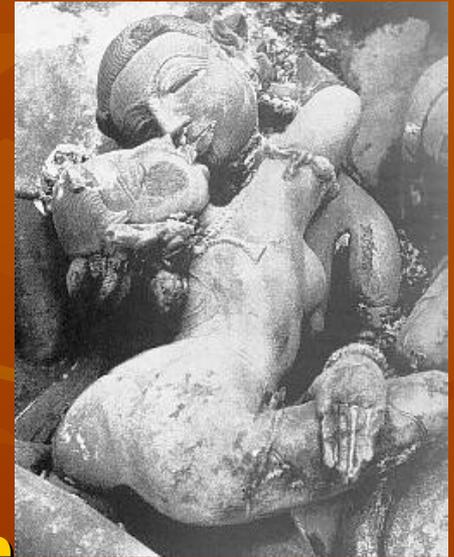


Counselling en sexologie

Mme Dominique DERAITA
Thérapeute de couple et de famille
Sexologue clinicienne Béziers
www.sexologue-beziers.fr



DEFINITION

« Le counseling »(US) ou « counselling »(UK) :
forme d'accompagnement psychologique et social,

désigne une situation dans laquelle deux personnes (ou un couple et une personne) entrent en relation,

l'une (ou le couple) **faisant explicitement appel à l'autre en lui exprimant une demande aux fins de traiter, résoudre, assumer un ou des problèmes qui la concerne. »**

(Catherine Tourette-Turgis dans « Le counseling », 1996, Que sais-je ?)



UN SUIVI A VISEE THERAPEUTIQUE

Points communs au développement du counseling peuvent être résumés par l'importance accordée :

- aux **méthodes actives** dans la relation d'aide
- à la **croissance dans le potentiel** de l'individu ou du couple
- à la **croissance au changement** dans un **délai bref**.

et aussi :

- **À l'établissement d'une relation où l'empathie l'emporte sur l'autorité, où le présent l'emporte sur le passé lointain**
- **à l'environnement comme facilitateur du changement et de l'évolution personnelle.**

OBJECTIFS

- aussi le counseling vise à **aider la personne à développer sa singularité** et à accentuer son individualité.
- les grands textes du counseling font tous référence à la **responsabilité de la personne vis-à-vis d'elle-même, d'autrui et de son environnement.**

LE CONSEIL CONJUGAL EN FRANCE

1961, l'Association Française des Centres de Consultation Conjugale (AFCCC)

va développer (autour du psychiatre et psychanalyste **Jean Lemaire**) le counseling auprès des couples

Ce courant de counseling va intégrer des concepts issus de la psychanalyse, de la psychosociologie des groupes et d'auteurs comme **Moreno, Rogers et Lewin.**

HISTORIQUE

Counselling sexuel : plusieurs origines

- Contribution des **sciences naturelles** : **biologie et physiologie de la réaction sexuelle (Masters et Johnson)**, **concept de cycle sexuel : *désir, excitation, orgasme et régression.* (Kaplan)**
- Contribution **psychanalytique** : **les conflits intra psychiques conscients et surtout inconscients entre désir et peur.**

➤ **Psychologie cognitive et thérapie comportementale :**

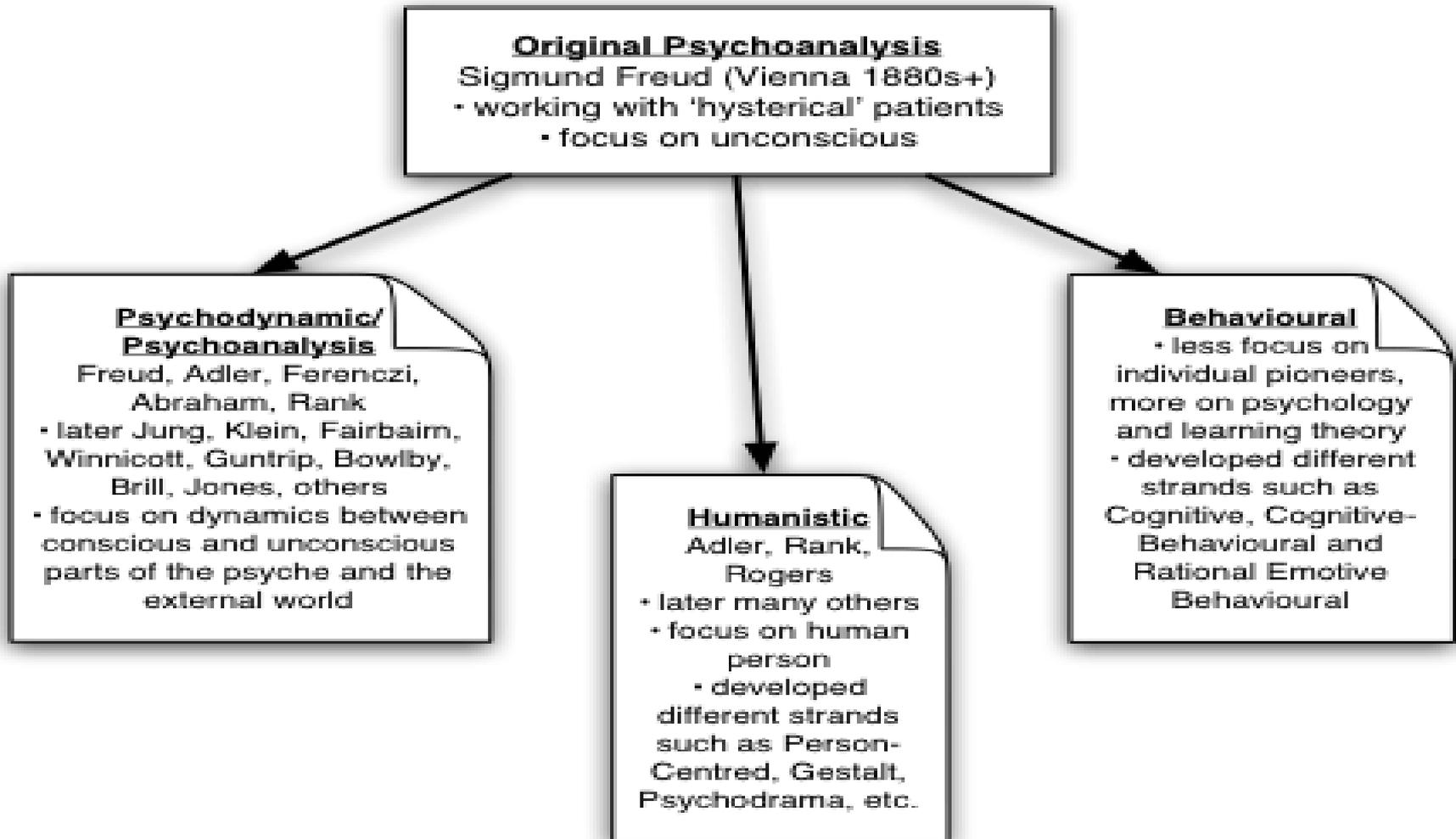
processus de l'apprentissage, le modèle de base est celui du «**conditionnement opérant**» : le cycle formé par les éléments du stimulus : **cognition, réaction, contingence ou renforcement**

➤ **Thérapie systémique :**

la dernière à avoir rejoint cette constellation multidisciplinaire.

L'aspect mis en évidence ici est la représentation de **la sexualité comme phénomène interpersonnel et interactif.**

HISTORIQUE 2



CADRE ACCOMPAGNEMENT

- Une **relation d'aide en situation**.
apporter une aide ?????, une facilitation, à un groupe ou une personne **dans son contexte propre**.
- S'exerce dans **l'ici et le maintenant de la réalité sociale ?????**
dans tous les domaines de la vie personnelle, professionnelle et collective.
- S'applique **à toutes les dimensions bio-psycho-sociologiques de la personne????**.

(Françoise Ducroux-Biass - Qu'est-ce que le counselling ?)

CONCEPTS de base

➤ **Le psychologue américain Carl Rogers 1902- 1987**

➤ **Appelé à l'origine « client-centered »
ou « person – centered »
centrée sur l'expérience de la personne**

(CounsellingResource.com)

Carl Rogers (1902 – 1987)

conteste toute idée de méthode de psychothérapie et considère



➤ **qu'il s'agit avant tout d'une rencontre entre un client et un « counsellor »**

quelles sont les différences avec la thérapie

FACTEURS OPÉRANTS DE LA PART DU COUNSELLER ???

- **ses dispositions profondes envers le patient,**
- **son degré plus ou moins grand de disponibilité à l'égard de ses propres émotions et de celles du patient,**
- **son degré d'authenticité**
- **sa cohésion interne.**

- **La théorie de base est que chaque individu a les ressources nécessaires à sa propre croissance**
- **Le counselling cherche à créer les 3 conditions nécessaires pour aider à la manifestation de cette croissance :**
 - **regard inconditionnel et positif**
 - **empathie**
 - **congruence????**



➤ **Regard inconditionnel et positif :**
Accueil de l'autre sans jugement

Le sentiment d'être totalement accepté va libérer la parole induire un sentiment de reconnaissance.

L'expérience de la personne a une valeur profonde, elle est sa réalité. Elle n'est pas remise en question ou étiquetée mais **acceptée.**

➤ **Empathie**

Capacité à montrer à l'écouté qu'il est profondément compris

Saisir l'expérience intérieure de la personne et la partager

Entrer entièrement, complètement et avec sympathie dans son cadre de référence

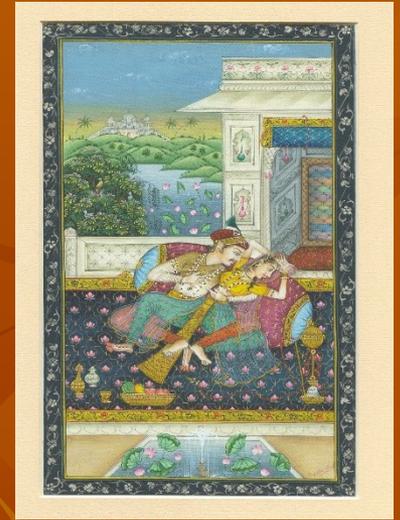
Comprendre exactement le sens qu'ont les paroles d'un client

➤ **Congruence**

La dimension de la congruence s'actualise par une recherche de concordance entre ce qui est exprimé, expérimenté et conscientisé

Il s'agit d'être ouvert à son expérience pour trouver comment être en relation de manière adéquate, personnalisée, souple, authentique

Les techniques de reformulation



- permettent à l'écoutant de vérifier
- si sa compréhension est juste
 - donne ainsi conscience à l'écouté du désir d'aider de l'écoutant
 - et le sentiment de se sentir compris va l'aider, en confiance, à aller plus profondément explorer ce qui se passe en lui.

COUNSELLING systémique

- **La perspective systémique**
sexualité conçue comme un vaste système de communications et d'interactions (causalité circulaire)
un ensemble cohérent de règles et de concepts, une sorte de logique de la communication.
- **Vus sous l'angle systémique :**
problèmes sexuels = résultat des capacités d'autorégulation du système.

➤ **Consultation :**

Le conseiller cherche à comprendre les règles et les types d'interactions entre partenaires : technique de l'interrogation circulaire.

Cette position permet d'introduire des informations ou des prescriptions nouvelles pour améliorer la communication : la connotation positive, la redéfinition ou l'injonction paradoxale.

Tout au début du travail diagnostique, il est indispensable de définir le(s) sous et super-système(s) et le(s) contexte(s) du ou des problèmes sexuels.

COUNSELLING systémique 2

- **Le problème sexuel comme solution ???**

La sexualité humaine vue

- **comme système complexe**
- **produit sans cesse de nouveaux états d'équilibre**
- **entre des forces dynamiques antagonistes issues de différents sous-systèmes**

COUNSELLING systémique 3

- Tous ces éléments interagissent d'une façon systémique en créant une situation actuelle qui peut être qualifiée de **solution primaire**.
Solution primaire : le système a trouvé une homéostasie et une stabilité actuelle.
- Considéré sous cet angle, le symptôme peut être lu en même temps comme une recherche de solution (sous-optimale).

Mises en situation

- **N° 1 – Mme : 70 ans – n'a plus de désir –**

2^{ème} compagnon depuis 12 ans – divorcée d'un commun accord d'un homme très gentil mais terne – relations sex. sans pb avec lui (35ans)

Mr : 69 ans - ne vient pas parce que c'est juste le pb de Mme – lui veut des RS très souvent – pas de préliminaires – n'entend pas quand Mme lui dit que sa façon de faire avec elle ne convient pas et qu'elle subit les RS – elle veut se séparer si ça continue – il semble que ça –

1^{ère} consultation : quelles sont les questions que vous posez ? – comment vous finissez l'entretien ?



- **N°2 : Mr 45 ans divorcé, père de 2 ados et Mme 30 ans pas d'enfant, 1^{ère} vie de couple. En couple depuis 5 ans**
- **Viennent parce que leur vie sexuelle est « en berne »**
- **Ont eu une vie sexuelle libre et riche entre eux depuis le départ – Mr est très attentif, très doux et prend son temps et sait contrôler son éjac. Ils essaient d'avoir un enfant depuis 4 ans.**
- **S'adorent mutuellement (au sens littéral du terme) – Mme a envie dans la journée (elle vient d'ouvrir son salon de coiffure) mais ça s'effondre quand elle rentre le soir : la pénétration ça la fatigue- Mr se plaint que Mme n'est plus femme comme au début de leur relation. Il est employé pompes funèbres chez son ex –épouse ; a des permanences les week end et pourtant se charge des travaux ménagers et des repas pour ménager sa jeune épouse. Elle dit qu'elle a besoin de temps de Papa (a été orpheline à 11 mois) Il dit qu'il attendra que Mme retrouve sa disponibilité pour la sexualité le temps qu'il faudra – C'est elle qui s'inquiète de l'absence de RS entre eux.**
- **Quelles sont vos pistes de travail ? Comment allez vous leur proposer au 4^{ème} rdv ?**

bibliographie

- **Le Counselling : stratégies et interventions** (Pierre Poirier – Evelyne Gagné)
- Série TV : « **Masters of Sex** » 2013-2016
- Revue Médicale Suisse(2294) : **COUNSELLING SEXUEL : ASPECTS SYSTEMIQUES** (J. Bitzer)

LES NIVEAUX D'INTERACTIONS

➤ **Au niveau biologique**

**instincts de reproduction,
d'autoconservation, de processus
physiologiques d'excitation ou de
détente.**

➤ **Au niveau intrapsychique**

**dynamique entre le plaisir et la
peur, entre le désir et l'interdit.**

- **Au niveau interpersonnel**
plusieurs conflits interagissent : autonomie versus dépendance, proximité versus distance, donner versus recevoir, pouvoir versus impuissance, etc.
- **Au niveau familial**
forces conflictuelles autour du temps, de l'attention, des rôles, du statut hiérarchique, etc.
- **Au niveau social**
règles et normes de la langue et de la culture qui forment la trame de l'expérience sexuelle de chacun.

Bénéfices attendus

- Decreased defensiveness
- Increased ability to express themselves
- Improved relationships with others
- Increased self esteem

(CounsellingResource.com)