abuseur et de l'agresseur, sans l'avoir véritablement voulu, parfois même sans s'en douter le moins du monde.

Un décalage de désir dans le couple peut avoir des origines moins dramatiques, et jouer un rôle d'indicateur d'une dysharmonie plus profonde entre partenaires. Il n'y a pas de différence de désir, de plaisir, de comportements qu'un sentiment amoureux et un désir d'équilibre sexuel à deux ne permettent de combler, ne sachent compenser ni dépasser. Masters et Johnson disaient déjà en 1966 : « Il n'y a pas de dysfonction sexuelle sans dysfonction de couple. » La sexualité est bien souvent le terrain idéal, et souvent inconscient, où l'on règle ses comptes, où l'on signifie à l'autre son refus, sa réprobation, sa peur, sa colère ou sa frustration. Une sexualité difficile ou une différence de rythme posant problème entre partenaires signent bien souvent que l'on est davantage préoccupé par ses propres besoins, ou par la défense de son territoire personnel, que par la construction de son couple.

Mais il serait réducteur et caricatural de penser que les hommes sont toujours prêts à l'action sexuelle, et les femmes toujours en difficulté face à ce désir qu'elles ne partagent pas. Le sexe fort n'échappe pas, lui non plus, aux troubles du désir. Il faut dire à la décharge des hommes, que l'évolution humaine les a sans relâche contraints à l'obligation d'une adapta-

tion bien difficile. Pendant fort longtemps, la sexualité entre hommes et femmes s'était déroulée selon un rituel simple, se déroulant en deux phases successives. Il s'agissait dans un premier temps de courtiser longuement sa promise, puis, dans une deuxième séquence, l'homme, enfin autorisé à faire valoir ses droits, devait surtout faire la preuve de son érection en pénétrant brièvement sa partenaire, et si possible en la fécondant. Aucun critère de durée n'était admis pour lui, l'éjaculation précoce étant la preuve de sa bonne éducation, à une époque où le plaisir féminin n'était pas de mise avec son épouse. Pour Kinsey encore, dans son rapport de 1948, la norme masculine est l'éjaculation précoce, et 75 % des hommes interrogés disent éjaculer en moins de deux minutes. Ce comportement sexuel simplifié et sans grande contrepartie féminine permettait sûrement une large expression du désir masculin, seulement confronté à son propre plaisir. Les femmes, de leur côté, se prêtaient sans trop de réticence à un acte sexuel vite expédié et assez peu contraignant, sans se préoccuper d'un orgasme dont elles ne soupçonnaient souvent même pas l'existence.

Les normes actuelles ont fait évoluer les comportements féminins et masculins, et en ont inversé les données. Il est aujourd'hui de bon ton d'abrégier le comportement de cour, qui peut se réduire à l'essentiel d'un coup d'œil, ou de quelques mots signifiant son accord. En revanche, la relation sexuelle en elle-même doit être l'objet de tous les soins masculins, la jouissance féminine étant toujours aussi longue à obtenir, mais aujourd'hui devenue un préalable indispensable à une bonne harmonie sexuelle.

Les exigences culturelles actuelles ont donc singulièrement compliqué les rituels sexuels et les ont, bien entendu, fragilisés, pour les hommes en particulier.

Il n'est donc pas rare de voir aujourd'hui des hommes en carence de désir venir consulter, accompagnés d'une partenaire en demande d'un rythme sexuel plus propice à des besoins renouvelés.

Certains hommes, trop préoccupés du plaisir de leur partenaire, sur lequel ils ont tendance à se focaliser, fragiliseront leur propre excitation et perdront leur érection en cours de route. Le sentiment d'échec, face à la non-jouissance de leur femme, son manque d'intérêt pour le sexe, la fragilisation de leur érection seront alors parfois responsables d'un évitement secondaire de la relation à deux, d'une perte progressive de motivation sexuelle. Ils peuvent aussi préférer à une relation sexuelle devenue trop compliquée ou trop peu gratifiante, une masturbation devant l'écran de l'ordinateur ou de la télé.

D'autres hommes auront une histoire personnelle émaillée d'expériences affectives malheureuses, ou un profil de fonctionnement psychologique de type défensif ou phobique, qui ne les prédisposent pas à l'abandon et à l'expérience émotionnelle, sensuelle et fusionnelle de la relation sexuelle, souvent ressentie comme épuisante ou dangereuse. C'est davantage dans le sport, les études, les bandes de copains ou un *hobby* solitaire qu'ils investiront leur libido et leur énergie.

D'autres hommes encore, souvent par peur de l'engagement, ont tendance à fonctionner de manière partielle avec les femmes de leur vie. Ils vivent leur sexualité loin de toute implication affective, avec des femmes de passage, et articulent leur affectivité autour d'une femme aimée qu'ils ne désirent pas, généralement mère de leurs enfants.

Il existe enfin des hommes souffrant de troubles hormonaux et d'hypoandrogénie (diminution des hormones sexuelles mâles). Ce trouble, compensable

par l'apport d'hormones mâles diminue l'expression de la libido masculine et donc le désir sexuel.

Le désir sexuel est donc bien capricieux, au masculin tout autant qu'au féminin. Pour réussir son couple, il faut savoir quelquefois faire preuve de maturité, dépasser sa propre frustration de l'absence de satisfaction immédiate, pour mieux comprendre ce qui est en train de se jouer chez l'autre, et l'aider avec compréhension à dépasser ce cap. C'est le rôle joué par le ou la partenaire qui fera toute la différence entre une difficulté passagère vite résolue, ou une affection durable et invalidante pour le couple.

Christophe vit en couple depuis cinq ans. Adolescent, l'essentiel de sa sexualité se résumait à des masturbations hyper fréquentes, et il a eu ses premières relations sexuelles assez tard, vers 25 ans. Les femmes l'ont toujours intimidé, et il leur a longtemps préféré le sport (il a été cycliste de haut niveau), et les soirées avec les amis (il est aujourd'hui journaliste sportif). Il apprécie toujours, d'ailleurs, les soirées « entre mecs ». C'est Valérie qui l'a dragué, et il est aujourd'hui très heureux avec elle et l'aime sincèrement. Mais dès le début, elle s'est plainte de relations sexuelles trop rares. Lui-même n'en ressentait pas vraiment le besoin, trop fatigué par des horaires difficiles, et plutôt tenté, quand il en avait le temps, par une journée de vélo ou une soirée avec les amis. Valérie aime faire l'amour, mais comme toutes les femmes, elle est un peu longue à réagir. Elle lui reproche de ne pas la caresser assez, de jouir trop vite, de ne pas la désirer suffisamment. Peu à peu, Christophe s'est senti encore moins confiant, et les relations se sont encore davantage espacées. La crise a éclaté entre eux lorsque Valérie l'a découvert en train de se masturber devant un site pornographique.