

Morgane Nadeau

# La Sexologie clinique aujourd'hui





## **Introduction**

La sexologie clinique est basée sur l'étude de la sexualité humaine et de ses manifestations. Elle étudie tous les aspects de la sexualité, à savoir le développement sexuel, les mécanismes des rapports érotiques, le comportement sexuel et les relations affectives, en incluant les aspects physiologiques, psychologiques, médicaux, sociaux et culturels.

La sexologie, dans sa forme moderne, est une science récente qui s'est développée à la fin du XX<sup>e</sup> siècle. Elle est au carrefour de plusieurs disciplines, comme la médecine, les statistiques, l'épidémiologie, la biologie et les neurosciences, la criminologie, l'histoire, la psychologie et la sociologie. Elle étudie également la sexualité de certains groupes particuliers, comme les handicapés, les enfants et les personnes âgées, mais étudie aussi les pathologies sexuelles telles que les dysfonctions sexuelles, l'obsession sexuelle, les violences sexuelles, et les pratiques marginales comme les paraphilies et les perversions.

La sexologie traite également des sujets particuliers comme l'avortement, le contrôle des naissances, l'abus sexuel, les nouvelles techniques de reproduction ou la santé sexuelle.

La sexothérapie clinique est là pour accompagner un sujet, un couple en difficultés dans leur vie sexuelle (difficultés personnelles, difficultés relationnelles, blocages psychologiques...).

La sexualité reste encore un sujet tabou en France. Dans mon cabinet, je reçois autant d'hommes que de femmes, qu'ils soient de la génération X ou Y. Et, bien entendu, dans le cadre de thérapies de couples, le sujet de la sexualité est rapidement mis sur la table (décalage entre le désir, le besoin et ceux de l'autre, retrouver une intimité après la naissance d'un enfant ou la découverte d'une infidélité, comment conserver une sexualité malgré la maladie...).

Aujourd'hui, de plus en plus de personnes viennent consulter pour comprendre et agir sur leurs difficultés actuelles afin de découvrir ou redécouvrir le plaisir et ce, sans culpabiliser. Une sexualité épanouie est un signe de bonne santé.

Cet ouvrage est dédié à la compréhension des bases théoriques de la sexologie afin de dédramatiser la démarche d'aller consulter.

Vous n'êtes pas seul, une solution existe, ne culpabilisez pas.

# Partie 1

## Éléments théoriques

### 1) APPROCHE ANALYTIQUE

Les instances psychiques selon la théorie Freudienne.

- Systèmes, parties de l'appareil psychique d'après la conception Freudienne ;
- Théorie d'une structure psychologique et dynamique de l'ensemble « *inconscient, préconscient et conscient* » ;
- Les 3 premières instances théorisées par Freud sont le Moi, le ça et le Surmoi.
- Le terme « *ça* » est inventé par Georges Groddeck en 1923. Il est repris et conceptualisé la même année par Sigmund Freud ;
- Moi, Surmoi et Idéal du Moi sont des concepts Freudiens ;
- Imago et Soi ont été introduits par Carl Gustav Jung ;

• Self et Faux Self découlent des travaux de Donald Woods Winnicott.

### *Introduction à la deuxième topique*

Dans la théorie psychanalytique, la première topique a défini trois systèmes : l'Inconscient, le Préconscient et le Conscient, chacun ayant sa fonction propre et son type de processus particulier.

Sigmund Freud abordera dans une deuxième topique les rapports dynamiques qui relient 3 instances psychiques :

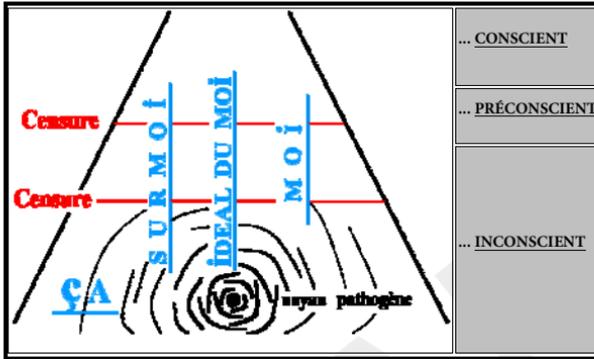
1. le Ça (pôle pulsionnel) ;
2. le Moi (intérêt de la totalité de la personne, raison et Narcissisme) ;
3. et le Surmoi (agent critique, intériorisation des interdits et des exigences).

Pour expliquer l'ensemble des processus mentaux, Sigmund Freud en viendra à rajouter l'Idéal du Moi, modèle de référence très investi narcissiquement, et que l'individu espère égaler.

Il deviendra alors possible de décrire les principaux phénomènes psychiques en termes de conflits.

La deuxième topique révèle mieux la façon dont le sujet se construit, et se perçoit. Dans l'ambivalence par exemple, il y a un conflit créé par la dualité pulsionnelle à l'intérieur d'un même système, le ça. L'Oedipe est un conflit qui oppose le ça et le Surmoi. La sublimation quant à elle permet à la fois la satisfaction du Moi et la satisfaction des revendications pulsionnelles du ça... etc.

## Description dynamique de l'appareil psychique réunissant les 2 topiques



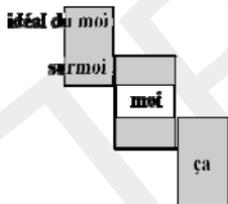
### *Aspect économique*

Le point de vue économique est l'aspect quantifiable des choses. L'énergie est susceptible de diminution, d'augmentation et d'équivalence. Le travail de l'appareil psychique est de transformer les énergies, dites « libres » dans l'Inconscient, et « liées » dans le Conscient, à des représentations particulières. Par exemple, un symptôme mobilisera une certaine quantité d'énergie, ce qui tendra à appauvrir d'autres activités.

Les phénomènes comme l'angoisse, ou les mécanismes de défense sont des aspects dynamiques du fonctionnement psychique.

ça :	intérêts pulsionnels.
Surmoi :	intérêts extérieurs.
Idéal du Moi :	intérêts narcissiques.
Moi :	intérêts de la totalité de la personne.

L'instance première est le ça. En sont issus dans un premier temps le Moi, formé grâce au contact avec la réalité extérieure, puis le Surmoi introjecté par le Moi qui fait se retourner l'énergie pulsionnelle contre lui-même. A la rencontre du ça et du Surmoi (ainsi que son « *pendant* » plus élaboré qu'est l'Idéal du Moi) se trouve le Moi.

Ics		<p><b>Idéal du Moi :</b> “<i>tu dois</i>”, “<i>tu devrais</i>”.</p> <p><b>Surmoi :</b> “<i>tu ne dois pas</i>”. Ce sont les interdits, la loi, les limites...</p>
C		<p><b>Moi :</b> pôle défensif de la personnalité construit avec les exigences du ça et les interdits du Surmoi face au réel.</p>
Ics		<p><b>ça :</b> pôle pulsionnel. Besoin de satisfaire immédiatement les pulsions. Principe de plaisir.</p>

### Le ça

C'est le pôle pulsionnel de la personnalité, la partie la plus chaotique et la plus obscure. C'est entièrement le domaine de l'instinctif, du biologique qui ne connaît ni règles de temps ou d'espace, ni

interdits. Totalement inconscient, il est régi et dirigé par le seul principe de plaisir. De ce fait, les choses les plus contradictoires peuvent y exister et cohabiter.

*Deux aspects le caractérisent :*

- l'héréditaire (sexualité et agressivité propres à l'espèce) ;
- et l'acquis (formes que prendront cette agressivité et cette sexualité pour l'individu).

Le nourrisson a une vie mentale et somatique très proche du pulsionnel, c'est-à-dire commandée presque exclusivement par les besoins archaïques. Sa vie psychique est dominée par le principe de plaisir qui régit le fonctionnement du ça, et est donc soumise au principe de toute-puissance et au désir de satisfaction immédiate et illimitée. Du monde qui l'entoure et le domine, n'existe que ce dont il a besoin. Tout ce qu'il croit et ressent existe, car il ne fait pas la part du réel et de l'imaginaire.

Réservoir de la libido et de l'énergie psychique, ses contenus sont d'une part héréditaires puis d'autre part refoulés et acquis. Les pulsions (pulsion de vie et pulsion de mort) sont contenues dans le ça.

- La pulsion de vie (ou d'auto-conservation, ou sexuelle) : les pulsions qui en découlent ont pour fonction de lier les énergies et de maintenir la vie ;
- La pulsion de mort : elle fait tendre l'organisme vers un état zéro et comprend la destruction (principe d'agressivité), la répétition et la régression.

### *Origine de l'agressivité*

L'agressivité du ça est progressivement transformée par le Moi en Surmoi. L'origine de l'agressivité est pulsionnelle. Elle est la résultante d'un mécanisme de défense du Moi : la projection de la pulsion de mort sur le mauvais Objet. Elle est liée par la libido pour la préservation du Moi (sexualité, reproduction, défense du territoire, emprise sur le monde, affirmation de soi...). L'agressivité est sublimée, déplacée. Elle contribue, au sortir de l'Oedipe, à la formation du Surmoi.

Avant l'Oedipe, l'agressivité s'exprimait à travers la projection, le clivage... Après l'Oedipe elle sera sublimée et s'exprimera en partie sous le contrôle du Surmoi.

### *Origine de l'angoisse*

L'angoisse est liée à la pulsion. Un excès de tension crée une surcharge d'énergie qui ne peut se libérer et provoque l'angoisse. L'angoisse est secondaire à la non-utilisation de l'énergie.

- 1<sup>ère</sup> théorie Freudienne : l'angoisse est liée à une perte de la représentation ;
- 2<sup>ème</sup> théorie Freudienne : l'angoisse est le résultat d'un conflit entre le ça et le Surmoi, le ça et le Moi ou le Surmoi et le Moi. C'est le Moi qui vit l'angoisse, comme un signal d'alarme émit par lui face à un désir incompatible. L'angoisse a une fonction d'auto-conservation.

## *Le ça et les mécanismes de défense*

Les mécanismes de défense sont des processus élaborés par le Moi sous la pression du Surmoi et de la réalité extérieure, et permettant de lutter contre l'angoisse. Ces mécanismes psychiques préservent le Moi et le protègent aussi des exigences pulsionnelles du ça. Mais ce dont le Moi se protège en priorité, c'est de l'angoisse.

Par exemple, une représentation inconsciente va être incompatible avec les exigences du Surmoi. Cette représentation inconsciente du ça apporte du plaisir mais provoque aussi du déplaisir. Le Moi, pour se défendre contre cette représentation, va utiliser divers procédés que l'on réunit sous le terme de « *mécanismes de défense du Moi* ».

Le Conscient accède à l'inconscient comme les organes des sens accèdent à la réalité extérieure. Il y a eu constitution d'un « *grenier* » où sont engrangées toutes les informations vécues. L'individu peut faire appel à un moment précis à ces vécus. Ces faits sont dits « *refoulés* ». Le refoulement est un mécanisme de défense. Tout ce qui est refoulé devient inconscient mais l'inconscient n'est pas constitué que de cela. Il y a aussi des contenus innés du ça qui ne sont jamais passés par la conscience. L'inconscient obéit aux processus primaires que sont le déplacement (changement d'Objet) et la condensation (plusieurs Objets en un). Ces deux processus primaires obéissent

au principe de plaisir. Les désirs du ça sont mobiles et essaient de s'extérioriser, provoquant le refoulement.

Le refoulement est un filtre incité par le Surmoi et opéré par le Moi. Le symptôme est le produit du refoulement qui consiste en un retour du refoulé sur le plan somatique. Il sert à échapper à l'angoisse. Il est le substitut d'une satisfaction pulsionnelle qui n'a pas eu lieu. Ce qui aurait dû être plaisir devient déplaisir.

### *Le Moi*

C'est la partie de la personnalité la plus consciente, toujours en contact avec la réalité extérieure. Le Moi s'efforce de faire régner l'influence du monde extérieur sur le ça. Soumis au principe de réalité, il a un rôle de régulateur et de médiateur. Ses opérations sont inconscientes (mécanismes de défense). Il est issu du ça confronté à la réalité extérieure et se forme à partir d'identifications et de gratifications successives. Le refoulement par exemple, est un des nombreux mécanismes de défense du Moi. Il se manifeste lorsque le désir et les pulsions ne peuvent être acceptés et doivent être dérivés de leur Objet.

### *Le Moi et le stade du miroir (vers le huitième mois)*

Il faut bien savoir que le nourrisson ne se vit pas distinct de sa mère, et donc qu'il n'a pas conscience de son propre corps. Ce n'est que progressivement qu'il va prendre conscience de lui-même, et intégrer les limites de ce corps qui est à lui et différent des autres.

Il distinguera ainsi ce qui est de l'ordre du Moi et ce qui ne l'est pas.

Cette étape du stade du miroir a une grande valeur symbolique dans l'évolution psychique de l'enfant. Elle le force à prendre conscience qu'il est différent de sa mère, puis des autres. Elle lui donne des limites dans la vision de ce corps « *limité* » par un contour, et aussi par une taille. Il se perçoit comme un tout, unique, et aussi comme extériorité. Il découvre les parties de son corps qu'il ne connaissait pas encore : le schéma corporel se construit.

La relation affective que l'enfant entretient avec les autres, de symbiotique (relative à un soutien mutuel) devient anaclitique (conscience de ce soutien). Désormais l'enfant sait qu'il a besoin de la mère. C'est une période très importante de distinction, que ce soit extérieur/intérieur ou Moi/Autre (le « *Moi* » se forme en même temps que se forme l'Objet extérieur, l'un n'existant que par rapport à l'autre). Il découvre aussi que l'autre dans la glace n'est qu'une image et non un être réel. C'est un leurre : l'enfant passe du réel à l'imaginaire.

Entre 4 et 6 mois : si on place l'enfant devant un miroir, il ne se reconnaît pas. L'être en face de lui a sa réalité propre ;

Entre 6 et 8 mois : il découvre que l'autre n'est qu'une image et non un être réel. C'est un leurre, l'enfant passe du réel à l'imaginaire ;

Vers 1 an : il comprend que l'image du miroir, c'est

son propre corps. Il se perçoit comme un tout et aussi comme extériorité. C'est la première fois qu'il voit son corps en entier. Il s'identifie à l'image réfléchie. C'est la mère qui, le regardant dans la glace en lui disant : « *c'est toi, là !* », lui ouvre la voie de l'identification à l'image. L'enfant perçoit bien l'admiration de l'image de la mère pour son image à lui. Il y perçoit aussi du désir. Cette image, pour l'enfant, c'est son Moi (car c'est par le regard de l'autre que nous nous formons. Nous nous identifions à l'image que l'autre a de nous). L'enfant s'aliène dans cette image aimée par la mère. Il y devient autre. S'il en restait là, il deviendrait psychotique. Ce qui va mettre un terme à cette relation aliénante, c'est le père (ou le langage, ou la place que le père a dans le discours de la mère...). Le père mettra une distance entre la mère et l'enfant.

Le Moi résulte d'une série d'identifications successives.

### *Autonomie du Moi au stade anal*

De la fin de la première année jusqu'à sa troisième année, l'enfant décide, dispense son bon-vouloir, dirige son corps. L'estime de soi dépend de l'estime des autres pour soi : si la mère insiste trop sur la socialisation, l'enfant aura l'impression de subir, de ne pas décider pour (et par) lui-même, d'avoir un Moi dévalorisé. Si la mère insiste surtout sur le plaisir, l'enfant aura l'impression qu'avant de faire quelque chose pour quelqu'un d'autre, il le fait pour lui. Il

décide de sa vie, de son plaisir, il affirme son Moi. Son autonomie n'est pas diminuée si de son propre chef il décide de faire plaisir à la personne qu'il aime.

- Autonomie corporelle : maîtrise des sphincters ;
- Autonomie relationnelle : choisir de faire plaisir.

### *Affirmation du Moi*

Quand l'enfant décide de donner ou de ne pas donner ses matières fécales (conduites excrémentielles), il montre sa toute-puissance car il a le choix de s'opposer à sa mère, par exemple en ne déféquant pas dans le pot alors qu'elle le lui demande.

- Pour Karl Abraham, l'ambivalence n'apparaît qu'avec l'oralité sadique (ou cannibalisme), qui implique une hostilité, et avec la constitution de l'Objet et du Moi (7<sup>ème</sup>, 8<sup>ème</sup> mois) ;

- C'est au travers de la frustration et de l'attente que naît un Objet extérieur d'où vient la gratification. Sans cette frustration et cette attente, il n'y a pas de limites entre le Moi et le non-Moi ;

- Le stade du miroir constitue la matrice et l'ébauche de ce que sera le Moi.

Les défenses du Moi soutiennent la vie psychique. Quand elles s'effondrent (on parle alors de décompensation) il y aura possibilité de dépression. Cela peut se passer par exemple lors d'un deuil. Le processus de deuil désigne à ce propos l'ensemble des processus psychologiques qui sont mis en place par la perte d'un Objet aimé et qui aboutissent généralement

à ce que le sujet renonce à cet Objet, et puisse ainsi s'en détacher tout en préservant le Moi.

Lorsque le Moi s'efforce d'échapper à la réalité selon Sigmund Freud :

– « Gardons-nous de penser que le fétichisme constitue un cas exceptionnel de clivage du Moi, non, mais il nous offre une excellente occasion d'étudier ce phénomène. Revenons au fait que le Moi infantile, sous l'emprise du monde réel, se débarrasse par le procédé du refoulement des exigences pulsionnelles réprouvées. Ajoutons maintenant que le Moi, durant la même période de vie, se voit souvent obligé de lutter contre certaines prétentions du monde extérieur ressenties comme pénibles et se sert, en pareille occasion, du procédé du déni pour supprimer les perceptions qui lui révèlent ces exigences. De semblables dénés se produisent fréquemment, et pas uniquement chez les fétichistes. Partout où nous sommes en mesure de les étudier, ils apparaissent comme des demi-mesures, comme des tentatives imparfaites pour détacher le Moi de la réalité. Le rejet est toujours doublé d'une acceptation ; deux attitudes opposées, indépendantes l'une de l'autre, s'instaurent, ce qui aboutit à un clivage du Moi. Ici encore l'issue doit dépendre de celle des deux qui disposera de la plus grande intensité.

Le clivage du Moi, tel que nous venons de le décrire, n'est ni aussi nouveau, ni aussi étrange qu'il pourrait d'abord paraître. Le fait qu'une personne puisse adopter,

*par rapport à un comportement donné, deux attitudes psychiques différentes, opposées, et indépendantes l'une de l'autre, est justement un caractère général des névroses, mais il convient de dire qu'en pareil cas l'une des attitudes est le fait du Moi tandis que l'attitude opposée, celle qui est refoulée, émane du ça. La différence entre les deux cas est essentiellement d'ordre topique ou structural et il n'est pas toujours facile de décider à laquelle des deux éventualités on a affaire dans chaque cas particulier. Toutefois, elles ont un caractère commun important : en effet, que le Moi, pour se défendre d'un danger, dénie une partie du monde extérieur ou qu'il veuille repousser une exigence pulsionnelle de l'intérieur, sa réussite, en dépit de tous ses efforts défensifs, n'est jamais totale, absolue. Deux attitudes contradictoires se manifestent toujours, et toutes deux, aussi bien la plus faible, celle qui a subi l'échec, que l'autre aboutissent à des conséquences psychiques. Ajoutons encore que nos perceptions conscientes ne nous permettent de connaître qu'une bien faible partie de tous ces processus. » –*

Il est à noter :

- Notion de clivage du Moi. Une partie est acceptée, une autre est déniée (rejetée). La plus grande intensité s'imposera : en cas de refoulement, l'intensité du Surmoi agit, en cas de perversion, c'est le ça qui l'emporte sur le Surmoi ;
- Notion de refoulement. Mécanisme de défense du Moi, avec attrait et censure ;

- Exigences pulsionnelles. Ce sont les pulsions infantiles (affect et représentation) ;
- Monde extérieur et réalité. Le monde extérieur influence le Surmoi, et agit sur le Moi. Son action se combine alors avec celle du Surmoi.

*Émergence du Surmoi (au stade phallique, vers 4 ans)*

Avec la résolution du conflit Oedipien, une partie de la personnalité de l'enfant va assumer les interdits du parricide et de l'inceste, ainsi que l'identification au parent du même sexe que lui. C'est le Surmoi, héritier de l'Oedipe. C'est l'intériorisation des interdits et des exigences parentales et sociales, le censeur du futur adulte. Une fois formé, le Surmoi va remplacer les parents dans la vie sociale. Il rentrera continuellement en conflit avec les pulsions, et entraînera la culpabilité.

Le Surmoi est l'instance refoulante, le support de tous les interdits et des contraintes sociales et culturelles. Son activité est partiellement inconsciente. Héritier du complexe d'Oedipe, il se constitue par intériorisation des exigences et interdits parentaux. L'enfant renonce au désir incestueux grâce à la fonction séparatrice du père, puis la découverte des règles sociales sous la pression de l'instance refoulante : le Surmoi.

*Psychopathologie*

- Le Surmoi du pervers est resté au stade pré-

Oedipien, c'est-à-dire qu'il retient le sujet au niveau des interdits du stade anal (ou oral) mais n'a pas de loi de type social. Car les lois sociales naissent de la confrontation Oedipienne ;

- Le Surmoi du névrosé est par-contre plus tyrannique, plus culpabilisant. Le névrosé fantasme là où le pervers agit ;

- ... etc.

### *Émergence de l'idéal du Moi*

C'est un modèle auquel le sujet cherche à se conformer, résultat de l'identification aux parents idéalisés. L'idéal du Moi est une instance qui accompagne le processus de socialisation, tout au long de la formation de la personnalité. C'est aussi le substitut de la toute-puissance de l'enfant (de « *je peux tout* » à « *je voudrais tout pouvoir* ») pour la construction de son Moi. Le Moi se compare et se construit par rapport à un idéal, à une référence permettant au sujet de se dépasser. Cet idéal personnel se forme progressivement au cours de l'enfance par identification aux personnes proches (souvent les parents) aimées et admirées. Cette instance psychique est consécutive à l'identification Oedipienne, et relève du symbolique.

Ne pas confondre avec le « *Moi idéal* », qui n'est pas le substitut mais l'idéal d'une toute-puissance narcissique, avec identification à des personnages

fabuleux ou prestigieux. Le Moi idéal ne propose pas de modèle accessible pour le processus de socialisation. C'est le Moi qu'on se construit dans le stade du miroir, celui qui relève de l'imaginaire.

### *Le Soi*

Terme introduit en 1902, et conceptualisé en 1912 par le psychologue et psychiatre Suisse Carl Gustav Jung. Le Soi, c'est quelque chose qui se construit, en rapport dès l'origine avec la culture. Regroupant l'ensemble des constituants du psychisme, il est à l'origine de la constitution du Moi par différenciation de l'Imago maternelle et individuation.

Pour Mélanie Klein, le Soi est constitué de l'ensemble des pulsions et sentiments de la totalité de la personnalité, à opposer au Moi qui ne se réfère qu'à la structure de la personnalité. Lorsque l'Objet est clivé en bon et mauvais Objet, le clivage affecte aussi le Soi dont les différentes parties peuvent alors entrer en conflit.

En analyse systémique, le Soi résulte d'un processus de différenciation du Moi en référence au mythe familial, et selon le degré d'individualisation affective et intellectuelle de la personne au sein de sa famille. Tous les membres de la famille sont maintenus par des liens fusionnels fondamentaux plus ou moins résolus (mais jamais totalement), et chacun des membres se caractérise par un degré