FICHE SYNTHÈSE
Janvier 2021

UQÀM | Chaire de recherche sur la diversité sexuelle et la pluralité des genres
FACULTÉ DES SCIENCES HUMAINES
Université du Québec à Montréal

L'asexualité

Léa Serra Vandekerckhove, candidate au doctorat en sexologie, Université du Québec à Montréal (UQÀM), **Mylène Shankland**, responsable des communications à la Chaire de recherche sur l'homophobie, Université du Québec à Montréal (UQÀM) et **Marie Delamare-Sanson**, responsable de la mobilisation des connaissances pour le projet SAVIE-LGBTQ+

Le contenu de cette fiche synthèse sous la forme de questions réponses présente des réflexions et des notions clés autour de la thématique de l'asexualité. Elle s'appuie sur une recension de la littérature ainsi que sur des observations réalisées dans le cadre d'un projet doctoral.

1) Qu'est-ce que l'asexualité ?

L'asexualité est une orientation sexuelle[1] qui se caractérise par l'absence ou la faible présence d'attirance sexuelle pour d'autres personnes (De Luzio Chasin, 2011). Les personnes asexuelles peuvent ressentir du désir sexuel, mais n'éprouvent pas ou peu le besoin d'avoir des relations sexuelles avec une autre personne (Bogaert, 2013 ; Scherrer, 2008).

L'asexualité ne doit pas être confondue avec l'abstinence sexuelle. En effet, les personnes abstinentes éprouvent généralement du désir et de l'attirance sexuelle pour d'autres personnes, mais elles font le choix de contenir ce désir sexuel et de ne pas avoir de pratiques sexuelles.

2) Est-ce que cette absence d'attirance sexuelle est la conséquence d'un traumatisme ou d'une pathologie sexuelle ?

L'asexualité est une orientation sexuelle comme l'homosexualité, la bisexualité ou encore la pansexualité. Il existe cependant des personnes qui ont des troubles du désir sexuel dont l'origine est médicale ou psychologique, et certaines se définissent peut-être comme asexuelles. Néanmoins, l'asexualité ne découle pas d'un traumatisme d'ordre sexuel ou d'une pathologie sexuelle (Brotto et Yule, 2017).

Certaines personnes asexuelles peuvent toutefois ressentir de la détresse en raison de leur asexualité. Dans certaines sociétés, la pression à être sexuellement actif et à être en couple est très forte. Comme l'identité asexuelle est encore peu connue, les personnes asexuelles peuvent se sentir isolées et incomprises (Brotto et Yule, 2017).

3) Quelles sont les différentes orientations asexuelles ?

Parmi les personnes asexuelles, il existe des profils et des rapports à la sexualité très différents.

a) Le spectre de l'asexualité

La communauté asexuelle s'oppose à l'idée qu'il n'existerait que deux catégories de personnes avec d'un côté les personnes asexuelles et de l'autre les personnes sexuelles (c'est-à-dire les personnes qui ressentent de l'attirance sexuelle pour d'autres personnes). Au contraire, elle conçoit la sexualité comme un axe

1 On parle aussi parfois de l'asexualité comme d'une « (non)orientation sexuelle ».

ou un continuum avec, à une extrémité, les personnes éprouvant une forte attirance sexuelle et à l'autre, les personnes n'éprouvant jamais d'attirance sexuelle (De Luzio Chasin, 2011). Chaque personne est donc plus ou moins sexuelle ou asexuelle. Par exemple, l'identité de personne demisexuelle réfère à la possibilité pour une personne de ressentir du désir sexuel et de vouloir s'engager dans des relations sexuelles, mais uniquement avec un·e partenaire avec qui elle a développé un lien intime et une connexion profonde (Pinto, 2014).

Ainsi certaines personnes qui éprouvent rarement ou parfois de l'attirance sexuelle considèrent appartenir au « spectre de l'asexualité » (McClave, 2013).

b) Orientation romantique

Les personnes asexuelles distinguent nettement sexualité et sentiments amoureux. Le fait de ne pas ressentir d'attirance sexuelle ou de n'en ressentir que peu ne les empêche pas de tomber amoureux·ses et de pouvoir avoir envie d'être en couple (Bogaert, 2012 ; De Luzio Chasin, 2011). Cette attirance amoureuse est suffisamment importante pour que ces personnes s'identifient à leur orientation romantique de la même manière que certaines personnes s'identifient à leur orientation sexuelle (Charrigan, 2011). Comme pour les orientations sexuelles, il existe une diversité d'orientations romantiques dans lesquelles peuvent se reconnaître, entre autres, les personnes asexuelles "romantiques". Le site AVEN (Asexual Visibility and Education Network), qui est une référence sur la thématique, nomme diverses orientations romantiques :

- **Homoromantique :** attirance / désir de relations amoureuses avec des personnes du même genre
- **Hétéroromantique :** attirance de façon romantique / désir de relations amoureuses avec des personnes du genre opposé
- **Biromantique :** attirance de manière romantique / désir de relations amoureuses avec des personnes de plusieurs genres
- **Panromantique :** attirance de façon romantique / désir des relations amoureuses sans que le genre ne soit un facteur
- **Homoromantique :** attirance / désir de relations amoureuses avec des personnes du même genre;
- **Aromantique :** pas du tout d'attirance ou de désir de relations amoureuses

Comme parmi les personnes sexuelles, il existe aussi des personnes asexuelles qui ne ressentent pas de sentiments amoureux et qui se définissent comme aromantiques (Charrigan, 2011).

c) Rapport à la sexualité

Le rapport à la sexualité peut être très différent d'une personne asexuelle à l'autre. Certaines ne sont pas rebutées par la sexualité et considèrent celle-ci comme quelque chose de positif ; elles se définissent comme *sex-positives*. D'autres sont complètement indifférentes à la sexualité et se considèrent comme *sex-neutres.* D'autres encore sont fortement rebutées – voire dégoutées – par la sexualité et se désignent comme *anti-sex* (Charrigan, 2011).

Si certaines personnes asexuelles ont des relations sexuelles avec un·e partenaire intime, celles-ci ne sont généralement pas motivées par du désir sexuel. Certaines personnes *sex-positives* ou *sex-neutres* peuvent avoir des rapports sexuels avec leur partenaire parce qu'elles apprécient simplement les sensations physiques ou bien qu'elles y voient un moment agréable de tendresse et de partage.

4) Comment en vient-on à s'identifier comme une personne asexuelle ?

En raison du peu de visibilité de l'identité asexuelle, beaucoup de personnes qui pourraient s'identifier comme asexuelles grandissent sans connaître l'existence d'une telle identité. C'est à partir de l'adolescence que les personnes asexuelles commencent généralement à se sentir différentes (Brotto et *al.*, 2010). Cette différence peut d'abord être vécue comme un simple décalage temporaire qui s'estompera avec le temps, mais elle est souvent rapidement considérée comme problématique. Les personnes asexuelles se demandent ce qui ne va pas chez elles et cherchent parfois une explication le plus souvent médicale ou psychologique à leur absence d'attraction, se lançant parfois dans de lourds parcours médicaux (Carrigan, 2011). Le chemin peut être long avant qu'elles ne découvrent l'existence de la communauté asexuelle.

Le processus de divulgation (angl. *coming out*) de l'asexualité diffère de celui des autres orientations sexuelles. Cette différence s'explique par le peu de visibilité de l'asexualité, mais aussi par les préjugés dont les personnes asexuelles sont victimes. Parmi ces stéréotypes, on trouve la présomption d'une pathologie qui empêcherait le désir sexuel ou encore la remise en cause de l'existence même de cette (non)orientation sexuelle (Bogaert, 2012).

Les personnes asexuelles seraient moins victimes de discriminations violentes que les personnes LGBTQ+. Il peut paraître de prime abord que peu de gens se soucient du fait que les personnes asexuelles n'éprouvent

que peu ou pas d'attirance sexuelle. Il peut donc sembler inutile de revendiquer leur différence. Néanmoins, les personnes asexuelles sont souvent perçues comme des êtres étranges, victimes d'une pathologie. De ce fait, elles peuvent être considérées avec une certaine forme de dédain (Bogaert, 2012). Affirmer une identité asexuelle permet d'expliquer son absence d'attirance sexuelle et peut aussi être une forme d'action politique pour une meilleure connaissance et une plus grande visibilité de l'asexualité.

5) Comment l'asexualité et le genre s'interinfluencent-ils ?

a) Variations de genre

Quelques rares études scientifiques se sont intéressées à comparer le vécu des personnes asexuelles en fonction de leur genre, se limitant généralement aux différences entre les femmes cisgenres et les hommes cisgenres (Przybylo, 2014 ; Gupta, 2018).

Il en ressort que les femmes s'identifient plus fréquemment comme asexuelles. Il ne faut toutefois pas conclure trop rapidement que les femmes sont plus nombreuses à ne pas ressentir d'attirance sexuelle. Plusieurs hypothèses pourraient expliquer cet écart :

- les normes associant virilité et sexualité active peuvent amener les hommes à ne pas vouloir s'identifier comme asexuels ;
- les hommes peuvent considérer les érections et la masturbation comme incompatibles avec une identité asexuelle ;
- les hommes, étant moins sollicités sexuellement que les femmes, sont moins amenés à s'interroger sur leur orientation sexuelle ;
- les hommes pourraient simplement être moins actifs dans les milieux asexuels (et donc moins facilement atteints par les études scientifiques ou les sondages) parce qu'ils éprouvent moins le besoin d'être en contact avec d'autres individus asexuels ou bien parce qu'ils ne se reconnaissent pas dans ces milieux.

Il existe peu de modèles de masculinité qui ne sont pas centrés sur la sexualité. Chez les femmes, l'asexualité semble plus facile à affirmer, car elle correspond aux normes de la féminité hégémonique qui suppose que les femmes sont naturellement plus passives et moins intéressées par les rapports sexuels (Gupta, 2018). Néanmoins, les femmes sont plus souvent sollicitées sexuellement que les hommes et peuvent subir davantage de pression à avoir des rapports sexuels. Elles sont ainsi plus nombreuses à céder à des pratiques sexuelles non désirées dans le cadre de relations hétérosexuelles, notamment par peur de perdre leur conjoint (Gupta, 2018). La pression à être en couple et à fonder une famille est aussi plus forte pour les femmes, les hommes étant souvent perçus comme naturellement moins enclins à s'engager dans une relation de couple et à vouloir des enfants.

b) Les personnes non binaires ou trans

Les études sur l'asexualité sont encore rares et nous avons encore peu de connaissances à propos des personnes asexuelles non binaires ou trans (Miller, 2012, Gupta, 2018 ; Grant et *al.*, 2011). Toutefois, les personnes asexuelles sont bien plus nombreuses à s'identifier comme non-binaires ou trans que les personnes sexuelles. Cette différence pourrait s'expliquer par le fait que les personnes asexuelles, en particulier celles qui sont aromantiques, seraient moins attachées à la dimension sexuelle qui va aujourd'hui de pair avec l'hétérocisnormativité.

Recommandations pour l'inclusion des personnes asexuelles

- Améliorer la compréhension et l'éducation autour de la (non)orientation sexuelle qu'est l'asexualité
- Former les étudiant·e·s et professionnel·le·s aux réalités des personnes asexuelles
- Poursuivre la recherche en collaboration avec les personnes qui s'identifient comme asexuelles
- Ne pas présumer qu'une personne est sexuelle dans le cadre d'un accompagnement ou d'une recherche

Ressources et organismes communautaires

http://www.asexualite.org : Association pour la visibilité asexuelle

https://interligne.co : Centre de première ligne qui propose de l'écoute et de l'information pour les personnes de la diversité sexuelle et de la pluralité des genres

https://fr.asexuality.org : site de référence et d'informations en français

https://www.asexuality.org/ : site de référence et d'informations en anglais

Groupe de discussion en français

https://www.facebook.com/groups/23215310684/ : groupe privé inclusif de discussion et d'information à propos de l'asexualité

Références

AVEN. (2020). *Romantic orientations.* Récupéré de https://www.asexuality.org/?q=romanticorientation

Bogaert, A. F. (2013). « The demography of asexuality » dans Baumle, A. K. (Ed.) (2013). *International handbook on the demography of sexuality,* Springer.

Bogaert, A. F. (2012). *Understanding asexuality.* Rowman & Littlefield.

Bogaert, A. F. (2004). « Asexuality: Prevalence and associated factors in a national probability sample », *Journal of Sex Research, 41*(3), pp.279-287.

Brotto, L. A. et Yule, M. (2017). « Asexuality: Sexual Orientation, Paraphilia, Sexual Dysfunction, or None of the Above? », *Archives of sexual behavior, 46,* pp.619-627.

Brotto, L. A., Knudson, G., Inskip, J., Rhodes, K. et Erskine, Y. (2010). « Asexuality: A mixed-methods approach », *Archives of sexual behavior, 39*(3), pp.599-618.

Bourcier, S. (2017). *Homo inc.orporated : le triangle et la licorne qui pète.* Paris : Cambourakis.

Carrigan, M. (2011). « There's more to life than sex? Difference and commonality within the asexual community », *Sexualities, 14,* pp.462-478.

De Luzio Chasin C. J. (2011). « Theoretical Issues in the Study of Asexuality ». *Archives of Sexual Behavior, 40*(4), pp.713-723.

De Luzio Chasin. J. (2013). « Reconsidering asexuality and its radical potential ». *Feminists studies, 39*(2), 405-426. Retrieved december 2, 2020, from http://www.jstor.org/stable/23719054.

Cohen-Kettenis P. T. et Pfäfflin, F. (2009). « The DSM diagnostic criteria for gender identity disorder in adolescents and adults », *Archives of Sexual Behavior, 39*(2), pp.499–513.

Grant J. M., Mottet, L. A., Tanis, J., Harrison, J., Herman, J. L. et Keisling, M. (2011). *Injustice at every turn: A report of the National Transgender Discrimination Survey,* Washington, DC: National Center for Transgender Equality and National Gay and Lesbian Task Force.

Gupta, K. (2018). « Gendering asexuality and asexualizing gender: A qualitative study exploring the intersections between gender and asexuality », *Sexualities, 22*(7-8), pp.1197-1216.

Laflamme, M. et Mestiri, M. A. (2019). « (A)sexualité : enjeux identitaires et relationnels », *Revue A5,* vol. 9, n°1, Hiver 2019, p.79-95. Disponible à : https://revuea5.uqam.ca/wp-content/uploads/sites/13/2019/09/RA5-vol.9-PDF-final.pdf.

McClave, C. (2013) « Aseuxality as a Spectrum: A National Probability Sample Comparison to the Sexual Community in the UK », Thèse de doctorat, Colombia University.

Miller, T. (2012). *Analysis of the 2011 Asexual Awareness Week Community Census.* Disponible à: https://asexualcensus.files.wordpress.com/2017/04/aaw-2011-survey-results.pdf.

Nurius, P. S. (1983). « Mental health implications of sexual orientation Journal of Sex Research », 19 (2), pp.119-136.

Pinto, S. A. (2014). Asexually: on being an ally to the asexual community. *Journal of Lgbt Issues in Counseling, 8*(4), 331-343.

Przybylo E (2014). *Masculine doubt and sexual wonder.* Dans : Cerankowski, K. J. et Milks, M. (Eds) Asexualities: Feminist and Queer Perspectives, London: Routledge, pp. 225-246.

Scherrer, K. S. (2008). « Coming to an Asexual Identity: Negotiating Identity, Negotiating Desire ». *Sexualities, 11,* pp.621-641.