

# LE COMPLEXE DE *la virginité tardive*

«Je vis super mal le fait d'être encore vierge à 35 ans! Je me sens comme handicapée car tout ce qui touche au sexe me dégoûte et me fait peur. Malheureusement, il ne s'agit pas d'un choix comme les religieuses...»

Marie-Christine, 35 ans, Sierre



**D**ommage que vous ne soyez pas plus fière de votre virginité, car certaines personnes y attribuent encore une grande valeur. Le jour où vous rencontrerez enfin quelqu'un qui saura vous charmer et vous séduire, j'espère que vous vous rendrez compte que cela s'avère parfois un atout! Car un homme peut être heureux d'être votre premier et unique amant, de vous initier et de vous faire découvrir les joies de l'amour.

Vous ne semblez pas apprécier à sa juste valeur ce que beaucoup considèrent comme une sérieuse qualité, un gage de fidélité et de vertu. Vous croyez que votre fraîcheur et votre inexpérience sexuelles sont signe d'anormalité. Quand bien même votre gynécologue vous a dit que «votre vagin très contractile pourrait être une grande source de plaisir pour votre futur partenaire». Vous avez l'air focalisée sur votre ignorance et vos peurs de ressentir de la douleur ou du dégoût lors de votre futures initiation. D'où tenez-vous ces idées-là? De vos amies qui ont fait de fort mauvaises expériences? Ne connaissez-vous vraiment aucune femme

comblée sexuellement susceptible de vous faire envie et de vous inspirer par leur exemple?

Il s'agit avant tout d'une question de confiance. Avant de passer aux choses sérieuses, il est important que vous vous donniez le temps de connaître quelqu'un, de savoir s'il vous plaît réellement. Vouloir abandonner votre pucelage avec un homme de passage, juste pour vous en débarrasser, c'est regrettable. Par ailleurs, il semble que la vie ne vous ait pas toujours offert de bonnes références côté comportement masculin. Vos parents se sont séparés quand vous aviez un an, votre père a trahi votre mère et l'a quittée pour une autre, en abandonnant ses premiers enfants. Vous n'avez connu ni l'amour d'un père, ni la sécurité affective, ni le bonheur d'une relation conjugale stable. Elevée par une femme qui considère les hommes comme des êtres mauvais prêts à faire souffrir l'autre, vous ne pouvez que vous méfier de la gent masculine et craindre de vous attacher. Mais les hommes ne sont pas tous comme ça!

## Changer de regard

Je vous encourage à mieux observer les couples autour de vous et à repérer ceux qui sont heureux ensemble. Essayez de vous concentrer un temps sur le positif et de chasser le négatif de votre esprit. Recherchez parmi vos amies celles qui sont épanouies sexuellement et demandez-leur comment elles y sont parvenues. Lisez des livres érotiques écrits par des femmes qui aiment la sexualité et qui y trouvent du plaisir, de la joie. Vous y découvrirez des scénarios qui pourront éveiller vos envies et votre désir, ce qui vous aidera à contrebalancer vos peurs et cette ignorance qui vous gêne et vous encombre tant. Apprenez à considérer l'homme comme un partenaire intime qui peut vous procurer de nombreuses satisfactions, sur le plan physique, émotionnel, relationnel et sentimental. Je souhaite que ce reconditionnement positif puisse vous aider à trouver celui qui saura vous faire grandir aussi bien dans votre féminité que votre intimité et vous apporter le bonheur. ■



**JULIETTE BUFFAT, SEXOLOGUE**

*Médecin-psychiatre et psychothérapeute FMH, elle pratique la sexologie depuis vingt-trois ans. Chaque semaine elle répond à vos questions.*

 **à vos claviers**

N'hésitez pas à poser vos questions à Juliette Buffat à l'adresse suivante: [drbuffat@femina.ch](mailto:drbuffat@femina.ch)