

## Pas de jouissance pour les choses « standards »

Homme, 29 ans

**Question :** Je « pratique » la masturbation depuis 15 ans environ et je me suis plus ou moins focalisé sur la sodomie jusqu'à en occulter presque les autres pratiques (dans la tête). Non pas qu'elles ne me plaisaient pas. Mais j'ai toujours su, même avant d'avoir des relations sexuelles, que j'aurais du mal à jouir par ces pratiques dites « naturelles ». Sachez que je suis totalement hétérosexuel et que j'aime les femmes depuis toujours. Alors ce n'est pas du tout un problème d'érection car je n'ai jamais eu de problème de ce côté là. J'ai besoin de me sentir connecté « intellectuellement » avec une femme. Pour être plus précis, mon excitation est aussi basée sur la relation que j'ai avec une femme au niveau intellectuel à savoir que je sois en phase avec plusieurs qualités que je pourrais lui prêter comme la subtilité, le jeu, la largesse d'esprit... J'ai eu une relation de 4 ans avec un fille avec qui nous étions en phase sexuellement même si, sur des choses standards, je ne pouvais pas avoir de jouissance. Le problème c'est que c'est fini depuis 3 ans et depuis je n'ai pratiquement pas eu de relations sexuelles car j'ai l'impression d'avoir perdu le désir sexuel " basique " ou " primaire " si je puis m'exprimer ainsi. Mais je commence à avoir peur sur ma vie future car, malgré le caractère peut être " pervers " de ces films, je suis quelqu'un d'extrêmement sensible et un amoureux de naissance. Je vous pose donc la question : " que dois-je faire, après m'avoir construit des fantasmes pendant 15 ans, pour retrouver une sexualité normale " ? Car aujourd'hui, j'ai peur de ne pouvoir jouir normalement dans ma vie présente et future et ça me pèse énormément maintenant. Et enfin, pensez vous que je doive aller voir un spécialiste et me faire suivre pendant un moment ? je suis prêt à y aller et ne plus perdre de temps.  
Merci par avance.

**Réponse :** Tout d'abord, je comprends que ce qui vous préoccupe est l'impact de vos fantasmes spécifiques sur une éventuelle vie sexuelle de couple. C'est bien cela ? Toutefois, quel lien faites-vous entre votre consommation de pornographie, votre orientation sexuelle et votre érection ? Lorsque vous dites que vous ne pouvez pas avoir de jouissance avec des choses « standards », voulez-vous dire que vous avez du plaisir mais n'atteignez pas l'orgasme si vous ne recréez pas vos fantasmes ? La consommation de pornographie n'a pas toujours d'impact sur la vie sexuelle d'une personne, mais d'autres vont connaître certaines difficultés. Il existe des différences entre la pornographie et la réalité et même si on le sait rationnellement, on peut parfois trouver difficile de faire le pont entre les deux. Ne plus être excité par les activités sexuelles « de routine » ou qui ne correspondent pas à un fantasme bien précis est un des effets négatifs qui découlent parfois d'une grande et fréquente consommation de pornographie. Ainsi, il est tout à fait possible que ces 15 années passées à ne regarder que des scénarios pornographiques portant sur la sodomie ait engendré une baisse de désir sexuel et d'excitation lors de pratiques sexuelles plus courantes. Par contre, rien ne laisse croire que vous ne pouvez pas accéder à d'autres fantasmes et arriver à jouir de la sexualité avec une future partenaire par le biais d'une thérapie.

Vous vous décrivez comme une personne sensible et amoureuse, est-ce que ces parties de vous s'expriment dans votre sexualité avec une partenaire ? Vous mentionnez que votre excitation est entre autres basée sur des qualités que vous pourriez « prêter » à

vosre partenaire. Avez-vous l'impression que vous avez une image de votre partenaire qui correspond à la réalité ou que vous vous construisez plutôt un personnage qui vous excite en lui « prêtant » certaines qualités ou caractéristiques? Votre façon de décrire l'apport de la relation amoureuse dans votre sexualité suscite quelques questionnements. Il serait intéressant, si vous décidiez de débiter une démarche thérapeutique, d'explorer votre capacité à jumeler sentiments et sexualité. Car les émotions et sentiments face à notre partenaire peuvent alimenter grandement l'excitation sexuelle et la satisfaction globale de l'expérience. La masturbation avec pornographie est une recherche de stimulation et d'excitation alors qu'une relation sexuelle avec une personne dont on est amoureux, c'est également un moment de rapprochement, de partage et parfois même de détente. Qu'en dites-vous? Je crois définitivement qu'une sexothérapie serait bénéfique et vous recommande plus précisément l'approche sexoanalytique.