



DÉCRYPTAGE



CE QU'ILS AIMENT AU LIT...

... LA VARIÉTÉ

« La majorité des hommes adore la fellation, souligne Iv Psalti. Beaucoup adorent faire des cunnilingus aussi. La sodomie est également appréciée ainsi que les jeux de domination-soumission soft. Les hommes sexophiles aiment varier les positions, les jeux sexuels. Ils vont apprécier la masturbation réciproque, tester des lieux différents... Ils ne sont pas grands amateurs du rapport

sexuel le soir, dans le lit conjugal, la lumière éteinte et en missionnaire. Le sexophobe, au contraire, ne met aucune fantaisie, aucun jeu dans sa sexualité. » Est-ce alors possible de lui faire découvrir de nouveau plaisir? D'apporter un peu de variété dans vos ébats? « Oui, à une condition, qu'il soit un minimum curieux, précise Iv Psalti. Le sexophile est un curieux, un hédoniste, il veut apprendre, découvrir.

Il va se poser plein de questions: "est-ce que chaque partie de mon corps est érotisée? Comment puis-je davantage l'érotiser? Comment puis-je érotiser le corps de ma partenaire?..." Il est sans arrêt en train de vouloir expérimenter de nouvelles choses. Ce n'est pas le cas du sexophobe. Mais s'il est un minimum curieux, s'il se dit qu'il est passé à côté de quelque chose et que vous pouvez l'amener, petit à petit, à comprendre qu'il existe d'autres sources de plaisir, alors ça peut marcher. »

N'hésitez pas non plus à vous documenter. Et même à regarder des films pornos, conseille Iv Psalti. « Vous voulez des conseils pour faire une bonne fellation ou pour bien masturber votre partenaire? Regardez des dizaines de films pornos, bien sûr sur plusieurs semaines ou mois. Prenez des techniques ici et là, testez sur votre homme. Aujourd'hui, vous avez tout sous la main: films, magazines, livres... il suffit d'aller chercher l'information. Et oubliez cette histoire de gorge profonde. La plupart des femmes en sont tout simplement incapables, cela entraîne un réflexe de vomissement. Pas besoin de ça pour faire une bonne fellation. Là encore, la variété est de mise: multipliez les types de caresse, utilisez votre langue, votre bouche, vos doigts, vos seins. N'oubliez aucune partie: le gland, les testicules, le frein... Il en va de même pour la masturbation. Soyez inventive. »

... « MATER »

Autre point important pour l'excitation de votre partenaire: il aime voir! « He oui, on ne va pas se le cacher, les hommes aiment "mater", affirme Julie Rouvier. Et pour cause, ils développeraient de façon innée leur capacité à sélectionner leur partenaire de manière visuelle. Depuis toujours, le mâle choisirait donc visuellement une femelle capable d'enfanter (hanches



À lire

Que veulent les hommes ? Qu'aiment ils vraiment au lit ? Iv Psalti n'y va pas par quatre chemins. Non, les hommes ne pensent pas qu'à ça. Non, ils ne voient pas votre cellulite. Non, ils ne pensent pas qu'à leur propre plaisir. Loin des clichés, le sexologue distingue différents types d'hommes, il explique ce qu'ils attendent, ce qu'ils redoutent et donnent des conseils aux femmes pour trouver le chemin d'une sexualité épanouissante à deux.

Sexe, savez-vous vous y prendre avec les hommes ? Iv Psalti, **Ixelles** éditions (2011), 320 p., 19,90 €

larges, forte poitrine) alors que cette dernière accepterait un partenaire pour sa capacité à combler les besoins de la future famille (défense du territoire, chasse) Voilà pourquoi, encore de nos jours, la fonction de vision chez l'homme reste primordiale et nécessaire à l'excitation sexuelle. En pratique, la plupart des hommes vont préférer faire l'amour s'ils peuvent vous voir. Alors oubliez les complexes et allumez la lumière ! » Un avis que partage Iv Psalti qui rappelle que chez l'homme, la vue est le sens qui travaille le plus pendant l'acte sexuel, alors que chez la femme, c'est l'ouïe. « Certaines femmes veulent éteindre la lumière car elles ont une très mauvaise image corporelle d'elles-mêmes. Mais c'est une perte terrible au niveau de l'excitation pour l'homme. Ce dernier pourra même petit à petit abandonner la sexualité. C'est très frustrant pour lui, d'autant plus s'il

soutient sa partenaire, s'il lui répète qu'il la trouve belle. Si elle continue de se trouver moche et grosse, il va en avoir marre et s'éloigner. » Souvent, nous sommes les seules à voir notre cellulite ou nos petits défauts. Notre partenaire, lui, aime notre corps et ne demande qu'à l'admirer. Après tout, s'il l'apprécie et que cela l'excite, pourquoi ne pas lui faire confiance ? Encore une fois, il prend du plaisir s'il voit que nous en prenons aussi.

« D'ailleurs, si la position préférée des hommes est la levrette, c'est qu'ils aiment regarder les fesses, et l'anus de la femme. Cela les excite énormément, ajoute Iv Psalti. Ceux qui aiment regarder les seins vont apprécier l'andromaque, ils sont couchés sur le dos et la femme est à califourchon sur eux. Bien sûr, il existe des hommes qui recherchent le contact et ils vont alors se tourner plutôt vers le missionnaire. »

... NOUS VOIR PRENDRE DU PLAISIR

« Un homme bien dans ses baskets et dans sa sexualité va aimer une femme qui est bien dans sa peau. Aujourd'hui, pour 60 à 70 % des hommes, la seule chose qui les intéresse, c'est de regarder leur partenaire prendre son pied, affirme Iv Psalti. Comme il est voyeur, il va surtout être excité indirectement par le plaisir que prend la femme. S'il la pénètre, qu'elle ne bouge pas et qu'elle regarde les mouches au plafond, évidemment, il ne va pas trouver ça érotique. Si elle lui fait une fellation et qu'elle ne prend pas de plaisir et le fait à reculons, il ne va pas apprécier. Il va arrêter en disant : 'ne le fais pas pour moi, j'ai envie que tu prennes du plaisir'. Je parle ici de l'homme sexophile. Car le sexophobe, il n'en a rien à faire que la femme prenne du plaisir, participe ou pas. Une seule chose l'intéresse qu'il ejacule. »

J'AIME / J'AIME PAS

LA PIPE GOURMANDE (AVEC DU MIEL, DU NUTELLA, DE LA CHANTILLY...)

IL AIME :

« Le top, c'est avec de la Chantilly, la légèreté de la mousse décuple les sensations ! »

Thibaud, 23 ans

IL N'AIME PAS :

« Je trouve ça dégouiné et totalement hors sujet. »

Lionel, 45 ans

LA SOUMISSION

IL AIME :

« J'aime avoir les yeux bandés, attaché pourquoi pas, et qu'elle s'occupe de moi... »

Charles, 30 ans

IL N'AIME PAS :

« Je sais, je suis archaïque, mais pour moi "soumise" ne se conjugue qu'au féminin... »

Didier, 47 ans

LE 69

IL AIME :

« Me faire sucer tout en dégustant ma partenaire, c'est presque ce que je préfère dans le sexe. »

Julien, 28 ans

IL N'AIME PAS :

« Pour moi le cuni, c'est comme la fellation : un plaisir qui se suffit à lui seul. Quand on les mélange, ils perdent tous les deux de leur intérêt. »

Simon, 35 ans

LES GROS SEINS

IL AIME :

« J'avoue, plus la poitrine est grosse, plus je suis excité. C'est le premier détail que je regarde chez une fille. »

Laurent, 39 ans

IL N'AIME PAS :

« Les seins trop gros m'embarrassent, je ne sais pas quoi en faire. Je les préfère petits et saillants. »

Arnaud, 30 ans