

Le Sexocorporel au service du plaisir sexuel féminin :

Outils de compréhension, d'apprentissage et d'érotisation

Catherine BASSEREAU, sage-femme, sexologue, sophrologue, Saint -Malo (35)

catherine.bassereau@wanadoo.fr

Sylvie SAPIN, médecin sexologue-périnéologue, Pordic (22)

sylvie.sapin@wanadoo.fr

En Sexologie, le plaisir sexuel a été longtemps négligé, en particulier le plaisir sexuel féminin considéré comme une pathologie psychiatrique ou un danger comme au siècle puritain. L'émancipation des femmes dans ces dernières décennies a permis la revendication et le droit au plaisir sexuel. Mais celui-ci est dépendant de compétences qui ne sont pas transmises aux femmes et qui alimentent les difficultés pour y parvenir.

La promotion du Plaisir Sexuel est un objectif central dans la thérapie sexuelle du Sexocorporel. En effet, le Sexocorporel, développé par le professeur Jean -Yves Desjardins au Département de Sexologie de l'Université de Montréal dans les années 1980, propose une définition de santé sexuelle fondée sur la capacité à expérimenter le plaisir sexuel (Desjardins 1996). Dans la vision du Sexocorporel, le plaisir sexuel se construit autour de plusieurs composantes en particulier :

-la composante physiologique (capacité à utiliser son corps de la meilleure façon pour permettre des sensations physiques, du réflexe excitatoire jusqu'au point de la décharge orgasmique).

-la composante émotionnelle (capacité à percevoir ses sensations physiques pendant l'excitation et l'orgasme combinées à des émotions hédoniques intenses et un relâchement émotionnel).

-la composante cognitive (l'autorisation à donner une signification positive à l'expérience).

Dans la démarche thérapeutique en Sexocorporel, l'évaluation clinique concise de ces composantes permettra une compréhension clinique des difficultés, dans la réalité de l'exercice de la sexualité de la patiente. Pourront alors se dégager des outils thérapeutiques facilitant l'accès au plaisir sexuel ; en particulier la proposition de variations dans l'utilisation des lois du corps (respiration, tonicité, mobilité, rythmes) influençant les perceptions, les émotions, les cognitions (corps physique indissociable du corps intra psychique).

Les objectifs de l'atelier :

-L'acquisition de connaissances sur le plaisir sexuel comme composante de la sexualité vue au travers du prisme du Sexocorporel.

-L'importance d'une évaluation sexoclinique précise et approfondie des composantes qui interagissent sur la sexualité et sur le plaisir sexuel.

-La compréhension et l'intégration d'outils concrets (ex : variations des lois du corps adaptées à chaque individu) facilitant l'accès au plaisir sexuel.

- La prise en charge en sexothérapie des troubles du plaisir sexuel féminin : transmettre aux participants des moyens concrets immédiatement utilisables.

Déroulement de l'atelier :

Cette présentation sera interactive, intégrative et expérientielle.

Nous distinguerons :

- un temps théorique portant sur le plaisir sexuel et les spécificités du Sexocorporel.
- un temps d'exercices expérientiels pour une prise de conscience et une compréhension des lois du corps et de leur utilisation dans l'amélioration du plaisir sexuel (l'importance de l'intégration corporelle du modèle par le professionnel pour lui-même afin de le transmettre à ses patientes et faciliter l'évaluation sexoclinique).
- un temps d'illustration avec un cas clinique : jeux de rôle réalisé par les intervenantes pour montrer la pertinence concrète du Sexocorporel en consultation.
- un temps de synthèse interactif avec les participants.

Mots Clés :

Sexocorporel - Plaisir sexuel féminin – Evaluation sexologique - Lois du corps - Modes d'excitation sexuelle- Apprentissage- Anorgastie- Anorgasmie

Références bibliographiques :

Bassereau C. « Thérapies à médiation corporelle et dysfonctions sexuelles féminines : évaluation d'un protocole sophrologique dans la prise en charge de l'anorgasmie ». Mémoire pour le diplôme interuniversitaire « Etude de la sexualité humaine » Université de Nantes.

Benoist,P.(2011).Vous avez dit Sexocorporel ?D'un lien si étroit entre le corps et le cerveau.Sexualités Humaines. No 11 ;50-61

Bischof Karoline : « Sexocorporel dans la promotion du plaisir sexuel », revue Santé Sexuelle No 21,2013.

Chatton D., Desjardins Lise, Desjardins Jean-Yves Tremblay M. : « La sexologie clinique basée sur un modèle de santé sexuelle». Revue Psychothérapie, Vol.25, No.1, 2005.

Desjardins Jean-Yves, « L'approche Sexocorporelle, fondements théoriques et champs d'application » in Psychothérapie No.1, p.51 à 58, 1986.

Desjardins Jean-Yves, « Approches intégrative et sexocorporelle », in Sexologies, Vol. V, N°21, pp. 43-48, 1996.

De Carufel F. : « L'Approche Sexocorporelle et la fonctionnalité sexuelle » in Cahier Sc. Fam. et Sex., No.13, 1990.

Guillebaud J C : « La tyrannie du plaisir », éd du Seuil

