

La sexualité en débat



Dans le cadre de la Love Week², la soirée du 22 mars fut axée autour de la projection d'un film « *Dr Kinsey, parlons sexe !* »³ de Bill Condon qui retrace la vie et le travail de l'un des premiers chercheurs ayant mené des enquêtes sur la sexualité. En effet, en 1948, aux Etats-Unis, Alfred Kinsey publie un rapport historique sur les comportements sexuels de ses compatriotes. Ce document fait l'effet d'une bombe. Pour la première fois, le comportement sexuel humain fait l'objet d'une étude scientifique. Son travail déchaîne les passions et déclenche des polémiques entre les chercheurs.

Une autre époque, un autre pays. Et pourtant, la vie sexuelle d'hier et d'ailleurs est-elle si différente de celle que nous connaissons aujourd'hui et ici ? Lancer le débat, après un tel film, permet d'aborder le thème de la sexualité sous différentes facettes : alors même que nous sommes les héritiers de ladite libération sexuelle, la vivons-nous mieux ? Occupe-t-elle une autre place ? Les tabous restent-ils les mêmes ?

Pour aider à la prise de parole à l'issue de la projection, l'approche pluridisciplinaire des partenaires fut de réfléchir à un ensemble de questions qui permettrait au public de répondre spontanément. Cette recherche entre nous a permis d'échanger nos points de vue et autres questionnements et d'enrichir nos connaissances. Nous avons élaboré trois types de questions : les réactions face au film, les questions de connaissances (vrai ou faux, chiffres) et les questions qui amènent le débat.

Question en lien avec la recherche, l'information et l'éducation

A l'époque de Kinsey, de nombreux/ses volontaires ont participé à ses questionnaires, entretiens et expériences scientifiques. Et aujourd'hui, accepteriez-vous de jouer le jeu ? A votre avis, les connaissances sur la sexualité sont-elles utiles ? Les sexologues sont formels :

¹ Animatrice et chargée de projets au CEFA asbl

² La Love Week, qui s'est déroulée du 20 au 22 mars 2012 sur le campus de Louvain-la-Neuve, est un projet né de l'initiative d'Univers-Santé et réalisé en partenariat avec le Service d'aide aux étudiants de l'UCL, Infor santé de la Mutualité chrétienne, le CEFA asbl, le Planning familial, le Centre de guidance et le Kap-Hot de Louvain-la-Neuve.

³ Etats-Unis, 2003

les couples se retrouvent face à des problèmes et à des inquiétudes le plus souvent par ignorance. Mais doit-on laisser la recherche scientifique évoluer sans limites ? Ainsi que laisser aux lobbies pharmaceutiques la marge de manœuvre qu'ils ont actuellement et qui influencent nécessairement les comportements des individu.e.s ?

En parallèle, toutes les informations et images disponibles simultanément, sur le net entre autre, ne nuisent-elles pas à l'expérience personnelle proprement dite ? L'éducation sexuelle semble donc être essentielle pour les jeunes et les moins jeunes, mais l'approche peut encore évoluer, autant de la part des professeur.e.s, des parents que des centres de planning familiaux.

La sexualité, on en parle. Le sexe, il s'affiche partout. Pourtant, il est toujours aussi difficile d'échanger profondément des ressentis. Même entre pair.e.s, garçons ou filles, c'est sur le ton de la rigolade et de manière extravertie que la plupart ose franchir le pas de l'intimité. La sexualité est donc encore un sujet tabou, c'est-à-dire un sujet qu'il est préférable de ne pas évoquer si l'on veut respecter les codes de bienséance d'une société donnée. Force est de constater que nous demeurons dans une société profondément patriarcale et que la sexualité féminine est un sujet encore plus tabou, alors qu'en parallèle, on assiste à une hypersexualisation des jeunes filles, et même des petites filles.

Questions de normes

Y a-t-il une norme sexuelle aujourd'hui ? A-t-elle évolué depuis Kinsey ? Les normes sexuelles véhiculées à travers les époques ont été remises en question, ré-interrogées par les nouvelles générations. A chaque époque, sa norme sociale et sexuelle, prônée par les discours, principalement médiatiques. Les grands changements des dernières décennies peuvent être caractérisés « *comme un déclin de la triple identification de la sexualité à la reproduction, au mariage et à l'hétérosexualité* »⁴. Concrètement, la libération de l'image et de la parole, l'apparition d'une parole plus ouverte par rapport aux générations précédentes, a bouleversé l'ordre social et sexuel. Et le renversement du discours sociétal a permis de considérer la sexualité comme une dimension essentielle de l'épanouissement humain.

Les trajectoires et expériences de vie se diversifient, les parcours familiaux se complexifient, et les cadres conjugaux s'inventent à l'infini⁵. Les discours, les savoirs et les débats prolifèrent. Ce qui transfère aux individus la responsabilité de leur propre ligne de conduite censée être cohérente entre vie sexuelle et bien-être personnel. Emergent de ces balbutiements, des sexualités minoritaires et des nouvelles formes d'amour, telles le « polyamour » (entretenir plusieurs relations amoureuses en même temps et en toute honnêteté). Le développement de cet individualisme sexuel – devenu légitime – donne aux individu.e.s une expérience affective et subjective.

La vie sexuelle s'allongeant et se diversifiant prend ainsi la forme d'un parcours imprévisible avec une succession de relations⁶. La norme conjugale actuelle est-elle devenue la polygamie successive ? Plusieurs partenaires tout au long de la vie, mais un.e seul.e à la fois, la notion de fidélité étant encore relativement importante. Ceux/celles re-devenu.e.s célibataires ne

⁴ Michel Bozon, *Sociologie de la sexualité*, Armand Colin, 2009

⁵ Idem

⁶ Idem

le restent pas souvent ni très longtemps, avec toutes les nuances bien entendu que nous connaissons autour de nous. Une autre norme avec laquelle nous jouons est la créativité : à chaque couple, une nouvelle forme !

La vision du couple

Un regard critique montre comme la vision que nous avons du couple est influencée par le discours médiatique et par l'idée selon laquelle un couple ne dure plus dans le temps. Dès lors, dans quelle mesure cette idée est-elle ancrée dans l'inconscience collective pour que les faits la confirment ? Le couple se montre aujourd'hui comme précaire, et surtout provisoire, d'autant plus que la mobilité des individu.e.s est grande.

La nouvelle norme sexuelle

En matière de sexualité proprement dite, pour correspondre à la norme actuelle, on devrait tous adopter une vie sexuelle active, performante et source de plaisir. Au sein d'une relation conjugale effectivement, il n'est pas concevable de vivre sans activité sexuelle. L'absence de rapports sexuels apparaît comme l'indice d'un problème, sauf lorsqu'il y a des circonstances exceptionnelles, transitoires et non désirées (à la suite d'un accouchement par exemple), qui l'expliquent. Les couples vieillissants sont censés également maintenir leur activité sexuelle. Les chiffres montrent pourtant que 38,5% des hommes de 75 ans contre 16,7% de femmes du même âge sont encore sexuellement actifs/ves⁷. Mais à cette époque-là de la vie, les individu.e.s ne sont plus nécessairement en couple. En tout cas, dans l'inconscient collectif, l'inactivité sexuelle met en danger dirait-on la stabilité de la construction conjugale.

Peut-on dès lors dans notre société vivre sans rapports sexuels ? Le phénomène de l'asexualité ou de l'hyposexualité touche combien de personnes ? 1 % de la population adulte et active (en décomptant les malades et les religieux) vit néanmoins l'asexualité sereinement et sans contrainte.

Une sexualité épanouissante est-elle par conséquent une garantie de bon fonctionnement du couple ? Armand Lequeux⁸ pointe du doigt une apparente contradiction. Certains couples au bord de la rupture disent avoir une sexualité épanouie, les problèmes ne venant pas de là. Mais font-ils encore souvent l'amour ? Tandis que d'autres couples, ayant un problème sexuel plus inquiétant, expriment au contraire que leur relation va bien. Tout dépend sans doute du contrat relationnel implicite inscrit dans le couple dès le départ.

Question de transgressions

La masturbation ou l'homosexualité étaient des pratiques complètement prohibées et parfois soumises aux pires tortures ou violences, et ce jusqu'aux années qui marquent ladite libération sexuelle. Heureusement, l'évolution des mentalités a permis aux individu.e.s de vivre en quelques décennies plus aisément des pratiques sexuelles qui étaient considérées alors comme marginales.

⁷ Chiffres tirés du Sciences et Vie, Hors Série, « Les nouveaux mystères du sexe », mars 2012.

⁸ Armand Lequeux, *Aimer durablement n'est pas plus naturel à l'Homme que la rose au jardin...*, Edition Mols, 2011

La masturbation

Les hommes, ayant une vie sexuelle conjugale, ont-ils aussi des activités masturbatoires ? Oui pour une majorité d'hommes. Maintenant, on peut bien sûr observer des nuances selon le degré d'intensité de l'activité sexuelle du couple. Du côté des femmes, la masturbation est présente aussi. Il semble d'ailleurs qu'on sous-estime le pourcentage de masturbation féminine qui dépend bien évidemment aussi de la qualité et de la fréquence des relations sexuelles que les femmes entretiennent avec leurs compagnons.

L'homosexualité

Sur la question de l'orientation sexuelle, Kinsey a élaboré une échelle intéressante de l'hétéro à l'homosexualité, car un.e individu.e n'est pas forcément 100 % d'un côté ou de l'autre, mais peut à tout moment circuler selon différents degrés et selon les rencontres. Toutes les nuances de désir et de comportement peuvent alors co-exister dans les relations humaines.

L'hypersexualité

Jusqu'à récemment, l'hypersexualité⁹ avait l'image d'une pseudo-pathologie, réservée à quelques stars américaines, mais depuis l'affaire Dominique Strauss-Kahn, l'addiction au sexe est nommée et interrogée. L'apparition du concept dans les années 1970 n'a guère été prise au sérieux. Défini comme un trouble mental, il pourrait maintenant faire son entrée dans le manuel de psychiatrie de référence (le DSM¹⁰)¹¹. Au contraire des personnes qui adoptent de multiples comportements sexuels sans conséquence sur leur vie quotidienne, les dépendants sexuels ont un comportement répétitif en réponse au stress et aux angoisses, c'est le sexe comme une drogue, sans contrôle. Quel est le pourcentage de personnes concernées ? Entre 3 et 6 % de la population sexuellement active serait concernée et cela toucherait essentiellement des hommes. Si les cas sont jugés en augmentation, l'explication en serait peut-être « *l'exposition de plus en plus précoce au support érotique et pornographique, via Internet, comme vecteur principal* »¹².

La pédophilie et l'inceste

Dans sa recherche, Kinsey est confronté à un pédophile et une question éthique se pose alors. Est-ce à la sexologie de dénoncer la pédophilie ? La réponse est clairement positive car la majorité sexuelle est fixée à 16 ans entre personnes consentantes.

Contrairement à la pédophilie, la problématique de l'inceste est vécue de manière très différente selon les sociétés et les époques. Claude Lévi-Strauss¹³ affirme la prohibition de

⁹ Plusieurs concepts (hypersexualité, addiction au sexe, dépendance sexuelle) sont utilisés pour désigner le même problème.

¹⁰ Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (Manuel diagnostique et statistique des dysfonctionnements mentaux)

¹¹ Adagio Angélique, *L'hypersexualité, une maladie?*, in « Les nouveaux mystères du sexe », Sciences et Vie, Hors Série, mars 2012.

¹² Idem

¹³ Claude Lévi-Strauss, *Les structures élémentaires de la parenté*, 1949

l'inceste comme nécessaire à la constitution d'une société humaine, pour freiner l'endogamie et pour encourager l'exogamie, dans une forme positive d'échanges des femmes. Un autre anthropologue, Maurice Godelier, quant à lui, défend la thèse que ce tabou serait une norme établie par la société elle-même. Evitement naturel ou norme culturelle, l'interdit existe quasiment partout, sans être forcément lié à toutes les personnes consanguines, comme c'est le cas chez nous, l'inceste pouvant prendre certaines formes et pas d'autres¹⁴. A l'inverse du tabou, l'inceste fut même privilégié dans les mariages chez les pharaons égyptiens entre frères et sœurs pour pérenniser l'essence divine.

A une époque révolue maintenant, l'Eglise judéo-chrétienne avait interdit le mariage entre deux conjoints liés par des liens familiaux sanguins jusqu'au 7^e degré. L'évolution sociale a fait reculer l'interdit jusqu'au 2^e degré. Dans la société occidentale actuelle, les causes et les conséquences, tant biologiques que psychologiques, de l'inceste sur les personnes concernées ont été étudiées par de nombreux chercheurs/ses toutes disciplines confondues. Il est important de souligner que cette déviance est liée le plus souvent à un contexte familial très particulier. A un niveau collectif, lorsqu'il s'agit d'un père abuseur, l'inceste est l'une des dimensions de la domination masculine intrafamiliale. Et si l'inceste est généralement lié à la pédophilie, ce n'est pas nécessairement toujours le cas. Au niveau du comportement, un homme incestueux est souvent lié à une personne en particulier, alors qu'un pédophile a plusieurs objets de désir. Devant les tribunaux aujourd'hui, les crimes sexuels ou les comportements en la matière, leurs causes ou leurs conséquences, n'intéressent que peu les juges et les avocat.e.s, ils/elles mettent assez rapidement en cause¹⁵ l'identité, le caractère et la personnalité des individu.e.s concerné.e.s : une étiquette dont ceux/celles-ci ont bien du mal à se dégager par la suite, même si un chemin de guérison thérapeutique a été réalisé.

A ne pas négliger, l'ordre du fantasme est un facteur essentiel dans la vie sexuelle des êtres humains, ce qui peut complexifier les choses. Ne jamais passer à l'acte fait aussi parfois partie de la sexualité.

Question d'anatomie : le savez-vous ?

Au niveau des organes sexuels

Le clitoris est-il un bouton d'un centimètre, ou une sorte de poire dont les deux racines entourant le vagin mesurent environ 8 cm ? En effet, à l'inverse des idées reçues et de ce qui semble visible, la véritable forme du clitoris a été découverte en 1998. Le clitoris tel que représenté auparavant n'est que la partie émergée, le gland d'un organe bien plus profond.

De quoi est composé le pénis ? De 40 % de muscles lisses et de corps spongieux, le pénis ne peut pas se muscler – au grand regret de certains – comme un autre muscle.

La taille du pénis est-elle importante pour les hommes eux-mêmes ? Et qu'en est-il pour les femmes ? Question délicate. Il semble que les hommes accordent une certaine importance à la taille de ce qui représente leur masculinité, alors que les femmes y sont plutôt indifférentes. La taille n'ayant que peu d'influence sur l'accès à la jouissance.

¹⁴ Maurice Godelier, *Métamorphoses de la parenté*, Fayard, Paris, 2004

¹⁵ Marcela Iacub et Patrice Maniglier, *Antimanuel d'éducation sexuelle*, Editions Breal, 2005

Au niveau timing

Quand l'éjaculation survient-elle après la pénétration ? En moyenne, un homme éjacule après 3 minutes. Mais c'est bien une moyenne, et pas une référence. Les éjaculateurs précoces peuvent y voir un soulagement, tandis que les hommes qui ont appris à se retenir prennent parfois bien plus de temps et de plaisir.

Et le plaisir justement ?

Une femme doit-elle nécessairement avoir un orgasme à chaque rapport pour être satisfaite ? La plupart des femmes répondent par la négative, car l'essentiel se situe dans l'échange de caresses, le plaisir de partager des sensations, la communication. Dans certains cas de surexcitation sexuelle, l'absence d'orgasme peut néanmoins conduire à des frustrations. Mais le plaisir féminin est plus complexe et peut être vécu différemment à chaque relation.

Est-ce qu'un homme doit avoir un orgasme pour avoir du plaisir ? Le plaisir et l'orgasme sont sensiblement liés, même si un homme peut éjaculer sans orgasme et avoir un orgasme sans éjaculation, ce que la gent féminine ignore parfois.

Existe-il plusieurs types d'orgasmes féminins ? On parle toujours de l'orgasme clitoridien et vaginal, alors que c'est bien plus complexe. Les deux organes sont interreliés par une mystérieuse alchimie. Et ce que l'on ignore souvent, c'est qu'à l'intérieur du vagin, il y a trois zones érogènes spécifiques : le fameux point G (proche de la vessie), le col de l'utérus et le fond du vagin, et l'arrière (proche de l'anus). La plupart des femmes ressentent du plaisir à la stimulation du clitoris, beaucoup plus long est le chemin pour atteindre l'orgasme vaginal, que certaines d'ailleurs n'atteignent jamais.

Comparaison difficile donc entre le plaisir masculin et féminin. Elisa Brune¹⁶ le confirme : « *Hommes et femmes sont loin d'être égaux devant le plaisir sexuel. Selon les enquêtes récentes, 90 à 95 % des hommes parviennent toujours ou presque à l'orgasme lors des rapports sexuels. Pour les femmes, un tiers répond « souvent ou toujours », un tiers « environ une fois sur deux » et un tiers « rarement ou jamais »* ». Même s'il y a une bonne communication entre les partenaires, on aurait parfois envie d'interchanger de rôle pour saisir ce que l'autre ressent vraiment dans son intimité.

Les préliminaires aident-ils à vivre une sexualité satisfaisante et épanouissante ? Les préliminaires, le toucher, les caresses font naître le désir et gonfler le plaisir avant l'acte proprement dit, mais ils ne sont pas toujours nécessaires, car la relation sexuelle dépendra aussi de l'énergie particulière dans laquelle se trouvent les deux partenaires et de leur qualité de présence à chacun.e. Cette question en amène une autre : s'échanger des caresses dans l'intimité – sans pénétration – signifierait que l'acte sexuel n'a pas abouti ? Faire l'amour induirait obligatoirement une pénétration ?

¹⁶ Elisa Brune, Yves Ferroul, *Le secret des femmes, voyage au cœur du plaisir et de la jouissance*, Odile Jacob, Paris, 2010

L'intensité d'une relation sexuelle dépend-elle du fait que les deux partenaires se connaissent bien ? Une meilleure connaissance, une implication de la part des deux partenaires contribue effectivement à un meilleur épanouissement sexuel à terme, la sexualité n'étant pas uniquement mécanique. Sur un relatif long terme, la communication amène le couple à partager ses envies et ses frustrations. Bien sûr, il arrive qu'une nuit d'amour sans lendemain apporte aux deux protagonistes beaucoup de plaisir, aussi fugace soit-il, et un souvenir délicieux.

En conclusion ...

La sexualité est un objet d'étude tellement vaste qu'il comprend plusieurs dimensions, de la plus technique à la plus subtile, de la vie humaine ... C'est pourquoi une soirée ciné-débat – même préparée en amont – permet uniquement d'effleurer, d'abord en équipe, ensuite avec le public, certains points essentiels, mais sûrement pas de les approfondir. Ce texte a la même prétention, celle d'effleurer, de donner un avant-goût pour attiser le désir d'en savoir plus, et surtout d'en parler plus ouvertement autour de soi, dans le respect de l'intimité de chacun.e.