

Les fantasmes... - 1/4

Nous avons tous des fantasmes sexuels, bizarres, incongrus, obscènes, violents, romantiques, complexes, ou trash... Ils exercent en nous une fascination très forte, et sont le reflet de l'érotisme individuel. Dans cet article, le résumé des fantasmes les plus fréquentes chez les hommes et les femmes, et des témoignages qui nous montrent jusqu'où peuvent aller nos fantasmes, où nous mènent-ils...

Les fantasmes sexuels : parfois on ose les évoquer, en discuter avec notre partenaire, mais parfois ils restent enfouis au plus profond de nous. Il paraît que le pouvoir érotique du fantasme, lorsqu'il est raconté, peut diminuer le désir... Quoi qu'il en soit, nous en avons tous. Ils apparaissent normalement entre 11 et 20 ans. Ils sont la limite entre la réalité et l'impossible, ils sont parfois invraisemblables ou bien réalisables. Ils sont **nécessaires à l'équilibre** : ce sont des désirs imaginaires qui diminuent notre frustration (ils régulent l'activité psychique !)

Les fantasmes se révèlent la nuit, lors du sommeil, pendant nos rêves. Parfois ils surviennent le jour, lorsque nous sommes éveillés. Certaines personnes vont jusqu'à réaliser les leurs.

96% des hommes ont des fantasmes érotiques éveillés en dehors de leurs activités sexuelles, contre 91% chez les femmes.

85% des fantasmes sont de nature sexuelle. Ce sont les plus agréables, la plupart des personnes se masturbent en y pensant.

On pourrait penser, comme Freud l'avait supposé, que les fantasmes prouvent une vie sexuelle non satisfaisante... Erreur ! Ce sont les personnes les plus **épanouies et libérées** dans leur vie sexuelle qui ont le plus de fantasmes.

Cependant, certains fantasmes sexuels pourtant courants et adéquats vont produire de l'anxiété plutôt que de l'excitation sexuelle chez certaines personnes. Lorsque cela se produit, c'est généralement un indice d'une difficulté sexuelle importante, une frustration ou un complexe envahissant qui peut empêcher de vivre une sexualité épanouie...

Jusqu'au début des années 1970, la ligne officielle en psychologie disait que seuls les hommes avaient des fantasmes sexuels. Les fantasmes féminins étaient jugés comme exceptionnels. Cela était FAUX !

Un sexologue explique : "Peu importe combien délirants sont nos propres fantasmes, personne ne peut imaginer toute la gamme de fantasmes sexuels normaux. Pourtant le secret empêche souvent les êtres humains de découvrir combien leurs propres fantasmes sont courants !"

D'ailleurs, les fantasmes qui reviennent le plus souvent sont :

> Chez les femmes : Elles souhaitent être caressées sur la totalité de leur corps, avec beaucoup d'amour et de tendresse / Elles souhaitent caresser un homme sur la totalité de leur corps / Elles s'imaginent enlacer tendrement un homme, se lover dans ses bras / Elles s'imaginent une scène d'un film érotique dont elles sont les héroïnes principales...

> Chez les hommes : Ils imaginent une scène d'un film érotique / Ils caressent une femme avec beaucoup d'affection / Une femme leur fait une fellation / Ils embrassent le sexe d'une femme...

On peut constater des similitudes pour les deux sexes.

Ce sont les fantasmes les plus fréquents mais chaque personne possède son propre fantasme, ils sont différents pour tous et il en existe toutes sortes...

Les fantasmes... - 2/4

~ Faire l'amour dans des lieux insolites : Dans une cabine d'essayage dans un grand magasin, dans un WC, en plein air (dans les champs), dans le train, dans l'ascenseur, en avion, au travail, à l'arrière d'une voiture, dans une piscine (milieu aquatique), l'hôtel, au cinéma,... Les personnes ont souvent ce fantasme car le fait de pouvoir être surpris les excite : ce sont des tendances exhibitionnistes.

~ Faire l'amour avec une star : Les grands fans fantasment souvent sur la star qu'ils adulent. Ils l'adorent jusqu'au point de ressentir une attirance sexuelle envers elle (que son sexe soit opposé ou semblable !).

~ Faire l'amour avec un (e) inconnu (e) : Cela voudrait dire oser réaliser tout ce que l'on veut, puisqu'on ne reverra pas la personne par la suite ! "Se lâcher", en fait... Une relation purement sexuelle...

~ Faire l'amour avec plusieurs personnes : une partouze, comme on dit communément ! Beaucoup souhaiteraient avoir plusieurs partenaires : par exemple les hommes rêvent souvent qu'ils font l'amour avec 2 femmes, ils sont ainsi au centre des préoccupations (cela révèle une tendance narcissique la plupart du temps)...

~ Avec des aliments : Nutella, chantilly, fruits rouges,... Dévorer les aliments sur le corps de son (sa) partenaire, ou se faire dévorer... Cela est un fantasme également bien répandu.

~ Jouer virtuellement : Il existe des chats où les discussions sont uniquement basées sur le sexe. On peut aussi avoir des conversations vocales (téléphoniques) ou même faire des visios (échanges vidéos). Ceux qui aiment l'exhibitionnisme adoptent souvent cette pratique.

Beaucoup fantasment en regardant des **films pornographiques** : La majorité de ces films sont destinés aux fantasmes masculins ; ils montrent une sexualité qui n'est axée que sur le génital. D'une part, il y est généralement question d'hommes virils parce que possesseurs de gros pénis et parce que capables de performances sexuelles hors normes, d'autre part il y est question de femmes avides de faire plaisir à ses hommes, avides de se donner...

Dans ces films, la considération que chacun a pour l'autre est tout juste présente : mais elle n'est basée que sur le **plaisir sexuel immédiat** que chacun se donne et donne à l'autre ! Il suffit de regarder les scénarios (si on peut appeler ça des scénarios...) : pas de texte, de situation, les personnages se rencontrent et se retrouvent nus au bout de quelques minutes (pour ne pas dire de quelques secondes). De plus, le sentiment dominant dans les actes sexuels de ces films est l'hostilité, l'agressivité de l'homme envers la femme : les hommes se sentent ainsi supérieurs et dominant parfaitement leur (s) partenaire (s).

Ce n'est pas pour autant que les films pornos sont mauvais, mais ils ne mettent en valeur que l'aspect sexuel et non-fusionnel (ou anti-fusionnel) de la sexualité.

Il faut dire également que certaines situations dans un film peuvent paraître excitantes mais s'avérer en fait désagréables ou même repoussantes dans la réalité. Il ne faut pas se fier aux films pornographiques, et encore moins les prendre comme exemple... !

Un petit **test** ? [Savez-vous exprimer vos fantasmes... ?](#)

Des **infos** sur les [fantasmes : prenez garde...](#)

Attention, il faut faire la différence entre fantasme et perversion : Imaginer de se faire attacher et être forcé à faire des jeux sexuels particuliers, c'est une chose, mais être obligé de le faire ou de penser à un scénario unique, c'est autre chose. La différence se trouve dans le consentement. Un couple peut vivre n'importe quel fantasme dans la mesure où les deux y consentent. Les comportements pervers sont ceux qui ne se soucient absolument pas du consentement de l'autre... C'est pour ça qu'une **bonne communication est nécessaire** entre deux personnes ayant des rapports sexuels !

Les fantasmes... - 3/4

A mon avis, un fantasme doit rester un fantasme. Il peut être une véritable libération, une façon de dire non une fois pour toutes aux carcans éducatifs, aux préjugés qui empêchent de vivre... il peut être un aboutissement, mais également un véritable choc, une déception, qui entraînera un certain mal être... Enfin à chacun de choisir :)

Témoignages de personnes sur leurs fantasmes, qui les poussent parfois trop loin... :

--> Fantasme téléphonique (minitel - téléphone rose -...) :

"Le minitel est un véritable univers de fantasmes. J'ai commencé par y passer quelques soirées, de 9h du soir à 3h du mat. J'y cherchais des rencontres exclusivement sexuelles. Le dialogue en direct était excitant. J'éprouvais une vraie satisfaction, celle de communiquer avec une femme idéale. Je ne la voyais pas mais je l'imaginai. Elle se décrivait, me parlait de son corps et moi je fantasmais dessus, je lui disais des choses incroyables. Après quelques minutes ou quelques heures de communication, je proposais à ces femmes de me rencontrer. La plupart du temps, elles se déconnectaient ou alors elles acceptaient de prendre mes coordonnées. J'ai toujours eu l'espoir que l'une d'elle accepte que je me rende chez elle. Ces contacts par minitel sont devenus quotidiens ; j'ai abandonné mon travail parce que je n'avais plus la force de m'y rendre. Je voulais à tout prix rencontrer quelqu'un ! C'est devenu une véritable dépendance ! Ma 1ère facture a été de 5000 francs, puis elle n'a cessé d'augmenter. Finalement on m'a coupé le téléphone car je n'étais plus en mesure de payer. Mais je me suis débrouillé pour m'abonner à nouveau et cela a continué 3 ans. J'étais dans l'illusion de la toute puissance. J'ai alors entrepris une thérapie de groupe, j'ai appris à m'accepter et à ne pas céder à certaines facilités de la vie. Cette compulsion au minitel révélait en fait une grande immaturité. J'apprends maintenant à être plus adulte. Aujourd'hui je ne consulte plus les messageries roses. J'ai une relation stable avec une femme que j'ai rencontrée au cours d'une soirée, et je suis sorti de l'enfer... "

--> Fantasme sur les hommes vierges : "Depuis une 15aine d'années je pratique mon fantasme qui est d'initier des jeunes hommes au sexe. Ils sont très timides, handicapés, peu séduisants ou ils n'ont pas encore rencontré une fille. Je retire énormément de plaisir en orgasme, honneur et fierté à faire cela. Je veux qu'ils se souviennent toujours de moi. Je leur donne du plaisir intense et j'aime voir leurs expressions de surprise. Être marquante et inoubliable est mon unique désir. "

--> Fantasme d'être une prostituée : "Je suis excitée par des mots très crus que mon partenaire me dit pendant nos rapports. Nous jouons le même scénario à chaque fois, je suis une pute ou une fille facile, cela m'excite énormément. C'est bestial, mais j'aime me mettre dans la peau d'une autre, me mettre une perruque par exemple. Nous ne faisons plus l'amour normalement, juste de cette façon, et parfois je me sens sale ou perverse après cela. Je jouis de quelque chose qui me révolte après coup, c'est étrange... "

--> Fantasme d'être le plus performant : "J'aime me masturber très violemment jusqu'à blesser mon pénis. J'ai des cicatrices sur mon visage, je prends du plaisir et je suis satisfait après m'être blessé. J'ai pris l'habitude de voir beaucoup de films pornographiques, c'est peut-être cela qui me donne une fausse idée de l'amour. J'élude les caresses, la douceur, la sensualité, l'affection en général... Je souhaite être performant. C'est cela qui me fait prendre du plaisir, savoir que je suis le plus performant !"

Voilà quelques informations sur les fantasmes, et pour finir, un extrait du livre "secrets d'alcôve" : "*Mettez de côté vos inhibitions et laissez vos fantasmes sexuels évoluer par eux-mêmes ; vous apprendrez ainsi mieux à*

Les fantasmes... - 4/4

vous connaître et vous atteindrez de nouveaux sommets en matière d'épanouissement sexuel !"