



Un homme a besoin d'être rassuré

«Dès qu'on se voit, mon chéri veut directement une fellation tout en me caressant et en me mettant des sex-toys partout. Il dit vouloir me voir jouir, car il a toujours l'impression qu'il n'est pas à la hauteur. Pourtant je jouis quand il me pénètre durant l'acte sexuel. De plus il me demande à chaque fois si j'aime son sexe et si je le trouve beau. Expliquez-moi!» Nina, Payerne

Chez les hommes, l'excitation sexuelle est facilement identifiable grâce à l'érection de leur pénis. Cela peut être source d'inquiétude pour eux, car ils ne peuvent pas tricher puisque cela se voit! Pour assurer, l'homme a besoin d'avoir confiance en lui, de sentir que son érection est bien présente, que son pénis ne risque pas de le lâcher. Pour cela il a parfois besoin d'érotiser la pénétration. Afin d'assurer leur érection, les hommes mobilisent différentes sources d'excitation sexuelle. La vision d'une femme pénétrée de toutes parts peut être une forte source d'excitation sexuelle. Voir une femme dans l'abandon de la jouissance grâce aux caresses qu'il lui prodigue rassure l'homme sur ses compétences de bon amant sachant donner du plaisir à sa bien-aimée, ce qui est très

important. Recevoir des compliments sur son pénis, vous entendre dire que vous aimez cette partie de son corps si fondamentale pour son plaisir et la pénétration lui permettra ensuite d'évacuer son stress. Il se sentira ainsi capable de pénétrer et sera suffisamment en confiance pour plonger en vous. Vous dites aussi qu'il a l'impression de ne pas être à la hauteur: il est possible qu'il ait un sentiment d'insécurité grandissant avec l'âge, et que sa manière de s'exciter ne lui permette pas d'atteindre la pleine mesure de sa puissance d'homme. Essayer de parler de manière rassurante de ce que vous vivez avec lui. Si cela ne devait pas suffire, suggérez-lui de passer un bilan sexologique, qui pourra lui permettre de se situer et, le cas échéant, de se renforcer.

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