

Vers une sexothérapie inclusive : reconnaissance des identités et des relations non normatives

Alors que la sexothérapie reste en grande partie structurée par des normes cis-hétéronormatives, des personnes non cisgenres et non monogames en Suisse romande développent des dispositifs communautaires alternatifs et revendiquent des approches plus inclusives.

11 novembre 2025 Exclusions, Genre, Non-monogamie, Queer, Relations, Savoirs situés, Sexothérapie, Sexualité

Par Elisa Rossi

La *sexothérapie*, en tant qu'espace de soin, mais aussi de normativité, constitue un terrain d'enquête privilégié pour interroger les rapports de pouvoir qui traversent les sexualités, les identités de genre et les formes relationnelles. En Suisse romande, cette pratique thérapeutique s'est historiquement développée à partir des années 1950 dans un contexte marqué par la psychanalyse, la gynécologie et la psychiatrie.

Initialement pensée pour répondre à des « dysfonctionnements » sexuels tels que les troubles érectiles, le vaginisme ou les questionnements liés à la perte de libido dans le cadre du couple hétérosexuel monogame, elle s'est progressivement institutionnalisée autour de la figure du couple conjugal stable, régi par des normes reproductives, genrées et affectives. Les premières consultations visaient à préserver la solidité conjugale en ajustant les comportements individuels aux attentes du couple normé, souvent au détriment des subjectivités non conformes.

La **sexothérapie** inclusive désigne une approche thérapeutique qui prend en compte la diversité des identités de genre, des orientations sexuelles et des configurations relationnelles. Elle rompt avec les modèles traditionnels fondés sur la binarité de genre, l'hétérosexualité et la monogamie. Plutôt que de corriger des « dysfonctions » sexuelles selon des normes implicites, cette approche vise à accompagner les personnes dans leurs vécus singuliers, leurs désirs, leurs vulnérabilités et leurs rapports au plaisir. Elle mobilise une posture d'écoute active, de déconstruction des scripts normatifs, et s'ancre dans une éthique du soin anti-oppressive. En reconnaissant les effets des discriminations structurelles sur la santé sexuelle et psychique, la sexothérapie inclusive redéfinit le soin comme un espace de reconnaissance, d'empouvoirement et de co-construction, particulièrement crucial pour les personnes *queer*, non cisgenres et en relations non monogames.

Ce cadre hétéronormatif a façonné durablement les outils, les représentations et les scripts thérapeutiques encore largement en vigueur aujourd'hui. Les identités trans, non binaires, intersexes ou les pratiques relationnelles plurielles y ont longtemps été invisibilisées ou médicalisées à travers une lecture pathologisante. Ce n'est que récemment que certaines structures se sont engagées dans une transformation critique des pratiques sexothérapeutiques, à l'instar de deux centres de psychologie, sexologie et sexothérapie, qui défendent une approche inclusive, féministe et anti-oppressive. Ces espaces tentent de redéfinir la sexothérapie non plus comme un lieu de réparation ou de normalisation, mais comme un espace d'écoute des vécus multiples du corps, du genre, du désir et des formes d'attachement.

Dans ce contexte, je m'interroge sur la manière dont les personnes non cisgenres et engagées dans des relations non monogames naviguent entre les limites des dispositifs sexothérapeutiques traditionnels et les formes alternatives de soutien qu'elles construisent.

Une recherche qualitative a été menée auprès de treize personnes concernées, complétée par des observations participantes dans des groupes queer et polyamoureux, ainsi que par des entretiens avec des sexothérapeutes se revendiquant d'une approche inclusive. L'ensemble du travail s'inscrit dans une posture féministe et *queer*, assumant une recherche située et impliquée.

Cette recherche démontre des décalages entre les cadres thérapeutiques encore dominés par des logiques binaires et normatives, et la diversité des vécus des personnes rencontrées.

Cette recherche s'appuie sur une approche qualitative, située et féministe, mobilisant des outils issus de la sociologie du genre. Le terrain s'est construit autour de treize entretiens semi-directifs menés avec des personnes non cisgenres engagées dans des relations non monogames, âgées de plus de 28 ans, ainsi que d'échanges avec des sexothérapeutes revendiquant une démarche inclusive. Des observations participantes ont également été réalisées dans des groupes de parole queer et polyamoureux en Suisse romande. L'analyse repose sur les récits de vie, la performativité des normes et les dynamiques de pouvoir dans les relations thérapeutiques. Adoptant une posture réflexive, en tant que personne située dans les communautés concernées, je propose une lecture impliquée des discours recueillis, guidée non par une prétention à la neutralité, mais par une exigence éthique et épistémologique.

Ces dernières décrivent un rapport ambivalent à la sexothérapie : d'un côté, le besoin d'un espace de parole et de soutien dans la traversée de leurs parcours identitaires, relationnels et corporels ; de l'autre, une méfiance tenace face à une institution perçue comme peu formée, parfois invalidante, et trop souvent inadaptée aux réalités *queer* et non monogames.

Cette défiance s'explique par plusieurs facteurs. Tout d'abord, les professionnel·le·x·s du soin ne sont pas systématiquement formé·e·x·s aux enjeux liés à la pluralité des identités de genre ou à la non-monogamie. La tendance à réduire les pratiques sexuelles ou relationnelles minoritaires à des symptômes de troubles psychiques, ou à vouloir les « cadrer », est fréquemment rapportée par les personnes rencontrées. Par ailleurs, le coût élevé des consultations, le manque d'interdisciplinarité et la faible reconnaissance des savoirs communautaires dans les espaces cliniques renforcent les inégalités d'accès aux soins.

Les personnes concernées développent alors des stratégies d'évitement ou de contournement du système thérapeutique traditionnel. Des espaces informels émergent : groupes de parole, cercles de soutien en ligne, collectifs militants ou encore lectures autogérées, comme *Polysecure* de Jessica Fern, qui aborde les questions d'attachement et de non-monogamie à travers une approche attentive aux effets des traumas vécus sur les dynamiques relationnelles et le vécu affectif des personnes concernées. Ces ressources permettent de reconfigurer les récits de soi, de politiser les expériences de marginalisation et de tisser des solidarités affectives en dehors du cadre médical. Loin d'être de simples substituts aux soins institutionnels, ces espaces produisent des savoirs situés et critiques, participant à la redéfinition des normes relationnelles et sexuelles.



« Les personnes rencontrées parlent d'un besoin de reconnaissance de leurs désirs, de leurs pratiques, mais aussi de leurs vulnérabilités, sans être réduit·e·x·s à une pathologie ou à des pratiques sexuelles considérées « à risque ».»

Cette production de connaissances collectives joue un rôle central dans les processus d'empouvoirement. Elle contribue à déplacer la centralité du savoir thérapeutique vers des formes de co-construction, où les expériences vécues prennent le pas sur les grilles de lecture universalisantes. Les personnes rencontrées parlent d'un besoin de reconnaissance de leurs désirs, de leurs pratiques, mais aussi de leurs vulnérabilités, sans être réduit·e·x·s à une pathologie ou à des pratiques sexuelles considérées « à risque ». La relation d'aide, dans ces contextes, devient un lieu de co-négociation des termes du soin, et non un dispositif unilatéral d'ajustement à une norme.

Certain·e·x·s sexothérapeutes cherchent à faire évoluer leurs pratiques. Les discussions avec celles-ci font apparaître une volonté d'élargir les référentiels cliniques en intégrant des perspectives critiques sur les normes de genre, les formes de sexualité et les liens affectifs. Ces thérapeutes soulignent l'importance de s'éloigner des scripts genrés classiques, souvent centrés sur la performance sexuelle, la fidélité ou la génitalité, afin d'accompagner les personnes dans leur rapport singulier au plaisir, au consentement et à la fluidité relationnelle. Leur posture vise à créer un cadre d'écoute sécurisant, où les identités mouvantes et les configurations relationnelles atypiques ne sont pas perçues comme des obstacles, mais comme des réalités légitimes à accompagner.

Cependant, ces pratiques restent marginales dans le champ sexothérapeutique dominant. La reconnaissance institutionnelle de ces approches inclusives est encore limitée, et leur diffusion se heurte à un appareil de formation souvent figé, peu perméable aux savoirs minoritaires. Ce décalage entre les besoins exprimés par les personnes concernées et l'offre thérapeutique disponible rend visible une série d'enjeux politiques : l'assignation des corps à la binarité, la hiérarchisation des modèles relationnels, la médicalisation des différences et la dévalorisation des pratiques communautaires de soin.

Dans cette perspective, la sexothérapie ne peut être pensée uniquement comme un dispositif technique ou clinique. Elle constitue un espace politique où se jouent les conditions de légitimité des sexualités, des identités de genre et des relations. Sa redéfinition nécessite une dénaturalisation des normes qui la fondent, ainsi qu'une écoute attentive des récits en marge. Il ne s'agit pas simplement d'inclure les personnes trans, non binaires et/ou en relations plurielles dans des dispositifs déjà existants, mais bien de transformer les fondements mêmes de ces pratiques.



« [...] la sexothérapie ne peut être pensée uniquement comme un dispositif technique ou clinique. Elle constitue un espace politique où se jouent les conditions de légitimité des sexualités, des identités de genre et des relations. »

Ce travail met ainsi en lumière les effets différenciés des normes sexothérapeutiques sur les trajectoires des personnes non cisgenres et non monogames, tout en soulignant leur capacité à s'auto-organiser et à créer des espaces de soin collectifs, horizontaux et réflexifs. La sexothérapie peut encore constituer un lieu d'accompagnement et de transformation, à condition de reconnaître son héritage normatif et de se laisser traverser par les savoirs issus des marges.

Références

- ¹Fassin, É. (2006). La démocratie sexuelle et le conflit des civilisations. *Multitudes*, 26(3), 123–131.
- ²Fern, J. (2020). *Polysecure: Attachment, Trauma and Consensual Nonmonogamy*. Thorntree Press.
- ³Garibian, T. (2019). La fabrique chirurgicale du sexe. In H. Martin & M. Roca i Escoda (Eds.), *Sexuer le corps* (pp. 35–49). Édition HETSL.
- ⁴Kraus, C., Mottier, V., & Barras, V. (2018). Kinsey, Masters & Johnson, et Kaplan en Suisse: Naissance d'une clinique des troubles sexuels (Lausanne, 1950–1980). *Histoire, médecine et santé*, (12).
- ⁵Medico, D. (2014). Éléments pour une psychothérapie adaptée à la diversité trans*. *Cahiers critiques de thérapie familiale et de pratiques de réseaux*, 52(1), 109–137.

Informations

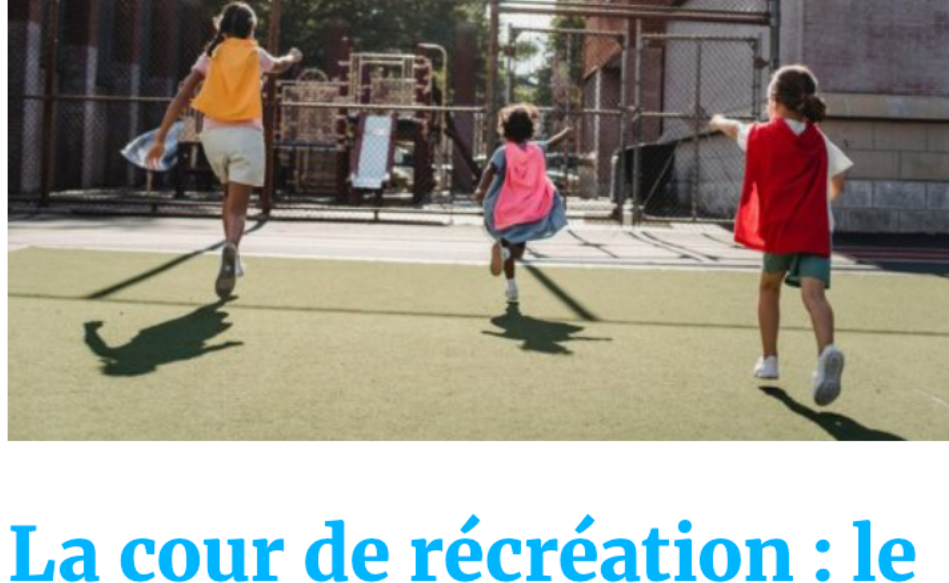
Pour citer cet article	Pour citer cet article Nom Prénom, « Titre », Blog de l'Institut des sciences sociales [En ligne], mis en ligne le XX mois 2022, consulté le XX mois 2023. URL :
Auteur·ice	Elisa Rossi, Assistante diplômée suppléante
Contact	elisa.rossi@unisante.ch
Enseignement	Sexualité, couple, famille Marta Roca i Escoda

Illustration : *Anarchy Heart* by HellaNorCal (2007)

Dans Articles Exclusions, Genre, Non-monogamie, Queer, Relations, Savoirs situés, Sexothérapie, Sexualité

← Quand l'outil façonne le regard : le handicap visuel sous la loupe

Articles similaires



La cour de récréation : le reflet d'une "micro-société" ?

Nous prenons tous·tes part, quotidiennement, à des interactions avec nos pairs. Celles-ci mettent parfois en lumière des rapports de pouvoir et nous permettent de nous positionner dans l'espace. Mais qu'en est-il des rapports sociaux qui se jouent dans la cour de récréation, entre les enfants ?

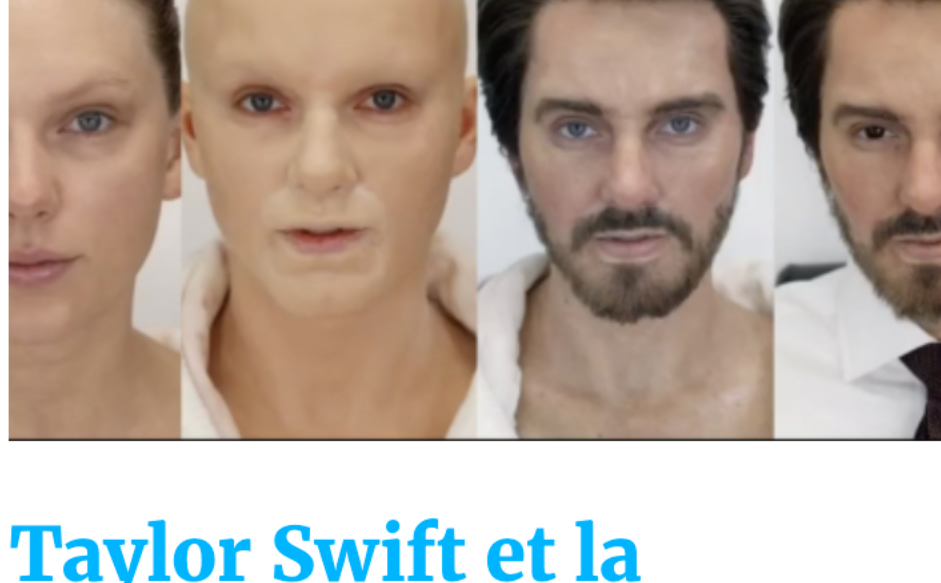
20 septembre 2023 Dans Articles
Ecole, Education, Enfants, Espace public, Genre, Interactions



Autisme et genre : entre classifications diagnostiques, représentations collectives et expérience subjective

De plus en plus thématisé dans l'espace public et médiatique, le sujet de l'autisme semble davantage présent dans les représentations collectives. S'il paraît mieux diagnostiqué et discuté, cette ouverture au sujet du trouble du spectre autistique (TSA) demeure cependant associée à un imaginaire collectif duquel sont majoritairement exclues les femmes.

20 septembre 2024 Dans Articles
autisme, Genre, Stéréotypes



Taylor Swift et la masculinité hégémonique dans l'industrie de la musique

L'industrie de la musique n'échappe pas aux inégalités de genre. Au contraire, nombreux sont les cas d'abus de pouvoirs perpétrés par des hommes sur de jeunes artistes femmes. Taylor Swift, récemment diplômée honoris causa par NYU pour sa contribution aux arts, chante cette masculinité hégémonique dans « The Man ».

24 août 2022 Dans Articles
Genre, Inégalités, Masculinités, Musique

Mots-clés

Alimentation (8) Analyse (8) Consommation (13) Contraception (7) Covid-19 (6)
Discriminations (8) Droits (6) Ecole (7) Ecologie (6) Egalité (6) Enfants (7)

Espace public (14) Féminisme (9) Genre (30) GESC (152)

Harcelement (7) Innovation sociale (6) Inégalité (7) Inégalités (30) Jeunes (7)

Lausanne (8) LGBTQ+ (8) Masculinités (7) Migration (9) migrations (12)

militantismes (13) Numérique (6) Politique (6) Précarité (12) Prévention (15)

Race (16) Religion (9) Rio de Janeiro (12) Santé (33)

Santé mentale (20) scolarité (7) Sexualité (9) Sexualités (21) Société (7)

Suisse (11) Sécurité (10) Travail (19) Violences (12) Ecologie (9) Evénements (6)