

Désir de femme

Malgré une libération des mœurs, un accès à la contraception et une très large information sur tout ce qui touche aux pratiques sexuelles, le désir des femmes reste une énigme : pour elles-mêmes d'abord et plus encore pour leur partenaire !

Pourtant aujourd'hui, elles n'ont plus d'excuses ! Elles savent comment avoir du plaisir, et n'ont plus peur de tomber enceinte sans l'avoir voulu. Et pourtant, pourtant le désir se cherche, se cache, se montre capricieux ; on le connaît mal, on ne le comprend pas bien. Le désir de l'homme semble si simple que les femmes l'envient et à l'inverse le désir de la femme si complexe, si imprévisible, si fragile.

De l'histoire transgénérationnelle des femmes, nous héritons d'une transmission en creux : on ne parle pas ou si peu du désir sexuel, de ce qui le fait naître, de ce qui le soutient. Pire, parfois le message a été : ne dis rien, c'est inintéressant, sale, honteux ; la sexualité, c'est une obligation, un devoir conjugal où le plaisir n'est pas au rendez-vous.

Comment se situer entre cette transmission et cet assourdissant tapage médiatique qui pourtant somme les femmes d'être désirantes et jouisseuses ?

Pour trouver son désir, il s'agit d'oser regarder son histoire, les messages reçus et les non-dits ; d'accepter de tâtonner, de ne pas savoir tout de suite où l'on va ; oser, à son propre rythme, partir à la rencontre de ses plaisirs. Nathalie, une femme d'allure sûre d'elle nous dit à propos de sa vie sexuelle : « J'ai encore tant de mal à répondre à cette question qui semble si simple : de quoi ai-je envie ? Je pourrais, je devrais oser... ». Sandra, a beaucoup lu sur le sujet et sait ce qu'elle voudrait, et pourtant elle se sent freinée de l'intérieur : « j'aimerais découvrir mon corps, non seulement en surface mais aller dans les profondeurs de mes sensations et de mes émotions. J'aimerais trouver le courage de partager cette recherche avec mon partenaire, sans nier que cela peut nous faire peur à tous les deux ... ». Elle se demande : « Serai-je enfin capable d'accepter la complexité de mon désir ? » Et Geneviève de partager : « J'ai cru longtemps à tort que mon désir emprunterait le même chemin que celui des hommes. C'est une fausse piste qui n'aboutit qu'à de l'incompréhension, du ressentiment et de la frustration. C'est de moi-même que je dois partir pour découvrir ce qui me plaît ».

Le désir des femmes est fluctuant, selon leur âge et leur « statut », différent si l'on est célibataire, en couple, avec ou sans enfants. Les conditions d'émergence sont subtiles et infiniment variables, elles dépendent de beaucoup de facteurs ; il change selon la situation et le climat affectif dans lesquels on se trouve. Aller à la découverte de son désir comme à celle de ses plaisirs demande une attention qui se continue tout au long de la vie.

Carolle Graf, psychothérapeute (co-auteure du livre « Mais tu ne m'avais jamais dit ça ») et Florence Loos, psycho-sexologue