

# Consentement, notion taboue dans le couple

## Peu abordée au sein du couple, la question du consentement sexuel peut générer malentendus, angoisses et souffrances.

« Aller se coucher était devenu par moments un calvaire car dès le matin, je me disais, allez, ce soir tu fais un effort, tu fais l'amour. Et quand le soir venait, je ressentais comme une boule au ventre. Je n'en avais pas envie », raconte Mariana. Même chose pour Val, qui culpabilisait énormément de n'en avoir pas envie ou rarement : « Donc parfois je cédaï, alors je faisais en sorte que ça se fasse rapidement pour être débarrassée. C'est terrible mais vrai, et pour moi, c'était un devoir conjugal. Pourtant, j'ai- mais mon mari. Je cédaï juste pour éviter d'être dans la culpabilité. »

Ces témoignages intimes, parmi une centaine d'autres, ont été recueillis par le sociologue Jean-Claude Kaufmann, illustrent bien le caractère sensible de la notion de consentement au sein du couple (1). Pour les femmes comme pour les hommes. L'un d'eux confie ainsi souffrir de ne pas pouvoir partager des moments intimes avec sa compagne. « Je me nourris de fantasmes et d'espoirs, mais très vite je reviens à la réalité », souffle-t-il.

**« L'habitude est prise de ne pas exprimer son non-consentement, de le refouler. »**

L'affaire Weinstein, suivie du mouvement #MeToo, a contribué à libérer la parole au sujet des pratiques de harcèlement sexuel dans les hautes sphères de pouvoir. Mais qu'en est-il dans l'intimité des chaudières ? À quelle condition peut-on dire qu'un baiser a été volé, une relation sexuelle, forcée ?

« Quand c'est oui, c'est oui, quand c'est non, et quand on ne sait pas, on garde ses doigts pour soi », dit la chanson du consentement (2). Certes, ce refrain enjoué peut être un repère pour les jeunes générations qui expérimentent leurs premières rencontres. Mais quand la vie conjugale s'installe, dans une sorte d'entente cordiale amoureuse, les choses sont moins claires, et la sexualité est un sujet difficile

à aborder au sein même du couple. « Le couple fonctionne sur un certain nombre d'acquis, d'habitudes, de petites routines, comme la façon de ranger ses affaires, de prendre son petit déjeuner », observe Jean-Claude Kaufmann. Dans la sexualité aussi, le couple a ses habitudes, une sorte de chorégraphie qui tend à se répéter. La conversation est plus gestuelle que verbale. À la caresse de l'un, l'autre peut répondre par une caresse en retour, une indifférence, une hésitation, un mouvement de recul... Autant d'indications, de petits messages en forme de consentement ou de non-consentement qu'il faut apprendre à entendre, à décoder, en se mettant à l'écoute de son partenaire. »

Sur le désir ou le non-désir de chacun, la discussion n'est pas aisée. Passé la sexualité fondatrice de ses débuts, le couple va connaître, au fil de sa vie conjugale, une « divergence de désirs ». « Celui de l'homme est plus régulier, plus rectiligne que celui de la femme, plus fluctuant. Le décalage de leurs attentes produit rarement l'accord parfait sur le moment et la fréquence des relations sexuelles », pointe le sociologue.

Pour autant, il n'est pas toujours évident de dire non à son conjoint. Et celui-ci ne perçoit pas forcément clairement le signe d'une résistance ou d'un refus. « Alors, parfois, l'un peut être tenté de se forcer "un peu" pour faire plaisir à l'autre, parfois c'est l'autre qui ne se rend pas compte qu'il force "un peu". » La question du consentement peut alors être posée.

Chez un certain nombre de couples, souvent du côté de la femme mais parfois aussi chez l'homme, constate le chercheur, « l'habitude est prise de ne pas exprimer son non-consentement, de le refouler, de l'enfouir dans le silence ». Ce qui peut engendrer de façon progressive, incompréhension, insatisfaction, malaise, voire différents degrés de souffrance, de la pénibilité au harcèlement et à l'agression, si une certaine ligne rouge est franchie. Une réalité sociale longtemps négligée à laquelle le législateur a voulu apporter une réponse par la loi de 2006, modifiée en 2010, qui reconnaît, judiciairement parlant, la notion du « viol conjugal », bien que celui-ci demeure sous-déclaré par les victimes.

Mais, en dehors de ces cas extrêmes, heureusement minoritaires, il existe bien d'autres situations où domine un certain



La divergence des désirs peut engendrer de l'incompréhension au sein du couple. Cédric Roulliat/plainpicture

## Consentement, notion taboue dans le couple

«La sexualité devient aussi un lieu d'épanouissement personnel, ce qui entre en contradiction avec l'idée de devoir quelque chose à quelqu'un sur le plan sexuel.»



●●● Suite de la page 13.

flo. Ce n'est pas vraiment « oui », mais pas vraiment « non ». Une zone grise où l'on évite d'avoir à se prononcer de façon explicite pour différentes raisons pas toujours conscientes: le poids des habitudes, la crainte du conflit, la peur de briser son couple, le sentiment de culpabilité, l'injonction du « devoir conjugal », présente dans les esprits.

**«Il existe beaucoup de possibilités pour se retrouver intimement.»**

La notion de devoir conjugal est liée à la théologie chrétienne du mariage, rappelle l'historienne Sylvie Steinberg. « À l'origine, la "dette" réciproque que se doivent les époux a pour finalité la procréation et l'éloignement de la concupiscence. » Les conjoints satisfaits sexuellement étant supposés être protégés du danger de l'adultère.

« La "dette conjugale", intégrée dans les "devoirs conjugaux" lorsque le droit se sécularise, est justifiée par le consentement mutuel des époux échangé le jour des noces. Le problème du non-consentement ne pouvait donc se poser qu'en dehors du mariage, dans le cadre d'une sexualité "illicite", poursuit Sylvie Steinberg. À partir du

XX<sup>e</sup> siècle, la sexualité devient aussi un lieu d'épanouissement personnel, ce qui entre en contradiction avec l'idée de devoir quelque chose à quelqu'un sur le plan sexuel. »

Si le devoir conjugal appartient au passé, comment éviter la zone grise du consentement, propice à toutes les interprétations? Selon Jean-Claude Kaufmann, « il existe beaucoup de possibilités pour se retrouver intimement malgré la divergence des désirs, pour faire l'amour comme le souhaiterait l'un sans que cela soit vécu comme une contrainte par l'autre ». Notamment en apprenant à être attentif aux messages envoyés par le conjoint, messages

qui gagnent à être clarifiés par la discussion. « Communiquer, lever les malentendus permet de remporter petite victoire après petite victoire, assure le sociologue. Il appartient à chaque couple de trouver des accommodements, de parler davantage pour réduire les non-dits, les frustrations, de faire preuve d'humour et d'imagination. Inventer des rituels, des expériences de bien-être et de plaisir partagé. »

**France Lebreton**

(1) Pas envie ce soir. Le consentement dans le couple de Jean-Claude Kaufmann, 2020, Les liens qui libèrent, 19 €.

(2) consentement.info

### repères

#### Consentement et violence conjugale

**9 femmes sur 10 ont déjà ressenti une pression d'un partenaire pour avoir un rapport sexuel.**

**70% des femmes déclarent avoir eu des rapports, alors qu'elles n'en avaient pas envie, sans avoir subi de pression.**

**Près d'une femme sur deux a déjà subi des propos dévalorisants parce qu'elle n'avait pas envie d'avoir des rapports sexuels.**

**Plus d'une femme sur quatre déclare qu'un rapport s'est poursuivi, alors qu'elle avait demandé qu'il cesse.**

Source: #NousToutes, mars 2020.

**Dans 9 cas de viol sur 10, la victime connaît l'agresseur. Et dans 47% des cas, c'est le conjoint ou l'ex-conjoint qui est l'auteur du viol ou de la tentative de viol à l'encontre de sa compagne.**

**Seule 1 victime de viol conjugal sur 10 déclare avoir déposé plainte.**

Source: Observatoire national des violences faites aux femmes.

### témoignages

## Femmes et hommes, leur vision

«C'était sain d'avoir ce débat entre nous»

**Aurore, 38 ans, costumière à Marseille**

« Il est plus facile de dire non que lorsque j'avais 20 ans. Pourtant il m'est arrivé, il n'y a pas longtemps, d'être confrontée à l'insistance gênante de mon partenaire. Cela faisait plusieurs mois que nous étions ensemble. Un soir, il s'est montré pressant alors que je disais non. J'ai tenu bon mais j'ai dû le répéter. J'étais très ennuyée parce que c'est quelqu'un d'intelligent. Il s'est finalement excusé. Il était très mal, parce qu'il se rendait compte qu'il avait franchi une limite. Cela a été sain d'avoir ce débat entre nous. Parfois, hommes ou femmes, nous avons tendance à penser que les choses sont acquises en couple. Il y a une forme de tabou qui pèse sous prétexte que l'on est ensemble ou que cela intervient après le mariage. C'est d'autant plus vicieux quand, justement, cela se passe entre deux personnes qui se connaissent: on sait quand l'autre éprouve du désir ou non! »

physiquement. Mais cela ne donne aucune excuse, en aucun cas! Moi aussi parfois je me suis forcé... Mais on ne m'a jamais forcé, ce qui fait toute la nuance. Avec ma précédente compagne, au bout de deux ou trois ans, le désir s'est émoussé. Elle a commencé à me mettre la pression pour que nous ayons des relations sexuelles plus régulières. C'était réfrigérant. Lors de nos rapports, j'étais consentant. Mais je ne le faisais plus pour moi. C'était juste pour qu'elle ne soit pas malheureuse. »

«À l'avenir je saurai être vigilante»

**Mouna, 21 ans, étudiante**

« Je sors d'une relation de trois ans et demi. Pendant des mois, je me suis forcée à avoir des relations sexuelles. Cela ne venait pas d'une demande de mon copain. Mais je cherchais à remplir un impératif conjugal. Je viens d'une famille où le sexe est tabou, je n'ai pas de modèle familial à ce niveau-là. Je me disais que c'était cela, avoir une vie de couple normale. Ces relations pas complètement consenties, je me les imposais moi-même en me disant: je dois faire l'amour avec mon copain parce que c'est la norme. En réalité, je n'étais plus amoureuse, je prenais la pilule, ce qui entraînait une perte de libido et en face j'avais quelqu'un qui montrait son envie! Je me mentais et je me suis enfermée là-dedans. C'était insidieux. J'ai mis plusieurs mois, après la fin de cette relation, à le comprendre. Je crois qu'à l'avenir je saurai être vigilante et me remettre en question plus tôt. Mon partenaire, lui, n'a pas eu conscience de la situation, jusqu'à ce que je lui en parle. Nous nous sommes séparés deux jours après. »

**Recueilli par Coralie Bonnefoy (à Marseille)**

«La frontière est parfois mince»

**Constantin (I), 27 ans, technicien du spectacle**

« Avec le débat #MeToo, je me suis interrogé: est-ce j'avais forcé la main à une de mes partenaires auparavant? J'ai repensé à une de mes premières petites amies. Un soir, elle m'a dit non, mais j'ai continué et ensuite nous avons pris du plaisir tous les deux. La frontière est parfois mince: était-ce ou pas un jeu entre nous? Je ne suis pas quelqu'un de violent. Mais je sais qu'aujourd'hui nous n'aurions pas fait l'amour... Recevoir un "non" est frustrant. Et difficile

(1) Son prénom a été modifié.

Prochain dossier :

La répartition des tâches ménagères

**Entretien.** L'éducation au consentement commence tôt. C'est aux parents d'expliquer à l'enfant ce qui signifie donner son accord, ce qui est permis ou pas.

## «Mon corps, c'est moi»

Maëlle Challan-Belval

Présidente de Comitys (1)

**Peut-on parler de consentement lorsque la personne concernée est mineure ?**

**Maëlle Challan-Belval :** Juridiquement parlant, en France, un enfant n'est pas censé formuler son consentement avant l'âge de 15 ans. Un âge en dessous duquel un enfant serait systématiquement présumé non consentant lors d'une relation sexuelle avec une personne majeure. Sur le plan éducatif, il est essentiel d'expliquer aux enfants ce que signifie la notion de consentement, ce qui est permis ou non, et d'utiliser la notion de « donner son accord ». On peut les aider à identifier un malaise et leur proposer une alternative lorsqu'ils sont gênés par certains gestes d'adultes ou d'autres enfants.

### «Être libre dans son consentement cela s'apprend.»

**Dans quelles situations un enfant peut-il ressentir un malaise ?**

**M.C-B :** Par exemple, lorsqu'un proche l'invite à venir sur ses genoux, ou quand on demande à un enfant d'aller dans les bras de sa grand-mère. En réalité toute situation où l'on force un enfant à se soumettre à un geste d'affection physique ou à en donner. Proposer une alternative, ce peut être « non, je ne vais pas sur tes genoux, je préfère te faire une accolade », « je préfère me coiffer toute seule », « je reste près de toi mais je préfère ne pas te donner la main ». La notion de limites sur le corps des enfants n'est pas assez développée. On croit à tort que le corps des enfants appartient aux parents, aux adultes de la famille, qui prennent l'initiative de gestes d'affection pas toujours ajustés.

**Comment peut-on préparer son enfant à élaborer un consentement ?**

**M.C-B :** Il faut aider les parents à respecter la pudeur des enfants. Demander à son enfant de prendre son bain avec sa sœur, ou de se déshabiller au milieu du salon, ne favorise pas l'éducation au consentement. Pour que l'enfant se forge peu à peu un consentement éclairé, on peut lui apprendre l'alignement intérieur entre les sensations du corps – est-ce agréable ? dégoûtant ? –, les émotions du cœur – comment je me sens en sa présence –, les réflexions de l'esprit ou l'exercice du jugement – est-ce une bonne idée de... Savoir écouter ces trois pôles permet d'être moins sensible aux pressions, aux manipulations.

Pour aider son enfant à forger sa capacité à consentir, on lui apprend à faire des choix, que ce soit pour son alimentation ou ses activités. Accompagner l'enfant dans l'exercice de sa liberté, ses capacités à choisir, c'est lui apprendre à adhérer, à peser le pour et le contre, à renoncer, à changer d'avis. S'il a du mal à s'affirmer, on peut l'orienter, l'aider à voir les conséquences. Et ne pas rater une occasion de lui rappeler que son corps n'est la propriété de personne. Lui apprendre à dire « mon corps, c'est moi ! ».

**Quel message doit-on faire passer aux jeunes ?**

**M.C-B :** Là aussi, être libre dans son consentement, cela s'apprend. L'adhésion complète de soi-même est difficile. En matière de sexualité, on vérifie l'alignement entre son corps, son cœur, son esprit, y compris sur les pratiques sexuelles tentées ou proposées. On n'est pas abonné à tous les fantasmes de l'autre. Même si on s'aime ! La sexualité n'est pas un appel à la soumission mais à la créativité consentie.

**Recueilli par France Lebreton**

(1) Organisme de formation professionnelle spécialisé dans le développement des compétences psychosociales. Rens. : [www.comitys.com](http://www.comitys.com)

## pistes

### Lectures

**Troubles dans le consentement**, d'Alexia Boucherie, 2019, François Bourin, 16 €.

**Le Viol conjugal**, sous la direction de Patrick Chariot, 2019, CNRS Éd., 23 €.

**Une histoire des sexualités**, sous la direction de Sylvie Steinberg, 2018, PUF, 22€.

**Le Consentement**, de Vanessa Springora, 2020, Grasset, 18 €.

### En famille

**Et si on se parlait ?**, de Andréa Bescond et Mathieu Tucker. **Trois petits ouvrages pour aider les enfants à parler de tout, sans tabou, adaptés à trois tranches d'âge différentes. Celui destiné aux 11 ans et plus contient un chapitre lié au consentement.** 2020, Harper Collins, 7,50 €.

**Le petit livre pour apprendre à dire NON !**, de Dominique de Saint Mars, illustré par Serge Bloch. **Apprendre à dire non aux petites maltraitances de tous les jours, savoir se faire écouter, respecter, aider et pouvoir se défendre en cas de grandes maltraitances.** 2016, Bayard, 9,90 €. **À partir de 7 ans.**

### Vidéos

**Sur YouTube, Le consentement expliqué avec une tasse de thé La chanson Mon corps c'est moi :** [comitys.com/mon-corps-c'est-moi-chanson-sur-le-respect-du-corps](http://comitys.com/mon-corps-c'est-moi-chanson-sur-le-respect-du-corps) **Le consentement expliqué aux enfants :** [comitys.com/consentement-explique-aux-enfants](http://comitys.com/consentement-explique-aux-enfants)

### Adresses

**Point d'accueil et écoute jeunes :** [cartosantejeunes.org](http://cartosantejeunes.org) **Association française des centres de consultations conjugales :** [afcc.fr](http://afcc.fr)

### Spectacle

**Les Chatouilles ou La Danse de la Colère**, d'Andréa Bescond. **La Scène libre**, à Paris, jusqu'au 2 janvier 2021.

**#AirDuTemps.** Ce terme, qui désigne un tee-shirt laissant voir le nombril, a défrayé la chronique en cette rentrée, hors des rayons « mode » des magasins.

## Le «crop top» de la discorde



Une pièce phare du dressing des adolescentes. Jultud - stock.adobe.com

Comme de nombreux parents le savent désormais, le «crop top» figure en bonne place dans le vestiaire des adolescentes. Il s'est aussi trouvé au centre de débats passionnés sur les réseaux sociaux et jusque dans les établissements scolaires à la rentrée. En effet, le 14 septembre, des collégiennes et lycéennes se sont mobilisées dans toute la France contre « la tenue correcte » imposée par les règlements intérieurs des établissements. Devant la fronde, le ministre de l'éducation, Jean-Michel Blanquer, sommé de prendre parti, a préconisé de s'habiller de « façon républicaine » à l'école. Les associations féministes ont, elles, soutenu la démarche des jeunes filles, estimant que c'était aux garçons d'éduquer leur regard.

La virulence des débats ne surprend pas le sociologue Jean-François Amadiou (1). « Certes, chaque génération revendique de porter des vêtements différents de ceux de la génération précédente, explique-t-il. Mais le crop top a ceci de particulier qu'il dévoile une partie du corps – la taille – qui n'est pas neutre. La finesse de la taille est, dans nos sociétés contemporaines, un des critères de beauté essentiels. »

Ce vêtement serait à la fois nécessairement « sexy » et contribuerait à la tyrannie de la minceur. « Cette mode s'est développée sur les réseaux sociaux par la publicité ou des émissions de télé-réalité qui montrent

toutes des femmes avec une taille très fine, afin de mieux vendre leurs produits puisque telle est l'image qui plaît le plus aux hommes, estime le sociologue. Les jeunes filles veulent-elles vraiment cela ? »

### À notre avis

Les débats actuels offrent une bonne occasion de discuter en famille. Certes, le look des adolescentes est un sujet de négociations régulier. Maquillage, talons ou longueur des minijupes... les points de désaccord ont toujours été aussi variés que l'imagination des créateurs de mode. Les débats sur le crop top ne sont donc qu'une énième version de ces négociations familiales. Une fois encore, les parents peuvent inciter les jeunes filles à réfléchir aux raisons pour lesquelles elles adoptent ce vêtement. Est-ce pour se faire plaisir à elles-mêmes ? Est-ce aussi pour entrer, inconsciemment, dans des codes de séduction et céder à une injonction masculine implicite : une fille doit-elle être sexy et dénudée ? Ils peuvent aussi glisser que les Québécois parlent de « chandail bedaine », de quoi faire perdre instantanément de son glamour à ce vêtement de la discorde et le voir peut-être disparaître du vestiaire... **Emmanuelle Lucas**

(1) La Société du paraître : Les beaux, les jeunes... et les autres, Odile Jacob, 2016.