

Couple

Iv Psalti livre les secrets sur le sexe des hommes à l'usage des femmes. Un élément essentiel du couple.



Fototh

Le sexe, important pour le couple

L'homme cherche une femme belle, sexy, naturelle, intelligente, sensible, bien dans sa peau... Vous, quoi!

● Interview : Anne SANDRONT

Iv Psalti est sexologue clinicien et il enseigne à l'ULB. Il a publié le livre *Sexe. Savez-vous vous y prendre avec les hommes?* Il nous parle de son livre.

Autrefois, on disait «On retient les hommes par le ventre». Votre livre dit plutôt «par le bas-ventre».

Oui, c'est vrai, on retient la majorité des hommes par le sexe. Ce n'est pas valable pour le Don Juan, qui a besoin de séduire en permanence. Mais pour les autres hommes, si on trouve ce qu'on cherche au point de vue sexuel chez soi, on ne va pas voir ailleurs. Contrairement à ce qu'on nous a fait croire pendant des années, l'homme n'est pas un chasseur invétéré. Quand il cherche à l'extérieur, dans la grosse majorité des cas, c'est parce qu'il manque de sexe à la maison, soit en quantité, soit en qualité... Quand il n'arrive pas à avoir certaines fantaisies, il va voir ailleurs et peut même payer pour ça.

Quand on voit le titre de votre livre, on croit que vous donnez des recettes magiques... Mais vous expliquez que chaque homme est différent et qu'il faut s'adapter.

Absolument. En donnant une quarantaine d'exemples, j'essaie de montrer que tous les hommes sont différents. Je donne une échelle à la fin du livre, d'un homme plus centré sur son plaisir à celui plus centré sur le plaisir de la femme. Beaucoup

d'hommes aiment qu'une femme fasse des implants mammaires, mais un homme centré sur le plaisir de la femme va repousser ça : il veut une femme qui s'investisse dans sa sexualité plutôt que dans son physique.

Le premier problème, c'est de voir si la femme veut garder son homme... On voit actuellement que la moitié des couples se séparent, et dans 80% des cas, c'est la femme qui demande le divorce. Si elle veut garder son homme, elle doit réagir en fonction de ses desiderata. Mais elle doit en avoir envie aussi. Si elle veut augmenter la cadence des relations sexuelles pour garder son homme, ça ne dure qu'un temps... A moins qu'elle le fasse pour elle plutôt que pour lui.

Vous dites aux femmes qui n'ont pas forcément envie de sexe le soir : «l'appétit vient en mangeant».

Je dis la même chose aux hommes qui manquent de désir sexuel, il n'y a pas deux poids deux mesures. On doit changer quelque chose dans sa philosophie. On doit se dire : «Je le fais pour mon propre plaisir, mon propre bonheur.»

Le sexe n'est pas le seul élément important dans un couple. Vous mentionnez trois piliers.

Ce sont les trois piliers pour construire une relation : l'amitié, sentiments et sexe. L'amitié, cela veut dire qu'on peut passer 3,

quatre heures ensemble au restaurant, et on ne s'ennuie pas. L'homme aime partager des choses avec cette personne, partager une profonde amitié avec sa compagne, pouvoir tout lui raconter. Une amitié forte renforce les autres liens.

Il y a cinq types de sentiments : la passion, l'amour, l'attachement, l'indifférence/le mépris et la haine. Je m'installe avec une personne si les sentiments sont forts. Et enfin, on doit s'entendre aussi au niveau du sexe. Cela concerne la fréquence : si je ne suis pas porté sur la chose et que je me contente d'une relation sexuelle par mois, mieux vaut que ce soit la même chose pour l'autre... Parce que si elle a envie tous les soirs, ça va être compliqué. Pour la qualité, les fantaisies, il faut aussi être sur la même longueur d'ondes. Si j'aime un petit missionnaire dans le noir et que l'autre me demande fellation, cunnilingus et sodomie, on aura un problème.

J'entends parfois les femmes dire qu'un homme ne veut pas s'engager. Ce n'est pas correct. Si l'homme ne veut pas s'installer avec sa partenaire, c'est parce qu'il manque un pilier qui est important pour lui. Ça peut être l'amitié, le sentiment ou le sexe. Un homme qui a les trois piliers, il s'engage.

Vous expliquez aussi que les hommes et les femmes n'ont pas les mêmes attentes au même moment.

Oui, au niveau de l'intimité, l'homme jeune, de 20 ans est fort autonome. Il se dit : «Il ne faut pas que je rate une opportunité.» Généralement, la femme a un besoin fusionnel plus grand, elle recherche plus d'intimité. Les années passant, ils vont évoluer dans un sens inverse : l'homme perd son autonomie et aux environs de 50-60 ans, demande plus de sécurité, plus de fusion. La femme de cet âge se sent plus étouffée, a besoin de temps pour elle... Et peut-être vers 30-40 ans, on se retrouve. ■

► Iv Psalti «Sexe. Savez-vous vous y prendre avec les hommes?», bxlles Éditions. Le sexologue sera en conférence-dédicace le 14/5 à 15 h la Librairie Molière (Charleroi), et le 17/5 sur Viva Cité, de 14 à 15 h 30.

L'homme veut tout : amitié, sentiments et assez de sexe qualitatif.



Regardez-vous comme un homme

Le regard et l'image corporelle est un sujet important pour Iv Psalti : «Un homme peut dire à une femme 10 fois par jours, pendant 20 ans : "Tu es belle, ma chérie." Mais pour qu'une femme se sente belle, ce n'est pas suffisant. Les femmes voient toujours les côtés négatifs, que l'homme ignore. Elle dit à son mari : "J'ai de la cellulite, j'ai des rides..." C'est une arme à double tranchant. J'interdis aux femmes de se critiquer :

ça se retourne contre elles. Un beau jour, on la regardant dans les yeux, son mari dit : "Tu es vieille, tu es moche". Il l'a complimentée pendant 20 ans, mais s'il lui dit une fois qu'elle est moche, elle est par terre.»

Le conseil du sexologue aux femmes, qu'il développera abondamment dans son prochain livre, destiné aux femmes c'est d'apprendre à se regarder comme les hommes les regardent : «Si elle y par-

vient, elle est bien dans son corps et dans sa tête. J'appelle cette femme "la Bella", pas parce qu'elle est belle plastiquement, mais parce qu'elle est bien dans la tête. C'est quelque chose qu'on peut trouver après 40 ans, quand on laisse tomber ses complexes. À côté d'elle, on peut mettre une super top model, tout le monde ira vers elle, parce qu'elle est bien dans sa tête, elle dégage quelque chose.»