«LA FEMME A DROIT À CETTE SEXUALITÉ»

CHUT! Normative chez les hommes, la masturbation reste un sujet sur lequel les femmes sont peu bavardes. Mylène Bolmont, psychologue-sexologue aux HUG, les encourage à cette exploration.

Longtemps cantonnée à la procréation, la sexualité des femmes s'est aujourd'hui ouverte au plaisir. Malgré tout, la masturbation reste un sujet sur lequel les femmes s'expriment encore peu. Interview avec Mylène Bolmont, psychologue-sexologue aux HUG.

● Aujourd'hui, on participe à des soirées sex-toys, il existe des applications dédiées à la masturbation féminine. Le sujet est-il toujours tabou?
Oui et non. Cela dépend beaucoup de notre environnement. Dans mes consultations, je demande toujours à mes patients s'ils se masturbent. Et beaucoup commencent par me dire non. Ensuite, quand je déstigmatise, que j'explique qu'il n'y a rien de sale ou de ridicule, ils disent que, finalement, oui, ils le font. Mais il faut expliquer aux femmes que c'est une exploration de leur sexualité, une source de plaisir à laquelle elles ont droit.

● Les hommes en parlent plus facilement?
Ils n'ont pas de problème à le dire, la masturbation est beaucoup plus normative chez eux.

● Dans les soirées sex-toys, les femmes en couple se dédouanent souvent en expliquant qu'elles utiliseront leur jouet avec leur compagnon. Comme si le plaisir solitaire était déplacé.
C'est compliqué de faire des généralités. Il y a aussi des femmes qui ne comprennent pas qu'un homme en couple se masturbe, parce que cela voudrait dire qu'il est insatisfait. Mais il faut comprendre qu'il y a une sexualité à deux et une sexualité seule et qu'on a tout à fait le droit de s'épanouir dans les deux. Il n'y en a pas une qui est plus sale ou plus ridicule que l'autre. La masturbation permet l'exploration, et c'est aussi un moment où je me trouve seule avec mes fantasmes. Même si cela se passe très bien avec mon compagnon, il y a des fantasmes que je préfère garder pour moi et que je peux réaliser par la masturbation. Cependant, les femmes ont tout à fait le droit de ne pas avoir envie de se masturber, il n'y a rien d'anormal à ça, et une vie sexuelle sans masturbation peut être tout à fait épanouissante.

● La sexualité en solitaire est-elle une bonne chose pour des jeunes femmes au début de leur vie sexuelle?
Oui, parce que, encore une fois, on met vraiment la masturbation sur le niveau de la découverte de soi, de son clitoris, de sa vulve, de certaines zones du vagin plus ou moins sensibles. Il faut vraiment le voir comme quelque chose de magnifique. On a la chance d'avoir des zones de notre corps qui en elles-mêmes peuvent nous procurer énormément de plaisir, pourquoi se le refuser?

● Une connaissance de soi qui a une influence sur la sexualité de couple?
Tout d'abord la sexualité ne commence pas dans le rapport pénétratif. C'est un regard, un mot, une main qu'il me passe dans les cheveux et qui m'émoustille. Le couple se nourrit de cette intimité. C'est ça qui manque aux couples qui viennent en consultation plus que de faire l'amour trois fois par semaine. En ce sens, la sexualité au sens large est fondamentale pour le couple. Et se connaître, savoir ce qui nous donne du plaisir enrichit la sexualité à deux.

● Quel est votre avis sur le site OMGYes?
Beaucoup de femmes ne savent pas comment se procurer du plaisir parce qu'elles ne se sont jamais explorées. À travers cette application, elles peuvent découvrir leurs organes génitaux et certaines zones érogènes. Donc c'est plutôt bien. Après, la découverte de la sexualité passe par le lâcher-prise plus que par un mode d'emploi. J'aurais juste peur que le côté technique supplante un peu le ressenti du plaisir en lui-même.

● Hommes et femmes sont-ils aujourd'hui égaux par rapport au plaisir?
Nous devons encore aujourd'hui travailler sur l'idée qu'une femme a droit à une sexualité aussi enrichissante et libérée qu'un homme sans qu'on lui colle des étiquettes qui ne lui appartiennent pas, comme fille facile ou autres.

« On est tous nés d'un rapport sexuel»
Mylène Bolmont, psychologue-sexologue

● En 2017, des femmes sont tuées, violentées à cause de leur genre, partout les inégalités perdurent. Se battre pour une sexualité épanouie n'est-il pas très secondaire?
La sexualité est fondamentale. L'OMS a reconnu la santé sexuelle comme faisant partie de la bonne santé en 2002. Mes patients qui ont une sexualité compliquée en souffrent vraiment. Parce qu'elle fait partie intégrante de la vie. Nous sommes tous nés d'un rapport sexuel. La sexualité est le moteur essentiel à la survie de l'espèce. On a tout à fait le droit de se plaindre si sa sexualité n'est pas bonne. Comme boire, manger ou dormir, faire l'amour est très, très important. Et il est essentiel de dire que les femmes ont droit au plaisir et à la sexualité.

● TEXTES **MELINA SCHROETER**
melina.schroeter@lematin.ch
● PHOTO **YVAIN GENEVAY**
LIRE L'ÉDITO EN PAGE 8

On ne compte plus les variétés de sex-toys aujourd'hui. Mais tous les tabous ne sont pas tombés autour de ces objets de plaisir.

Photos DR

MARCHÉ DE L'ÉROTISME

«Les hommes ne nous ont pas attendues pour se masturber»


Getty Images

SEX-TOYS En décembre dernier, un commerce de sex-toys affichait en format géant des boules de geisha, comparées à des décorations de Noël. Avant elles, le Womenizer, joujou chouchou des dames à en croire ses chiffres de vente, avait aussi droit à sa campagne de publicité. Le sex-toy serait-il devenu un objet usuel comme un autre? «On assiste à une démocratisation de ces jouets, confirme Simon Jacquier, cofondateur de KissKiss.ch, qui commercialise en ligne sex-toys et autres accessoires érotiques. Leur perception a changé, c'est de moins en moins tabou. Les fabricants ont aussi fait des efforts pour améliorer leur confort et leur aspect. Aujourd'hui, ce sont des objets qui ne font plus peur et qu'on offre même volontiers à la Saint-Valentin ou à Noël. D'ailleurs, parmi nos produits les plus populaires, il y a les objets connectés qui s'utilisent en couple, soit ensemble, soit à distance.»

Un enthousiasme un peu tempéré par Marina Bonnet Gobet, fondatrice de l'entreprise Bonbon-Rose, qui organise depuis dix ans des soirées sex-toys entre femmes pour découvrir et acheter des accessoires érotiques. Depuis ses débuts, elle constate toujours la même gêne dans le rapport des femmes à leur plaisir. «Certaines femmes ont besoin de se dédouaner en achetant des sex-toys pour couple. Elles se rassurent en expliquant qu'elles l'utiliseront avec leur conjoint. Je leur explique qu'il faut qu'elles pensent à elles avant de penser au couple. Leurs hommes ne les ont pas attendues pour se masturber. Le plaisir solitaire, surtout pour les femmes qui ne sont pas célibataires, est toujours tabou. Globalement, les jeunes femmes n'en ont pas moins que leurs aînées au même âge. On se découvre toute sa vie, c'est normal d'être moins à l'aise avec sa sexualité quand on est jeune. C'est pour cela que les soirées les plus enrichissantes sont transgénérationnelles; les femmes de 40-50 ans, plus libérées, partagent leurs expériences avec des femmes plus jeunes.» Pour Marina Bonnet Gobet, la masturbation, via un sex-toy ou non, s'apparente à de la gymnastique qui favoriserait la libido de la femme mais aussi celle du couple. «Le plaisir est une émotion, elle est en nous, pas en l'autre. Comment voulez-vous savoir ce qui vous fait du bien si vous ne vous connaissez pas? Cela permet d'apprendre à gérer son plaisir et cela enlève une pression sur les épaules de l'homme, qui n'est plus le seul garant de l'orgasme féminin.» ●