

# ABORDER LA SEXUALITÉ EN RÉADAPTATION : pas facile pour tous les intervenants. Comment s'y prendre?



Zoé Vourantoni  
Sexologue  
Direction des programmes clientèles

# PARTAGEZ-VOUS MON ÉTONNEMENT?

L'accueil VS le vécu

# OBJECTIFS DE LA PRÉSENTATION

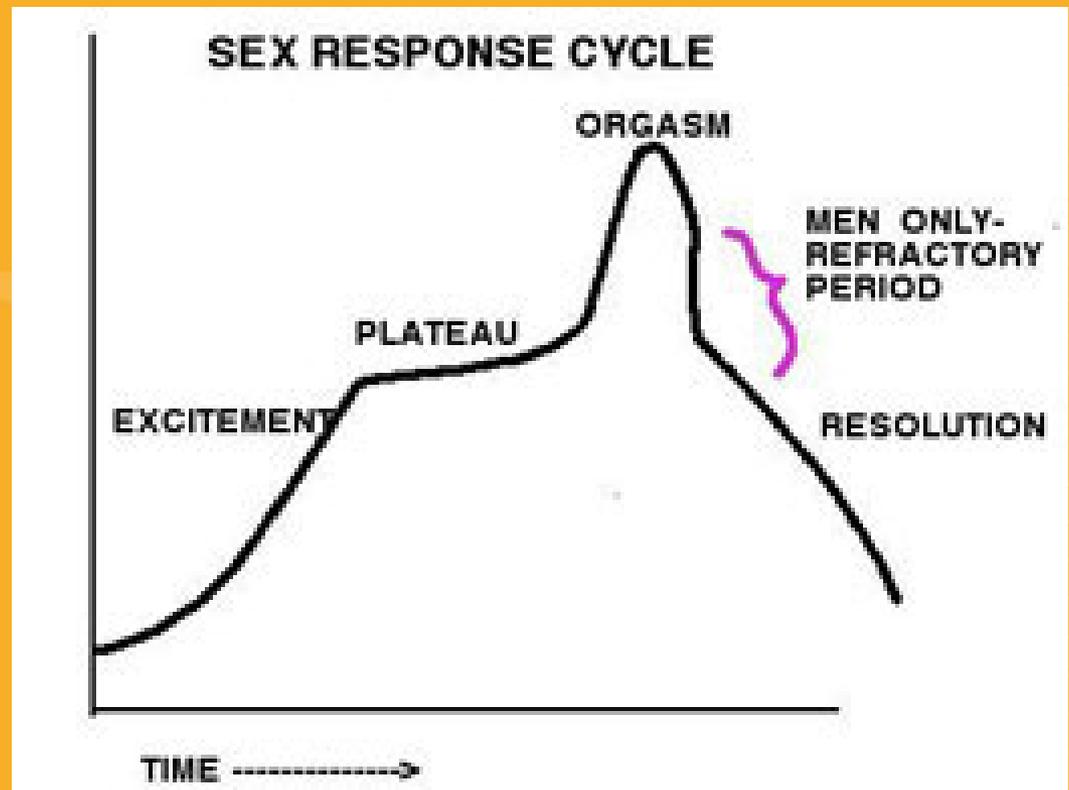
- Comprendre la réponse sexuelle
- Connaître les perturbations possibles à cette réponse
- Les facteurs menant à ces difficultés sexuelles
- En tant qu'intervenant, questionner ses forces/faiblesses à aborder/traiter la sexualité
- Intégrer des moyens pour répondre à ce besoin chez les usagers en réadaptation

# LA SEXUALITÉ, UN BESOIN

- Sexualité : intégrale à l'humanité  
*(Couldrick 1998)*
- Sexualité : composante importante dans le bien-être global de l'individu  
*(Davis 2006, Sengupta 2008)*

# PHASES DE LA RÉPONSE SEXUELLE

- Désir
- Excitation
- Plateau
- Orgasme
- Réfractaire  
(hommes uniquement)
- Résolution



# DIFFICULTÉS POUVANT ÊTRE LIÉES À LA SEXUALITÉ

- Liées à :
  - Blessure médullaire
  - Maladie évolutive
  - AVC/Encéphalopathie
  - TCC
  - Douleur chronique
  - Autre
- Conséquences proviennent des modifications corporelles, du traitement, des réactions psychologiques de l'individu et/ou de l'effet sur le couple, la confiance à fréquenter.

# DIFFICULTÉS ASSOCIÉES À CHAQUE PHASE

## ■ Désir

- Baisse, absence désir sexuel
- Diminution de l'utilisation de fantasmes

## ■ Excitation

- Ralentissement de la réponse sexuelle
- Diminution/Modification des sensations
- Diminution/Insuffisance de la lubrification
- Difficultés érectiles
- Éjaculation précoce
- Vaginisme
- Dyspareunie

# DIFFICULTÉS ASSOCIÉES À CHAQUE PHASE (suite)

- Orgasme
  - Anorgasmie/Difficulté à atteindre
  - Éjaculation retardée/Anéjaculation
  - Diminution de la sensation orgasmique

# COMMENT LA RÉADAPTATION MODIFIE LA SEXUALITÉ?

À différents niveaux :

- Physique
- Psychologique
- Relationnel

# COMMENT LA RÉADAPTATION MODIFIE LA SEXUALITÉ?

Au niveau physique :

- Conséquence du diagnostic
- Douleur/Fatigue
- Traitement
- Modification capacité physique/niveau d'énergie
- Répertoire sexuel préférentiel devenu impossible/désagréable

# COMMENT LA RÉADAPTATION MODIFIE LA SEXUALITÉ?

Au niveau psychologique :

- Peurs
  - Douleur
  - Rejet
  - Échec
- Diminution de l'estime de soi
- Altération de l'image corporelle
- Diminution du désir sexuel
- Déception des modifications corporelles, découragement

# COMMENT LA RÉADAPTATION MODIFIE LA SEXUALITÉ?

Au niveau relationnel :

- Déséquilibre
- Rôles de soignant/soigné
- Sentiment de dépendance
- Frictions dues à l'irritabilité
- Distance entre les conjoints (physique et/ou émotionnelle)
- Amplifie des problématiques présentes avant

# ACCUEILLIR/INTERVENIR SUR DES SUJETS SEXUELS

Difficultés vécues ou anticipées?

# LES PEURS ANTICIPÉES

- Peur d'intimider
- Être mal à l'aise/laisser paraître son inconfort
- Jugement (bien intentionné)
  - Pas la priorité pour l'instant
  - Trop vieux
  - Célibataire donc non nécessaire
- Peur d'être sans solutions
- Inadéquat/déplacé
- Autres?

# ACCUEILLIR/INTERVENIR

- Se rappeler
  - Homme : être sexué
  - Réadaptation affecte fonction sexuelle directement ou indirectement
  - Si l'utilisateur aborde le sujet avec vous, c'est signe d'une bonne alliance de travail et de la confiance qu'il vous accorde
- Entendre la souffrance, accueillir l'utilisateur
- Légitimer, normaliser la plainte

# ACCUEILLIR/INTERVENIR (suite)

- **Propos clairs, non ambigus**
  - Donner de l'information simple et claire
  - Utiliser les bons termes
- **Être authentique et transparent**
- **Nommer ses limites**
  - Pas son domaine d'intervention
  - Difficulté à entendre les détails...
- **Si vous êtes gêné, IMAGINEZ l'utilisateur!**
- **Rappel : pas gênant d'aborder fonction d'élimination, mais le sexe, oui. Pourquoi?**

# STRATÉGIES D'INTERVENTION

- Développer une stratégie en équipe
- Parler systématiquement de la sexualité
  - La répétition facilite
- Aborder les changements sexuels possibles comme toutes les autres modifications
- Questionner directement l'utilisateur sur cet aspect de sa vie
- Attention à ses valeurs : c'est à lui de choisir ses priorités

# STRATÉGIES D'INTERVENTION (suite)

- Si possible référer l'utilisateur en sexologie
- Si ce n'est pas possible :
  - Normaliser calme beaucoup
  - L'écoute peut déjà solutionner une part d'anxiété
- Encourager l'utilisateur à parler à son médecin
  - Effet médication
  - Compréhension condition médicale

# STRATÉGIES D'INTERVENTION (suite)

- Oubliez qu'il s'agit de sexualité pour quelques instants et retournez à vos bases
  - Communication
  - Affirmation de soi
  - Écoute active
  - Développement de l'identité personnelle/de genre
  - Estime de soi
- Travailler en multidisciplinarité
  - Consulter collègue
  - Demander de la supervision
- Rappelez-vous: il s'agit d'une problématique comme les autres

# SOLUTIONS PLUS CONCRÈTES POUR LES BRAVES

- Pour l'INDIVIDU
- Pour le COUPLE
- Modifier l'ENVIRONNEMENT
- Modifier l'EXÉCUTION

# SOLUTIONS POUR L'INDIVIDU

## ■ Intervention matérielle

### ➤ Médication

- Viagra, cialis, lévitra, antidépresseur pour l'éjaculation précoce

### ➤ Aide technique

- Injection intrapénienne, pompe à vide, lubrifiant, éros CTD, garrot pénien, vibromasseur...)

# SOLUTIONS POUR L'INDIVIDU (suite)

- Responsabilisation
- Réapprivoisement corporel
- Techniques de relaxation
- Se permettre l'erreur et l'imperfection
- Flexibilité/Créativité
- Prendre connaissance des facteurs aidants
- Humour

# SOLUTIONS POUR LE COUPLE

- Communiquer (avant, pendant et après) au « JE »
- Séduire, réintroduire sensualité
- Explorer/Faire différemment
- Répertoire sexuel large
- User de l'humour
- Préparation/Planification
- Plan B

# SOLUTIONS POUR L'INDIVIDU ET LE COUPLE

- Redéfinir les objectifs
  - PLAISIR (Non orgasme!!!!!!)
  - Intimité/Connexion
  - Temps de qualité

# SOLUTIONS POUR MODIFIER L'ENVIRONNEMENT

- Support (oreillers, serviettes)
- Pallier la fonction sexuelle (lubrifiant, vibrateur, garrot pénien...)
- Choisir le meilleur lieu (lit, chaise, divan, plancher)
- Varier les positions

# SOLUTIONS POUR MODIFIER L'EXÉCUTION

- Tranquillement, réapprendre à être érotique avec soi et avec l'autre
- Choisir le moment
- Courage
- Essayez et réessayez

# RÉFÉRER EN SEXOTHÉRAPIE

- Éducation sur modifications corporelles
- Information sur interventions possibles
- Travail psychologique au niveau des affects, des cognitions, de l'identité de genre...
- Travail sur la communication au sein du couple
- Accompagnement durant des essais pharmaceutiques
- Encourager la modification des habitudes sexologiques et l'exploration

QUESTIONS?