

## Mon partenaire, trop angoissé, ne veut pas... Comment réagir ?

PAR ÉRIC BRUNA

**LE CONFINEMENT** vient à peine de commencer... et il est parti pour durer. Pour ceux qui sont en couple, cela signifie vivre 24 heures sur 24 avec son conjoint. Dans la cuisine, le salon, le balcon... ou le lit. Et cela aura forcément un impact sur la sexualité.

Le stress dû à la situation anxiogène générée par la pandémie risque de refroidir quelques ardeurs. Mais comment

faire si la pensée de l'épidémie bloque alors que mon ou ma partenaire a envie ?

« Déjà, on en discute, sourit Sylvain Mimoun, gynécologue et sexologue. Il y a là-dedans une part de peur de l'autre, se dire inconsciemment qu'on peut attraper le virus. La solution peut être d'utiliser le *safe sex*, avec des caresses, des jeux érotiques... Ainsi, chacun aura fait la moitié du chemin et il n'y aura pas de côté négatif... »

Pour Philippe Brenot\*, psychologue et thérapeute de couple, l'écoute et la bienveillance masculine sont plus que jamais primordiales. « Les hommes et les femmes ont deux sexualités différentes qui n'ont pas été faites pour vivre ensemble, explique l'enseignant en sexologie à l'Université de Paris. L'une des choses compliquées dans ce confinement est la masturbation. C'est l'élément central de la sexualité. Dans un couple,



on fait en moyenne l'amour deux ou trois fois par semaine, l'homme se masturbe autant de fois et la femme quelques fois par mois. Là, je ne sais pas comment ça se fera. Mais ce n'est pas parce que je ne peux pas me masturber que je dois

imposer l'amour à l'autre. Par la pression, on risque de créer des blocages. »

Et si la bonne idée était de créer des palliatifs pour éviter d'alourdir un contexte déjà pesant ? « Faire des activités communes, avoir des gestes

tendres, se toucher beaucoup comme on le fait au début d'une relation, faire du câlinage, du cocooning dont la finalité n'est pas forcément génitale », détaille le docteur Brenot.

Mieux vaut trouver ses marques assez vite. « Parce que, vue la durée de confinement, cette question va inévitablement se poser de nouveau, glisse le docteur Mimoun. Si elle est bien abordée d'entrée, cela facilitera les choses. A l'inverse, si c'est mal négocié, ça ne peut qu'empirer... »

*\*Dernier ouvrage « Pourquoi c'est si compliqué l'amour ? » aux Editions les Arènes.*

ALTO PRESS / MAXOPP / FREDERIC CHOU