

Les coups d'un soir : le sexe comme distraction ?

Appel à témoins : « Recherche personnes vivant ou ayant vécu des relations d'un soir, sans lendemain ni engagement ». En une journée, 15 réponses positives. « *Ca m'intéresse beaucoup* », disent les répondant.e.s, surtout des femmes vivant dans un environnement hétérosexuel et venant de milieux favorisés. La grande majorité des personnes interrogées ont « envie » de raconter leurs expériences. Pour Sylvie², « *on n'en parle pas assez* ». Camille³, elle, a voulu « *faire sens* ». Aucun chiffre à l'appui pour prouver l'existence réel du phénomène qui consiste à rencontrer quelqu'un.e, vivre une relation sexuelle, une seule et unique fois, sans forcément le/la connaître. Jacques Marquet⁴, le nomme la « sexualité récréative » et estime que depuis une dizaine d'années le phénomène est bien identifié, « *avec internet, les sites de rencontre, il a gagné en visibilité* ». Sexualité récréative ? Le terme lui-même ne fait-il pas écho chez chaque individu.e à des représentations très différentes ? Interpellés par cette évolution de la société liée aux relations affectives et sexuelles, José Gérard et son équipe, dans le nouveau dossier⁵ des Feuilles Familiales, constatent que « *la sexualité paraît de plus en plus souvent dissociée des sentiments et d'une notion d'engagement dans la durée* ». C'est pourquoi, ils mettent en avant leur questionnement : « *En quoi cette évolution a-t-elle une influence sur le comportement des personnes, sur la pérennité des liens familiaux, sur la manière dont les plus jeunes abordent leur vie amoureuse ?* ».

Dans l'air du temps ?

Pas sûr que dans les faits, les « coups d'un soir » soient une pratique toute récente. Sylvie a 54 ans aujourd'hui. Elle a vécu quelques relations d'un soir dans les années 70-80. Elle se souvient qu'à cette époque, il y avait un courant libertaire et contestataire qui l'a « touché ». « *J'avais lu un livre sur la libération de la femme, l'idée que mon corps m'appartient et j'en fais ce que je veux. Beaucoup de filles autour de moi étaient très libérées et se vantaient de coucher avec un tel ou un tel, juste pour le plaisir des corps. Alors pourquoi pas moi ?* », se souvient la femme aujourd'hui mariée.

L'année 68 aurait-elle tout déclenché ? Paul était étudiant à Leuven, puis à Louvain-la-Neuve au début des années 60. Dans ses souvenirs, « *les mentalités commençaient déjà à évoluer dix ans plus tôt. Mais concrètement, on était beaucoup plus surveillé et réprimé qu'aujourd'hui. Les filles et les garçons étaient bien séparés. Si on nous surprenait à être dans la chambre de quelqu'un.e du sexe opposé, on se faisait renvoyer de l'université* ». Université

¹ Etudiante en Communication à l'UCL

² Nom de substitution pour garder l'anonymat

³ Idem

⁴ Sociologue à l'UCL

⁵ Dossier n°102, *Sexualité récréative ?*, éditions feuilles familiales asbl, 4^e trimestre 2012

catholique qui berçait à l'époque des idées ultra conservatrices, véhiculées par l'Église elle-même. Durant tout le 20^e siècle, l'institution catholique tentait d'empêcher toute tentative ou idées prônant des réformes sexuelles. Pourtant, dans les années 60 et 70, la législation a bougé. La contraception médicalisée devient accessible, l'avortement est dépenalisé⁶, l'homosexualité est mieux acceptée, etc. Pourtant, il subsiste des deux côtés, une forte connotation morale bien présente. Mais de là, à parler de « révolution sexuelle » ? « *Oui au niveau de la loi, mais pas forcément évident dans la chambre à coucher* », nuance l'historien Henk de Smaele⁷. En rappelant que les mentalités d'une société ne changent pas aussi vite qu'un texte de loi.

Sylvie partait du principe qu'elle n'avait pas envie de former un couple. Elle aussi voulait vivre des moments d'échange corporel, purement sexuel, comme on l'encourageait implicitement. Ce fut donc chose faite. Sans regrets, mais avec une énorme déception. « *Je me créais tout un fantasme autour de ma cible. Ah ! Il est latino, psychologue. C'est sûr, il fera ça bien, il sera doux et sensuel. Et finalement, c'était archi nul à chaque fois* », dit-elle maintenant en rigolant.

La question du lendemain

C'est le cas pour d'autres pratiquant.e.s du « one shot ». La déception ne réside pas forcément dans l'acte en lui-même. Elle peut aussi apparaître le lendemain. Un lendemain un peu difficile psychologiquement par exemple. Carol Thompson⁸ émet l'hypothèse qu'un sentiment de déprime le jour d'après naîtrait d'un « *sentiment d'intrusion dans l'intimité* ». Ou au contraire, « *l'euphorie peut être une des réactions possibles. Le fait de se sentir rempli, pleinement satisfait* ». Pour Camille, ce mal-être du lendemain est bien présent. L'étudiante enchaîne les relations d'un soir ou des histoires de quelques jours depuis plusieurs mois. Dans ces moments-là, la jeune fille montre le meilleur d'elle-même. Pas forcément pour finir dans le lit de l'intéressé, mais d'abord pour faire connaissance. « *Il y a un certain intérêt intellectuel à la base. Je n'irai pas coucher avec n'importe qui non plus, c'est pas juste corporel!* » précise la jeune fille aux yeux bleus envoûtants. D'où la déception du lendemain, quand lui n'attend pas plus que cette nuit à deux. Jacques Marquet estime que c'est à ce niveau-là que « *les relations d'un soir deviennent complexes. Lorsque les deux ne vivent finalement pas la même histoire. Au début, on est dans le jeu avec la règle implicite de ne pas tomber amoureux. Mais en général, le décalage entre les deux amants existe réellement* ».

Une étude⁹ réalisée en 2008 en Angleterre sur 1,743 individu.e.s montre que l'expérience « du lendemain » est vécue de façon plus négative chez les femmes que chez les hommes. N'est-ce pas encore l'une de nos représentations les plus classiques ? Les hommes arriveraient-ils mieux à scinder sexe et sentiment ? Ou avaient-ils depuis des décennies plus

⁶ En 1975, en France ; en 1990, en Belgique.

⁷ La modernisation de la sexualité (19^e – 20^e siècle), édité par Régine Beauthier, Valérie Piette et Barbara Truffin

⁸ Psychologue et sexologue bruxelloise

⁹ The morning after the night before – Affective reactions to One-Night-Stands among mated and unmated Women and Men, par Anne Campbell

da facilité sociale pour le faire ? Aujourd'hui, les femmes – de plus en plus nombreuses – opèrent elles aussi ce clivage et se sentent bien dans les bras de leur « sex friend ».

Néanmoins, les lendemains ne sont pas toujours heureux, comme c'est le cas pour Camille, mais aussi pour celui d'autres hommes et femmes rencontrés pour cette enquête. Les thérapeutes témoignent de nombreuses souffrances. Et comme le souligne Sophie Mathot¹⁰, les réactions face au lendemain seront « *aussi variées que chaque individu.e est différent.e dans son engagement affectif et sexuel lors de ces rencontres particulières*¹¹ ».

Et ils remettent ça. Pourquoi ? « *Je passe vite au-dessus finalement. Je recommence pour l'expérience et simplement pour l'affection et le plaisir sensuel* », lance Camille après quelques minutes de réflexion. La sexologue Carol Thompson explique « *Le bonheur individuel est devenu très important dans notre société aujourd'hui. Les attentes vis-à-vis de l'autre sont donc beaucoup plus élevées : "Je prends, ça ne me convient pas, je jette"* ». Comme un kleenex. La spécialiste du sexe ajoute « *avoir un rapport sexuel avec quelqu'un sans engagement, c'est un peu comme du sport, un défoulement. C'est le plaisir individuel qui compte, les deux amants ne sont pas dans le partage* ». Le partage qui serait dans la durée, une relation sentimentale plus stable qui ne s'expédie pas au bout d'une nuit.

Dans quelle mesure ces rencontres sans lendemain, dénuées d'engagement affectif, ne comportent-elles pas une forme de déni ? Derrière cette recherche de plaisir, n'y a-t-il pas une soif d'amour, un besoin d'être rassuré.e, une grande solitude à combler ? Sophie Mathot envisage que, dans ces rencontres fortuites, il y aurait un besoin, certes parfois caché, d'être aimé, d'être relié, pour se sentir exister tout simplement.

A la recherche d'un idéal

Un amour durable, voilà ce qu'espère cependant la plupart des répondant.e.s volontaires à cette enquête. Et Véronique de Neyer¹² le voit « tous les jours » dans son cabinet. Elle observe une norme à respecter chez les étudiant.e.s : celle d'être en couple, et en couple qui fonctionne. Les pratiquants du « polyamour » seraient « *en fuite, à la recherche de l'amour parfait* », dit-elle lors d'une conférence sur l'amour durable. Pour Benedict Ann¹³, cette période n'est « *qu'une phase, en général pour les moins de 28 ans ou les sexagénaires divorcés. Mais une phase qui use* ». Car pour elle, « *coucher avec quelqu'un le premier soir est transgressif, irrespectueux pour les deux* ». C'est ce qu'a ressenti Sonia¹⁴. A 23 ans, elle a vécu une relation sans lendemain, qui ne lui a « *rien apporté* ». Plutôt que de recommencer, elle préfère se « *protéger* » et attendre le bon. Et malgré tout, Camille aussi, comme la majorité des personnes interrogées, veut aussi à terme, « *une relation stable, dans la*

¹⁰ Conseillère conjugale et sexologue

¹¹ Sophie Mathot, *La question du lendemain*, in « Sexualité récréative », Dossier n°102, éditions feuilles familiales asbl, 4^e trimestre 2012

¹² Sexologue au Planning Familial de Louvain-la-Neuve

¹³ Psychologue et love coach parisienne

¹⁴ Nom de substitution pour garder l'anonymat.

construction, au-delà de l'illusion d'une seule nuit ». Mais la question reste en suspens : comment s'y prendre? Une petite centaine de célibataires se trouvaient à la soirée « Diagnostic de l'amour » organisée par Benedict Ann à Bruxelles. Eux aussi cherchent sans doute les clés qui ouvriraient la porte à un amour durable. Ou bien, veulent-ils eux aussi simplement « faire sens » ?