GIORGIO NARDONE
Et Matteo Rampin

QUAND LE SEXE DEVIENT UN PROBLÈME

Thérapie stratégique des troubles sexuels

Enrick B Éditions

GIORGIO NARDONE
MATTEO RAMPIN

QUAND LE SEXE DEVIENT UN PROBLÈME

Thérapie stratégique des problèmes sexuels

Traduit de l'italien
par Marie Kastner-Uomini

Enrick B
ÉDITIONS

Conception couverture : Marie Dortier
Réalisation couverture : comandgo

Titre original : QUANDO IL SESSO DIVENTA UN PROBLEMA –
Terapia strategica dei problemi sessuali
Publié par : Ponte alle Grazie
© 2015 Adriano Salani Editore s.r.l. – Milan

© Enrick B. Editions, 2018, Paris
pour la traduction et l'édition française

ISBN : 978-2-35644-240-6

En application des articles L. 122-10. L. 122-12 du Code de la propriété intellectuelle, toute reproduction à usage collectif par photocopie, intégralement ou partiellement, du présent ouvrage est interdite sans l'autorisation du Centre français d'exploitation du droit de copie. Toute autre forme de reproduction, intégrale ou partielle, est interdite sans l'autorisation de l'éditeur.

Dans les choses obtenues après avoir été longtemps désirées,
Les hommes ne trouvent pratiquement jamais
Ni la gaieté ni le bonheur
Qu'ils avaient d'abord imaginé.

Francesco Guicciardini[1]

Personne ne peut vivre sans plaisir corporel et sensible.

Thomas d'Aquin
Somme théologique, I-II, q.34, a. I.

1. Parfois appelé par son nom francisé de François Guichardin (1483-1540), Francesco Guicciardini était tout à la fois un historien, philosophe et diplomate florentin. (Toutes les notes sont de la traductrice.)

Sommaire

PRÉFACE 11

CHAPITRE I. Une introduction au sexe
et à ses problèmes 13
1. La maturation sexuelle des êtres humains 16
2. Les paradis sexuels 19
3. Et leurs enfers respectifs 22

CHAPITRE II. La psychopathologie
et le comportement sexuel : définition du problème 25

Chapitre III. L'approche stratégique
de la psychothérapie 37
1. Les origines de la thérapie stratégique :
Milton Erickson 38
2. Le constructivisme 43
3. La thérapie stratégique brève 51
4. Une « expérimentation sexuelle » :
analyse d'un cas typique 54

Chapitre IV. Des problèmes à leurs solutions 63
1. Créer des problèmes 63
2. Créer des solutions 72

Chapitre V. Cas cliniques 75
1. Anxiété de prestation 75
2. La statue de glace :
un cas de désir sexuel hypoactif (DSH) 78
3. Un cas d'anorgasmie 82

4. Ne remets pas à demain... :
un cas d'éjaculation précoce 86
5. Un cas de coït difficile 88
6. Un cas d'*impotentia coeundi* 92
7. Un cas d'*impotentia erigendi* 94
8. Un cas d'impuissance consécutif
à la prise de substances (alcool) 96
9. Comment être prophète de son destin :
un cas de paranoïa 101
10. Un cas de comportement sexuel à risque 106
11. Un cas de trouble de la somatisation 109
12. Un cas de sexophobie (aversion sexuelle) 111
13. Silences : un cas d'absence de communication
au sein du couple 114
14. Querelles 116
15. Victimes et bourreaux : un cas de sadisme 121
16. Paraphilie 124
17. Poussière d'étoiles :
un cas de délire érotomane 125
18. Ceux de la vaseline :
un cas de dysmorphophobie pénienne 130

CONCLUSION 135

BIBLIOGRAPHIE 139

Préface

À première vue, on imagine qu'une harmonie spontanée règne entre esprit et nature, aboutissant à un équilibre psychobiologique sain. Malheureusement, il n'en est rien. L'évolution de l'homme s'est caractérisée par l'extraordinaire développement de ses capacités mentales ainsi que par tous les bénéfices tirés de ce processus de connaissance et de gestion de la réalité. Cette évolution a cependant eu pour effet collatéral l'émergence fréquente d'oppositions plutôt que d'harmonie entre esprit et nature.

Le domaine clinique des troubles de la sexualité en est l'une des preuves les plus flagrantes. Dans les différentes formes de pathologie sexuelle, on retrouve constamment la nature problématique du rapport entre volonté et prestation ou entre effort de contrôle mental et incapacité à se laisser aller naturellement à ses sensations.

Cet ouvrage présente le fruit de l'application de la thérapie brève aux troubles sexuels, élaborée au Centre de thérapie stratégique au cours des quinze dernières années. La thérapie se focalise sur le déblocage de ces oppositions, réalisé de la manière la plus rapide et la plus efficace possible et qui permet de ramener la sexualité à sa pleine naturalité. Les méthodes d'intervention exposées ici ne doivent rien à l'éclair de génie d'un penseur à la mode, mais résultent de l'application d'un modèle construit *ad hoc* à partir des milliers de cas traités durant de nombreuses années. Celles-ci ont fait preuve d'une efficacité élevée, tout en éliminant les possibles effets négatifs ou dommages collatéraux, malheureusement très fréquents dans les thérapies médicales, psychologiques et neurologiques traitant des troubles de la sexualité. On sera sans doute surpris des techniques décrites qui pourront apparaître comme

autant de tours de magie, mais ne sont en réalité qu'une pure technologie appliquée dans un domaine où c'est la nature qui accomplit la plus grande part du travail. Les techniques thérapeutiques sont le plus souvent destinées à débloquer la partie de l'expressivité naturelle de la sexualité que l'esprit a prise au piège.

Bien évidemment, nous ne souhaitons pas faire de discrimination à l'égard des autres formes d'intervention thérapeutique, mais uniquement présenter un modèle d'intervention qui fait partie d'une tradition spécifique de recherche et d'application clinique et dont les effets concrets ont été capables de conduire à une résolution des problèmes, objets de l'intervention, mais aussi de le faire dans le laps de temps le plus réduit possible. Étant donné l'urgence dans laquelle se trouvent les personnes souffrant de ces problèmes, cet ouvrage sera sans doute d'autant plus apprécié qu'il démontre que des problèmes douloureux, embarrassants et persistants n'exigent pas obligatoirement des solutions tout aussi embarrassantes, douloureuses et prolongées dans le temps.

Giorgio Nardone

CHAPITRE I

Une introduction au sexe et à ses problèmes

La vie est une maladie mortelle sexuellement transmissible[2].

George Bernard Shaw

On pourrait commencer par interroger nos lecteurs et leur demander pourquoi ils lisent ce livre.

Il est possible qu'ils aient suivi les conseils d'un ami ou trouvé cet ouvrage un peu par hasard. Dans les deux cas, la véritable question est celle-ci : dans quelle mesure ont-ils feuilleté ce livre parce qu'il traitait de « sexe » ?

Il ne faut pas réfléchir longtemps pour répondre. Comme l'ont parfaitement compris les éditeurs de magazines illustrés, dont les ventes augmentent de manière vertigineuse si le sexe est évoqué d'une manière ou d'une autre en couverture, il s'agit là d'un puissant facteur de motivation. Et il va jusqu'à orienter le choix relativement banal d'acquisition d'un livre. De telles réactions s'expliquent aisément par le fait que le sexe est l'une des principales composantes de la vie des êtres humains.

Chez de nombreuses espèces animales, le sexe assure la perpétuation de la vie. Tout ce qui se produit entre le début et la fin d'une existence biologique peut être considéré paradoxalement comme une sorte d'expédient adopté par le matériel génétique afin d'assurer sa perpétuation dans le temps. Comme l'a observé

2. La citation partielle se poursuit ainsi : « [...], dont le taux de mortalité est de 100 %. »

Samuel Butler[3] : « Une poule n'est que le moyen trouvé par l'œuf pour faire un autre œuf. »

La fonction biologique du sexe est aussi importante au niveau de l'espèce que le sont la respiration et l'alimentation à l'échelle de l'individu, et sans laquelle la conservation de la vie serait impossible. Si cela est vrai, on s'attend à ce que la nature ait doté les êtres vivants de mécanismes très efficaces pour assurer la transmission de la vie. On peut donc légitimement penser que les systèmes régulant le comportement sexuel sont particulièrement puissants et parfaitement adaptés à leur but. Cependant, en observant l'espèce humaine, les choses ne semblent pas fonctionner ainsi. Et, en réalité, l'exercice de la sexualité chez les êtres humains est beaucoup moins simple que ce que pourrait le laisser imaginer leur programmation biologique, qui bénéficie d'une représentation très forte au niveau neurobiologique.

Malgré les grandes marges d'erreur des statistiques, les troubles du comportement sexuel concernent un pourcentage important de la population des deux sexes. Toujours d'après les statistiques, le sexe est la cause ou la cause associée de nombreux comportements criminels. Les problèmes sexuels sont aussi, au moins apparemment, très souvent à l'origine de divorces, de séparations ou de souffrances à l'intérieur d'un couple ou d'une famille.

Certains auteurs affirment que la grande majorité des souffrances psychiques s'accompagnent de difficultés dans la vie sexuelle, raison pour laquelle on pourrait dire qu'il suffit d'une légère anomalie dans le fonctionnement psychique pour que le comportement sexuel s'en ressente. Ainsi, dans la dépression, le désir sexuel se réduit ou disparaît. Dans l'état d'excitation maniaque, les pulsions sexuelles sont désordonnées et leur contrôle difficile. Divers types de troubles anxieux ou phobiques ainsi que de nombreux troubles obsessionnels ou compulsifs se répercutent sur la sexualité en la perturbant. L'usage de stupéfiants (alcool et nicotine compris) induit de profondes modifications sur le comportement sexuel. Les troubles alimentaires

3. Écrivain britannique (1835-1902).

(anorexie et boulimie) apparaissent souvent chez des personnes qui ont aussi des difficultés à vivre sereinement leur sexualité.

Cette vulnérabilité du comportement sexuel face aux anomalies du fonctionnement psychique confirme l'importance du sexe dans une personnalité et laisse supposer qu'il est étroitement lié, d'une manière ou d'une autre, à l'essence même de cette personnalité.

Pour Sigmund Freud, le sexe serait directement à l'origine des formes de souffrance mentale appelées « névroses », qui comprennent les phobies, les obsessions et les compulsions ainsi que certains types de dépression. De l'avis du père de la psychanalyse, ces névroses dériveraient du conflit entre des désirs sexuels incestueux remontant à l'enfance et les interdits concernant leur réalisation. Ces conflits auraient été « refoulés », c'est-à-dire relégués dans un « contenant » se trouvant hors de la conscience et appelé inconscient, mais le travail de refoulement n'aurait pas été accompli avec succès, de sorte que certains aspects de cet enchevêtrement de désirs émergeraient sous forme de symptômes.

Si l'on observe avec un regard désabusé le comportement sexuel de l'espèce humaine, le panorama n'apparaît guère réconfortant. On peut alors se demander quelles sont les raisons de la nature problématique de la composante sexuelle des êtres humains.

Pour répondre à cette question, il faudrait prendre en considération de nombreux éléments biologiques, éthologiques, anthropologiques, psychologiques, historiques, philosophiques et moraux. Mais de tels développements s'avèreraient aussi longs que futiles et souvent trompeurs lorsqu'il s'agit de trouver de réelles solutions à ce type de problèmes. Si, à l'inverse, on part des solutions qui se sont démontrées empiriquement efficaces pour résoudre diverses formes de pathologie sexuelle, le parcours est inversé et l'on va alors des solutions aux causes, et non l'inverse. Grâce à l'adoption de cette approche, nous pouvons dessiner une carte relativement fiable des problématiques liées à la sexualité, mais aussi donner une série de paramètres permettant d'atteindre des objectifs thérapeutiques déterminés et d'éviter de sombrer dans le vaste océan des émotions et des sensations humaines. Une

fois encore, « les solutions qui fonctionnent nous expliquent les problèmes ». Les stratégies qui nous orientent vers des changements thérapeutiques ouvrent les yeux sur les modalités de formation et de persistances des troubles soignés.

Avant d'entrer dans le cœur du sujet, il nous semble important de faire la distinction entre la maturité biologique et la maturité psychologique des êtres humains. Il faut aussi tenter d'évaluer les conséquences de la « révolution sexuelle » sur les comportements des populations au cours des dernières décennies.

Ces considérations vont nous permettre de rappeler d'abord quelques généralités. En effet, il est important de ne pas oublier que la médecine et les disciplines apparentées ne sont pas une « médecine vétérinaire appliquée à l'homme ». L'approche réductionniste, qui peut être valide dans l'étude des autres animaux, ne suffit pas à garantir une compréhension pertinente du comportement des êtres humains. Même si certains anthropologues ont à cœur de nous rappeler que l'homme appartient aussi au règne animal et que la surestimation de la « rationalité » de l'espèce humaine reste une forme d'irrationalité – affirmation à laquelle nous souscrivons totalement –, il faut cependant avoir conscience du fait qu'il existe des limites à la compréhension de l'esprit humain, limites qui ne peuvent être franchies par une étude réductionniste, purement « vétérinaire » – c'est-à-dire éthologique, biologique, biochimique – de l'homme.

Cela vaut bien évidemment pour le comportement sexuel, lequel revêt un intérêt spécifique à l'intérieur de cette réalité éminemment complexe qu'est l'être humain, en général et l'individu en particulier.

1. La maturation sexuelle des êtres humains

L'espère humaine présente au moins deux spécificités dans la chronologie de la maturation de ses membres, et toutes deux concernent le comportement sexuel.

D'abord et à la différence des autres animaux, l'homme occidental contemporain atteint la maturité sexuelle alors qu'il n'est pas encore capable de se prendre en charge. Ainsi, un jeune garçon