

Chronique de décembre 2008

Comment dire la séropositivité au sein d'une relation ?

En écho à la journée internationale de lutte contre le sida du 1er décembre, vous allez nous parler aujourd'hui d'un sujet qui peut être très délicat dans une relation affective et sexuelle, qu'elle soit ponctuelle ou durable : comment dire la séropositivité ?

Je voudrais, avant tout, resituer le contexte. Même si l'annonce de la séropositivité est plus une condamnation à mort comme dans les premiers temps de l'épidémie, cette découverte reste un véritable traumatisme : il y a l'impression d'avoir un corps sali, avec la baisse d'estime de soi, la culpabilité, la colère, la peur de contaminer l'autre, la crainte du rejet, le tout pouvant mener à la dépression. La découverte de la séropositivité demande donc un indispensable temps d'ajustement intérieur où il est très utile de ne pas rester seul et de pouvoir parler avec quelqu'un pour mettre un peu d'ordre en soi.

La séropositivité va avoir un impact sur de très nombreux aspects de la vie quotidienne et notamment sur la vie sexuelle, quand il faut en parler au sein d'une relation qui démarre.

Effectivement, annoncer à l'autre sa séropositivité représente LA grande angoisse. Certains décident d'ailleurs de ne plus jamais être en couple pour tenter de contourner tout rejet. Mais ce n'est pas viable sur la durée car il est impossible de s'imaginer vivre sans amour. On réalise qu'on doit donc parler et on redoute être rejeté et de voir s'écrouler l'espoir d'une relation. Or, plus on attend, plus cela devient difficile.

Est-ce qu'il y a un moment propice à l'annonce de la séropositivité dans la nouvelle relation ?

Il n'y a pas de bon moment et chacun doit trouver ce qui lui convient. Néanmoins, et sans aucun jugement de valeur, on peut distinguer 4 approches :

- On peut dire sa séropositivité avant le premier baiser. Cela représente l'avantage d'être moins impliqué émotionnellement et donc de moins souffrir s'il y a un rejet. L'aspect négatif est d'être amené à dire sa séropositivité à toute nouvelle rencontre. Cela peut faire beaucoup de gens qui deviennent dépositaire d'un secret qui doit rester intime.
- On peut aussi donner le premier baiser, mais attendre plusieurs rencontres avant de parler. L'avantage est de préserver son intimité et de créer un lien qui n'est pas emblé par la séropositivité. Mais cela peut aussi susciter une réaction de colère, du type : « mais pourquoi tu ne m'en as pas parlé plus tôt »

Oui, mais là il n'y a pas encore eu de rapports physiques ; mais on constate que beaucoup de personnes ne parlent de leur séropositivité que quand arrivent la question d'avoir des rapports sexuels

Effectivement, et ce sont les 2 autres approches :

- Avoir des relations sexuelles systématiquement protégées et parler ensuite de la séropositivité. La réaction de l'autre partenaire peut malgré tout être négative, même s'il n'y a pas eu mise en danger, en invoquant le rapport de confiance. Mais la relation peut aussi se poursuivre sur ce même mode : c'est ce que vivent tous les couples à sérologies différentes.
- Le cas le plus contestable est d'avoir des rapports non protégés et de parler après. Il faut tout de suite souligner que c'est un cas de figure assez rare car la plupart des personnes séropositives sont conscientes et extrêmement responsables. Néanmoins cela arrive et il faut savoir qu'en France, il y a eu des condamnations de justice de personnes ayant contaminé en connaissant leur séropositivité mais sans en avoir parlé avant le rapport et ceci, même s'il est clair que la responsabilité de la contamination est partagée par les deux partenaires.

Encore faut-il que l'autre personne sache qu'elle est séropositive ;

Bien sûr et cela permet de rappeler qu'une partie de la population est contaminée par le VIH sans le savoir. Juste un exemple pour illustrer ce point : votre mari a une relation extra-conjugale non protégée avec une personne qu'il ignore elle-même être séropositive. Vous n'avez pas des rapports protégés avec votre épouse et, au sein même du couple stable et marié, il y a contamination des deux partenaires ! Une étude américaine montre que la plupart des relations extra conjugales se font SANS préservatifs. Ainsi, comme on ne peut pas empêcher l'infidélité, il faut au moins que les rapports extra-conjugaux soient protégés.

Nous sommes donc toujours dans la nécessité de poursuivre sans relâche les messages de prévention.

Oui, bien évidemment. Et pour revenir à l'annonce de la séropositivité dans une relation d'amour, il faut reconnaître que c'est toujours angoissant ; mais c'est aussi toujours nécessaire de parler car le silence est bien trop dangereux. Si parler est trop difficile, il faut se faire aider et il ne faut pas hésiter à contacter des organismes

comme Sida Info Service (tel : 0 800 840 800) qui met à disposition des interlocuteurs formés pour guider et conseiller.