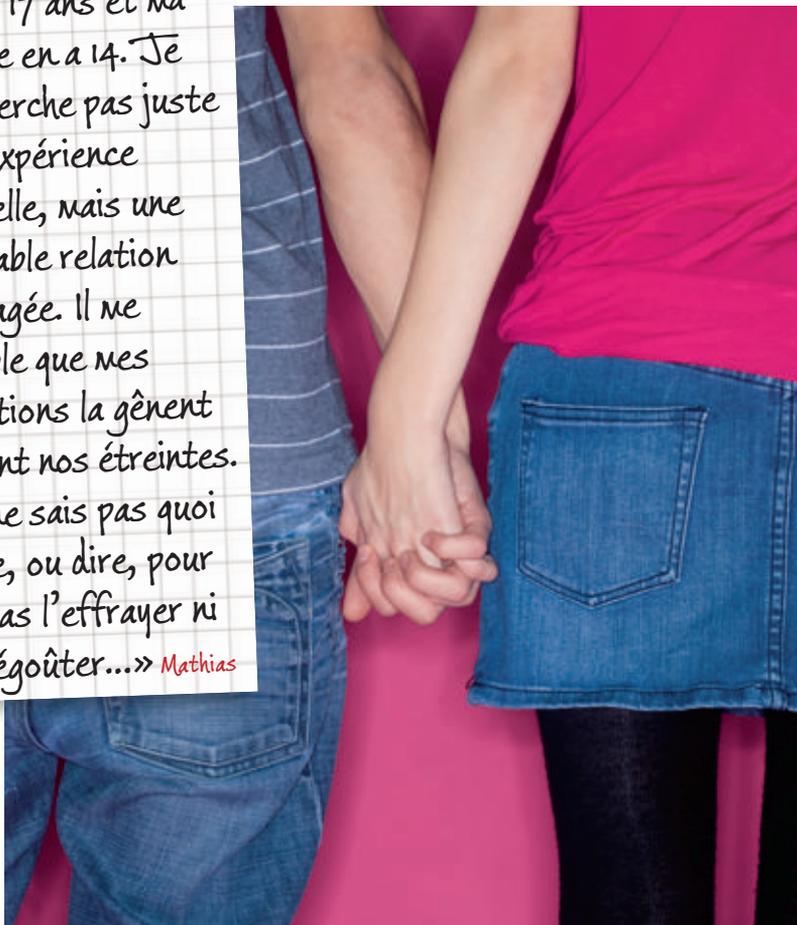


# ADOS, PRENDRE LE TEMPS de s'appriivoiser

«J'ai 17 ans et ma copine en a 14. Je ne cherche pas juste une expérience sexuelle, mais une véritable relation partagée. Il me semble que mes érections la gênent durant nos étreintes. Je ne sais pas quoi faire, ou dire, pour ne pas l'effrayer ni la dégoûter...» **Mathias**



L'anatomie masculine peut en effet avoir quelque chose d'intimidant pour les jeunes filles. Contrairement à leurs propres organes génitaux, ceux des hommes sont d'autant plus visibles qu'ils gonflent ostensiblement sous l'emprise de l'excitation. Vous pensez que votre copine appréhende le contact avec votre sexe, même lorsque vous êtes habillé, et vous craignez chez elle une réaction de dégoût. Elle ne paraît pas prête à le toucher et se demande certainement ce qu'elle ressentira lors de sa première fois. Vous avez donc raison de ne pas vouloir la brusquer et d'éviter de la mettre mal à l'aise au contact de vos érections.

Vous ne la décrivez «pas pour autant bloquée sur la sexualité et disposée à en parler de manière plus ou moins directe et imagée en dépit de ses 14 ans». Vous êtes deux adolescents, vous avez



**JULIETTE BUFFAT, SEXOLOGUE**

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

l'âge de flirter, d'explorer vos corps. Cette phase se révèle très importante dans le développement psychosexuel féminin et masculin. Si vous prenez le temps de découvrir quels baisers et caresses vous aimez, vous apprendrez à vous connaître et à vous mettre en confiance – avoir confiance en soi et en l'autre permettant de mieux vivre sa sexualité et de contrebalancer les peurs et préjugés négatifs. Saisissez l'occasion de construire une bonne communication, essentielle au bien-être de votre relation amoureuse. Parlez-lui de ce que vous appréciez, demandez-lui ce qu'elle préfère, échangez vos découvertes réciproques, c'est ainsi que se crée une belle intimité dans un couple.

## Une relation à installer

Votre petite amie dit «que les rapports sexuels sont une fatalité à votre âge», mais vous n'êtes pas d'accord avec elle. Vous, vous soulignez désirer une véritable relation amoureuse partagée et pas seulement du sexe, contrairement à certains garçons de votre âge. Vous avez probablement appris dans votre famille à communiquer et échanger, et vous pouvez remercier vos parents pour cela: le respect et l'amour sont des valeurs importantes.

Une dernière recommandation: il y a une grande différence entre les hommes et les femmes concernant le plaisir. Autant les premiers y parviennent naturellement et sans difficulté, autant ce n'est pas simple pour les secondes. Un garçon découvre l'éjaculation par hasard, au détour d'un rêve érotique ou de frottements appuyés lors d'un flirt, sans aucun effort. Alors que le clitoris s'avère si bien caché qu'il n'est pas plus facile de le localiser que de découvrir ce qui lui fait de l'effet... Sans mouvements du bassin ou contractions de l'entrejambe, une fille a peu de chances d'atteindre un orgasme, et c'est rarement la pénétration vaginale qui lui donne accès au plaisir ultime et au bonheur de la détente qui le suit. Vous êtes à l'âge où se développent des habiletés érotiques fondamentales à votre futur épanouissement sexuel. Votre décision de prendre tout votre temps avant d'aller plus loin est donc bonne, et je vous garantis que vous ne le regretterez pas. ■

 **à vos claviers**

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