

# Insuffisance du désir chez l'homme

Il est normal que son désir varie en intensité selon les moments de la vie. Mais si celui-ci change de façon importante et durable, on est en droit de s'interroger.

Alors que la sexualité joue un rôle majeur au sein de la relation de couple, il arrive parfois que le désir défaille.

## Causes de la perte du désir

Il serait absurde de se focaliser sur la psychologie ou les circonstances de la vie menée pour expliquer la baisse du désir, sans avoir d'abord vérifié que ce changement ne vient pas des effets secondaires des médicaments que l'on prend, ou de l'hygiène de vie (alcool, tabac, surmenage...).

De plus, certaines maladies métaboliques (diabète, obésité) ou endocriniennes, ainsi que la dépression et de nombreuses autres maladies diverses plus ou moins graves, affaiblissent l'organisme au point que le désir, qui suppose un certain tonus, ne peut naître.

Mais le plus souvent ce sont les conditions matérielles et psychologiques dans lesquelles la personne vit au travail, en famille, dans le couple, ainsi que sa propre personnalité, qui sont responsables de la baisse du désir. Il faut donc faire le tour de ces conditions de vie afin de repérer ce qui est négatif. Pour la vie professionnelle, citons le stress au travail, le chômage, l'arrivée de retraite. On peut être écrasé par les soucis des enfants, scolaires ou de santé, par la responsabilité de la famille, par les problèmes financiers ou matériels, au point que plus aucun temps ne reste libre pour que le couple pense à lui et vive pour lui.

Enfin, la relation au sein du couple peut-être usée, routinière, avec une partenaire indifférente qui ne renvoie pas une image flatteuse de virilité, parce qu'elle n'a jamais envie du corps de son homme, considère son désir comme bestial, ses demandes comme déplacées. Ou au contraire parce que l'on doute de ses capacités à donner du plaisir à sa femme, par suite de troubles de l'érection, d'éjaculation prématurée. Ou parce qu'un arrêt trop long de la sexualité (pour maladie, accident, séparation, décès) a désamorcé et anesthésié les réflexes du désir. La peur de l'intimité, les appréhensions fondées sur des éléments plus ou moins enfouis dans la conscience, la mauvaise gestion des conflits dans le couple, nombreux sont les motifs du déconditionnement érotique.

## Comment retrouver le désir ?

La bonne santé physique et psychologique, l'équilibre de la vie dans toutes ses composantes, l'existence d'un temps matériel pour donner sa place à l'intimité du couple et à sa vie bien à lui, telles sont les conditions de la naissance et de l'épanouissement du désir.

Les thérapies sexologiques, après avoir parlé de ces conditions, amènent à réfléchir sur les étapes d'une resensualisation de la vie du couple.

Dr Yves Ferroul