

COÏTOPHOBIE Peur du coïte

La **phobie du coït** comme la génophobie, le vaginisme ou l'érotophobie caractérise la peur du désir sexuel. Cette peur arrive souvent suite à un **abus sexuel** subit durant l'enfance. La phobie du coït ou du **désir sexuel** se caractérise par une peur du contact intime, du toucher et même la simple vue d'une scène de séduction dans un film. Ce genre de phobie isole la personne socialement et affecte les relations et les rapports amoureux. La phobie du coït touche autant les hommes que les femmes. Comme le vaginisme, elle entraîne des conséquences sur la vie de la personne qui en souffre et son rapport à l'amour.

Qu'est-ce que la phobie du coït ?

La phobie du coït est une **peur irrationnelle** au même titre que la phobie des trous. Elle est cependant caractérisée par la peur de son propre désir sexuel. La personne qui en souffre ressent un sentiment de **gêne extrême** et d'inconfort dès qu'elle sent le désir sexuel monter en elle. Cette peur peut être provoquée aussi par le simple fait d'attiser le désir sexuel chez le partenaire. La phobie du coït touche autant les hommes que les femmes. Cette peur du désir sexuel est souvent liée à un traumatisme comme un abus durant l'enfance ou l'adolescence.

Comment se manifeste la peur du désir sexuel ?

La personne qui souffre de phobie du coït refuse tout contact physique. Le simple toucher peut entraîner des symptômes de peur panique. Elle évite tout contact qui pourrait laisser la place à un éventuel désir sexuel comme **un baiser** ou **une caresse**. La phobie du désir sexuel provoque une fuite de la personne de toute relation. Si elle ressent le moindre sentiment ou signe de désir sexuel, la personne se laisse alors envahir par des symptômes tels que :

- des sueurs ;
- des frissons ;
- une accélération du rythme cardiaque ;
- des nausées ;
- des vertiges.

Une véritable crise d'angoisse et de panique peut se manifester même à la vue d'une scène romantique dans un film. La moindre parole à connotation sexuelle peut également engendrer cette peur irrationnelle. **L'impact** sur la vie sexuelle de ces personnes est donc considérable.

Le désir de l'autre dégoûte la personne qui souffre de phobie du coït. Mais elle se sent responsable de ce désir et donc développe une forme **de culpabilité** en plus de son angoisse. Elle n'arrive pas à faire la différence entre son propre désir et celui de l'autre.

Quelles sont les causes de la phobie du coït ?

Les causes qui peuvent provoquer la peur du désir sexuel sont bien souvent :

- un **abus sexuel** durant l'enfance ou l'adolescence ;
- un **abus visuel** comme un exhibitionniste, une masturbation, un acte sexuel

La phobie du désir sexuel s'installe souvent durant l'adolescence, mais elle arrive également à l'âge adulte. Suite à un traumatisme lié à un adultère, la personne peut développer une peur des rapports sexuels et même de l'amour tout simplement.

Existe-t-il d'autres phobies sexuelles ?

Il existe d'autres phobies sexuelles que la phobie du coït comme :

- **le vaginisme** qui se caractérise par la peur de la pénétration. Lorsqu'une personne souffre de vaginisme, les rapports sexuels deviennent très compliqués et douloureux. La femme qui souffre de vaginisme contracte de manière involontaire les muscles de son vagin, ce qui empêche la pénétration ;
- **la génophobie** est la peur du sexe en général. La génophobie entraîne un blocage et même un rejet de la sexualité dans son ensemble ;
- **l'érotophobie** est la peur de parler de sexe. Une panique s'installe dès que la conversation tourne autour du sexe et de la sexualité en général.
-

Ces 3 peurs avec la phobie du désir sexuel sont les angoisses liées au sexe les plus connues.

Comment traiter la phobie du coït ?

La phobie du désir sexuel se traite comme toutes les autres phobies. Que ce soit pour la phobie des pigeons, la phobie du coït, le vaginisme ou même encore la phobie de dépenser de l'argent, toutes ces peurs peuvent être prises en charge et soignées. **La thérapie** est généralement le meilleur moyen d'aider les femmes ou les hommes dans ce genre de phobie. Que ce soit avec l'hypnose, la thérapie EMDR ou encore la thérapie comportementale, le psychologue est le professionnel de la santé le plus adapté pour aider.

Ne laissez pas votre angoisse vous dépasser et vous isoler des personnes que vous aimez.
Demandez l'aide d'un thérapeute pour vous laisser la chance de vivre une véritable histoire
d'amour !

© <https://www.psychomons.com/phobie-coit/>