

GONADOPHOBIE - PEUR DES ORGANES SEXUELS

Par Alain Héril
Psychanalyste et sexothérapeute

La gonadophobie est la crainte irraisonnée des organes sexuels. La personne souffrant de cette phobie a peur à la fois de la vue d'organes sexuels mais aussi, par extension de tout ce qui touche à la sexualité organique : les sécrétions, les poils pubiens, l'excitation sexuelle et ses manifestations diverses...

Qu'est-ce que la gymnophobie ? Quelle différence avec l'aphrophobie et la gonadophobie ?

La gonadophobie est une phobie spécifique qui se caractérise par une peur irrationnelle des organes sexuels. Elle ne doit pas être confondue avec d'autres phobies liées à la sexualité, bien qu'elles puissent parfois se recouper :

Alors que la personne **gonadophobe** craint spécifiquement la vue des organes génitaux ainsi que tout ce qui s'y rapporte (sécrétions, poils pubiens), la **gymnophobie** concerne plus largement la peur de la nudité dans son ensemble. Le gymnophobe redoute la vision du corps nu en général, pas uniquement les parties génitales. L'**aphrophobie**, quant à elle, se distingue par une crainte du désir sexuel lui-même, qu'il s'agisse de son propre désir ou de celui d'autrui. Ces trois phobies, bien que distinctes, peuvent parfois coexister chez une même personne et nécessitent chacune une prise en charge thérapeutique adaptée.

Comportements associés à la peur phobique des organes sexuels

La notion de dégoût des organes sexuels entraînant une gonadophobie peut aussi être liée aux odeurs ou à la forme des organes sexuels. Cette phobie touche plus les femmes que les hommes et on la retrouve également chez des enfants traumatisés ou abusés par l'exposition à la sexualité des adultes.

Sources éventuelles de la peur des organes sexuels

Les causes de la gonadophobie sont souvent liées à des situations traumatisantes vécues dans l'enfance et souvent une exposition désagréable à la vue des organes génitaux adultes. Ce sont des instants où l'enfant a ressenti une frayeur telle que la vue d'un pénis ou d'une vulve devient impossible à l'âge adulte. L'enfant peut avoir été victime

d'un exhibitionniste mais il peut aussi avoir surpris ses parents nus ou faisant l'amour sans qu'il y ait d'attitude obligatoirement perverse chez l'adulte.

Conséquences physiques, psychiques et comportementales

L'une des premières conséquences est la difficulté du lien avec ses propres organes sexuels. La personne gonadophobe a souvent des difficultés à aller aux toilettes, à effectuer tranquillement une toilette intime et chez les femmes cela peut aussi entraîner une impossibilité à consulter un(e) gynécologue.

Les gonadophobes peuvent s'installer dans une attitude très puritaine, rejetant toute allusion au sexe et à l'acte sexuel en lui-même. Les blagues sexuelles tout comme les comportements de séduction sont bannis au profit d'une grande psychorigidité comme s'ils s'installaient dans la position du "gardien de la morale et de l'éthique comportementale". Mais derrière tout cela, il y a beaucoup d'inhibition et d'angoisse et la difficulté à se vivre comme quelqu'un n'ayant pas accès aux mêmes sources de plaisirs sensuelles que les autres.

Traitements possibles de la gonadophobie

Le meilleur traitement de cette phobie est un travail sur le corps et, surtout sur la globalisation corporelle. Le gonadophobe vit avec l'idée qu'il y a de côté le corps acceptable et de l'autre côté une partie inacceptable, innommable : les organes génitaux. Et pour l'aider rien de mieux que de tenter de réunir à partir de sa propre expérience corporelle, les deux parties. Pour cela les massages thérapeutiques (La Relation d'Aide par le Toucher de Jean-Louis Abrassart par exemple) ou la sophrologie peuvent s'avérer efficaces.

En cas de traumatisme ayant créé la phobie, il est bon, classiquement de s'appuyer sur une approche thérapeutique analytique ou une thérapie cognitivo comportementale avec éventuellement quelques séances d'EMDR en complément.

La consultation d'un sexologue peut également être envisagée.

Analyse d'un cas de gonadophobie

Maeva encore enfant a été agressée par un exhibitionniste qui lui a mis ses organes génitaux quasiment sous le nez. Elle a développé une horreur pour le sexe masculin dans sa forme et dans ce qu'elle suppose de son odeur. Par extension, son propre sexe lui est comme étranger

et ses relations sexuelles sont réduites quasiment à néant. L'accompagnement thérapeutique qui fut efficace pour elle fut de type analytique. Cela prit du temps mais lui permit de contacter le fait qu'elle se sentait honteuse et responsable de l'événement, comme si elle l'avait recherché ! A partir du moment où cette culpabilité a eu moins de place en elle, elle put commencer à envisager d'être à proximité d'un sexe masculin, celui de son nouveau compagnon en l'occurrence.