

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

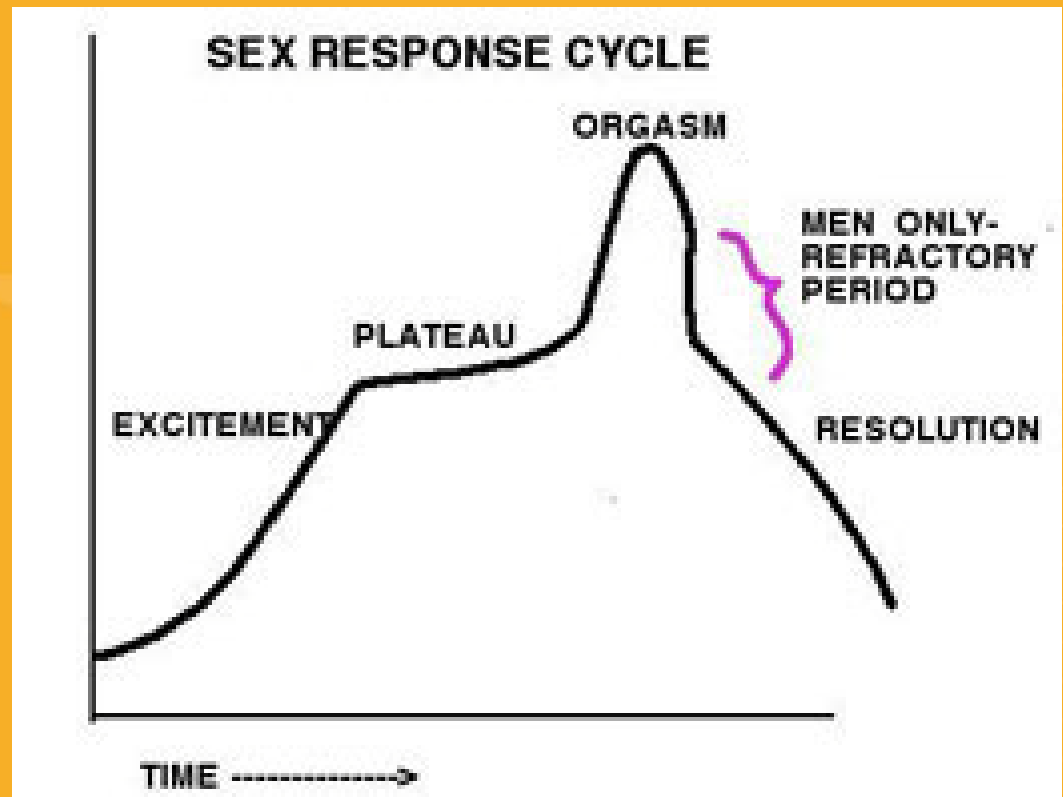
- Comprendre la réponse sexuelle
- Connaître les perturbations possibles à cette réponse
- Les facteurs menant à ces difficultés sexuelles
- En tant qu'intervenant, questionner ses forces/faiblesses à aborder/traiter la sexualité
- Intégrer des moyens pour répondre à ce besoin chez les usagers en réadaptation

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?