

# VAGINISME

## Définition du VAGINISME

Le vaginisme est l'impossibilité constante pour une femme d'être pénétrée par son partenaire, du seul fait d'une peur incontrôlable, presque phobique, de la pénétration.

De la définition du vaginisme sont exclues les malformations vulvo-vaginales qui nécessitent un traitement chirurgical et qui peuvent rendre, également, la pénétration impossible.

Le vaginisme, contrairement à la dyspareunie (douleur lors de la pénétration), existe, le plus souvent, depuis la première tentative de pénétration qui, comme les suivantes, s'est soldée par un échec. D'autre part, dans le vaginisme, la peur de la pénétration est beaucoup plus forte et plus incontrôlable que dans la dyspareunie. Dans le vaginisme il s'agit d'une peur presque phobique de la pénétration.

## Fréquence du VAGINISME

Ce problème est beaucoup plus fréquent qu'on ne le pense : En plus de 25 ans de consultations de hypnothérapie, j'ai eu à traiter, à mon cabinet, une centaine de cas de vaginisme avec 99% de réussite. Contrairement à ce que l'on pourrait penser, le vaginisme est la dysfonction sexuelle qui se traite le mieux, et qui donne le maximum de pourcentage de réussite !

Depuis que je travaille sur le Net, le nombre de femmes disant souffrir de vaginisme a considérablement augmenté. Je pense que cela tient au fait qu'il est plus facile, pour une femme, de parler de son vaginisme sur le Net, qu'en consultation !

Les couples qui me consultent vivent ensemble depuis 3 à 5 ans, sans jamais avoir réussi une pénétration vaginale ! Le motif de la consultation est le plus souvent en rapport avec un désir de grossesse car, une femme souffrant de vaginisme, peut avoir une sexualité épanouie par les seules caresses externes.

## Aspects cliniques du VAGINISME

Sur la table d'examen du Gynécologue, le comportement de la femme souffrant de vaginisme est caractéristique : recul de la femme dès l'approche du spéculum, et quasi impossibilité de toucher la vulve et d'écarter les lèvres, avec le spéculum ou le doigt.

Tout le comportement de la patiente est bien celui d'une peur presque panique, à la seule idée que le gynécologue puisse introduire un spéculum dans le vagin ou faire un toucher vaginal.

Avec un partenaire, le comportement de la femme qui souffre d'un vaginisme, est identique : peur panique de la pénétration.

## Mécanismes physiologique du VAGINISME

Il peut se résumer en quelques mots : la peur "phobique" de la pénétration déclenche un double verrouillage vaginal : d'une part une gestuelle de recul et de fermeture des cuisses, et, d'autre part, une contraction involontaire des muscles qui entourent le vagin. Si la première barrière gestuelle est tombée, la contraction de ces muscles ferme l'entrée du vagin, rendant ainsi la pénétration impossible.

## Causes les plus fréquentes du VAGINISME

Les causes du vaginisme sont nombreuses mais les plus fréquentes sont les suivantes :

- soit une éducation , durant l'enfance, particulièrement dévalorisante en ce qui concerne la sexualité, avec de forts interdits (interdit de la nudité, des caresses affectueuses parentales, de la masturbation etc.).
- soit une culpabilité liée à des attouchements incestueux ou pédophiles durant l'enfance.
- soit une première tentative de rapports sexuels particulièrement douloureux ou psychologiquement traumatisants.
- soit, plus généralement, toutes violences sexuelles quel que soit l'age.
- enfin, plus rarement, c'est une longue période de dyspareunie qui pourra évoluer vers un vaginisme secondaire.

En fait très souvent aucune cause n'est retrouvée pour expliquer le vaginisme dont souffre la patiente et seule une psychothérapie pourrait, éventuellement, retrouver une origine psychologique comme facteur déclenchant. Notez que, si la psychothérapie peut être une aide pour comprendre l'origine de ce problème, le plus souvent elle ne le résoudra pas !

Ce qu'il faut bien comprendre c'est que le vaginisme, contrairement à la dyspareunie, est d'origine essentiellement psychologique, et presque toujours primaire, c'est à dire que la patiente n'a jamais été pénétrée par un partenaire.

### **Conséquences du VAGINISME sur la vie du couple**

Comme je l'ai dit plus haut, le motif de la consultation d'une femme souffrant de vaginisme est le désir de grossesse, et le vaginisme a pour conséquence l'impossibilité d'avoir un enfant de manière naturelle.

Le partenaire d'une femme présentant un vaginisme est presque toujours très gentil et très doux et il se satisfait, lui aussi, durant les premières années de vie commune, d'une sexualité externe au vagin. Ce n'est que tardivement que son désir non réalisé de pénétration vaginal, ainsi que son désir, pour lui aussi, d'avoir un enfant, pourra entraîner une séparation du couple.

### **Traitement du VAGINISME**

Notez d'abord qu'une psychothérapie peut être un complément utile, mais dans la plupart des cas, la psychothérapie seule ne résoudra pas le problème de la pénétration, mes L'Approche Véniez le résoudra.

Ce traitement peut être entrepris même si vous êtes seule actuellement mais, si vous avez un partenaire, son aide sera particulièrement utile pour résoudre plus rapidement votre problème.

Donc, ayez confiance en vous et en l'aide que je vous apporterai, et surtout ne laissez pas le temps passer, en espérant que cela s'arrangera sans rien faire, car votre partenaire se lassera de cette situation et, plus longtemps ce problème durera, plus vous manquerez de confiance en vous pour le résoudre.