



Dissocier désir et sentiment amoureux

Depuis que j'ai accouché je n'ai plus envie de faire l'amour, pourtant j'aime beaucoup mon mari. Suis-je normale? **Anne**

Tout d'abord, sentiment amoureux et désir sexuel coïtal (c'est-à-dire l'envie d'un rapport sexuel complet) sont souvent confondus et perçus comme étant forcément liés. Or, il est tout à fait possible d'aimer profondément son (sa) partenaire sans éprouver de désir sexuel pour autant. Cela peut être dû à une fatigue intense, des soucis, des conflits, des prises de médicaments, entre autres. Stress et excitation sexuelle ne font pas bon ménage, or un minimum d'excitation sexuelle est nécessaire à l'émergence du désir sexuel. C'est un peu comme pour l'appétit, on commence à avoir envie de manger à partir du moment où on sent quelque chose comme un tiraillement au niveau de l'estomac. Il est important aussi de ne pas confondre désir de faire l'amour (que nous appelons désir sexuel coïtal) et désir de faire un enfant. L'élan donné par le projet de maternité peut en effet contribuer à une disponibilité sexuelle vécue comme magique et intense, mais qui disparaîtra tout aussi magiquement la conception ou la

naissance de l'enfant venues. Ces femmes croiront alors avoir perdu le désir sexuel pour leur homme... Or, on l'aura compris, ce qui a disparu est le désir d'avoir un rapport sexuel pour faire un enfant, ce qui n'a plus de raison d'être puisque ce dernier est là! Ce constat étant fait, accéder au désir sexuel coïtal n'est pas magique, mais est accessible à chacune moyennant certains apprentissages possibles à tout âge. photo crédit



Pour poser vos questions à nos spécialistes, envoyez un e-mail à questions@20minutes.ch