

# La sexologie : science des plaisirs sexuels, science des orgasmes

*Sexology: the science of sexual pleasure, the science of orgasms*

Brice Gouvenet<sup>1</sup>, Frédérique Courtois<sup>2</sup>, Françoise Adam<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Rédacteur en chef

<sup>2</sup> Membre du comité de rédaction

<sup>3</sup> Rédactrice en cheffe adjointe

Dans les précédents éditoriaux, nous avons souligné que la sexologie ne pouvait se restreindre à un ensemble d'applications orientées vers la seule prévention/réduction des risques sexuels, au risque d'en appauvrir la substance. La sexologie – discipline que nous souhaiterions académique et institutionnalisée – œuvre en faveur de l'accès à la santé sexuelle pour tous·et toutes en interrogeant les plaisirs sexuels dans leur complexité, au sens morinien du terme (Morin, 2005). Ainsi posé, le paradigme sexologique nécessite de penser les vécus des sexualités à travers leur fonction hédonique, d'après un modèle biopsychosocial intégrant plusieurs dimensions – *i.e.*, en considérant conjointement l'organisation des dimensions biophysiologicals, psychologiques et sociales, culturelles et éducatives. Il s'agirait également de penser la complexité des plaisirs sexuels comme l'organisation d'éléments hétérogènes en interrelations complémentaires, concurrentes et antagonistes.

Concernant plus spécifiquement l'orgasme, comment aborder celui-ci comme une expérience complexe ? Tout d'abord, en remettant en question l'idée traditionnellement répandue selon laquelle il serait la finalité hédonique paroxystique des expériences sexuelles. L'orgasme ne peut être réduit à cette unique dimension. Ensuite, en rappelant que la notion d'orgasme ne doit

pas être confondue avec les notions voisines de plaisir ou de satisfaction. Orgasme, plaisir et satisfaction sont certes souvent liés, mais pas systématiquement. Ainsi, la satisfaction sexuelle ne se confond pas nécessairement avec l'obtention d'un orgasme. Si l'orgasme peut revêtir un rôle majeur, d'autres paramètres tels que la diversité des pratiques, la fréquence des activités sexuelles, l'ambiance et l'intimité émotionnelle entre les partenaires jouent également un rôle déterminant dans la satisfaction sexuelle. De même, les plaisirs sexuels peuvent être éprouvés indépendamment des orgasmes. Une activité sexuelle solitaire ou avec un partenaire peut ainsi procurer du plaisir en renforçant les sentiments d'autonomie et d'agentivité, en stimulant les sens, en permettant l'exploration de soi et des autres, ou en suscitant le sentiment d'être désiré. Enfin les orgasmes peuvent être, paradoxalement, sources de déplaisirs. Ils peuvent être si intenses qu'ils en deviennent générateurs d'anxiété. Ils sont également susceptibles d'être vécus de manière désagréable dans le cadre de situations de violences sexuelles ou de relations non désirées (Chadwick *et al.*, 2019). Ils peuvent engendrer des sentiments de déconnexion et de répulsion, par exemple chez des individus en transition de genre, lorsqu'ils ravivent des douleurs liées à la dysphorie corporelle (Bradford et Spencer, 2020).

Pour citer cet article. Gouvenet B., Courtois F., Adam F. La sexologie : science des plaisirs sexuels, science des orgasmes. *Sexologies* 2023; 32(4): 233-236. doi: 10.1684/sexol.2023.28

L'orgasme reste néanmoins une expérience centrale de l'activité sexuelle. Souvent perçu comme l'apogée de l'intimité, il ne se limite pas à une réalité purement physique. Il incarne plutôt l'intrication d'expériences personnelles, de normes sociales et de contextes, comme le notaient déjà Master et Johnson (1966). Le considérer sous cet angle complexe ouvre un dialogue sur la manière dont les vécus de l'orgasme s'entremêlent dans les tissus plus larges de nos vies sociales et culturelles. Derrière l'apparente simplicité de cette assertion, découlent des conséquences cliniques, théoriques et méthodologiques. Si l'orgasme s'inscrit dans des contextes psychosociaux et éducatifs, les capacités à atteindre l'orgasme dépendent non seulement :

- du fonctionnement de nos corps – dans leurs dimensions biophysiques et neuroanatomiques,
- de nos comportements, mais aussi (notamment) :
- des contextes interindividuels,
- de nos fonctionnements psychologiques (représentations sociales intériorisées, émotions, cognitions, processus attentionnels et estime de soi).
- En d'autres termes, dans la continuité de la thèse chère aux théoriciens de la sexualité tels que Simon et Gagnon (Simon et Gagnon, 1973) ou dans le prolongement d'une conceptualisation moderne de l'agentivité sexuelle (Cense, 2019), nos vécus orgasmiques s'acquièrent à travers nos expériences contextualisées.

Cette notion d'acquisition, d'une construction incarnée multidimensionnelle, souligne par ailleurs un autre point fondamental : les vécus orgasmiques s'inscrivent dans des dynamiques processuelles. Dès lors, interroger l'orgasme – dans les pratiques cliniques comme scientifiques – ne consiste donc pas tant à se demander si nous avons eu, éprouvé ou donné des orgasmes ou si nos patients en ont fait l'expérience. Le risque ici serait d'en masquer l'aspect dynamique ou processuel. Il s'agit plutôt de tenter de comprendre si l'on a atteint – ou fait atteindre – l'orgasme. Cette précaution sémantique et théorique n'est pas anodine. Il s'agit de substituer à une approche statique, déterminant un objectif qui est ou non réalisé (avoir un orgasme, avoir « joui »), une approche dynamique, invitant à voir – et faire voir à nos usagers – l'expérience sexuelle comme un processus où chaque sensation et émotion seront appréciées au fur et à mesure de leur développement, sans la pression d'une réalisation précise.

Inscrire l'orgasme dans des contextes socioculturels, c'est aussi accepter que nos connaissances s'inscrivent dans des paradigmes scientifiques porteurs, à un moment donné de l'histoire des idées, de normes sociales. Notamment, il est encore fréquent de discriminer les orgasmes masculins, réduits à une éjaculation qui serait voluptueuse par essence, et les orgasmes féminins, plus émotionnels et relationnels. Or, en assimilant l'orgasme masculin à une corporéité qui le distinguerait des orgasmes féminins, davantage liés à des aspects émotionnels et relationnels, la science de l'orgasme s'enracine – et contribue – aux stéréotypes de genre dont la médecine scientifique n'est pas exempte (Master et Johnson, 1966 ; Sharma, 2019). L'exploration de l'atteinte de l'orgasme, en particulier de l'orgasme féminin, met en lumière des disparités significatives, souvent décrites comme le « fossé orgasmique » entre les sexes. Des recherches récentes ont mis en évidence que les hommes rapportent des orgasmes plus fréquents que les femmes, d'un facteur allant de 1,5 à 2,3 (Frederick *et al.*, 2017 ; Wade *et al.*, 2005). Bien que certaines explications aient été proposées pour tenter de relier ces différences à des facteurs biologiques, il est devenu évident que ces disparités se manifestent principalement dans des contextes sexuels spécifiques, souvent dictés par des normes hétéro-androcentriques. Ces normes tendent de définir l'expérience sexuelle « normale » comme une interaction dyadique hétérosexuelle et pénétrative, où le rythme est fréquemment dicté par l'érection et l'éjaculation masculine. Cependant, lorsque l'on observe d'autres contextes, tels que les activités sexuelles solitaires, les interactions sexuelles entre femmes ou les pratiques sexuelles centrées sur la stimulation clitoridienne, le fossé orgasmique tend à se réduire. Cette observation soulève d'importantes questions sur les déterminants sociaux de l'orgasme, remettant en question la « naturalité » de ce fossé et mettant en lumière l'influence de l'hétéro-androcentrisme, qui priorise encore trop souvent le plaisir masculin, au détriment de celui des femmes (Andrejek *et al.*, 2022 ; Willis *et al.*, 2018).

L'applicabilité de ces données est importante, car les priorités androcentrées dans la sexualité hétérosexuelle peuvent façonner et parfois limiter la manière dont les femmes perçoivent et vivent leurs orgasmes. Les études suggèrent que de nombreuses femmes hétérosexuelles atteignent l'orgasme, non pas tant pour leur propre

satisfaction, mais plutôt dans l'intention de répondre aux attentes de leur partenaire, ou de renforcer le bien-être du couple (Nicolson et Burr, 2003). De plus, les sentiments désagréables associés à l'orgasme – ou à son absence –, chez les femmes, sont souvent liés à la perception de la manière dont elles croient être vues par leur partenaire, plutôt qu'à la frustration personnelle de ne pas atteindre l'orgasme (Salisbury et Fisher, 2014). Ce phénomène, connu sous le nom d'impératif orgasmique, souligne la pression psychosociale exercée sur les individus, tant les femmes que les hommes, pour répondre à des attentes spécifiques en matière d'orgasme. Chez les hommes, cette pression est également notable, se manifestant par une assimilation de l'identité masculine à des normes de masculinité qui valorisent les prouesses sexuelles, la virilité et la capacité à satisfaire les désirs des partenaires féminins (Montemurro, 2021). Cette injonction à procurer des orgasmes, tout en vivant les siens, place les hommes face à leurs propres défis, dans un contexte où la performance sexuelle et la virilité sont souvent entrelacées dans la norme de masculinité (Frith, 2013). Ces dynamiques soulignent la nécessité de repenser les orgasmes dans une perspective plus large, en prenant en compte les contextes relationnels, culturels et socionormatifs qui les influencent (Gouvernet *et al.*, 2019), et de reconnaître la complexité des expériences orgasmiques, qui transcendent les distinctions simplistes basées sur le genre.

Les contributions, originales et novatrices, proposées dans ce quatrième numéro nous conduiront ainsi à penser la sexologie comme la science des plaisirs sexuels et des orgasmes, expérience complexe qu'il convient d'aborder, comme nous avons tenté de l'esquisser dans le présent éditorial, dans une perspective transdisciplinaire qui interroge tant les vécus que les mécanismes neurobiologiques et anatomiques qui les sous-tendent :

- Marina Gérard et Frédérique Courtois, de l'université du Québec à Montréal (UQAM, Canada) entreprennent une analyse critique de la recherche sur l'orgasme et le plaisir sexuel. Elles débent par un examen de l'évolution des concepts d'orgasme et de plaisir sexuel sur la dernière décennie. Ensuite, elles évaluent de manière critique les outils de mesure scientifiquement validés concernant ces dimensions des expériences sexuelles, visant à renforcer les ressources pour les praticiens

cliniques. Leur travail se conclut par l'identification des barrières psychopercéptuelles entravant l'orgasme et le plaisir sexuel, accompagnée de propositions de techniques psychothérapeutiques pour les surmonter,

- Françoise Adam (professeure en psychologie de la sexualité à l'université de Liège, Belgique) et Elise Grimm (doctorante dans cette même université) rapportent les résultats d'une étude qualitative par entretiens comparant des femmes anorgasmiques et orgasmiques, afin de mieux comprendre comment les femmes expérimentent les relations sexuelles dyadiques au niveau attentionnel. Au regard de la littérature, les processus attentionnels semblent jouer un rôle considérable dans la montée de l'excitation sexuelle. Cependant, ces processus sont encore trop peu évalués et pris en charge en consultation. Cet article met en avant les stratégies attentionnelles utilisées par les femmes qui atteignent l'orgasme, ainsi que les biais attentionnels responsables de l'apparition et du maintien d'un trouble de l'orgasme, en proposant des pistes cliniques,
- Nicolas Cesson (président de l'Observatoire francophone de la sexologie et infirmier, Toulouse) présente une analyse exhaustive des recherches et des données disponibles concernant les fluides émis par les femmes pendant l'excitation sexuelle. Après avoir retracé l'évolution historique et anatomophysiologique de ce phénomène, il offre une mise en perspective critique des connaissances sur ces écoulements sexuels féminins, soulignant la complexité de leur expérience subjective qui peut varier entre des perceptions positives et négatives, tant au niveau individuel qu'au sein des interactions avec un ou des partenaires,
- Pierre Bondil (président de l'Aius, urologue), et Samuel Salama (gynécologue, Hôpital Américain, Paris) proposent une analyse anatomophysiologique détaillée et illustrée de la génitalité – ensemble de sensations et de comportements localisés aux organes génitaux – dans le contexte de la réponse sexuelle humaine. Il met en évidence l'importance de la génitalité, non seulement pour l'accouplement et l'érotisme, mais aussi pour la santé globale, soulignant le lien entre les dysfonctions sexuelles et les autres maladies. Pierre Bondil

encourage ainsi une évaluation holistique de la santé sexuelle, soulignant l'urgence qu'il y a à ce que les soins de santé dans leur ensemble intègrent une compréhension approfondie de l'anatomie fonctionnelle et des processus physiologiques liés à l'excitation sexuelle, pour une approche plus efficace des troubles sexuels comme des pathologies dont ils pourraient être les symptômes,

- Frédérique Courtois, Marina Gérard et Anabelle Grenier-Genest (UQUAM) offrent une synthèse des modèles et des connaissances actuelles sur l'orgasme, basée sur une approche intégrative qui combine les recherches en neurosciences, les théories avancées et son expérience clinique auprès d'individus ayant des lésions médullaires. Cette perspective vise à dévoiler les fondements neurophysiologiques de l'orgasme, permettant une compréhension plus profonde de cette expérience à travers ses mécanismes sous-jacents.

En vous souhaitant une agréable lecture

Brice Gouvenet  
Frédérique Courtois  
Françoise Adam

---

## Liens d'intérêt

Les auteurs déclarent n'avoir aucun lien d'intérêt en rapport avec cet article.

---

## Références

Andrejek N., Fetner T., Heath M. Climax as work : Heteronormativity, gender labor, and the gender gap in orgasms. *Gend Soc* 2022 ;36(2) : 189-213.

- Bradford N.J., Spencer K. Sexual pleasure in transgender and gender diverse individuals : An update on recent advances in the field. *Curr Sex Health Rep* 2020 ;12 : 314-9.
- Cense M. Rethinking sexual agency : Proposing a multicomponent model based on young people's life stories. *Sex Ed* 2019 ;19(3) : 247-62.
- Chadwick S.B., Francisco M., van Anders S.M. When orgasms do not equal pleasure : Accounts of "bad" orgasm experiences during consensual sexual encounters. *Arch Sex Behav* 2019 ;48 :2435-59.
- Frederick D.A., Lever J., Gillespie B.J., Garcia J.R. What keeps passion alive ? Sexual satisfaction is associated with sexual communication, mood setting, sexual variety, oral sex, orgasm, and sex frequency in a national US study. *J Sex Res* 2017 ;54(2) : 186-201.
- Frith H. Labouring on orgasms: Embodiment, efficiency, entitlement and obligations in heterosex. *Culture, Health Sex* 2013 ;15(4) : 494-510.
- Gouvenet B., Wunsch S., Brenot P. Is male orgasm complex? Exploratory study of discourse about the orgasm of 923 men in heterosexual couple. *Sexologies* 2019 ;28(2).
- Masters W. H. Johnson V.E. *Human sexual response*. Little : Brown, 1966.
- Montemurro B. "If you could just see me": The construction of heterosexual men's sexual selves and the hierarchy of desirability. *Sexualities* 2021 ;24(3), 303-21.
- Morin E. *Introduction à la pensée complexe*. Paris : Le Seuil, 2005: 157.
- Nicolson P., Burr J. What is 'normal' about women's (hetero) sexual desire and orgasm?: A report of an in-depth interview study. *Soc Sci Med* 2003 ;57(9) : 1735-45.
- Salisbury C.M., Fisher W.A. "Did you come?" A qualitative exploration of gender differences in beliefs, experiences, and concerns regarding female orgasm occurrence during heterosexual sexual interactions. *J Sex Res* 2014 ;51(6), 616-31.
- Sharma M. Applying feminist theory to medical education. *Lancet*, 2019 ;393(10171) : 570-8.
- Simon W., Gagnon J. H. *Sexual conduct: The social sources of human sexuality*. New York : Routledge, 1973.
- Wade L.D., Kremer E.C., Brown J. The incidental orgasm: The presence of clitoral knowledge and the absence of orgasm for women. *Women Health* 2005 ;42(1), 117-38.
- Willis M., Jozkowski K. N., Lo W.-J., Sanders S. A. Are women's orgasms hindered by phallogocentric imperatives? *Arch Sex Behav* 2018 ;47, 1565-76.