

PARLONS DES *pannes sexuelles* MASCULINES

Les pannes sexuelles : sujet délicat... surtout après cinquante ans. Pourtant, les seniors, qui sont bien plus en forme aujourd'hui qu'il y a trente ans, ont aussi moins de tabous concernant leur sexualité. Alors, que se passe-t-il dans la tête d'un homme quand son corps ne répond plus comme avant ? Justement, « *c'est le plus souvent dans la tête !* » selon Valérie Bruat, coach en relations amoureuses.

Ma
Psycho

« Je deviens un autre homme ou, plutôt, à cinquante ans je deviens un homme ! »

« À la deuxième rencontre, A. m'a pris la main et le soir même, nous avons passé la nuit chez moi. Depuis, nous nous voyons régulièrement. [...] Grâce à votre coaching, j'ai appris beaucoup sur moi, avec l'effet miroir. Je peux maintenant corriger certaines attitudes ou comportements qui sont mal perçus. Enfin ! A. est de plus en plus amoureuse. Elle m'accepte comme je suis et apprécie ma présence et mon romantisme... ! De mon côté, A. me fait un bien fou. Je deviens un autre homme ou, plutôt, à cinquante ans je deviens un homme. Je passe maintenant outre des petits sujets qui n'en valent pas la peine. La vie est tout autre depuis cette belle rencontre. Je tiens à vous remercier pour tout ce que vous avez fait pour moi. Vous avez cru en moi. Vous m'avez soutenu. Je vous en suis TRÈS reconnaissant. Je débute une relation amoureuse. Et sans vous, tout cela ne serait pas arrivé. Tout arrive... quelque soit l'âge. »

C. (lettre de remerciement adressée à Valérie Bruat)

Depuis seize ans, Valérie Bruat, gérante de l'agence matrimoniale Entre elle et lui, à Paris, voit des hommes en souffrance et accorde une écoute particulière aux blessures de l'intimité. Elle n'est pas thérapeute, mais observe et peut servir de guide vers le mieux-être. Nous l'avons interrogée comme témoin privilégié d'une génération toujours alerte.

Vous vous positionnez – entre autres – comme une agence matrimoniale avec un profil d'adhérents seniors. Qu'est-ce qui change avec cette typologie de clients ?

Ce sont des personnes peut-être plus fragiles sur le plan psychologique que les clients trentenaires ou quadra. Les hommes viennent avec une vie de couple rompue, pour beaucoup depuis longtemps, et ils en souffrent, ou bien vivent un veuvage. Certains commencent à avoir des problèmes de santé qui perturbent leur libido.

Les hommes ont-ils des demandes plus spécifiques à cet âge ?

La composante sexuelle est souvent rapidement mise en avant, sans même que je ne les sollicite. Que ce soit pour m'évoquer le besoin de trouver des femmes épanouies sexuellement ou au contraire parce qu'il y a chez eux des soucis. S'ils sont malades, atteints de dépression ou cardiaques, ils évoquent bien souvent les effets secondaires liés à la médication chimique. Il s'agit le plus souvent de troubles de l'érection, de baisse de la libido. Ceux qui sont seuls depuis de nombreuses années subissent des troubles psychologiques. Ils ont moins confiance en eux, ce qui va entraîner un blocage lors d'une rencontre intime. Ils entrent alors dans un cercle vicieux.

Or, la panne sexuelle n'est pas irrémédiable, il est temps de dédramatiser ! C'est le plus souvent dans la tête que cela se passe. Il suffit souvent qu'ils trouvent la bonne personne, une personne patiente, et tout simplement en adéquation

▶ À SAVOIR

Facilitateurs de pannes

- 66 % des usagers d'antidépresseurs déclarent avoir déjà eu une absence totale d'érection au cours des douze derniers mois, soit deux Français consommateurs d'antidépresseurs sur trois !
 - 65 % des problèmes érectiles et 70 % des problèmes de désir sexuel des hommes ayant eu un rapport au cours des douze derniers mois seraient dus au stress !
 - Près de 80 % des travailleurs indépendants déclarent avoir eu une absence ou une insuffisance de désir sexuel au cours des douze derniers mois...
- (Sondage Ifop, octobre 2018.)

Statistiques

Le 15 octobre 2018, le Viagra fêtait ses vingt ans sur le marché français. C'était l'occasion pour l'institut de sondage Ifop de consulter la population sur ses problèmes sexuels. La consommation de Viagra est constante depuis 2001, avec aujourd'hui 64 % des hommes déclarant avoir eu des problèmes d'érection. Les femmes avouent plus facilement qu'avant avoir été confrontées au problème de leur conjoint (59 % en 2018 contre 25 % en 2001). Plus étonnant, 41 % des moins de trente ans admettent utiliser un médicament améliorant l'érection... pour la performance. Selon l'enquête de l'Ifop, 75 % des plus de soixante ans déclarent avoir eu au moins une absence ou une insuffisance du désir sexuel ou un problème d'érection au cours des douze derniers mois. Cependant, la moitié d'entre eux seulement optent pour la médication (54 % des hommes ayant eu un problème d'érection il y a moins d'un an seraient tentés). Pour eux, la performance n'est pas l'enjeu prioritaire. IFOP, octobre 2018

avec ce qu'ils peuvent offrir. Dès lors, la rencontre, puis les suivantes, dénouent les craintes, cassent le cercle vicieux, ils retrouvent des émois, en même temps que la confiance en eux. Il ne reste plus que le plaisir d'être deux. Les choses se font naturellement.

Vous a-t-on fait part de « guérisons heureuses » ?

Tout à fait ! Un jour j'ai reçu une lettre émouvante d'un client de l'agence qui m'écrivait qu'à cinquante ans il était devenu un homme (voir page ci-contre). Il m'avait assez rapidement entretenue de ses problèmes érectiles et de sa souffrance d'être seul. J'avais donc le défi de trouver pour lui une personne très compréhensive. Je lui ai présenté une dame qui correspondait parfaitement à ce critère. L'alchimie s'est manifestement établie entre eux et cela m'a valu cette lettre que je garde comme un cadeau.

Est-ce que la sexualité compte aussi pour votre clientèle féminine de cinquante ans et plus ?

Une femme de plus de cinquante ans voire de soixante-dix ans et plus viendra à l'agence avec l'intention de trouver un homme « vert », même si celui-ci a plus de cinquante ans. On le voit, la sexualité est une donnée très importante dans l'équilibre affective des seniors. Être à l'écoute de l'autre devient l'atout indispensable pour qu'une complicité sentimentale devienne une complicité sexuelle. Je crois que c'est un peu mon rôle de réunir les deux bonnes personnes. C'est en tous les cas pour cela qu'ils viennent à l'agence. Pour « l'expertise sentimentale ».

Je conseille aux hommes et femmes de plus de cinquante ans de se donner du temps pour y arriver. Même à plus de cinquante ans, le temps est le meilleur allié !



Bio d'expert



Valérie Bruat

Créatrice d'un nouveau genre d'agence matrimoniale, avec un portail dédié aux seniors, Valérie Bruat est régulièrement présentée comme « artisan de l'Amour » dans la presse et sur les plateaux télé ou radio. Elle a obtenu en 2017 le prix d'Excellence de l'Ordre national des conseillers en relations humaines.