

Quentin Debray, Pascal de Sutter,
Thierry H. Pham & Patrice Louville



L'Addiction sexuelle

idées reçues sur une souffrance méconnue

L'Addiction sexuelle

idées reçues sur
une souffrance méconnue

L'Addiction sexuelle

idées reçues sur
une souffrance méconnue

Quentin Debray
Pascal de Sutter
Thierry H. Pham
Patrice Louville

Issues de la tradition ou de l'air du temps, mêlant souvent vrai et faux, les idées reçues sont dans toutes les têtes. Les auteurs les prennent pour point de départ et apportent ici un éclairage distancié et approfondi sur ce que l'on sait ou croit savoir.

Quentin Debray est professeur de psychiatrie honoraire de l'Université Paris Descartes (Paris V). Ses recherches portent notamment sur la psychologie cognitive et comportementale et ont donné lieu à plusieurs ouvrages dans ce domaine. Il est également l'auteur de romans à caractère historique et psychologique.

Du même auteur :

- *Amour, sexualité et troubles de la personnalité*, Privat, 2007
- *La Rencontre amoureuse*, Le Cavalier Bleu, 2009
- *Les Personnalités pathologiques - Approche cognitive et comportementale* (avec D. Nollet), Masson, 6^e éd., 2011
- *Psychopathologie de l'Adulte* (avec B. Granger et F. Azaïs), Masson, 4^e éd, 2010
- *Protocoles de Traitement des Personnalités pathologiques Approche cognitivo-comportementale* (avec S. Kindynis, M. Leclere et A.-S. Seigneurie), Masson, 2005

Pascal de Sutter est professeur à la faculté de psychologie de l'Université de Louvain en Wallonie où il enseigne la sexologie. Il travaille aussi dans la recherche et la thérapie en sexologie clinique. Il a vécu 12 ans au Canada dont 4 ans dans une communauté amérindienne du Nord du Québec. Il est aussi régulièrement invité à l'Université de Lille III et de Metz. Il participe à des enseignements à la thérapie sexofonctionnelle à Paris et Bruxelles (www.sexofonctionnelle.com) où il anime des séminaires pour professionnels et pour le grand public (www.lessensdelamour.com). Il est l'auteur de nombreux articles et livres en sexologie.

Du même auteur :

- *La Sexualité des gens heureux*, Les Arènes, 2009
- *Ces fous qui nous gouvernent*, Les Arènes, 2007
- *Sexualité, couple et TCC. Les difficultés sexuelles*. Vol. 1. (avec F.-X. Poudat, S. Aubin, F. De Carufel, N. Jarrousse et G.Trudel), Elsevier-Masson, 2011
- *La Mécanique sexuelle des hommes* (avec C. Solano), Tome I (l'éjaculation) (2011), Tome II (l'érection) (2012), Robert Laffont, 2011 et 2012

- *Dans la tête des candidats : le profil psychologique des présidentiables* (avec H. Risser), Les Arènes, 2011
- *Confidential File 101* (avec F. Carr), Anglehart Press. New York, 2000
- *Les Nouveaux Psy* (avec C. Meyer, C. Routier, V. Guéritault, J. Van Rillaer), Les Arènes, 2008.

Thierry H. Pham directeur du Centre de Recherche en Défense Sociale, Belgique. Il est professeur et chef de service de psychologie légale à la faculté de psychologie et des sciences de l'éducation, UMonS. Belgique. Il est professeur associé de psychologie légale à Université du Québec à Trois Rivières. Ses recherches portent sur la psychopathie, les agresseurs sexuels ainsi que les relations entre les troubles mentaux et les comportements violents.

Il remercie Audrey Vicenzutto, Xavier Saloppé, Amélie Masquelier, Anne-Christy Lemasson pour leur contribution à la réalisation de cet ouvrage.

Du même auteur :

- *L'Évaluation psychodiagnostique des agresseurs sexuels*, coll. psychodiagnostic, Mardaga, 2006
- *La Psychopathie: Théorie et Recherche* (avec G. Côté) Presses Universitaires du Septentrion, 2000
- *Les pratiques evidence based dans le traitement des toxicomanes : Un état des lieux* (avec M. Autrique, W. Vanderplasschen, E. Broekaert et B. Sabbe), Academia Press, University of Ghent, 2007.

Patrice Louville est psychiatre, ancien chef de clinique-assistant, titulaire d'un master de neurosciences. Praticien hospitalier, il est responsable d'une unité d'addictologie dans le pôle Psychiatrie - Addictologie des Hôpitaux Universitaires Paris Ouest (Assistance Publique-Hôpitaux de Paris). Ancien responsable de la cellule d'urgence médico-psychologique d'Île-de-France, il anime depuis 1995 une consultation de psychotraumatisme et maltraitance dans plusieurs hôpitaux de l'Assistance Publique-Hôpitaux de Paris. Il a coordonné le diplôme universitaire de Victimologie

de l'université Paris Descartes et participe à des enseignements de psychiatrie d'urgence et de psychotraumatologie dans plusieurs universités françaises. Il a publié de nombreux articles et a participé à plusieurs ouvrages portant notamment sur la clinique et la prise en charge des victimes d'événements traumatiques.

Du même auteur :

- *Mise en place des cellules d'urgence médico-psychologique en France.* In M. de Clercq et F. Lebigot, *Les Traumatismes psychiques*, Masson, 2001, p. 201-216.

- *Les victimes de traumatisme psychique.* In E. De Soir, E. Vermeiren, *Les Debriefings psychologiques en question*, Garant, 2002, p. 53-63.

- *Les cellules d'urgence médico-psychologique* (avec F. Ducrocq). In G. Vaiva, F. Lebigot, F. Ducrocq, M. Goudemand, *Psychotraumatismes : prise en charge et traitements*, Masson, 2005, p. 127-132.

- *Les interventions immédiates* (avec C. Duchet). In L. Jehel, G. Lopez et al., *Psychotraumatologie : évaluation, clinique, traitement*, Dunod, 2006, p. 173-179.

- *Évaluation, orientation et accompagnement* (avec L. Jehel et M. Sylvestre). In G. Lopez, A. Sabouraud-Seguin, L. Jehel, *Psychothérapie des victimes : traitements, évaluations, accompagnement*, Dunod, 2006, p. 19-40.

sommaire

Introduction13

Qu'est-ce que l'addiction sexuelle ?

« Il n'y a pas de différence entre l'addiction sexuelle et l'hypersexualité. »19

« L'addiction sexuelle est une pathologie récente, apparue depuis une dizaine d'années. »35

« L'addiction sexuelle est liée aux mœurs et à l'état d'esprit des sociétés modernes. »45

L'addiction sexuelle en pratique courante

« L'addiction sexuelle est surtout un problème d'homme. »53

« Il y a une prédisposition à l'addiction sexuelle. »59

« Tout le monde peut devenir addict sexuel. »65

« Il y a de nombreuses formes d'addiction sexuelle. »73

« La pratique d'une sexualité addictive entre adultes consentants n'entraîne aucune conséquence néfaste. » . . .79

« Le seul traitement de l'addiction sexuelle est l'abstinence. »87

« Pour traiter efficacement l'addiction sexuelle, il est essentiel d'aider au développement d'une sexualité fonctionnelle. »99

L'addiction sexuelle avec comportements délictueux

« Tous les addictifs sexuels sont des agresseurs sexuels. » .109

« Les agresseurs sexuels sont tous des malades au sens psychiatrique et présentent de graves troubles mentaux tels que la psychose. »121

| | |
|---|-----|
| « Les agresseurs sexuels ont le plus souvent une personnalité sadique. » | 127 |
| « Les agresseurs sexuels sont-ils tous des psychopathes ? » | 135 |
| « Les agresseurs sexuels récidivent toujours. » | 145 |
| « Les agresseurs sexuels ont tous des antécédents traumatiques qui expliquent leur évolution comportementale. » | 153 |

Contexte et facteurs favorisants

| | |
|--|-----|
| « L'addiction sexuelle est fréquente chez les personnes souffrant d'un trouble de la personnalité borderline. » . . | 159 |
| « L'addiction sexuelle peut s'observer chez les personnes souffrant d'un trouble de la personnalité obsessionnelle-compulsive. » | 171 |
| « L'addiction sexuelle peut être associée à d'autres troubles mentaux. » | 175 |
| « Les thérapeutiques médicamenteuses et hormonales constituent de bons traitements de l'addiction sexuelle. » | 181 |
| « Les psychothérapies sont utiles pour traiter l'addiction sexuelle. » | 187 |
| « On ne peut pas échapper à un harceleur sexuel. » | 197 |

| | |
|-----------------------------|-----|
| Conclusion | 203 |
|-----------------------------|-----|

Annexes

| | |
|--------------------------------|-----|
| Glossaire | 211 |
| Bibliographie | 217 |
| Pour aller plus loin | 227 |

définition

Addiction sexuelle n. f.

L'addiction est un comportement compulsif et répétitif qui concerne l'usage d'une substance, alcool ou drogue, le jeu, l'achat, le vol, l'absorption urgente d'une grande quantité de nourriture, la sexualité. Le passage à l'acte s'accompagne d'un état émotionnel et d'un vécu physique et psychique auxquels le sujet attribue des vertus positives : excitation ayant un pouvoir créatif, soulagement d'un sentiment pénible, effet sédatif, antalgique, anxiolytique. L'addiction s'accompagne de croyances permissives, souvent liées à une expérience inaugurale qui a été vécue de façon exaltante.

Elle comporte aussi des croyances interdictrices, liées à la répression sociale et aux risques pour la santé du sujet. Certains stimuli accentuent le risque addictif : l'ennui, le désœuvrement, la présence d'un comparse tentateur, le voyage.

L'addiction sexuelle peut être banale ou extravagante, innocente ou dangereuse, transgressive, illégale, criminelle. Certaines addictions sexuelles sont solitaires, usage de la pornographie et du contact par internet, masturbation, fantasmes ; d'autres nécessitent un ou plusieurs partenaires lors d'une rencontre urgente et rapide, utilisant la prostitution, les lieux échangistes ; d'autres sont paraphiliques, le sadomasochisme, l'exhibitionnisme, la pédophilie. L'addiction sexuelle se développe de façon irrépressible, bien que le sujet en connaisse les inconvénients. Elle prend un caractère exclusif et envahissant, altérant la vie familiale, professionnelle et sociale.

introduction

Nul homme n'est faible par choix.

Vauvenargues

Défini vers les années soixante-dix au sein d'un groupe d'Alcooliques Anonymes de Boston, le concept d'addiction sexuelle a fait ensuite l'objet de publications scientifiques de la part d'Orford (1978), puis de Carnes (1983) qui a élaboré un questionnaire de dépistage. Certains articles ont exposé des observations exemplaires (Myers, 1995). Parallèlement, d'autres psychiatres ont décrit un comportement pathologique de sexualité impulsive et compulsive où l'on retrouve le même besoin irrésistible de passages à l'acte, avec lutte inefficace puis retentissement défavorable sur le contexte social, familial et professionnel (Quadland, 1985 ; Black, 1997). Depuis lors, ces pathologies ont été mieux connues et analysées, puis portées à la connaissance du grand public. Certains acteurs et sportifs, tels Michael Douglas, David Duchovny et Tiger Woods, ont révélé qu'ils avaient entrepris une thérapeutique de désintoxication de ce comportement pathologique.

Le comportement sexuel excessif n'est pas une nouveauté en médecine et en psychiatrie. Ambroise Paré (1510-1590) lui-même décrit le satyriasis, exagération morbide du désir sexuel chez l'homme, Bienville en 1732 la nymphomanie ou fureur utérine, son équivalent chez la femme. Au XIX^e siècle,

des psychiatres proposèrent d'autres appellations et conceptions : l'hypergénéralité pour Gall, la monomanie érotique ou fureur génitale pour Marc, l'hyperesthésie sexuelle pour Krafft-Ebing. Janet suggérait qu'un patient pouvait être tantôt dipsomane, tantôt kleptomane, tantôt érotomane. Cet auteur esquissait déjà une parenté entre les diverses addictions. Enfin Freud et les psychanalystes ont rattaché les excès sexuels chez l'homme à une crainte de l'impuissance et donc à l'angoisse de castration.

La plupart de ces auteurs ne faisaient guère de différences entre l'addiction sexuelle et l'hypersexualité. À l'époque, ces comportements hors normes étaient le plus souvent rattachés à un débordement instinctif constitutionnel dont les romans de Zola, qui insistait sur la notion de dégénérescence, fournissaient des exemples : *Nana*, *La Bête humaine*. Cette clinique a été affinée au cours des trente dernières années. En effet, l'addiction sexuelle n'est plus présentée comme un dérèglement déraisonnable réservé à des sujets psychotiques ou handicapés mentaux, mais bien comme une pathologie qui peut toucher de façon inattendue des sujets jusque-là équilibrés. L'étiologie génétique et biologique s'est éloignée pour faire place à des conditionnements de nature personnelle ou culturelle.

Par ailleurs, l'approche cognitive et comportementale du trouble en a permis une meilleure analyse, puis une thérapie adaptée. Si nous reprenons le principe d'une analogie avec la dépendance alcoolique, nous pouvons comprendre l'addiction sexuelle de la manière suivante.

Le sujet se trouve en état de souffrance pour diverses raisons : événement pénible, déception, rupture, ennui,

lassitude, solitude. Aussitôt, des pensées et des fantasmes apparaissent dans son esprit : il croit que la consommation de l'acte sexuel pourra lui procurer un soulagement, même temporaire. Cet acte sexuel fantasmé peut se proposer de façon plus ou moins excitante, éventuellement dynamisé par des déviances comme le sado-masochisme, l'exhibitionnisme, le voyeurisme. Alors se livre dans son esprit un combat lui-même angoissant entre des forces facilitatrices (il suffit de donner un coup de téléphone, de se rendre dans un bar spécialisé, plusieurs de ses amis partagent les mêmes habitudes) et des forces interdictrices (honte, crainte de l'inefficacité, perte de temps et d'argent). L'anxiété augmente d'un cran supplémentaire et le sujet se décide finalement à passer à l'acte. Une fois celui-ci accompli, il constate que le malaise initial n'a pas complètement disparu. L'addiction est par définition inefficace et la frustration va renforcer les idées dépressives, la solitude, l'ennui. Un peu plus tard le cycle recommence. L'ensemble du processus, le caractère impérieux de la séquence, le résultat décevant, l'amertume finale sont infiltrés de souffrance. Il s'agit bien d'une pathologie dont les circonstances de survenue, le déroulement, les conséquences et la thérapeutique seront abordés dans les pages suivantes. Un événement sexuel inaugural vécu de façon intense, parfois suggéré par un personnage tentateur, a pu jouer un rôle déclenchant. L'addictif voudra retrouver cette illumination première, à la façon du joueur qui espère revivre son premier gain.

L'addiction sexuelle et le comportement sexuel impulsif et compulsif, qui prennent très vite un caractère ritualisé et appauvrissant, ne sauraient être confondus avec l'hypersexualité. Celle-ci, en effet, peut s'intégrer dans une réalis-

tion harmonieuse et profitable, en compagnie d'un conjoint qui partage les mêmes intérêts. Mais cette fois-ci, la fantaisie, la variété et la sensualité feront partie du programme. La complicité, la familiarité, voire la tendresse sont au rendez-vous. Et la satisfaction heureuse des relations sexuelles – qui laisse dans la mémoire un sentiment de satiété – permet si besoin de moduler le rythme des actes. Le plaisir réussi enrichit les archives érotiques des amants.

Ce livre n'est donc pas destiné à prêcher une morale normative de la sexualité. La variété et les expériences font partie de la vie sexuelle harmonieuse et contribuent à l'art d'aimer. Toutefois, comme toutes les addictions, l'addiction sexuelle risque de se trouver alimentée par des propositions d'obtention immédiate du plaisir. Celles-ci d'ailleurs, qu'il s'agisse de pornographie, de rencontres ultrarapides, d'objets masturbatoires, ne constituent pas en elles-mêmes un plaisir sexuel complet. Il y manquera la plénitude d'une relation personnalisée.

L'addiction sexuelle peut concerner des actes délictueux. Il s'agira ici d'exhibitionnisme, de pédophilie, de viols, de meurtres sexuels. Le processus sera le même, avec une pression profonde alimentée par des fantasmes, souvent déclenchés par une occasion providentielle. Toutefois, le domaine de la délinquance sexuelle est hétérogène. Au passage à l'acte motivé par le désir obsédant, il faut ici ajouter des pathologies qui comportent une opposition sociale, des déficits relationnels, des émotions négatives, voire des idées de persécution.

QU'EST-CE QUE
L'ADDICTION
SEXUELLE ?

« Il n'y a pas de différence entre l'addiction sexuelle et l'hypersexualité. »

Faire l'amour sans arrêt, changer de maîtresse tous les jours, cela rend idiot. Tu parlais tout à l'heure de maffia, d'initiés, de société secrète du plaisir. Je connais des gens qui y sont affiliés. Ce sont d'atroces raseurs.

Jean Dutourd, *Les Horreurs de l'amour*

Chacun d'entre nous se fait de l'amour et de la sexualité une conception personnelle. Elle est issue de notre éducation et de notre expérience, au sein de notre famille, lors de la fréquentation de nos camarades d'école, puis dans la convivialité estudiantine et professionnelle. Le monde culturel, publicitaire, esthétique, littéraire, télévisuel y ajoute ses images et ses messages. Progressivement des représentations se façonnent, étayées par quelques intrigues et rapprochements, des conversations, des lectures, tout cela qui démêle peu à peu et organise un univers qui demeure toute la vie à la fois fascinant et mystérieux. Ce n'est pas une question que l'on épuise, elle renaît sans cesse, au gré des événements, heureux ou malheureux, des côtoiements et des rencontres. Les découvertes de la puberté naissante précéderont celles des premières fréquentations, le flirt, les séductions et les déceptions, puis ce sera la conjugalité, avant que l'âge apporte d'autres mœurs, considérations et réflexions. Des concepts aussi importants que l'admiration, le désir, la tendresse, la sympathie demeurent en perpétuel remaniement. Ils abou-

tissent à l'amour et à la vie sexuelle, l'ensemble constituant le domaine sentimental.

Amour et sexualité ne se constituent pas que de représentations. Ils sont aussi l'occasion de comportements et de mœurs, tout cela qui, là aussi, se façonne au cours de l'existence. La fidélité, les aventures, les incursions au sein de destins inattendus apportent leur lot d'expériences et de souvenirs. Émotions et vagues affectives parcourent ce vaste domaine, dont il faut au bout d'un certain temps reconnaître qu'il apporte beaucoup d'enrichissements, mais aussi des souffrances et des amertumes. Que l'autre ne soit pas un objet ou un automate est une bonne et une mauvaise affaire. Il n'est pas prévisible, il peut émerveiller ou décevoir, s'oppose et résiste plus souvent qu'attendu, source d'ennuis ou de grâce au gré des jours, des heurs et des malheurs de l'existence. Mais de toute façon, il est variable, mobile, souple ou résistant. S'il existe un contrat de mariage, il n'existe pas pour autant un contrat d'amour ou de sexualité. L'autre peut trahir, s'enfuir, disparaître, connaître la maladie, la défiguration ou la déchéance.

Dans le cours de la deuxième ou de la troisième décennie de la vie, chacun pense avoir à peu près fixé son capital de croyances et de perspectives dans le domaine sentimental. Il se croit en sécurité, et c'est assez souvent le cas. Il vit en couple, il a fondé avec son conjoint un répertoire de gestes, d'échanges et de croyances, une petite république homogène et stable où se renouvellent les actes de la vie quotidienne.