

## LA COMPLEXITÉ DU DÉSIR SEXUEL FÉMININ

L'expérience du désir sexuel est unique à chaque personne (Goldhammer et McCabe, 2011). Certains décrivent le désir comme une sensation physique, alors que d'autres soulignent les éléments émotionnels et psychologiques du désir. Bien des chercheurs ont observé que le désir des femmes est dépendant de facteurs interpersonnels, comme l'intimité et la communication, alors que le désir des hommes sera probablement davantage ressenti comme une forte envie spontanée et biologique. Les théories sur le désir sexuel et l'excitation sont souvent fondées sur l'hypothèse que l'expérience des hommes est la norme, ce qui peut entraîner une perception selon laquelle les femmes connaissent de plus faibles niveaux de désir par rapport aux hommes. La recherche démontre que, tandis que l'expérience des femmes en matière de désir sexuel est souvent distincte de celle des hommes, le désir demeure une composante importante et puissante de la sexualité féminine. Ce numéro de La recherche en revue explorera le concept de désir sexuel féminin et discutera de la façon dont les femmes décrivent leur expérience du désir.

## MODÈLES DE LA RÉACTION SEXUELLE HUMAINE

Les modèles traditionnels de la réaction sexuelle font état d'une approche linéaire envers le désir et l'excitation (Wood, Koch et Mansfield, 2006). Ces modèles partent du principe que la réaction sexuelle passe d'un stade à un autre dans un ordre séquentiel prédéfini. Par exemple, Masters et Johnson ont élaboré un modèle à quatre éléments de la réaction sexuelle : excitation, plateau, orgasme et résolution. La première étape, soit l'excitation, est caractérisée par des pensées ou de fortes envies sexuelles spontanées et correspondrait à ce que nous appelons couramment le désir. Helen Singer Kaplan a proposé un modèle en trois éléments de la réaction sexuelle, le désir figurant en premier lieu, suivi par l'excitation, puis l'orgasme. Rosemary Basson (2001, 2005), chercheuse canadienne, croit que les modèles linéaires ne font pas état de la réalité correspondant à la réaction sexuelle de bien des femmes et avance que les modèles circulaires fondés sur l'intimité décrivent plus précisément l'expérience féminine du désir et de l'excitation. Cette approche reconnaît que le désir féminin peut souvent être enraciné dans un besoin d'intimité plutôt que dans l'excitation physique et que certaines femmes connaissent l'excitation d'abord, puis le désir, alors que chez d'autres, le désir vient en premier lieu, suivi par l'excitation. La recherche de Basson (citée dans Wood, Koch et Mansfield) indique que l'intimité (p. ex. le respect, la considération, la chaleur humaine, l'affection physique et la communication) est le premier contribuable au désir sexuel chez les femmes.

## QU'EST-CE QUE LE DÉSIR SEXUEL ?

Le désir sexuel est habituellement identifié comme un intérêt envers l'activité sexuelle ou une pulsion à y prendre part (Regan, 1999). On fait également référence au désir sexuel comme étant une forte envie, une soif ou un appétit caractérisé par des pensées, des images, des sensations ou des fantasmes sexuels. Certaines personnes identifient le désir comme étant une pulsion innée et biologique influencée par des hormones, comme la testostérone, l'œstrogène, la progestérone et la prolactine. La conceptualisation du désir en tant qu'événement essentiellement biologique peut entraîner une dépendance à des interventions biomédicales pour aborder des problèmes liés au désir sexuel chez les hommes et les femmes. Certains chercheurs, en adoptant une perspective plus intégrée et équilibrée, avancent que le désir est façonné par une action réciproque des facteurs biologiques, culturels, socioéconomiques, politiques et relationnels (Toman et Diamond, 2001; Wood, Koch et Mansfield, 2006).

**“LE DÉSIR SEXUEL EST COURAMMENT DÉFINI COMME UNE  
EXPÉRIENCE OU UN ÉTAT SUBJECTIF ET PSYCHOLOGIQUE QUI  
PEUT ÊTRE INTERPRÉTÉ À GRANDE ÉCHELLE COMME UN INTÉRÊT**



ENVERS DES ACTIVITÉS OU DES OBJETS SEXUELS, OU UN DÉSIR, UN BESOIN OU LA PULSION D'UTILISER DES OBJETS SEXUELS OU DE PRENDRE PART À DES ACTIVITÉS SEXUELLES."

(Regan, 1999, p. 2)

"NOUS MAINTENONS QUE NI UNE APPROCHE PUREMENT BIOLOGIQUE NI PUREMENT SOCIOCULTURELLE NE PEUT ENGLOBER LA COMPLEXITÉ DU DÉSIR SEXUEL ET, AINSI, NI L'UNE NI L'AUTRE N'EST PLEINEMENT SATISFAISANTE EN SOI. LES DÉSIRS SEXUELS SONT TOUJOURS INCRUSTÉS DANS DES CONTEXTES SOCIOCULTURELS PARTICULIERS...ET TOUJOURS ENCHÂSSÉS DANS DES CONSTRUCTIONS BIOLOGIQUES PARTICULIÈRES..."

(Toman et Diamond, 2001, p. 34)

## EXPÉRIENCES DES FEMMES EN MATIÈRE DE DÉSIR

Lorsqu'on leur a demandé ce que signifiait le désir pour elles, les femmes ont révélé une diversité de facteurs qui affectent leurs expériences sexuelles. Goldhammer et McCabe (2011) ont interrogé 20 hétérosexuelles, âgées entre 20 et 61 ans. On a demandé à ces femmes de parler de leurs expériences personnelles et des définitions du désir. Les participantes ont défini le désir de plusieurs façons. Certaines ont parlé d'une « passion irrésistible », tandis que d'autres ont défini le désir plutôt sur un plan émotionnel que sur des envies physiques. Le désir pourrait aussi mettre en jeu des composantes tant physiques qu'émotives, avec des sensations physiques accompagnées par un besoin d'intimité. Certaines personnes ont noté que le désir et l'excitation se produisaient simultanément et qu'on ne pouvait les séparer.

"JE LE [DÉSIR SEXUEL] PERÇOIS COMME ÉTANT UNE PASSION IRRÉSISTIBLE, QUELQUE CHOSE QUI NE PEUT PAS NÉCESSAIREMENT ÊTRE MAÎTRISÉ, NI QUELQUE CHOSE DE RÉFLÉCHI. C'EST TRÈS ÉMOTIONNEL."

(Participante à l'étude, 29 ans, en couple depuis 2 ans, citée dans Goldhammer et McCabe, 2011, p. 23)

"JE CROIS QU'IL [DÉSIR SEXUEL] PEUT ÊTRE UNE COMBINAISON D'UN PEU DE TOUT. JE CROIS QUE CE PEUT ÊTRE QUELQUE CHOSE DE PHYSIQUE; VOULOIR AVOIR DU PLAISIR SUR LE PLAN PHYSIQUE ET SEXUEL. MAIS CE PEUT AUSSI ÊTRE QUELQUE CHOSE DE PLUS PROFOND; QU'ON VEUT ÊTRE PLUS PRÈS DE QUELQU'UN. TELLEMENT ÉMOTIONNEL, QU'ON POURRAIT VOULOIR ÊTRE INTIME. JE CROIS DONC QU'IL A DES COMPOSANTES PHYSIQUES



## AUTANT QU'ÉMOTIONNELLES."

(Participante à l'étude, 23 ans, en couple depuis 2 ans, citée dans Goldhammer et McCabe, 2011, p. 23)

Un récent sondage canadien mené auprès de 20 femmes, âgées entre 18 et 29 ans, a posé la question suivante : « Qu'est-ce que le désir sexuel veut dire pour vous? » (Murray, Sutherland et Milhausen, 2012). Pendant la durée de l'étude, il était apparent que les femmes utilisaient différents mots pour décrire le concept de désir. Lorsqu'elles parlaient du désir, certaines femmes faisaient référence à la fréquence sexuelle, aux pensées sexuelles, à la passion, à l'excitation et à la sensation d'être attisée sur le plan sexuel. Les auteurs notent que la gamme de synonymes utilisée pour désigner le désir pointe vers la complexité du concept pour bien des femmes. La recherche a indiqué que le désir des femmes n'était pas constant et tendait à suivre un cycle de hauts et de bas, selon la relation et d'autres facteurs contextuels.

“POUR MOI, L'INTIMITÉ EST IMPORTANTE AU DÉsir. ET JE CROIS QUE L'INTIMITÉ VIENT AVEC LE TEMPS...LA STABILITÉ, L'INTIMITÉ, LA FAMILIARITÉ ET CETTE PROFONDE CONNAISSANCE D'UNE PERSONNE SONT DES ÉLÉMENTS AGUICHANTS ET PASSIONNÉS POUR MOI.”

(Participante à l'étude, 21 ans, citée dans Murray, Sutherland et Milhausen, 2012, p. 7)

## PANNE DE DÉsir SEXUEL

Des études ont identifié une piètre image corporelle, les difficultés sexuelles d'un partenaire et un manque de respect dans les relations comme des facteurs liés à la panne de désir sexuel (Wood, Koch et Mansfield, 2006). Un sondage australien en ligne (McCabe et Goldhammer, 2012) effectué auprès de 741 hétérosexuelles a révélé que celles ayant connu des sentiments de dépression ont présenté de faibles niveaux de désir sexuel réactif, ont indiqué leurs préoccupations à propos de cette panne de désir et ont signalé que leurs relations personnelles n'étaient pas satisfaisantes. Les femmes qui se sont décrites comme obèses avaient de faibles niveaux de désir sexuel. Par ailleurs, plus les femmes déclarent avoir des problèmes sexuels, plus celles-ci étaient susceptibles de refuser ou d'éviter d'avoir des relations sexuelles avec leurs partenaires (McCabe et Goldhammer).

Sims et Meana (2010) ont examiné les raisons de la panne de désir dans une étude menée auprès de 22 Américaines mariées (âgées entre 26 et 40 ans). Les femmes qui ont avoué connaître une panne de désir sexuel envers leur partenaire ont été recrutées pour le sondage. Alors que bien des femmes appréciaient la sécurité et le sentiment de proximité de leurs relations, elles ont également indiqué que la familiarité et le sentiment de confort avaient entraîné « des relations sexuelles efficaces, mais ennuyantes » (Sims et Meana, p. 376). Le désir sexuel a été inversement touché par des facteurs comme la familiarité, l'institutionnalisation de la relation et des rôles déssexualisés. Un manque de spontanéité, de romance et d'excitation, ainsi que les exigences quotidiennes de la vie conjugale ont toutes été invoquées comme raisons de la panne de désir. Les auteurs notent que le désir sexuel des femmes n'est pas toujours dépendant de la qualité de l'intimité dans les relations conjugales et, tandis que l'intimité est un précurseur important du désir pour bien des femmes, il peut aussi entraîner une baisse du désir pour d'autres.

“J'Y RETROUVE UN SENTIMENT DE CONFORT QUI EST IMPORTANT POUR MOI. CE N'EST PLUS AUSSI EXCITANT... LE DÉsir S'EST ESTOMPÉ. ON FAIT TELLEMENT ATTENTION AUTOUR DE L'AUTRE ET ON S'AFFICHE SOUS SON MEILLEUR JOUR ... PUIS, BIEN ENTENDU, ON COMMENCE À ÊTRE À L'AISE AVEC L'AUTRE ET



TOUT CHANGE, LES MAUVAISES HABITUDES ET LA MAUVAISE HUMEUR SE MANIFESTENT. CES COMPORTEMENTS ÉLOIGNENT LE DÉSIR, TANDIS QUE LORS DES PREMIÈRES FRÉQUENTATIONS, C'EST TELLEMENT SEXUEL, RENVERSANT ET EXCITANT. LE DÉSIR S'ESTOMPE EN DEVENANT UN COUPLE."

(Participante à l'étude, 34 ans, citée dans Sims et Meana, 2010, p. 368)

## QUEL EST LE MESSAGE À EN TIRER?

Chacun vit le désir sexuel de différentes façons. Des études qui explorent les expériences des femmes en matière de désir avancent une gamme de définitions et de réflexions personnelles. Le désir peut être décrit par des termes physiques, émotionnels et psychologiques. Les femmes déclarent souvent que le désir est dépendant de l'intimité, de la communication et des sentiments de respect mutuel et de sollicitude dans les relations. Des études démontrent également que le désir peut être influencé négativement par une piètre image corporelle, la dépression et des problèmes sexuels. Il est à noter qu'une grande partie de la recherche existante sur le désir sexuel féminin mise sur les expériences des femmes blanches, hétérosexuelles et en couple. Pour approfondir notre compréhension du désir sexuel féminin, davantage d'études auprès de femmes de divers antécédents culturels, ethniques et socioéconomiques, ainsi que de différents âges, orientation sexuelle et d'état relationnel, sont nécessaires.

## RÉFÉRENCES

Basson, R. (2001). Using a different model for female sexual response to address women's problematic low sexual desire. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 27, 395-403.

Basson, R. (2005). Women's sexual dysfunction: revised and expanded definitions. *Canadian Medical Association Journal*, 172, 1327-1333.

Goldhammer, D. & McCabe, M. (2011). A qualitative exploration of the meaning and experience of sexual desire among partnered women. *The Canadian Journal of Human Sexuality*, 20, 19-29.

McCabe, M. & Goldhammer, D. (2012). Demographic and psychological factors related to sexual desire among heterosexual women in a relationship. *Journal of Sex Research*, 49, 78-87.

Murray, S., Sutherland, O., & Milhausen, R. (2012). Young women's descriptions of sexual desire in long-term relationships. *Sexual and relationship therapy*, 27, 3-16.

Regan, P. (1999). Hormonal correlates and causes of sexual desire: A review. *The Canadian Journal of Human Sexuality*, 8, 1-17.

Sims, K. & Meana, M. (2010). Why did passion wane? A qualitative study of married women's attributions for declines in sexual desire. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 36, 360-380.

Toman, D. & Diamond, L. (2001). Desegregating sexuality research: Cultural and biological perspectives on gender and desire. *Annual Review of Sex Research*, XII, 33-74.

Wood, J., Koch, P. & Mansfield, P. (2006). Women's sexual desire: A feminist critique. *Journal of Sex Research*, 43, 236-244.

