

PENSÉES ET COMPORTEMENTS SEXUELS

Pourquoi les gens ont-ils des rapports sexuels ?

MOTS CLÉS

activité sexuelle | plaisir | planification familiale | amour | émotions



Les rapports sexuels font partie intégrante de la vie et sont tout à fait normaux. L'évolution a fait en sorte que cette activité soit agréable et satisfaisante pour nous lorsque nous y sommes prêts.

La manière dont les gens ont des rapports sexuels n'est pas unique : ce qui est merveilleux pour toi peut ne pas l'être pour quelqu'un d'autre. Chaque personne est différente, mais il existe plusieurs manières courantes pour toi et ton/ta partenaire de s'exprimer sexuellement.

Une vie sexuelle saine est bénéfique tant sur le plan émotionnel que physique. Le sexe peut t'aider à te rapprocher d'une autre personne. De plus, le plaisir sexuel est bon pour la santé, que tu sois avec un(e) partenaire ou seul(e). Voici les principales raisons qui poussent les gens à être sexuellement actifs :



L'amour et les crushs peuvent inciter les gens à se rapprocher physiquement. L'objectif est de se sentir émotionnellement connecté(e) à une autre personne et d'approfondir le lien qui vous unit.

La curiosité : tu es peut-être curieux/curieuse de connaître ton propre corps ou tu veux simplement comprendre ce qu'il se passe lorsque deux personnes se rapprochent.

Parfois, la raison peut être aussi simple que celle-ci : c'est tout simplement parce que **cela fait du bien** ! Lorsque tu as un orgasme, ton corps produit un sentiment d'euphorie en libérant des endorphines, des hormones qui inhibent la douleur et te procurent une sensation de bien-être. L'orgasme peut te procurer une sensation de chaleur et de douceur. Cela peut être un moyen de te détendre ou d'évacuer le stress.

Une autre raison est la **planification familiale**, lorsque le moment est venu et que les deux partenaires le décident. Cependant, si ce n'est pas le cas pour toi et ton/ta partenaire, assurez-vous d'utiliser un moyen de contraception pour éviter une grossesse non planifiée. Si tu souhaites en savoir plus sur la prévention des grossesses, je te renvoie à un autre texte : « Quelles sont les différentes formes de contraception et comment les utiliser ? »



Certaines personnes peuvent penser qu'avoir des relations sexuelles est quelque chose de cool à cause de **ce que leurs ami(e)s disent ou font**, ou parce qu'elles se sentent obligées de le faire. Cependant, il est important que tu fasses tes choix en fonction du moment où tu te sens prêt(e) et de ce qui te semble bon pour toi, et non sur base de ce que font les autres.

Avoir un lien étroit et personnel avec quelqu'un peut être une expérience très positive. Toutefois, n'oublie pas qu'il est essentiel de n'accepter ou de n'initier un rapport sexuel que lorsque tu te sens absolument prêt(e). Si quelqu'un fait pression sur toi, il est tout à fait normal de dire NON. (Pour t'aider à y voir plus clair, consulte notre texte : « Dois-je me sentir obligé(e) d'avoir des rapports sexuels ? »). Une communication claire entre les partenaires et le consentement des deux parties sont des éléments importants dans toute activité sexuelle.

Surtout, assure-toi toujours d'être à l'aise et en sécurité si tu décides de franchir le pas !



**PENSÉES ET
COMPORTEMENTS SEXUELS**



Cofinancé par
l'Union européenne

Financé par l'Union européenne. Les points de vue et avis exprimés n'engagent toutefois que leur(s) auteur(s) et ne reflètent pas nécessairement ceux de l'Union européenne ou de l'Agence exécutive européenne pour l'éducation et la culture (EACEA). Ni l'Union européenne ni l'EACEA ne sauraient en être tenues pour responsables.