

PARLER DE SEXE EN CONSEIL

Maryse Dewarrat

extraits de l'intervention à la Journée de formation du Groupement Conseil
le 18 avril 2015 à Yverdon

Sage-femme et Conseillère*¹, j'observe que, dans la pratique de ces 2 métiers, j'utilise très rarement les mots du sexe alors que j'ai les éléments pour le faire: formation, compétence, expérience...et aisance. Qu'est-ce qui rend l'usage de ces mots si difficile? Mes clients/es gagneraient-ils à un changement?

J'étudie ici ces questions sous l'angle spécifique du métier de Conseiller, dans une réflexion qui n'est pas d'ordre technique, psychologique ou historique. Je soulève les interactions entre les mots du sexe et la consultation en Conseil, faisant appel à mon expérience, à mes connaissances et à mon évolution.

Que veut dire l'expression: les mots du sexe? Pourquoi ne pas parler de sexualité? C'est plus correct, plus civilisé. Parce qu'il y a une différence entre le chou-crème et la gastronomie.

Les mots du sexe font référence spécifiquement au sexe de l'être humain, à ses organes génitaux, qu'ils soient désignés de manière anatomique, poétique, humoristique ou argotique. Ils parlent de la zone génitale, l'endroit de la pénétration, le lieu de l'orgasme, même s'il est possible à certaines personnes de vivre un orgasme par contact non génital. Nous parlons ici du clitoris, du vagin et du pénis, à quoi s'ajoutent la bouche et l'anus qui font partie des zones érogènes dites primaires.

Les zones érogènes secondaires concernent toute partie du corps dont le regard ou le toucher provoquent une réaction ou une réponse de type érotique: les fesses, les seins, le nez, l'oreille, etc...

Je parle ici du sexe: son lieu précis, sa fonction spécifique, les sensations incontournables qu'il suscite; le sexe comme lieu de vie ou lieu de mort pour la relation; le sexe comme promesse et expérience, ou non, de l'extase: cet état de "jouissance extrême", pour "quelqu'un qui se trouve comme soustrait au monde sensible"².

Une jeune femme me parle de sa vie sensuelle satisfaisante avec l'homme qui vit avec elle depuis plusieurs années. Très amoureux, ils n'ont pas de relation sexuelle génitale. "Est-ce que cela vous pose problème?". "Non". "Est-ce que cela pose problème à votre partenaire?" Elle dit que non et je la sens sincère.

Je suis (à l'époque) dépassée par la situation et nous nous quittons rapidement. C'est là que j'ai désiré creuser la réflexion, car aujourd'hui, que se passerait-il? Je laisserais mon corps s'imbiber de ce qu'il connaît du plaisir sexuel, et je lui répondrais, avec grâce (il en faut dans ce domaine) que c'est dommage! Et m'accordant à elle par l'observation de ses réactions corporelles ou verbales, je saisis l'occasion de l'accompagner sur le chemin délicat de son bonheur sexuel.

Les mots du sexe sont souvent absents de la consultation, par nos éventuelles contaminations et méconnaissances: "c'est la vie intime des gens, il faut la respecter", "si les gens veulent en parler, ils le feront", "je laisse cela aux spécialistes, c'est leur travail", "c'est une intrusion, je ne voudrais pas qu'on me pose ces questions", "de nos jours, on ne sait plus ce qui est normal et pas normal".....

Peut-on parler de processus parallèle? "Le processus parallèle se vit dans le non-dit ou dans une redéfinition du cadre de la relation. Il accompagne le transfert."³. Pour I. Yalom⁴ (parlant de la mort): "Si de tels sujets ne surgissent jamais, je pense que le patient suit simplement les instructions implicites du thérapeute".

Comme la violence et comme la mort, le sexe est un sujet tabou qui mérite d'être traité avec délicatesse, avec une certaine pureté, dit E.Berne⁵, car "on trouve l'âme à proximité du tabou"⁶.

¹ "dans le domaine psycho-social avec diplôme fédéral", selon titre officiel

² Larousse 2015

³ J.-P. Noé, « Le processus parallèle », AAT 82, pp. 43-46

⁴ I. Yalom, L'Art de la thérapie, Editions Galaade, Paris, 2013, p. 148

⁵ E. Berne, Amour, sexe et relations, Editions d'Analyse transactionnelle, Lyon, 2010, (USA 1970)

⁶ T. Moore, Le soin de l'âme, Editions du Rocher, 1994

I. Yalom précise qu' "à partir du moment où les thérapeutes font preuve de sérénité lorsqu'ils parlent (de la mort), leurs patients aborderont le sujet plus fréquemment"⁷.

Parler de sexe est-il dangereux? Pour les professionnels, c'est un "domaine très controversé, encore vécu comme inconfortable et menaçant"⁸. Beaucoup évitent le sujet à cause de sa proximité avec la morale, avec le tabou de l'inceste, la question de l'homosexualité, à cause aussi de la menace d'un passage à l'acte et de ses conséquences juridiques.

Explicitant la dimension érotique du contre-transfert, Hargaden et Sils confirment que "l'émergence du désir et de l'excitation sexuelle au sein d'une relation thérapeutique peut être vécue, à juste titre, comme dangereuse".⁹

En première consultation, je reçois un homme jeune, beau et intelligent (c'est objectif) et il approche sa chaise très près de la mienne ce qui suscite en moi une légère tension et la recherche d'une stratégie pour ne pas laisser voir que.... Je connecte rapidement l'humour de la situation et je prends le recul nécessaire en envisageant de mettre ce contre-transfert au bénéfice de notre relation professionnelle.

J'ai un corps et il réagit à tout. Il est présent à moi-même avant d'être présent à l'autre.

Au-delà du conscient, le client imprime en moi sa "couleur": il me touche, même s'il ne me touche pas.

Parler de sexe n'est pas dangereux, mais c'est risqué. Je suis surprise par ce que j'entends (il est jeune père et il voit une prostituée), je me sens décalée (toutes ces choses que les gens font...), je peux m'amuser aussi (il a 86 ans et). Mes repères sont secoués, mon cadre de référence confronté. La notion même de fidélité est questionnée: il est sincère quand il m'explique que sortir avec une prostituée, c'est éviter de tomber amoureux d'une autre personne que sa femme; elle est sincère quand elle me dit qu'elle ne fait plus l'amour avec son mari par loyauté, puisqu'elle n'a plus de désir à cause de leur manque de dialogue.

Parler de sexe est-il obscène? Est obscène une parole, une image ou une action qui blessent la pudeur¹⁰.

Pour Eric Berne, " les obscénités sont odieuses en général lorsque celui qui les prononce ou celui qui les entend les prend au sérieux".¹¹ "Il est parfaitement possible, et même je pense qu'il est souhaitable de parler des obscénités sans pour autant être obscène"¹² ajoute-t-il. Il propose d'y mettre un peu de poésie...Pour ne pas froisser, il atténue le choc en inversant le mot et parle de *zaiber*. Chaque conseiller peut chercher les mots fluides qui n'esquivent pas le sujet, ceux qui lui conviennent et qui s'accordent à la sensibilité de son client.

Pénétrer est un mot-clé de l'expérience sexuelle génitale.

Pour le Conseiller, pénétrer le sujet, est-ce trop proche de l'objet? Est-ce obscène?

Comment les mots comme vagin, sécheresse vaginale, clitoris, pénis, érection, impuissance érectile vont-ils résonner en moi, d'abord? Comment mon corps réagit-il aux mots qui signifient la pénétration du sujet?

Il y a un vrai risque d'être troublé/e en Conseil. Et d'être troublé/e sexuellement.

Quelle belle aventure que ce métier... si je suis professionnelle. Hargaden et Sils précisent "qu'il est très utile d'entendre la dimension érotique à un niveau symbolique plutôt que littéral lorsque des sentiments à tonalité érotique apparaissent dans la relation...."¹³

Un des aspects de la pénétration ou de son absence est lié au sentiment, à l'expérience ou à la crainte de l'intrusion. L'intrusion est définie par: " le fait de s'introduire de façon inopportune dans un groupe, un milieu, sans y être invité, ou le fait d'intervenir dans un domaine où il ne conviendrait pas de le faire".¹⁴

⁷ I. Yalom, L'Art de la thérapie, op. cit., p.148

⁸ Hargaden et Sils, Une perspective relationnelle, Les Editions d'Analyse Transactionnelle, 2006, p.125

⁹ Hargaden et Sils, op. cit., p.127

¹⁰ Larousse 2015

¹¹ E. Berne, Amour, sexe et relations, op. cit.

¹² E. Berne, Amour, sexe et relations, op. cit., p. 34

¹³ Hargaden et Sils, op. cit., p. 128

L'intrusion est une pénétration sans accord, un abus de pouvoir.

La pénétration sexuelle ou "l'introduction du pénis dans le vagin ou le rectum"¹⁵ est aussi liée à la tension, l'énergie, l'intensité de la force nécessaire à son succès. Elle nécessite un consentement explicite ou implicite (corporel) de chaque partenaire.

En Conseil, le Conseiller et le client cherchent constamment un équilibre pour s'inter-pénétrer au bénéfice de la relation professionnelle. Le mot infiltration définit " l'entrée dans un territoire, la pénétration sans intrusion".¹⁶

J'aime l'image suggérée de l'eau: fluide, légère, elle glisse sur le terrain et pénètre les interstices qui s'offrent à elle.

Pour pénétrer le sujet du sexe, nous pouvons questionner et Irwin Yalom¹⁷ est audacieux: "Je préfère parler (de la mort) sans détour et sans fioriture. Tôt dans le cours de la thérapie, j'insiste pour obtenir un historique des expériences de mes patients avec la mort et je pose des questions..."

Eric Berne¹⁸ fait de l'interrogation la première description de ses opérations thérapeutiques et Richard Erskine¹⁹ donne les clefs pour un questionnement contractuel et accordé.

Nous pouvons aussi saisir une information, par exemple: " mon mari est gentil, il ne m'embête pas" ou " on devrait nous dire qu'après l'accouchement, ce n'est pas pareil", "il y a longtemps que je cherche un partenaire mais je ne sais pas si ça peut encore fonctionner", "j'ai beaucoup d'acné, les traitements sont inefficaces et cela me dégoûte pour mon mari".

Je capte ces messages comme des invitations à une exploration, comme des perches que j'utilise pour faire évoluer le contrat.

Nous pouvons aussi tendre une perche, sachant que ce n'est pas encore un contrat et que la personne est libre. Une jeune femme me dit que sa vie sexuelle n'est plus "comme avant" et que son mari ressent la même insatisfaction. J'ai une intuition: "Connaissez-vous le clitoris?", "oui, mais je ne sais pas où il se trouve". Je propose de dessiner le sexe de la femme et je nomme chaque mot, je situe le clitoris et j'explique ce que son corps peut ressentir quand elle y pose le doigt, l'encourageant à explorer les sensations par elle-même et à informer, par la suite, son conjoint de ses découvertes.

Le corps fait partie de la personnalité et le sexe fait partie du corps. Si je m'éloigne de la perception du sexe comme un problème, comme une pathologie, je peux en parler et j'évite ainsi de nier un élément d'existence de la personne.

Bien sûr, il y a des spécialistes et ils sont précieux. Ils connaissent bien leur spécificité.

Pour ma part, je suis une spécialiste en Conseil et je me situe comme une généraliste.

Il est bon que je me connaisse: mes choix, mes limites d'aujourd'hui. Il est bon que je sache écouter. Et je peux éduquer, enseigner car "de nombreux troubles ont leur source dans l'ignorance en matière sexuelle"²⁰.

Selon les sexologues, 85% de leur activité consiste à enseigner.

Chaque conseiller élabore son propre enseignement. Voici des pistes:

* le baiser profond, avec pénétration de la langue, en conscience du moment présent, préfigure l'ouverture vaginale (c'est physiologique) et suscite le désir sexuel ²¹

* c'est par la capacité à accéder au "vide" ²² qu'on peut atteindre l'état modifié de conscience qui permet l'orgasme

¹⁴ Larousse 2015

¹⁵ Larousse 2015

¹⁶ Larousse 2015

¹⁷ I. Yalom, L'Art de la thérapie, op. cit., p.149

¹⁸ E. Berne, Les techniques de base in Principes de Traitement de groupe, trad. Ed A.T. Lyon, 2006, p. 239

¹⁹ R. Erskine cité par S. Monin "Le Keyhole" notes de cours 2009

²⁰ P. Brenot Le parfum et l'amour, Ed. Esprit du temps, 2013

²¹ RST, On en parle, P. Anex sexologue

²² F. Gruyer, Du bonheur sexuel, Ed. R. Laffont, Paris, 2000, p. 68

- * le plaisir est augmenté et l'érection s'améliore si la prostate est stimulée par voie externe ou par voie anale²³
- * pour certaines personnes, l'intimité avec l'autre n'est possible que par le corps: "être toi par où je te touche" dit Aragon²⁴
- * connaître son périnée, pour l'homme et pour la femme, est utile pour développer les plaisirs. Le Conseiller peut apprendre à les dessiner
- * la bouche ne vieillit pas, la langue non plus²⁵

Parler de soi en Conseil peut renforcer le potentiel intime de la relation thérapeutique et W.B. Cornell éclaire "ces questions complexes de la révélation de soi et de la nature intime de l'engagement thérapeutique, envisagées dans la perspective relationnelle": "Je verrais l'éventualité de la révélation de soi comme dépendant du contexte et du moment dans le temps de l'évolution de la relation thérapeutique".²⁶

"Le rôle de l'analyste n'est pas défini par son invulnérabilité, mais par sa volonté constante (bien que non permanente), et sa capacité (bien qu'imparfaite) à accepter et à gérer sa vulnérabilité".²⁷

Une préparation rigoureuse est nécessaire car "il s'agit de décharger l'analyse de la patiente, non de lui faire porter mon travail personnel"²⁸.

A Yverdon, avec l'accord des participants, j'ai transmis deux exemples personnels: ils éclairent le message important de W. Reich qui définit "l'ancrage physiologique d'une expérience psychique"²⁹. Sachant qu'une "expérience psychique peut produire une altération durable dans un organe"³⁰, il explique que le "sentiment génital de vide, chez mes patients, correspond au retrait de l'énergie biologique hors de l'organe génital".³¹

La vitalité sexuelle est liée à notre sentiment de la mort.

Parler de soi avec respect et simplicité permet à la personne de modéliser la manière de parler de soi, peut lui donner Permission de le faire avec son partenaire, et peut lui permettre d'entendre la parole de son conjoint.

Notre premier organe sexuel est le cerveau³². Tous les concepts de l'Analyse transactionnelle sont bienvenus: une femme a connu son premier orgasme à la suite d'un travail d'une année centré sur l'Enfant Libre.

Le jeu psychologique est un concept précieux car le sexe est au cœur des jeux de haut degré.

Apprenons à nos clients à passer du jeu psychologique au jeu ludique³³, celui qui permet de faire l'expérience des changements de rôle, des jeux de pouvoir... l'expérience, par le sexe, de la soumission, de la domination dans un contexte bienveillant, l'expérience protégée des fantasmes d'homosexualité que tout homme ou toute femme peut avoir.

Le sexe est un jeu de nature ludique qui permet l'intimité, car la reconnaissance du désir de l'autre est un puissant facteur de lien. Et puis, il y a si peu de différence entre jouer et jouir...

Maryse Dewarrat PTSTA-C, Sage-femme, Conseillère dans le domaine psycho-social avec diplôme fédéral
CH- Yverdon www.dewarrat-conseil.ch vos réactions sont bienvenues: dewarratmurist@bluewin.ch

²³ Ch.Emirzian et A.Glickman Le guide tabou du point-P et du plaisir prostatique, Tabou éditeur, 2013

²⁴ CD Ferrat/Aragon

²⁵ Communication personnelle

²⁶ W.B.Cornell, "La délicate subtilité de l'intimité en psychothérapie et des questions de révélation de soi" (trad. S. Monin, B. Evrard)

²⁷ D.B. Stern, cité par W.B. Cornell, op. cit.

²⁸ W.Poland, 2005 cité par B. Cornell, op. cit.

²⁹ W. Reich, La fonction de l'orgasme, Édition L'arche, 1997

³⁰ W. Reich, op. cit.

³¹ W. Reich, op. cit.

³² A. Héril, Les continents féminins : Voyage au cœur du plaisir féminin, Editeur Jean-Claude Gawsewitch, 2008

³³ L. et H. Boyd Cowles, Les Classiques de l'AT volume 3, p. 72