

De la flamme à la flemme, quand le «dating» fatigue

Cette semaine, on s'intéresse aux personnes concernées par la lassitude des rencontres et du sexe via les applications dédiées

Pauline Verduzier
X @pverduzierr

On parle souvent de burn-out professionnel et même de burn-out parental, mais il semblerait que l'on puisse également souffrir de *dating burn-out*. C'est-à-dire d'une forme d'épuisement ou de grande lassitude à l'égard de l'utilisation des applications de rencontre, à cause du sentiment de consumérisme amoureux ou sexuel, par ennui de la répétition d'un même scénario ou en raison des montagnes russes émotionnelles, entre excitation et déception.

Certaines personnes se plaignent en particulier de la sexualité qui découle de ces plateformes, comme Victoria, enseignante de 27 ans à Lausanne. Les aventures sexuelles qu'elle a cherchées et vécues via l'application Tinder après sa rupture avec son ex-compagnon lui ont presque toutes paru «catastrophiques». «Le sexe est souvent nul et il n'y a pas de communication. Par exemple, un type est venu chez moi, j'ai essayé de discuter de ce qu'il aimait et de ce que j'aimais. Face à moi, il n'assumait plus du tout d'en parler ouvertement, alors qu'il faisait le mec chaud par message», s'agace-t-elle.

Clitoris, «terra incognita»

«Cela amène à des schémas de relations sexuelles très conventionnels, avec des hommes qui semblent n'avoir aucune notion de l'existence du clitoris, ni de l'intérêt de demander à l'autre ce qui lui ferait plaisir.» Elle complète ce sinistre tableau: «Parfois, je leur propose d'utiliser des sextoys, mais quand ils voient mon tiroir, c'est panique à bord! J'ai rencontré un seul homme qui était ouvert à ces sujets et avec qui la sexualité se passait bien. Mais depuis, c'est dramatique. Sur les neuf derniers mois, je comptabilise zéro orgasme. Si le gars ne veut pas me donner de plaisir ni utiliser de jouet, si le rapport sexuel ne sert au fond qu'à ce qu'il puisse éjaculer, ça ne m'intéresse pas.»

Victoria a fini par désinstaller Tinder de son téléphone. «Aujourd'hui, j'ai la flemme de rencontrer des gens par ce biais. Je préfère passer une bonne soirée avec mes potes, plutôt qu'une soirée potentiellement médiocre avec un mec», conclut-elle.

Usure du «ghosting»

Rachel, autre Lausannoise de 50 ans, fait un constat similaire. Elle aussi s'est inscrite sur une application de rencontre après sa séparation avec son ex-mari pour explorer sa sexualité et notamment sa bisexualité. Elle a fréquenté des hommes et des couples, puis a eu une histoire de deux ans avec un partenaire rencontré sur Tinder. Même si elle y a fait de belles rencontres, elle arrive à saturation. Elle parle de la récurrence d'une sexualité «convenue» et très normée en raison, selon elle, de sa dimension éphémère. «Ce n'était pas déplorable non plus, on est quand même dans le toucher de l'autre. Mais il y avait souvent un côté mécanique, rarement une recherche d'épanouissement, du fait de prendre le temps. Ce côté sexe rapide et sans lendemain ne me convient pas», explique-t-elle.

Le phénomène du *ghosting*, le fait d'interrompre tout contact et de cesser brutalement de répondre aux messages, l'a aussi usée. «J'ai trouvé détestable la façon dont certains hommes s'investissent de manière démesurée au moment de la séduction, et manifestent ensuite un désintérêt total. J'ai un mal fou à accepter le silence après avoir partagé



(Joëlle Flumet pour Le Temps)

de l'intimité. Ce sont des moments où l'amour propre en prend un coup», retrace-t-elle. Rachel a depuis quitté les applications. Elle mise maintenant davantage sur les soirées, ses cours de danse ou les cafés pour faire de nouvelles rencontres. «Vivement l'été pour les ceillades lancées en terrasse», s'amuse-t-elle.

Le poids des normes

Ce sentiment de surmenage vient-il des applications elles-mêmes? Dans son livre *Les Nouvelles Lois de l'amour. Sexualité, couple et rencontres au temps du numérique* (Ed. La Découverte), la sociologue Marie Bergström soutient que les sites et les applications de rencontre reproduisent surtout des logiques et des normes sociales que l'on retrouve hors ligne. La vraie originalité de ces plateformes réside dans la possibilité de faire des rencontres en dehors, et à l'insu, de ses cercles de sociabilité (famille, amis, collègues). Selon elle, cela facilite notamment l'accès au sexe pour les femmes, en permettant des relations loin du regard parfois réprobateur de l'entourage. Toutefois, cela n'aboutit pas forcément à une émancipation vis-à-vis des rôles de genre.

«Sur internet comme ailleurs, les interactions sont prises dans des cadres sociaux bien établis: elles ont pour principe la réserve féminine et se déroulent dans l'ombre de la violence masculine», écrit la sociologue. Cette norme de la réserve féminine, en ligne comme hors ligne, incite les femmes à garder une forme de retenue face à la sexualité, par exemple en ne faisant pas le premier pas dans le *dating*.

Misogynie assumée

Pour la journaliste Judith Duportail, autrice de *Dating Fatigue. Amours et solitudes dans les années (20)20* (Ed. de L'Observatoire), les applications ont bien une responsabilité dans ce sentiment de lassitude de la sexualité hétérosexuelle traditionnelle. «La façon dont elles fonctionnent laisse penser qu'un «match» est presque une présomption de consentement. Il y a cette idée que si tu es là en tant que femme, c'est que tu es disponible, et donc à la disposition des hommes», souligne-t-elle.

«C'est un cadre où s'exprime une misogynie assumée, parce qu'il n'y a pas de témoin. Cela amène du *slut-shaming* [le fait de stigmatiser la sexualité d'une femme] avec des hommes qui, une fois qu'ils ont couché avec une partenaire, considèrent qu'elle ne mérite

> Plaisirs partagés

Tous les samedis, «Le Temps» vous propose un rendez-vous lié à l'intimité afin d'explorer les tabous, joies et doutes inhérents à nos sexualités

même pas le respect humain en les ghostant. La *dating fatigue*, c'est tout cela, c'est un phénomène violent qui blesse et qui ne donne plus envie d'avoir des rapports sexuels dans ce cadre.»

Judith Duportail ajoute que ce sont souvent des rencontres où les femmes ont peu de plaisir sexuel, certaines études ayant conclu que le contexte de l'aventure d'un soir avait plutôt tendance à confirmer l'*orgasm gap*, le fossé orgasmique entre hommes et femmes hétérosexuels. Dans une enquête portant sur des étudiantes américaines parue en 2012 dans l'*American Sociological Review*, seules 11% d'entre elles disaient avoir eu un orgasme lors d'un premier *date* impliquant un rapport sexuel.

Rejets répétés

Francesco Pennacchio, photographe de 35 ans à Lausanne, regrette quant à lui le *body shaming* rencontré dans le *dating* en ligne gay. «Je me suis vu dire à plusieurs reprises que j'étais trop gros et laid dans des échanges de messages. Certains profils annoncent explicitement «no poilus, no gros, no vieux» ou même «no Asian ou no Black». Il y a une hypersexualisation et une approche très jugeante du corps, une violence en ligne qu'on ne se permettrait pas IRL [*in real life*], constate-t-il.

«La répétition de ce rejet m'a rendu très fragile à une époque. Les applis ont le pouvoir d'amplifier ce sentiment, car tout va plus vite et on peut se prendre dix rejets dans la même soirée.» Francesco regrette aussi le sentiment de consumérisme qu'il a éprouvé dans ses expériences. «J'ai fait des rencontres intéressantes, mais c'est souvent le même script: on sort, on fait un *date*, on couche ensemble et puis *ciao*. C'est mon vécu», résume-t-il.

Le trentenaire a fait de son expérience un travail photographique, une série intitulée *Intimités brisées. Anatomies de la solitude gay moderne* dans laquelle il met en scène un homme avec un amant à l'identité incertaine, dont on ne voit pas le visage. Aujourd'hui, il est toujours sur les applis, après une pause de deux mois. Il a une uti-

lisation «sans attentes» et n'en fait plus un usage quotidien. «Mon estime de moi-même est bien meilleure», observe-t-il.

«Même pas un bonjour»

Pour Jessica Pidoux, sociologue du numérique à l'Université de Neuchâtel, c'est le design même d'une application comme Tinder qui peut mener au *dating burn-out*. Le système de *swipe* notamment, qui permet de balayer de gauche à droite l'écran selon que le profil qui nous est présenté nous plaît ou non, vise à nous faire passer le plus de temps possible sur l'interface. Elle développe: «Les gens mettent en place des stratégies d'auto-régulation en désinstallant l'application ou en ne se connectant qu'à certains moments de la journée, mais on ne peut pas détourner certaines fonctionnalités comme l'évaluation massive et très rapide des personnes via un système de *like*. On peut rester connecté très longtemps et entretenir plusieurs conversations en parallèle, dans l'espoir d'augmenter nos chances de rencontrer quelqu'un. C'est répétitif et ça représente une charge cognitive.»

Morgan, 32 ans, réside dans le canton de Vaud. S'il trouve que les applications de rencontre ont pu avoir un effet euphorisant en facilitant la rencontre au sein de la communauté LGBT, il en est depuis revenu. «Je pense qu'elles sont mal utilisées. Parfois, des personnes me contactent et il n'y a même pas un bonjour. On va m'envoyer une *dick pic* et écrire «plan direct *dispo now*». Ce sexe transactionnel convient très bien à certaines personnes, mais pas à moi. J'ai besoin de créer un lien émotionnel pour ressentir de l'attraction, étant ce qu'on appelle une personne demi-sexuelle.»

En réalisant qu'il passait des heures sur les applications pour arriver à ce résultat peu concluant, Morgan a décidé de réduire drastiquement son temps de connexion. «J'ai utilisé tout ce temps pour regarder des films, lire des livres, me mettre à la peinture. En ce moment, je me concentre sur moi.» ■



Retrouvez ici nos articles sur le thème de la sexualité