



Les caresses sont ressenties différemment

J'adore mon copain, mais pourquoi faut-il qu'il fonce directement sur mon clitoris quand il veut m'exciter, ce qui me fait plutôt mal que du bien.

De façon générale les hommes comme les femmes ont tendance à offrir à l'autre ce qu'ils, elles, aimeraient qu'on leur fasse à eux. Cela part d'une logique louable, mais les résultats sont souvent décevants. Sans vouloir trop simplifier et devenir réducteur, on peut dire que ce qui excite sexuellement un homme ce sont principalement les caresses explicites sur son pénis et les zones qui l'entourent. Dès qu'il est excité, il peut penser qu'il en est de même pour sa partenaire et voudra lui donner le même plaisir en lui caressant le clitoris, la vulve, le vagin, les seins, soit les zones érogènes explicites. Les femmes de leur côté préfèrent souvent les caresses indirectes sous forme d'effleurements, de caresses douces, (creux de la nuque, le long du dos, des bras, des jambes, à la naissance des seins, sur le ventre, les fesses) tout leur corps peut être sensible et les prépare à désirer ensuite

les caresses génitales. L'excitation sexuelle féminine est plus délicate, met plus de temps à se mettre en place et a davantage besoin d'un support de tendresse affective. Mais une fois en place, la femme pourra rejoindre un désir sexuel plus proche de celui de l'homme. Mieux connaître les besoins et désirs réciproques, oser en parler tranquillement sans accuser mais demander ce qui est bon pour chacun permettra d'accorder cet échange du donner et recevoir qui peut s'enrichir tout au long d'une vie amoureuse et permettre un échange plus voluptueux. photo afp



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