

A l'écoute du pôle agressif de la sexualité

Brigitte Martel

Le travail thérapeutique sur le thème de la sexualité m'est cher, comme sans doute à beaucoup de gestaltistes : en effet, la Gestalt nous permet de l'aborder de façon intéressante, avec deux points forts qui sont le cycle de la réponse sexuelle et ses interruptions ainsi que la gestion de l'agressivité. Ce travail est sous-tendu par les questions existentielles que je trouve très présentes dans la sexualité.

J'aimerais partager avec vous une vision de la sexualité replacée dans la globalité de l'homme, et teintée par l'existentialisme, étudier ensuite les critères de bonne santé sexuelle, et tout particulièrement un point fondamental : la bonne gestion de l'agressivité.

La sexualité et les données existentielles

Je trouve intéressant et utile dans la pratique clinique de voir la sexualité comme une réponse à l'angoisse existentielle de base, décrite par Karen Horney . Cela permet de considérer la personne dans son ensemble, confrontée aux questions fonda-

Gestalt-thérapeute en groupe et en individuel, titulaire du CEP, membre agréé de la SFG et directrice-adjointe de l'Ecole Parisienne de Gestalt. Outre son activité de psychothérapeute, elle participe à la formation et à la supervision des Gestalt-thérapeutes.

L'un de ses axes de travail est l'accompagnement gestaltiste des problématiques sexuelles.

mentales de l'existence, et de ne pas la "découper" en symptômes ou en difficultés sexuelles ; on sortirait alors d'une relation "Je-Tu" décrite par Buber pour passer à une relation "Je-Cela", regardant le symptôme et non la personne.

Marc me parle de ses difficultés sexuelles et des problèmes que cela génère dans son couple ; il ajoute : "Avec Christine, je ne serai jamais à la hauteur..."

La question de l'imperfection est là ; constater son imperfection est insupportable et angoissant pour Marc.

Je viens de nommer l'imperfection, l'une des cinq données existentielles nommées par Noël Salathé, qui considère la Gestalt-thérapie comme l'antenne thérapeutique de l'existentialisme.

Pour ceux qui n'ont pas lu "*Psychothérapie existentielle*" de Noël Salathé ou le *numéro 17* de cette revue spécialement consacrée à l'existentialisme, j'en dis quelques mots et vous invite à consulter ces deux ouvrages.

Noël Salathé décrit cinq données incontournables ; chaque personne s'y confronte, de façon plus ou moins forte, et cherche sa propre réponse. Il s'agit de :

- la *responsabilité* : l'homme est libre, donc responsable de ses choix ou de ses non-choix, et c'est parfois très angoissant ;
- la *quête de sens* : l'homme ne peut accepter l'absurde, et a besoin de trouver un sens à la vie, ou un sens à sa vie, dans un monde parfois incompréhensible ;
- la *finitude* : quoi que l'on fasse, les choses ont une fin, la mort est là ;
- la *solitude* : fondamentalement, l'homme est seul dans son existence ;
- l'*imperfection* : l'homme est limité, il n'est pas tout puissant, et ceci peut être source d'angoisse.

Je reçois Alain, homme de 39 ans qui veut entreprendre une psychothérapie. Sa motivation actuelle est un problème sexuel récent, une panne, me dit-il, mais assez vite il me dit

que ce problème de "panne sexuelle" éclaire le fait qu'il ne sait pas s'il veut s'engager avec cette femme, et que plus globalement, il se demande ce qu'il veut faire de sa vie maintenant.

On peut dire que la figure émergente est sa difficulté sexuelle, mais qu'elle se détache sur le fond des données existentielles, et particulièrement de la responsabilité et de la quête de sens : "Est-ce que je veux m'engager avec elle ? Qu'est-ce que je veux pour ma vie ?".

La façon dont une personne vit sa sexualité est colorée par ces données ; on pourrait même considérer la sexualité comme une sixième donnée incontournable de l'existence. La personne humaine est sexuée, et chacun trouve une réponse, ou des stratégies face à cette donnée, les réponses possibles pouvant aller du désintérêt sexuel à l'activité frénétique.

Cette proposition redonne à la sexualité une place plus importante, et cela me convient, quand je pense à la fréquence des travaux thérapeutiques sur ce thème.

Cependant, il me semble que la sexualité, comme donnée existentielle, a une place particulière : sur le fond des cinq données nommées ci-dessus, la sexualité formerait une figure émergente, en lien avec une ou plusieurs de ces données.

Alain, dont je viens de parler, en est une illustration : sa difficulté sexuelle émerge sur un fond de responsabilité et de quête de sens.

Josiane est une personne d'une quarantaine d'années, qui vient de vivre une séparation douloureuse, et qui me dit : "maintenant, je veux m'éclater, et profiter de la vie, il est temps !". Son visage s'assombrit aussitôt et lorsque je lui pointe, elle poursuit : " ... enfin, c'est l'image que je donne autour de moi... en fait j'ai des relations sexuelles nombreuses, mais au fond je ne suis pas satisfaite, et je n'ai pas de plaisir".

Cette quête sexuelle masque une peur du vieillissement et un deuil non fait de sa vie de couple. Josiane aborde cela

A l'écoute du pôle agressif de la sexualité

avec beaucoup de difficulté ; le fait que je sois une femme "de plus de quarante ans" est précieux pour elle, et lui permet de contacter l'angoisse de finitude, ainsi que la question de la solitude qui n'est pas loin.

Ce que nous pourrions nommer sa "frénésie sexuelle" est sa réponse à la donnée de la sexualité, réponse qui est nettement reliée à la finitude et la solitude.

La bonne santé sexuelle

Quand on parle de bonne santé en Gestalt, on évoque la fluidité et la capacité à faire des choix.

Pour la bonne santé sexuelle, je propose deux critères :

- **la fluidité entre deux pôles : "tendresse" et "agressivité"**

Le pôle "**tendresse**" est la capacité à donner et à recevoir de la tendresse, et à vivre l'intimité. Tendresse et sexualité sont souvent reliées, par contre la capacité à vivre l'intimité, que j'ai placée sur le même pôle, me semble intéressante à examiner. Pasini en parle bien dans son *Eloge de l'intimité* : "Accéder à l'intimité signifie la réception de l'autre dans son propre territoire sans se sentir envahi ou contaminé."

Le pôle "**agressivité**" est un pôle moins évident, et parfois oublié. Je me réfère à la place de l'agressivité dans la croissance de l'Homme selon Perls, et sur le rôle de la dentition qui permet de mordre l'environnement pour se nourrir.

Dans le domaine de la sexualité, mordre l'environnement, c'est en particulier contacter son désir, et je pourrais aussi baptiser ce pôle "sexualité dentale", même si cette image peut avoir des connotations multiples !

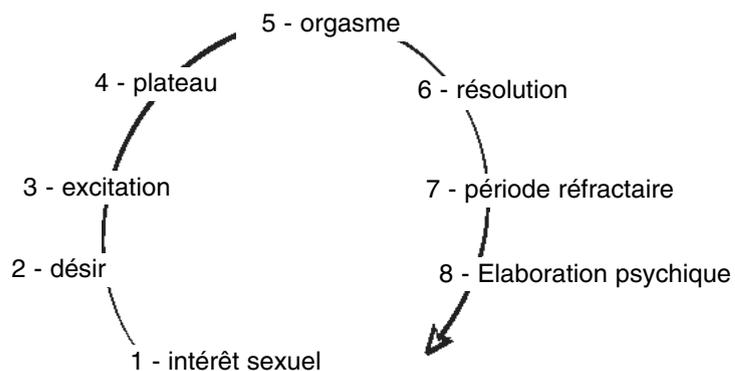
Ce pôle "agressivité" ou "sexualité dentale" est nécessaire aussi bien chez les hommes que chez les femmes. Et c'est en acceptant et en valorisant son pôle "agressif" que le pôle "ten-

dresse" d'une personne pourra prendre toute sa valeur dans la relation sexuelle. Nous avons souvent introjeté que sexualité satisfaisante rime nécessairement avec tendresse, douceur, respect de l'autre, et de ce fait nous excluons l'agressivité saine qui est présente dans le désir sexuel.

• la capacité de parcourir le cycle de la réponse sexuelle si on le décide, ou de l'interrompre si on le souhaite

Beaucoup de difficultés sexuelles peuvent se regarder comme des interruptions inadéquates du cycle de la réponse sexuelle, et se travaillent comme telles.

Je trace ici le cycle de Charles Gellman, psychiatre, sexologue et Gestalt-thérapeute :



Cycle de Charles Gellman

Ce cycle de la réponse sexuelle a beaucoup de ressemblances avec notre cycle du contact ; j'apprécie tout particulièrement cette huitième phase que je n'ai pas trouvée dans les cycles des autres sexologues et qui s'apparente à la phase d'assimilation du cycle du contact. Même si l'élaboration psychique

se fait tout au long du cycle, il me semble important de la placer, car nombre de difficultés sexuelles sont dûes à un escamotage de cette étape.

Regarder un manque de désir (anaphrodisie) comme une interruption avant la phase "deux" du cycle et chercher avec la personne le sens de cette interruption, la résistance présente et ce qui est évité à ce moment-là est un travail habituel pour les gestaltistes.

Béatrice est en thérapie individuelle avec moi. Depuis le début de la thérapie, je suis frappée par sa rigidité corporelle ; elle se déplace d'un seul bloc, s'assoit comme un automate. "Je ne suis pas à l'aise dans ce corps, mais je n'ai pas envie d'en parler" me déclare-t-elle lorsque je lui fais une remarque sur sa démarche.

Au cours d'une séance, elle explore sa difficulté globale avec la sexualité : elle a peu de désir pour son compagnon, et ses relations sexuelles se passent mal, alors que la communication dans son couple semble satisfaisante.

J'oriente le travail sur une visualisation de son corps et de celui de son partenaire pendant l'acte sexuel ; Béatrice prend alors conscience de son bassin bloqué, et de son corps qui ne "sait pas bouger".

"Aller vers", c'est aussi "aller vers" avec son corps, et Béatrice a trouvé par ce blocage un moyen d'empêcher toute agressivité. J'oriente alors le travail sur ce qui bloque son cycle avant la phase du désir, et elle trouve rapidement deux introjections : "on ne montre pas son agressivité" et "une femme désirante, c'est une femme de mauvaise vie". Elle se souvient des phrases de sa mère à propos d'une voisine qui vivait intensément sa sexualité.

Après que Béatrice ait pu affirmer : "j'ai de l'agressivité en moi et c'est bon" son chemin a été d'exprimer avec son corps cette agressivité, maintenant acceptée. Le travail thérapeutique a amorcé chez elle une période de prise en compte de son corps, et elle a entrepris des activités corporelles et de la danse africaine.

Béatrice a interrompu son cycle sexuel en inhibant son agressivité de façon corporelle ; cette inhibition est sous-tendue par des introjections fortes.

Nous pouvons remarquer ici que coupure du cycle et problème au niveau de l'agressivité sont reliés, et c'est une constatation que nous pourrions faire dans de nombreux cas. J'arrive donc à la question de l'agressivité.

Agressivité et sexualité

La bonne gestion de l'agressivité est au centre de tout travail thérapeutique en Gestalt : vivre et croître dans l'environnement, cela passe nécessairement par l'agresser, le mordre pour pouvoir s'en nourrir.

Goodman affirme que "l'annihilation, la destruction, l'initiative et la colère sont essentielles pour la croissance" ; évoquant les difficultés au niveau du plaisir, il nomme "l'inhibition de l'agression" comme l'un des principaux blocages.

C'est une évidence pour nous gestaltistes, mais quelles conséquences cela a-t-il dans le travail avec nos clients, et particulièrement sur le thème de la sexualité ? Et comment gérer cette agressivité nécessaire et la vie en société, dans une société qui classe facilement les pulsions agressives comme anti-sociales ? Comment différencier l'agressivité saine, nécessaire pour une sexualité satisfaisante, et la violence des agressions sexuelles et des abus ?

Dans les ouvrages et revues de sexologie, il y a peu d'écrits sur le thème de l'agressivité, à part un livre assez ancien (1980) de Gilbert Tordjman : *"La violence, le sexe et l'amour"* que j'ai trouvé passionnant. Il affirme que dans les difficultés sexuelles, ce n'est pas l'agressivité qui est un problème, bien au contraire, mais sa mauvaise gestion.

Il soutient aussi que nous utilisons les mêmes circuits neuro-hormonaux pour contrôler les conduites sexuelles et agressives. L'hormone mâle, la testostérone, que Serge Ginger appelle l'hormone de conquête, joue un rôle fondamental, chez l'hom-

me et chez la femme, dans la modulation de leur comportement agressif. Deux neuromédiateurs, la dopamine et la sérotonine, jouent des rôles respectivement d'accentuation et d'inhibition sur les comportements sexuels et agressifs.

Je le cite : "L'agressivité et la sexualité sont commandées au niveau de notre cerveau archaïque par les mêmes circuits de neurones, les mêmes neuromédiateurs, la même testostérone. Et le déblocage de nos émotions agressives libère dans le même temps notre activité sexuelle."

Sur ce versant neuro-hormonal, Tordjman a été un précurseur, et nous avons maintenant des études plus récentes, en particulier de Jean-Didier Vincent.

Ces réflexions correspondent bien à mes observations cliniques : après des années de travail avec des clients en séances individuelles de Gestalt et en groupe, et des échanges avec des sexologues intéressés par la psychothérapie, je peux dire que **presque toutes les difficultés sexuelles qui ne sont pas d'origine physiologique ou iatrogène (effet secondaire de la prise de certains médicaments) peuvent être reliées à une mauvaise gestion de l'agressivité** ; ce qui signifie que l'agressivité peut être rétrofléchie, défléchie, inhibée, ou hypertrophiée. Les cas les plus fréquents dans mes accompagnements sont des inhibitions de l'agressivité, comme pour Béatrice, ou des rétroflexions ; mais il y a aussi des cas de mauvaise gestion de l'agressivité par déflexion ou hypertrophie, et on peut passer du "aller vers" à "agir contre", ou même "agir sans", l'autre étant réduit à un objet ; nous arrivons alors sur le terrain des abus sexuels et des paraphilies.

"J'agresse et je m'agresse pour tenter de réparer mon traumatisme (sans y parvenir)"

Diane est une femme d'une trentaine d'années, à l'abord difficile ; elle semble "à fleur de peau" et réagit très vite quand on lui parle. Elle en veut tout particulièrement aux hommes, et ne leur rend pas la vie facile.

Lors d'un stage "sexualité", elle aborde son problème de douleurs vaginales lors des relations sexuelles ; je lui propose de donner la parole à son vagin ; après un moment de surprise et d'hésitation, elle commence : "je me serre, je me ferme, de plus en plus..." l'émotion est là, et elle s'écrie violemment : "vous ne m'aurez plus, plus jamais" puis elle explose en sanglots, retrouvant des images d'un viol collectif subi à dix-huit ans. Elle n'avait jamais évoqué ce traumatisme, et nous dit ensuite qu'elle l'avait classé dans la catégorie "à oublier". Le travail est impressionnant, Diane retrouve une agressivité forte envers ces hommes qui l'ont violée, en lui faisant tellement peur qu'elle ne se débattait pas.

Diane avait non seulement défléchi l'agressivité envers les violeurs en l'adressant aux hommes de son entourage, mais elle l'a hypertrophiée et généralisée à l'ensemble des hommes, en déclamant "vous ne m'aurez plus, (vous les hommes)". Elle l'a aussi rétrofléchi en la somatisant.

Après avoir travaillé sur ce traumatisme, Diane a pu donner du sens à son symptôme : "je me ferme, je fais ce que je n'ai pas pu faire pendant ce viol. Je dis et j'agis ce "non" que je ne pouvais pas exprimer ce jour-là".

En disant cela, son visage s'éclaire et je le lui fais remarquer ; elle commente : "je sais dire non ! J'ai maintenant à apprendre à choisir de dire non ou de dire oui !"

Cette étape de la réhabilitation de ce "non" exprimé par son vaginisme a été un passage important dans le travail. Elle a pu ensuite, très doucement, oser retrouver son "oui", ou plutôt son "oui, quand je veux". Phase nécessaire teintée d'égotisme, mais je sais bien que le travail n'est pas fini... Il faudra beaucoup de temps pour qu'elle puisse contacter sa tendresse et vivre l'intimité.

Dans le cas de Diane, déflexion et hypertrophie de l'agressivité, puis transformation en symptôme sexuel ont constitué sa réponse à cette agression sexuelle. Et la coupure dans le cycle de la réponse sexuelle avait lieu entre les phases "trois" et "quatre".

“Si je peux interrompre le cycle, alors je peux laisser vivre l’agressivité présente dans mon désir”

Pour Gérard, c'est la constatation qu'il est capable d'interrompre son cycle sexuel qui l'a aidé à réhabiliter son agressivité.

Gérard est un homme affable, prêt à rendre service en toute occasion et très aimé dans le groupe thérapeutique auquel il participe depuis un an. Il décide de participer à un stage “sexualité” car il est en difficulté dans son couple sur cette question.

Nous proposons un travail collectif sur l'écriture de fantasmes : chacun, après un rêve éveillé, écrit de façon anonyme son fantasme sexuel du moment. Les feuilles sont ensuite collectées et redistribuées pour lecture dans le groupe. A l'écoute de tous ces textes, Gérard est impressionné par la violence contenue dans bon nombre de fantasmes, et ajoute qu'il pourrait certainement en écrire de ce genre... s'il osait !

Je lui propose d'oser maintenant... puis de mettre en scène ce qu'il a écrit devant le groupe. Gérard aborde un fantasme de domination, où il a plusieurs femmes à ses pieds et où il règne sur son harem en souverain autoritaire.

En réalisant la mise en scène, Gérard s'anime, se prend au jeu et est étonné de la puissance qu'il sent en lui : “Je ne me reconnais plus...”

Je lui propose de faire le lien avec sa vie sexuelle et il déclare en riant : “Si j'osais être comme cela avec ma compagne, j'aurais peut-être moins de difficultés d'érection !”

Gérard, par peur de contacter la composante aggressive de son désir, préférerait se priver de sa vie fantasmatique... et de son érection.

C'est là que la notion de saine interruption du cycle prend tout son sens.

Pour Gérard, savoir qu'il peut avoir des fantasmes violents et

qu'il est capable d'interrompre le cycle qui irait vers leur réalisation est une découverte forte. Cela lui a permis de redonner à ses fantasmes la fonction d'activation de son désir, en distinguant clairement fantasme et réalité.

Je veux souligner ici l'aspect éducatif de notre travail : faire un schéma, prêter un livre, nous font sortir de la posture thérapeutique, mais sont parfois bien utiles, surtout autour du thème de la sexualité où beaucoup de nos clients se plaignent d'avoir été sous-informés.

“Je n'ai pas de désir car j'ai des choses à te dire”

Avec Martine, qui a aussi des problèmes au niveau du désir, les choses se sont passées différemment ; ici, la figure principale est l'agressivité non exprimée à son partenaire :

Martine ne ressent plus de désir pour son mari depuis quelque temps, et cela commence à l'inquiéter ; je lui propose d'imaginer le problème résolu et qu'elle a retrouvé ce désir... et Martine se bloque, l'air sévère. Elle finit par dire : “C'est bizarre, je n'y arrive pas... Pourtant, c'est ce que je veux !” Je l'encourage à poursuivre, à s'imaginer pleine de désir pour lui, je lance quelques images possibles, jusqu'à ce qu'elle explose : “Ah ça non, il ne mérite pas cela, ça non !” Sa voix devient dure et le mari devient peu à peu la figure centrale ; Martine contacte beaucoup de ressentiment envers lui ; une foule de reproches lui montent aux lèvres. Martine réalise que l'agressivité qu'elle n'arrive pas à exprimer à son mari, agressivité due à des problèmes de la vie quotidienne, s'est accumulée ; son manque de désir est un moyen détourné de lui exprimer combien elle lui en veut ; bien sûr, elle se nuit en même temps qu'elle nuit à son mari, mais elle constate qu'elle se dégage ainsi de sa responsabilité : “ce n'est pas de ma faute si je n'ai pas de désir, alors que si je me mets en colère contre lui, je suis responsable...”

Martine a transformé son agressivité en symptôme sexuel et c'est au niveau de la communication du couple que l'agressivité se gère mal. C'est pour dire quelque chose à son mari que Martine interrompt son cycle sexuel.

"J'ai peur..."

Par peur, on peut rétrofléchir l'agressivité nécessaire pour l'action. La peur, dans le domaine de la sexualité, est par exemple la peur de se montrer sensuelle ou la peur de laisser voir son plaisir. Marie nous en donne un cas particulier :

Marie se plaint de ne jamais connaître l'orgasme. Lorsqu'elle m'en parle, dans le groupe continu que j'anime, elle aborde aussi sa phobie des insectes, car elle vient de voir un petit insecte traverser la salle. Elle est étonnée de parler des deux sujets en même temps, mais elle ajoute : "peut-être que ça se ressemble..."

Cette phrase m'intrigue et je commence à la faire parler des insectes. Elle en dessine un sur le tableau de papier... Je lui propose de laisser aller son crayon, de continuer le dessin sans réfléchir. Elle trace des traits ondulés, presque des vagues. L'insecte est dans les vagues, le groupe participe, rit, elle se décontracte et commence à s'amuser, à lui dessiner de longues moustaches ondoiyantes. Je lui demande ce qu'elle voit sur son dessin ; elle est un peu décontenancée, car ce n'est plus aussi inquiétant qu'au début, mais elle ne sait que dire... Je demande aux participants de dire en vrac ce qu'ils voient, un peu à la façon d'un brainstorming ; l'un d'eux dit : "des vagues, plein de vagues" Cela plaît à Marie, qui reprend le crayon et en rajoute.

À brûle-pourpoint, je lui demande si son dessin lui dit quelque chose sur sa sexualité... Elle me regarde, étonnée, regarde à nouveau cet insecte qui lui fait beaucoup moins peur, et déclare : "l'orgasme, c'est sans doute comme cela, des vagues..."

Je profite du groupe pour lui proposer d'expérimenter les

vagues avec son corps, portée par quelques participants qui l'aident à voguer, ondoyer. C'est un grand moment pour elle. L'insecte est loin, mais il a été le déclencheur du travail.

Marie a inhibé corporellement son agressivité par la peur : peur de se laisser aller, peur de montrer son plaisir, peur de devenir dépendante de l'autre. Dans la phobie, on retrouve également cette inhibition de l'action, et Marie a ouvert une piste intéressante : il est difficile d'explorer directement cette difficulté au niveau de l'orgasme, et la phobie nous a fourni un support plus facile, une métaphore de sa difficulté.

Toutes les vignettes cliniques que j'ai choisies vont dans le même sens : la gestion de l'agressivité comme fil conducteur du travail, couplé avec les interruptions du cycle de la réponse sexuelle.

Lorsqu'un client me parle d'une difficulté sexuelle secondaire, c'est-à-dire qui n'a pas toujours existé, je cherche à repérer son agressivité, dans son corps et dans son discours, avec moi dans la relation thérapeutique et dans sa vie quotidienne.

Réflexions sur la posture thérapeutique

Je veux partager quelques réflexions et interrogations sur notre posture de thérapeute lorsque nos clients abordent le thème de leur sexualité.

Notre travail de gestalt-thérapeute se situe à la frontière-contact entre le client et son environnement ; je vais donc classer mes réflexions en trois groupes : celles qui me concernent comme thérapeute, celles qui concernent la relation entre mon client et moi, celles qui concernent mon client dans un groupe et dans la société.

Moi

- Le thème de la sexualité est entouré de pudeur, de honte, et la parole est difficile pour certains. Les mots de la sexualité sont

tabous ; c'est donc à moi, thérapeute, de faciliter la parole, en utilisant ces mots, en osant, en étant à un moment l'auxiliaire du client, celle qui dit : "allons-y" avec conviction.

Pour réussir cela, c'est mon pôle "agressivité" qui est à l'œuvre, mais il est étayé par mon pôle "tendresse" qui respecte, qui accueille. Cette fluidité du thérapeute est particulièrement précieuse pour ce thème de travail.

Quand je pense à moi, psychothérapeute, je pense à mes propres limites et à mes propres tabous sexuels. Et je repère que plus j'ai travaillé ce thème, plus je me sens disponible pour accompagner mon client. Il est troublant de constater que c'est aux périodes où je me sens le mieux dans ma sexualité que les clients abordent spontanément ce thème.

Mon client et moi

- C'est un domaine où chacun a de multiples introjections ; que va-t-il se passer dans la relation thérapeutique et qu'est-ce que le client va introjeter avec moi ? Je citais plus haut la part de notre rôle éducatif dans ce domaine, mais si j'informe, si je donne des livres à lire, j'incite le client à encore introjeter...

J'aime prêter un livre canadien (9) qui parle des sexualités, et non de "la" sexualité comme s'il n'y avait qu'une façon de la vivre ; ce livre propose d'ailleurs une réflexion sur les normalités, car suivant les critères choisis, un acte peut être "normal" ou non.

Mon client dans un groupe et dans la société

- Je pense que le travail en groupe est intéressant pour plusieurs raisons ; tout d'abord, pour cette difficulté à propos des introjections : dans les stages "sexualité", nous avons des temps de parole en groupe où je favorise l'expression de vécus différents, ce qui pousse chaque personne à se demander : "et moi, qu'est-ce qui me convient ?"

Une autre raison qui me fait apprécier le travail en groupe est que le groupe a une fonction de protection : l'intimité du cabinet peut faire très peur pour parler de sa sexualité, surtout à quelqu'un de l'autre sexe pour les hétérosexuels ; d'autre part, les

mises en action délibérées et cadrées sont plus faciles et ne prêtent pas à confusion avec des passages à l'acte non contrôlés.

Dans un stage "sexualité", Karine évoque ses difficultés au niveau du désir. Nous venions de faire un travail d'écriture sur les fantasmes. Je lui demande si, en écoutant tous ces fantasmes, l'un d'eux lui a plu. Elle rosit, et me dit : "plusieurs... tous ceux où il y avait des personnes contraintes" Je lui propose alors de nous montrer ce fantasme, juste pour bien contacter ce qu'elle ressent ; et je rappelle le cadre de sécurité du groupe et le mot "stop" qui arrête immédiatement le travail.

Elle choisit un homme et une femme, et commence à les placer dans des postures suggestives. Je lui demande de se placer également dans la scène... Elle rosit à nouveau, et dit : "alors, c'est moi qui leur ordonne..." Elle joint le geste à la parole, et se place devant eux, en position dominante.

La mise en action a duré quelques minutes, pas plus, et elle a été d'une force extraordinaire pour Karine, et aussi pour plusieurs personnes du groupe. Karine a constaté que son désir n'est pas mort, et qu'elle a juste à recontacter son agressivité et à lui trouver un cadre pour ne pas en avoir peur.

Ce travail n'exclut pas, bien sûr, le travail plus long en face à face, et le temps de maturation. Karine fera cela par la suite, mais le groupe lui a permis une expérimentation qui me semble impossible en relation duelle.

- dans ce domaine, je suis aussi celle qui rappelle la loi.

Lorsque Annie parle de l'inceste qu'elle a subi petite et qu'elle ajoute : "peut-être que c'est mon beau-père l'agresseur, mais c'est moi qui y retournais", je lui dis fermement que c'est l'adulte qui porte la loi, et que c'est à lui de dire non. Cette phrase toute simple a un effet important sur elle, celui de la dégager d'une partie de sa culpabilité.

Rappeler la loi, c'est aussi dire à un client ce qui est permis dans notre société et ce qui ne l'est pas. A ce propos, il est important que nous fassions la différence entre des comportements sexuels hors normes, mais tolérés par la société et ceux qui ne sont pas autorisés par la loi, c'est-à-dire les abus sexuels, l'inceste et la pédophilie.

La question que chacun de nous doit se poser est : même si ce comportement est toléré par la loi, est-ce que je me sens prêt(e) à accompagner quelqu'un sur ce thème s'il est intolérable pour moi ?

En guise de conclusion

Ce que je peux dire en guise de conclusion, c'est que le thème de la sexualité est porteur de souffrances, bien sûr, mais aussi d'un élan vital fort. Cet élan est à l'œuvre particulièrement dans les groupes centrés sur ce thème ; il permet d'accueillir des souffrances profondes et de les faire cohabiter avec des moments de plaisir importants ; je témoigne que le mélange est fécond et qu'il peut semer dans le cœur de certains la petite phrase : "alors, c'est peut-être possible"...qui vient pousser à la place des vieilles introjections que nous connaissons tous.

Résumé

Après avoir considéré la sexualité comme une sixième donnée existentielle, en lien étroit avec les cinq autres, je propose des critères de bonne santé sexuelle, où j'introduis la notion de gestion de l'agressivité, qui est le centre de mon article, ainsi que la notion d'interruption du cycle sexuel.

Je constate que la plupart des difficultés sexuelles sont associées à un dysfonctionnement de l'agressivité qui peut être inhibée, défléchie ou hypertrophiée. Cette attention à l'agressivité, associée au travail sur le cycle et ses interruptions, est spécifique de l'accompagnement gestaltiste des problématiques sexuelles.

Bibliographie

Martin Buber : *Je et Tu*, Paris, Aubier, 1969.

Germain et Langis : *La sexualité, regards actuels*, Montréal, Maloine, 1990.

Serge Ginger : *La Gestalt, l'art du contact*, Bruxelles, Marabout, 3 ème édition, 1997.

Karen Horney : *Les voies nouvelles de la psychanalyse*, 1951.

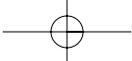
Perls, Hefferline, Goodman : *Gestalt-thérapie*, Stanké, 1979.

Willy Pasini : *Éloge de l'intimité*, Paris, Payot, 1996.

Noël Salathé, : *Psychothérapie existentielle , une perspective gestaltiste*, Paris, Amers, 2è édition, 1995.

Gilbert Tordjman : *La violence, le sexe et l'amour*, Paris, Laffont, 1980.

Jean-Didier Vincent : *Biologie des passions*, Paris, Odile Jacob, 1986.



A l'écoute du pôle agressif de la sexualité

