

VI

L'AGENTIVITÉ SEXUELLE, OBJECTIF DE TRAITEMENT DES PSYCHOTHÉRAPIES INCLUSIVES ET DE LA SEXOLOGIE

par Denise Medico et Julie Lavigne

POUR UNE SEXOLOGIE CLINIQUE FÉMINISTE INCLUSIVE

Pour développer une perspective inclusive et féministe, il nous faut définir des bases conceptuelles et épistémologiques qui permettent de penser la diversité des expériences de la sexualité sans prendre une attitude prescriptive. Or, la plupart des cadres théoriques des domaines psy ainsi que la recherche clinique restent emprunts d'une vision hétéro et cisnormée¹ et la sexologie reproduit les normes sociales dans l'élaboration de ses concepts et ses objectifs². Par exemple, la conception

1. Martin Blais, « Nos conceptions de la sexualité, du genre et de la conjugalité au risque des sciences sociales », dans Medico D., *La sexologie clinique, une pratique psychothérapeutique inclusive et intégrative*, Montréal, Presses de l'Université du Québec, 2021, p. 7-16.

2. Lisa Downing, « Heteronormativity and reponormativity in sexological "perversion theory" and the DSM-5's "paraphilic disorder" diagnoses », *Archives of Sexual Behavior*, vol. 44, n° 5, 2015, p. 1139-1145 ; Lisa Downing,

freudienne de « maturité sexuelle » tacitement ou explicitement endossée par de nombreuses approches thérapeutiques, est en elle-même porteuse d'une vision irréconciliable avec une psychothérapie défendant des valeurs féministes et d'inclusivité. Le concept de maturité sexuelle est, dans son acceptation originelle, définie comme l'investissement de la sexualité pénétrative hétérosexuelle (à visée reproductive). En témoigne le *Vocabulaire de la psychanalyse* de Laplanche et Pontalis, véritable bible de ce courant de pensée. Dans cet ouvrage l'acte sexuel normal est explicitement défini comme « le coït visant à obtenir l'orgasme par pénétration génitale, avec une personne du sexe opposé³ ». Comme le commente très à propos Susann Heenen-Wolff⁴, ceci s'applique dès lors surtout aux hommes cis puisque la pénétration vaginale lors du coït n'est pas la stimulation sexuelle la plus adéquate pour atteindre l'orgasme chez les femmes cis (il va sans dire que les autres identités de genre ne sont pas pensées dans ce modèle). Freud envisageait aussi que la sexualité adulte était inévitablement « subvertie par les désirs “polymorphes” [infantiles]⁵ », mais il établit d'emblée un ordre hiérarchique entre désirs polymorphes et investissement du coït, ce dernier étant la forme mature et donc l'idéal à atteindre de la sexualité. Toute

Iain Morland et Nikki Sullivan, *Fuckology: Critical essays on John Money's diagnostic concepts*, Chicago, University of Chicago Press, 2015 ; Alain Giami, « Between DSM and ICD : Paraphilias and the transformation of sexual norms ». *Archives of Sexual Behavior*, vol. 44, n° 5, 2015, p. 1127-1138 ; Janice Irvine, *Disorders of desire. Sexuality and gender in modern American sexuality*, Philadelphie, Temple University Press, 2005.

3. Jean Laplanche et Jean-Bertrand Pontalis, *Vocabulaire de la Psychanalyse*, Paris, PUF, 1967.

4. Susann Heenen-Wolff, « La sexualité féminine, le masculin, le féminin... », *op. cit.* Cette essayiste et clinicienne a produit une critique très informée et productive des bases conceptuelles en psychanalyse. Voir *Contre la normativité en psychanalyse*, Paris, InPress 2017.

5. Susann Heenen-Wolff, « La sexualité féminine, le masculin, le féminin - tentative de déconstruction de quelques concepts non-rationalistes en psychanalyse », *Corps et psychisme*, vol. 70, n° 2, 2016, p. 126.

autre forme de désirs et de plaisirs est envisagée comme un arrêt à un stade inachevé ou une forme partielle voir pathologique de la sexualité. Dès lors, le concept de maturité sexuelle ne nous permet pas d'avoir une posture non normative et inclusive car il implique *de facto* une vision pathologique des diversités sexuelles et de genre. De plus, en situant dans le développement individuel l'atteinte de l'objectif de maturité/coït, il oblitère le politique à l'œuvre dans la constitution du sujet et de la sexualité. C'est-à-dire qu'il ne permet pas d'adéquatement tenir compte des conditions différentielles et intersectionnelles d'oppression dans la construction et l'expérience du sujet et de sa subjectivité sexuelle⁶, aspect fondamental de toute pratique inclusive de la psychothérapie. De nombreuses critiques féministes ont montré comment les grands modèles de sexologie sont inadaptés pour penser et traiter les personnes qui ne correspondent pas aux catégories d'hommes cisgenres (jeunes)⁷.

Ceci nous amène à proposer un nouveau paradigme pour organiser les approches féministes dans les domaines de la psychothérapie et de la sexologie en empruntant un concept développé dans les théories féministes et la recherche en sociologie, celui d'*agentivité sexuelle*. L'agentivité sexuelle y est définie comme le pouvoir d'agir et d'adopter une posture de

6. Annie Pullen Sansfaçon et Denise Medico, «Pratiques affirmatives et anti-oppressives en sexologie clinique», dans Medico D., *La sexologie clinique, une pratique psychothérapeutique inclusive et intégrative*, Montréal, Presses de l'Université du Québec 2021, p. 29-40.

7. Sara McClelland, «Intimate justice: A critical analysis of sexual satisfaction», *Social and Personality Psychology Compass*, vol. 4, n° 9, 2010, p. 663-680; Jem Tosh, «Feminist sexology and activism: Challenges to the medicalization of sex», *PsyPag Quarterly*, vol. 84, 2012, p. 26-29; Marilène Vuille, «Le désir sexuel des femmes, du DSM à la nouvelle médecine sexuelle», *Genre, sexualité et société*, vol. 34, 2014; Jill Wood, Patricia Barthalow Koch et Phyllis Kernoff Mansfield, «Women's sexual desire: A feminist critique», *The Journal of Sex Research*, vol. 43, n° 3, 2006, 236-244.

sujet lors d'interactions à caractère sexuel⁸. Nous proposons donc d'utiliser l'agentivité sexuelle comme objectif central de tout travail en psychothérapie afin de :

- Être cohérente épistémologiquement et éthiquement avec une éthique féministe inclusive ;
- Définir des objectifs dans le travail thérapeutique qui ne soient ni normatifs ni prescriptifs (d'un mode d'investir son corps ou de choisir ses partenaires par exemple) ;
- Promouvoir une vision située dans un contexte socio-historique plutôt qu'une vision universelle ou un fonctionnement psychologique délié de toute inscription dans les relations au monde et au politique ;
- Favoriser des représentations facilitant la reprise de pouvoir sur soi et sa sexualité (*empowerment*) en définissant la personne comme agente de sa propre sexualité et non plus comme patiente ou souffrante.

Nous pensons qu'organiser les pratiques psychothérapeutiques autour de l'objectif général de développement de l'agentivité sexuelle favoriserait des conceptualisations et des interventions cliniques plus sensibles aux oppressions et au caractère intersectionnel de ces oppressions⁹. De plus, et c'est ce que nous présenterons dans la deuxième partie de ce chapitre, envisagée comme un ensemble de capacités à développer, le concept d'agentivité sexuelle offre une

8. Feona Attwood, « Sluts and Riot Grrrls: Female identity and sexual agency », *Journal of Gender Studies*, vol. 16, n° 3, 2007, p. 233-247 ; Marie-Ève Lang, « L' "agentivité sexuelle" des adolescentes et des jeunes femmes : une définition », *Recherches féministes*, vol. 24, n° 2, 2011, p. 189-209.

9. L'appartenance à ces groupes, nous pensons par exemples, aux femmes migrantes et racisées, aux personnes non binaires, aux personnes en situation de handicap, impliquent des expériences de vie différentes qui infléchissent le développement psychosexuel, la santé physique et mentale, les valeurs et rapports à la sexualité et même leurs subjectivités érotiques.

perspective épistémologique cohérente et méthodologiquement adaptée à la pratique clinique et aux connaissances actuelles dans le domaine de la psychothérapie.

ORIGINES ET DÉFINITIONS DU CONCEPT D'AGENTIVITÉ SEXUELLE

Le concept d'agentivité sexuelle vient du concept d'agentivité développé en sociologie¹⁰, philosophie¹¹ et psychologie sociale¹². Il a été repris en tant qu'« agentivité sexuelle » par des théoriciennes féministes pour parler plus spécifiquement des enjeux d'inégalité entre les genres qui sont particulièrement saillants dans la sphère sexuelle et relationnelle et qui participent à constituer la subjectivité sexuelle dans un rapport situé et politique au monde. Si la formalisation et le développement de ce concept dans la recherche féministe sont récents, il était déjà, d'une certaine manière, élaboré dans les écrits de Simone de Beauvoir lorsqu'elle parle du statut d'*Autre* ou d'*objet* des femmes. Ce que de Beauvoir entendait par là est que cette position d'objet ou d'altérité est intériorisée par les femmes dans leur rapport à elles-mêmes, aux autres et au monde. Elles se situent ainsi d'emblée comme étant dans un rapport aux hommes – ou sujets masculins – qui représentent quant à eux la norme ou l'universel. Ce concept d'objectivation sexuelle aura aussi un écho dans les travaux de Luce Irigaray et sera par la suite systématisé chez les féministes radicales américaines,

10. David Le Breton, *L'interactionnisme symbolique*, Paris, PUF, 2004 ; Anthony Giddens, *The transformation of intimacy: Sexuality, love and eroticism in modern societies*, Stanford, Stanford University Press Stanford, 1992.

11. Charles Taylor, *Human agency and language, Philosophical papers 1*, Cambridge, Cambridge University Press, 1985.

12. George Herbert Mead, *Mind, self, and society*, Chicago, The University of Chicago Press, 1934 ; Albert Bandura, *Self-efficacy in changing societies*, Cambridge, Cambridge University Press, 1995.

en particulier dans la lutte anti-pornographie par des autrices comme Andrea Dworkin ou Catharine MacKinnon.

Si, selon les féministes radicales des années 1960, les femmes sont souvent cantonnées au rôle d'objet sexuel, voire de victimes, une nouvelle vague de féministes a cherché à nuancer cette vision trop dichotomique et simpliste des rapports de genre. Ainsi, des autrices comme Àngela James ou Nengeh Mensah¹³ s'inscrivant dans une posture post-moderniste, *queer* ou pro-sexe, ont commencé à évoquer les gains du féminisme, mais surtout la disparité de pouvoir au sein même des femmes et la diversité du sujet « femme ». Elles se sont intéressées au versant positif de la sexualité en parlant d'*empowerment* et, finalement, d'agentivité sexuelle.

Marie-Ève Lang, dans un travail de synthèse, a proposé une définition non exhaustive de l'agentivité sexuelle¹⁴. Elle recense sept composantes essentielles de l'agentivité sexuelle : l'idée de posséder son corps et sa sexualité, la prise d'initiatives, la conscience du désir, le sentiment de confiance et de liberté, le contrôle du désir et du plaisir, le droit au désir et au plaisir. Cette définition, qui en soi s'avère très prometteuse et qui a été investie par les recherches en psychologie féministe, peut toutefois négliger l'impact des structures d'oppression et être réappropriée dans un sens moins positif, comme une charge mentale supplémentaire qui incomberait aux femmes. Ainsi, dans un numéro spécial de la revue *Sex Roles* de 1995, Bay Cheng reviendra sur les effets pervers du concept d'agentivité sexuelle. Elle dénonce une concordance particulièrement forte de ce concept avec les valeurs néolibérales de l'individualisme et de la responsabilité de ses actes. Elle craint que le concept d'agentivité sexuelle ne devienne une nouvelle norme qui contrôle la sexualité des femmes et s'ajoute au traditionnel

13. Maria Nengeh Mensah, *Dialogues sur la troisième vague féministe*, Montréal, Les éditions du Remue-Ménage, 2005.

14. Marie-Ève Lang, « L'« agentivité sexuelle » des adolescentes et des jeunes femmes... », *op. cit.*

continuum de la vierge et de la putain. Ainsi, selon l'autrice, on voit poindre le risque d'une injonction à l'agentivité sexuelle : les femmes pourraient refuser de concevoir une relation sexuelle non consentie comme une agression sexuelle afin de ne pas être catégorisées comme des victimes ne faisant pas preuve d'agentivité. Julie Lavigne et ses collaboratrices¹⁵ montrent que Bay Cheng propose une vision pertinente du contrôle social sur la sexualité des femmes, mais qu'elle confond le concept d'agentivité avec l'auto-contrôle et, qu'en cela, elle néglige la généalogie féministe beauvoirienne du concept.

En contrepoids nous proposons de reprendre la définition qu'en donne la théoricienne Crip, Abby Wilkerson :

Je ne conçois pas l'agentivité sexuelle comme étant essentiellement une capacité de choisir, s'engager ou refuser des comportements sexuels, mais comme un bien profond qui est, de plusieurs manières, socialement ancré, qui implique non seulement le sens de soi comme être sexué, mais aussi un ensemble plus large de dimensions sociales dans lesquelles les autres se reconnaissent et respectent comme mon identité¹⁶.

Cette définition permet de tenir compte de l'aspect social de l'agentivité sexuelle tout en agençant cela dans une compréhension unifiée mais complexe du sens de soi. C'est à partir de cette vision de l'agentivité sexuelle que nous proposons de travailler en psychothérapie et sexologie féministe. Car, selon nous, l'agentivité sexuelle est présente à des degrés divers chez chaque personne, mais elle est modulée par les différents vecteurs d'oppression vécus et internalisés. Cette agentivité sexuelle est aussi inextricablement relationnelle et sociale car

15. Julie Lavigne, Myriam Le Blanc Elie et Sabrina Maiorano, « Agentivité sexuelle des femmes dans les films pornographiques critiques réalisés par des femmes », *GLAD!*, n° 6, 2019.

16. (notre traduction) provenant de Abby Wilkerson, « Disability, Sex Radicalism, and Political Agency », *NWSA Journal*, vol. 14, n° 3, 2002, p. 35.

elle doit aussi être reconnue comme telle par les autres, surtout par les personnes ayant une importance significative¹⁷. Comme nous le voyons, cette dernière définition nous permet d'intégrer une conception subjective (du sens de soi), intersubjective et honnethienne (avec sa théorie de la reconnaissance et de la justice sociale)¹⁸. L'agentivité sexuelle devient ainsi un « bien profond » qui se construit à travers les multiples expériences de soi et de son corps, des autres et du monde. Elle est un processus dynamique de construction du sentiment de soi complètement dépendant de ces deux ancrages qui eux-mêmes s'influencent réciproquement : le corps et le politique. Rappelons que nous souscrivons ici à une vision du corps, non pas comme une donnée uniquement biologique, mais comme une matérialité qui serait aussi un artéfact du social historique et culturel. Le corps est toujours nommé, signifié, inscrit dans un moment et un appareil social et culturel. Ceci est d'autant plus marquant que nous parlons ici du corps sexué, investi de désirs, territoire de plaisirs et lieu d'assignations (de genre, d'orientation, d'âges, de capacitismes...).

UNE PRATIQUE PSYCHOTHÉRAPEUTIQUE COHÉRENTE ET RIGOREUSE

Pour une pratique clinique cohérente et rigoureuse, les interventions thérapeutiques doivent se baser sur un corpus de connaissances empiriquement et/ou scientifiquement validé comme sur une réflexion épistémologique sur nos concepts et

17. Julie Lavigne, « Autopornography and the struggle for the recognition of a sexual subjectivity: A theoretical analysis from Loree Erickson's testimony in *The Feminist Porn Book* », *Feminist Media Studies*, vol. 17, n° 5, 2017, p. 790-803.

18. Axel Honneth, *La lutte pour la reconnaissance*, Paris, Éditions Le Cerf, 2000 ; *La société du mépris. Vers une nouvelle théorie critique*, Paris, La Découverte, 2006.

notre posture. Les psychothérapeutes se doivent de prendre conscience de leur vision du monde, de ce qu'implique la relation thérapeutique et de leur objet de travail (ici la sexualité). L'intégrativité des approches thérapeutiques sera alors une force¹⁹. Elle doit aussi s'asseoir sur des bases éthiques et des valeurs qui prévaudront dans les choix des objectifs de traitements et des outils et méthodes que les psychothérapeutes utiliseront pour les atteindre²⁰ (figure 1).

Toute psychothérapie féministe s'inscrit dans une éthique de justice sociale prenant en compte l'intersectionnalité des conditions d'oppression²¹. Elle devra en cohérence avec ces valeurs et ce qui a été démontré dans le champ des études critiques des sciences, assumer que la science n'est pas neutre et que des formes visibles et invisibles d'injustice épistémiques²² sont à l'œuvre. Les connaissances scientifiques provenant des travaux critiques et de méthodes participatives permettant de contrer en partie cette injustice épistémique seront donc nécessairement prises en compte. Ensuite, la personne en thérapie ne peut être envisagée comme un universel coupé du

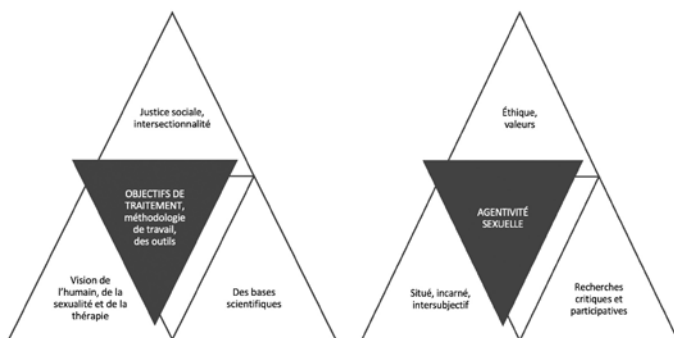
19. Nicolas Duruz, *Psychothérapie ou psychothérapies. Prolégomènes à une analyse comparative*, Delachaux et Niestlé, 1994; John Norcross et Marvin Goldfried, *Psychothérapie intégrative*, Paris, Desclée de Brouwer, 2004.

20. Simon Corneau *et al.*, « Du fonctionnel au sensationnel, réflexions critiques sur les objectifs à atteindre en sexologie clinique », dans Medico D., *La sexologie clinique, une psychothérapie inclusive et intégrative*, Montréal, Presses de l'Université du Québec 2021, p. 19-28; David Paré, « Social Justice in the World: Keeping diversity alive in therapeutic conversations », *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy*, vol. 48, n° 3, 2014, p. 206-217.

21. Kimberle Crenshaw, « Mapping the marging: Intersectionality, identity politics and violence against women of colour », *Stanford Law Review*, vol. 43, n° 6, 1991, p. 1241-1299.

22. Concept proposé par Miranda Fricker (2007) pour exprimer, dans une vision foucauldienne des discours et du pouvoir, les différences d'accès à la production des savoirs et la reconnaissance différentielle des groupes comme pouvant participer au développement et à l'organisation des connaissances. Miranda Fricker, *Epistemic injustice: Power and the ethics of knowing*, Oxford, Oxford University Press, 2007.

Figure 1. Cohérence éthique, ontologique et épistémologique des pratiques psychothérapeutiques féministes inclusives.



1a. Niveaux de cohérence.

1b. Application dans la pratique psychothérapeutique.

monde, mais comme une subjectivité située dans des relations de pouvoir, des structures sociales avec ses privilèges et ses oppressions. Cette personne est aussi incarnée, donc vivant dans un corps lui-même profondément déterminé socialement, comme par exemple le genre, avec toutefois ses spécificités individuelles, ses expériences particulières et des physiologies et fonctionnements somatiques pouvant différer notamment selon les sexes, l'âge, le milieu social, la profession, la santé, l'exercice physique, le fait d'être cis ou non, les événements de vie et traumatismes. Nous défendons ici une vision phénoménologique du féminisme comme celle de Camille Froidevaux-Metterie²³, ainsi qu'une vision politiquement engagée de la psychothérapie dans la tradition²⁴ (Medico, 2021a) où

23. Camille Froidevaux-Metterie, *Un corps à soi*, Paris, Seuil, 2021.

24. Thomas Teo, « Critical psychology: A geography of intellectual engagement and resistance », *American Psychologist*, vol. 70, n° 3, 2015, p. 243-254 ; Denise Medico, « Avant-propos : pour une sexologie inclusive et affirmative », dans Medico D., *La sexologie clinique, une psychothérapie inclusive et intégrative*, Montréal, Presses de l'Université du Québec 2021, p. IX-XV.

la rigueur scientifique ne peut faire l'économie d'une analyse critique de ses bases conceptuelles et scientifiques²⁵.

Pour rendre le concept d'agentivité sexuelle concrètement applicable pour l'intervention en psychothérapie, nous proposons de le structurer en sept niveaux, chaque niveau représentant des axes de travail, ou thématiques objectivables, à des actions ou méthodes concrètes de psychothérapie. Ils sont pensés comme des capacités, à évaluer, maintenir ou développer, afin de favoriser l'agentivité sexuelle des personnes qui consultent. Ils s'inspirent de la synthèse de Lang qui a tenté d'opérationnaliser l'agentivité sexuelle²⁶, de nos propres travaux sur la sexualité regroupés dans l'ouvrage *La sexologie clinique, une approche psychothérapeutique inclusive et intégrative*²⁷, ainsi que ceux de Peggy Kleinplatz sur les expériences de sexualité sensationnelles ou *great sex*²⁸. Les travaux de l'équipe de Kleinplatz sont parmi les rares à avoir étudié les conditions permettant des expériences plaisantes dans la sexualité. Ils ont montré que chez les personnes estimant avoir une sexualité extraordinaire (*great sex*), certaines capacités personnelles et relationnelles étaient nécessaires, telles que la confiance en soi et en l'autre, les capacités d'intimité et de négocier les besoins réciproques, un projet associé à la sexualité avec une vision

25. John McLeod, « Science and Psychotherapy: Developing research-based knowledge that enhances the effectiveness of practice », *Transactional Analysis Journal*, vol. 47, n° 2, 2017, p. 82-101

26. Marie-Ève Lang, « L' "agentivité sexuelle" des adolescentes et des jeunes femmes... », *op. cit.*

27. Denise Medico, *La sexologie clinique, une psychothérapie inclusive et intégrative*, Montréal, Presses de l'Université du Québec 2021.

28. Ménard, A. D. *et al.*, « Individual and relational contributors to optimal sexual experiences in older men and women », *Sexual and Relationship Therapy*, 30(1), 78-93; Peggy Kleinplatz, « Learning from extraordinary lovers : Lessons from the edge », *Journal of Homosexuality*, vol. 50, n° 2-3, 2006, p. 325-348; Peggy Kleinplatz *et al.*, « The components of optimal sexuality : A portrait of "great sex" », *The Canadian Journal of Human Sexuality*, vol. 18, n° 1-2, 2009, p. 1-13; Peggy Kleinplatz et Dana Ménard, *Magnificent Sex*, Londres, Routledge, 2020.

positive voir transcendante. En d'autres mots, développer ce « bien profond » que serait une agentivité sexuelle « suffisante » pourrait être une des bases de l'intervention psychothérapeutique inclusive et de la sexologie.

LES SEPT NIVEAUX DE DÉVELOPPEMENT DE L'AGENTIVITÉ SEXUELLE EN PSYCHOTHÉRAPIE

Nous allons maintenant expliciter les principales opérationnalisations du concept d'agentivité sexuelle dans la pratique clinique (tableau 1).

Tableau 1. Les sept niveaux de l'agentivité sexuelle

	Objectifs pour développer les capacités de...	Exemples d'objectifs dans le travail thérapeutique avec les clients et clientes
NIVEAU INTRASUBJECTIF	1. Corporéité et présence à soi	• Ressentir ses émotions ; • Ressentir son corps et ses sensations ; • Avoir un schéma corporel positif ; • Identifier les sources corporelles et émotionnelles de plaisir.
	2. Subjectivité sexuelle	• Se penser et se connaître comme être sexué (y compris asexuel) dont : ◦ Avoir un rapport apaisé à son/ses genre(s) ; ◦ Identifier le contenu de son érotisme (fantasmes) ◦ Identifier son orientation érotique et romantique ; ◦ identifier ses besoins dans la sphère relationnelle (sécurité, proximité, distance, fréquence, etc.).
	3. Affirmation et identité	• Assumer et affirmer, si possible dans le contexte de vie, ses désirs et ses plaisirs (son érotisme) ; • Assumer et affirmer, si possible dans le contexte de vie, sa subjectivité de genre ; • Assumer et affirmer, si possible dans le contexte de vie, ses orientations érotiques et romantiques ; • Savoir se distancier des pressions et normes sociales si nécessaire et éthique ; • Demander et assumer un consentement.
NIVEAU INTERSUBJECTIF		

	Objectifs pour développer les capacités de...	Exemples d'objectifs dans le travail thérapeutique avec les clients et clientes
NIVEAU INTERSUBJECTIF	4. Intimité, relationnelles et communicationnelles	• Savoir être en relation tout en étant soi, dans le respect des besoins et limites de chaque personne ; • Développer des stratégies communicationnelles permettant de partager avec l'autre, dans le respect de son propre rapport à la sexualité et de celui de l'autre.
	5. Mutualité et de jeu	• De manière partagée dans une interaction sexuelle pouvoir (parfois) ressentir et anticiper les ressentis et besoin de l'autre et avoir du plaisir au plaisir de l'autre et vis-versa ; • Pouvoir expérimenter des moments d'<i>attunement</i> (harmonisation, être sur la même longue d'onde) ; • Développer et maintenir une perspective de jeu et de légèreté.
NIVEAU EXISTENTIEL ET SPIRITUEL	6. Perspective de transcendance	• Donner un sens à sa sexualité ; • Expérimenter l'impression de se transcender, cela peut prendre différentes formes. Par exemple : ◦ Un sentiment d'unité psychique (fusion) ou corporel (intercorporalité) ; ◦ Une quête spirituelle ou un développement personnel ; ◦ Etc.

La corporéité et la présence à soi

La corporéité est un concept phénoménologique permettant d'envisager le corps non seulement dans ses dimensions somatiques et biologiques mais aussi dans ses dimensions plus historiques, sociales et politiques. Il réfère autant aux ressentis corporels externes et internes, aux émotions qu'à l'action possible du corps dans l'espace et le temps, ou à l'image corporelle et la manière de vivre son propre corps. La corporéité est la base du sens de soi²⁹. Elle nécessite une forme de présence

29. Maurice Merleau-Ponty, *Phénoménologie de la perception*, Paris, Gallimard, 1945.

à soi corporelle pour être accessible à la conscience. Cette dimension étonnamment encore peu prise en compte dans les travaux sur la sexualité commence toutefois à s'imposer à travers le concept anglais d'*embodiment*³⁰.

Dans les situations cliniques, ce premier niveau de l'agentivité est souvent affecté et les clients rapportent ne pas ressentir, ne pas savoir ce qu'ils ou elles ressentent et parfois se sentir dissociés de leur corps. Sans expérience consciente de ressentis corporels et émotionnels, il est très difficile de savoir si une expérience sexuelle est plaisante ou non, si elle est désirée ou non. Il est dès lors peu probable que l'agentivité sexuelle soit réellement possible et les personnes se fient le plus souvent à des indicateurs externes, comme ce qu'elles imaginent être la norme, pour interpréter leurs expériences. Il est bien connu par exemple que lors d'états post-traumatiques la capacité à ressentir ses émotions et son propre corps est souvent affectée. De même le manque d'éducation et de messages positifs sur la sexualité et son corps peut entraver cette capacité. Par exemple, les femmes cisgenres et les personnes trans et non binaires rencontrent souvent des difficultés à construire ou maintenir un schéma corporel positif, voire même à avoir une représentation positive de leur propre corps et de leur génitalité. Les hommes cisgenres rencontrent également des difficultés pour d'autres raisons, comme une éducation qui a inhibé tout ressenti corporel et émotionnel. En thérapie il s'agit d'effectuer un travail d'éducation, de réorganisation narrative et de travailler les émotions et les séquelles traumatiques.

30. Voir Deborah Tolman *et al.*, «Sexuality and embodiment», dans Tolman D et Diamond L, *APA Handbook of Sexuality and Psychology: Vol. 1. Person-Based Approaches*, American Psychological Association, 2014, p. 759-804 ; voir également Eugenia Cherkasskaya et Margaret Rosario, «The relational and bodily experiences theory of sexual desire», *Archives of Sexual Behavior*, vol. 48, n° 6, 2019, p. 1659-1681.

La subjectivité sexuelle

La subjectivité sexuelle peut être définie comme la manière dont la personne se vit et se raconte dans sa sexualité. Ce concept proche de celui d'identité sexuelle est en fait un prérequis à l'identité, cette dernière pouvant être définie comme une relation d'appartenance avec un groupe de personnes identifiées comme ayant certaines caractéristiques similaires et une tentative d'unification. La subjectivité est l'expérience qui accède à la conscience, moment par moment, elle est donc aussi plus fluide et multiple que l'identité. L'exploration de la subjectivité sexuelle est en thérapie le travail d'élaboration menant à la prise de conscience de qui nous sommes dans notre sexualité, de ce qui nous plaît et nous attire et de comment nous voulons nous sentir dans cette sphère de notre vie. Celle-ci s'exprime selon plusieurs dimensions dont au moins les suivantes : (1) le rapport au genre, (2) l'orientation sexuelle et (3) l'orientation érotique.

Par *rapport au genre*, nous entendons la manière dont la personne traduit et performe le système de genre³¹. Cette expérience du genre peut d'ailleurs être variable selon les contextes et les partenaires. Le rapport au genre peut être de type binaire et unique lorsque la personne se voit assez clairement dans une position qu'elle identifie comme masculine ou féminine. Elle peut aussi être non binaire lorsque le genre perçu ne correspond pas à ce qui est culturellement perçu comme masculin ou féminin ; fluide lorsqu'il varie, ou neutre lorsque la personne ne reconnaît pas le genre comme étant pertinent pour parler de qui elle est. Ce rapport peut être plus ou moins conflictuel, souffrant ou au contraire intégré et apaisé. C'est essentiellement cet axe qui nous intéresse en thérapie, car nous travaillons à assouplir les rapports conflictuels au genre et non à en modifier la perception.

31. Denise Medico, « Quelques considérations critiques et cliniques sur le genre et ses dissident.e.s », *In Analysis*, vol. 4, n° 3, 2020, p. 374-382.

Le concept d'*orientation sexuelle* différencie les attirances en termes de désir sexuel de celles liées à un sentiment romantique. Les désirs sexuels ne répondent pas toujours aux mêmes mécanismes que les attirances affectives, le désir cherchant souvent l'intensité alors que les attirances affectives sont plus souvent ancrées dans une quête de sécurité relationnelle. Une personne peut ainsi être attirée par des personnes du même genre (homosexuelle), de l'autre genre (hétérosexuelle), des genres masculins et féminins (bisexuelle), tous les genres (pansexuelle) ou n'être attirée par personne (asexuelle). Ces caractéristiques peuvent être plus ou moins fortes, certaines personnes se définissant comme demi-sexuelles. Il en va de même pour les attirances romantiques. Les personnes peuvent aussi être exclusivement attirées ou romantiquement attachées à une seule personne et désirer des relations amoureuses monogames, à plusieurs (polyamoureuses, relations ouvertes) ou n'éprouver aucun de ces désirs (asexuelle aromantique).

L'*orientation érotique* est ce qui favorise l'accès à l'excitation sexuelle et aux expériences de plaisir. Elle est constituée d'un aspect symbolique souvent narratif que l'on nomme fantasme, mais aussi d'une expérience corporelle d'intensité et généralement de plaisir³². Penser en termes d'agentivité sexuelle nous permet une perspective d'ouverture aux diversités érotiques

32. Très peu de travaux se sont intéressés à la part corporelle de l'érotisme et nous retenons particulièrement ceux de Stacy Newmahr sur le BDSM consensuel et les loisirs sérieux : « L'érotisme ne peut être compris comme un état d'excitation spécifiquement sexuel ou génital, mais plus largement comme un état émotionnel et corporel de "charge". C'est une excitation au sens où il est la trace d'un changement phénoménologique, d'un état de relative dormance vers un état de "charge". [...] Si l'érotisme n'est pas spécifiquement ou nécessairement sexuel, il est cependant charnel ; une partie du fait que nous le reconnaissons et qu'il se constitue est liée au fait d'une conscience corporelle, élaborée à la surface de la peau ou quelque part en dessous, mais comprise physiquement. Ceci engendre une appréciation de désir qui est ressentie et s'origine dans le corps ». Stacy Newmahr, « Eroticism as embodied emotions: the erotics of renaissance faire » (notre traduction), *Symbolic Interaction*, vol. 37, n° 2, 2014, p. 211 ; voir également « Becoming

afin de sortir de la vision actuelle psychiatrique et normée sur la fantasmagorie telle qu'on la retrouve encore dans le manuel du DSM-5³³ (voir le chapitre de Denise Medico sur l'érotisme pour un approfondissement de ces notions³⁴). L'érotisme d'une personne se construit au carrefour de l'expérience individuelle intrapsychique, relationnelle et en fonction des scripts sociaux qui prévalent à une époque et dans un lieu donné³⁵. Ces expériences peuvent être positives et plaisantes, mais aussi traumatiques et parfois même les deux en même temps, ce qui peut créer des sentiments paradoxaux face à son propre érotisme. L'élaboration narrative en thérapie peut aider à dénouer ces paradoxes afin de développer un rapport plus apaisé à son propre érotisme ou comprendre des réactions d'anxiétés, de fuite, de colère qui induisent d'autres difficultés.

L'érotisme d'une personne dépend aussi du ou des groupes auxquels la personne appartient, de leurs privilèges et souffrances et de leur histoire. Ainsi, les travaux sur l'agentivité sexuelle des jeunes filles³⁶ ou le féminisme africain-américain ont montré que les images d'hypersexualité et d'asexualité liées à l'histoire de l'esclavage en Amérique participent de la

a sadomasochist: Integrating self and other in ethnographic analysis», *Journal of Contemporary Ethnography*, vol. 37, n° 5, 2008, p. 619-643.

33. Le DSM utilise le terme de paraphilie et le définit comme : « Le terme paraphilie renvoie à tout intérêt sexuel intense et persistant, autre que l'intérêt sexuel pour la stimulation génitale ou les préliminaires avec un partenaire humain phénotypiquement normal, sexuellement mature et consentant ». American Psychiatric Association, *DSM-5 - Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux*, Paris, Elsevier Masson, 2015.

34. Denise Medico, « Penser la diversité des érotismes et l'orientation érotique », dans Medico D., *La sexologie clinique, une psychothérapie inclusive et intégrative*, Montréal, Presses de l'Université du Québec 2021, p. 117-132.

35. William Simon et John Gagnon, « Sexual scripts », *Society*, vol. 22, n° 1, 1984, p. 53-60.

36. Feona Attwood *et al.*, « Mediated Intimacies: Bodies, technologies and relationships », *Journal of Gender Studies*, vol. 26, n° 3, 2017, p. 249-253; Laina Bay-Cheng, « The agency line : A neoliberal metric for appraising young women's sexuality », *Sex Roles*, vol. 73, n° 7-8, 2015, p. 279-291.

construction sexuelle de soi³⁷. Ceci est valable pour tous, y compris les hommes cisgenres hétérosexuels dont une pornographie empreinte de valeurs de masculinité toxique participe à constituer la forme de leurs érotismes³⁸.

En thérapie nous travaillons le développement de la subjectivité sexuelle par la prise de conscience des désirs, des besoins affectifs et de leur force, des contenus des fantasmes et des expériences corporelles de l'érotisme. Nous travaillons aussi à assouplir les rapports conflictuels et parfois paradoxaux que les personnes entretiennent avec certaines parties d'elles-mêmes comme leur genre, leur orientation sexuelle ou leur érotisme fantasmatique. Ce travail implique souvent d'élaborer progressivement les sentiments de honte, de culpabilité et les peurs ainsi que d'effectuer un travail de recadrage sur des pensées ou des croyances qui dépendraient de préjugés et stéréotypes et qui empêchent les personnes de s'épanouir dans leur vie.

L'affirmation et l'identité

L'affirmation est la capacité à s'accepter et à se positionner socialement, avec les autres, par rapport à qui nous sommes. Elle est un point tournant dans tout processus identitaire car elle confronte la personne à son environnement. L'identité est un processus de construction d'un sens de soi stable, unifié et d'une affiliation/appartenance à un ou des groupes sociaux. Elle est la marque la plus classique des approches affirmatives et féministes qui visent le pouvoir d'agir et la fierté d'être soi³⁹.

37. Collins, 1991, cité dans Deborah Tolman et Jennifer Chmielewski, « Toward women wanting », *Archives of Sexual Behavior*, vol. 48, n° 6, 2019, p. 1709-1714.

38. Florian Vörös, *Désirer comme un homme. Enquête sur les fantasmes et les masculinités*, Paris, La Découverte, 2020.

39. Denise Medico et Annie Pullen Sansfaçon, « Contexte et fondements des interventions transaffirmatives en santé mentale », *Jeunes trans et interventions psychoéducatives*, à paraître.

Pour le développement de l'affirmation de soi et d'une identité, les thérapeutes doivent aussi tenir compte des contextes différents et de possibilités réelles de s'affirmer dans des contextes coercitifs. Les conditions d'oppression développementales peuvent empêcher le développement de ces capacités, ce que l'on nomme par exemple homophobie ou transphobie intériorisée. Dans ces cas en thérapie nous développons des stratégies pour trouver une voie d'affirmation, favoriser les résiliences et gérer les stress et expériences traumatiques liés aux expériences de minorisation et d'inégalités sexistes. Nous les mettons à jour, les amenons à la conscience afin que la personne puisse s'en dégager. Nous sommes attentives aussi aux enjeux émotionnels et relationnels qui favoriseraient ou non ce processus.

*L'intimité et les capacités relationnelles
et communicationnelles*

Le rapport aux autres est un des enjeux les plus fréquents dans les difficultés sexuelles puisque la sexualité est souvent une expérience relationnelle impliquant une intimité tant psychoaffective que corporelle. Une des notions les plus utilisée et pertinente est celle des *styles d'attachement* qui semblent moduler les besoins de proximité ou de distance et donc la manière dont l'intimité est vécue et souhaitée ainsi que le sentiment de satisfaction sexuelle⁴⁰. La *sécurité affective* est caractéristique des personnes ayant un sens de soi fort, une bonne estime de soi et un sentiment adéquat de confiance en soi et dans les autres. Celle-ci les prédispose à entrer plus aisément dans des relations intimes, à savoir négocier avec leurs partenaires, à ne pas être constamment dans la peur de l'abandon ou dans l'évitement. Les capacités relationnelles dépendent de

40. Katherine Péloquin *et al.*, « Sexuality examined through the lens of attachment theory: Attachment, caregiving, and sexual satisfaction », *Journal of Sex Research*, vol. 51, n° 5, 2014, p. 561-76.

nos expériences de vie et des relations de confiance que nous avons pu nouer. La question de la sécurité affective et des capacités relationnelles et communicationnelles est un des axes usuels du travail psychothérapeutique. Comme le montrent les travaux de Peggy Kleinplatz et Dana Ménard, les attitudes de confiance réciproque, la capacité à établir une communication authentique, à prendre des risques et à comprendre l'autre, sont des caractéristiques rapportées par les personnes ayant une sexualité épanouissante⁴¹.

La mutualité et le jeu

Une question fondamentale pour une pratique féministe est celle du consentement. Celui-ci est central pour un vécu sexuel positif, car ce n'est que dans un contexte librement consenti qu'il est possible de ressentir vraiment du plaisir et de désirer, mais ce concept pourrait être mieux précisé pour prendre en compte les spécificités de la relation sexuelle et de l'érotisme. Dans cette optique Sharon Lamb⁴², à partir notamment de ses travaux sur la sexualité des filles, sur les victimes d'agression et sur les démarches psychothérapeutiques, propose d'envisager l'agentivité sexuelle plus en termes de mutualité que de consentement. La mutualité implique le consentement, mais propose une vision plus dynamique des processus interpersonnels, subjectifs et corporels à l'œuvre dans les interactions érotiques. Le concept de mutualité permet de concevoir de manière plus circulaire, fluide et ouverte à l'imprévisible la question complexe des désirs et des plaisirs en prenant en compte la manière dont la communication se met en place dans les interactions, y compris non-verbale, lorsqu'il s'agit de sexualité. En effet un modèle juridique comme le consentement ne permet pas de saisir adéquatement la part complexe de l'érotisme et encore

41. Peggy Kleinplatz et Dana Ménard, *Magnificent Sex*, op. cit.

42. Sharon Lamb, « Revisiting choice and victimization: A commentary on bay-cheng's agency matrix », *Sex Roles*, vol. 73, n° 7-8, 2015, p. 292-297.

moins sa circularité et sa création dans le moment présent. Il ne permet pas d'exprimer le fait que la communication se situe sur un plan verbal et non verbal, que l'érotisme et le désir se décident moment par moment dans un espace d'inattendus où chaque instant peut être une renégociation. Le concept de mutualité permet d'inclure le consentement et d'aller plus loin en posant comme jalon d'une bonne agentivité la capacité à s'harmoniser cognitivement, émotionnellement et corporellement (concept anglais d'*attunement*) avec les autres dans la sexualité. Une interaction sexuelle dans la mutualité implique le consentement mais aussi une communication dynamique et fluide, verbale ou non, qui est pleinement érotique, plaisante, avec une marge de création et de liberté.

Le jeu est la caractéristique des interactions sexuelles qui gardent une forme de légèreté. Le jeu n'est possible lui aussi que dans une situation de consentement et de profond respect réciproque, mais aussi dans un contexte où les pressions, les difficultés et les enjeux relationnels hors sexualité ne sont pas trop envahissants (nous pensons par exemple à des relations conflictuelles avec une colère intériorisée qui empêche de voir la sexualité comme un espace de jeu). Cette caractéristique est souvent absente ou perdue dans les demandes en thérapie de couple et chez les personnes rencontrant de grands enjeux identitaires associés à leur sexualité (généralement vécue comme un espace de performance et d'anxiété) ou ayant des expériences traumatiques avec la sexualité. En thérapie il s'agira de cerner ce qui empêche les personnes de se mettre à l'écoute sensorielle et émotionnelle de l'autre et/ou ce qui rend toute sexualité anxiogène et sans dimensions ludiques afin de construire un travail de réappropriation de l'agentivité sexuelle dans cette dimension.

La perspective de transcendance

Les travaux de Peggy Kleinplatz et collaboratrices ont proposé cette perspective comme étant une des caractéristiques des personnes vivant des expériences de sexualité

extraordinaires⁴³. Ce concept de transcendance peut être compris comme un sens existentiel, spirituel ou de développement de soi que les personnes associent à leur sexualité. Si cette dimension n'est pas nécessaire, elle est toutefois pertinente dans une démarche de thérapie car elle est un moteur important dans l'élaboration de la demande des clients et dans la mobilisation des forces de changement. La sexualité d'une personne est en constante évolution, selon les stades de vie, les apprentissages, les expériences vécues et avoir une bonne agentivité sexuelle n'est ni donné d'emblée ni acquis de manière stable. Il faut un réel engagement envers soi pour la développer et maintenir. Comme le montrent les travaux cités précédemment, les personnes qui pensent avoir une sexualité extraordinaire disent aussi que c'est par la volonté de rendre leur sexualité telle, par un travail sur soi et leurs relations qu'ils y sont parvenus.

Il n'existe pas une seule manière de développer une perspective de transcendance. Pour certaines personnes, il s'agira d'expérimenter des moments d'intercorporalité où la perception d'une fusion émotionnelle et sensuelle avec l'autre permet des expériences paroxystiques. Pour d'autres personnes, ce sera un sens de connexion à quelque chose qui les dépasse, quelque chose qui peut prendre une forme de spiritualité. Pour d'autres, ce sera une forme de résilience ou de dépassement des traumatismes. Et pour d'autres encore, un moment où le sentiment d'être en plénitude et vivante est particulièrement fort.

43. Peggy Kleinplatz, « Learning from extraordinary lovers... », *op. cit.* ; Peggy Kleinplatz *et al.*. « The components of optimal sexuality... », *op. cit.* ; Peggy Kleinplatz et Dana Ménard, *Magnificent Sex*, *op. cit.*

CONCLUSION

Si l'agentivité sexuelle est comprise avec son articulation politique et féministe, plutôt que selon ses premières articulations uniquement psychologiques et centrées sur une vision de la personne hors contexte, elle peut devenir le référent de base des psychothérapies féministes et de la sexologie. Elle permet de dépasser les visions normatives et prescriptives qui définissent des formes et expressions de la sexualité comme préférables voire supérieures aux autres⁴⁴ (Rubin, 2007). L'agentivité sexuelle est un bien profond de la personne, un ensemble de capacités qui peuvent se développer et qui permettent de se sentir dans une position agentique dans la sexualité, d'en retirer un sentiment positif, confortable et pourquoi pas, d'en faire une partie particulièrement productive de nos vies. Elle permet aussi, dans le travail thérapeutique, d'envisager la part politique à l'œuvre dans nos sexualités, la force des normes, des inégalités, des expériences négatives et délétères que certaines personnes, nombreuses, ont eu et qui ont participé à leur enlever une partie de ce bien profond qu'est le fait de ressentir, de savoir qui l'on est et de pouvoir choisir. Cette capacité à s'affirmer et à trouver une identité confortable ouvre aussi à la possibilité de se connecter aux autres et de savoir construire des relations mutuellement enrichissantes et finalement de donner sens à son existence et à sa sexualité. Notre objectif dans ce chapitre était de dresser quelques jalons spécifiquement pour la psychothérapie en y apportant les réflexions et conceptions féministes actuelles et de montrer les potentialités du concept d'agentivité à faire sens dans les pratiques psychothérapeutiques et en sexologie.

44. Gayle Rubin, « Thinking sex. Notes for a radical theory of the politics of sexuality », dans Parker R. et Aggleton P., *Culture, society and sexuality: A reader*, Londres, Routledge, 2007, p. 150-187.