

Script de la présentation filmée de l'asexualité dans le cadre de la Journée internationale de l'Asexualité

AVEN Francophone et AVA

1Z : Bonjour à toutes et à tous ! Aujourd'hui, nous célébrons la première édition de la journée internationale de l'asexualité. Cette journée est portée par 4 thèmes : la promotion de l'asexualité, la célébration de l'asexualité, l'éducation sur l'asexualité et la solidarité entre les communautés asexuelles internationales. Au nom de cette solidarité, nous vous souhaitons donc aujourd'hui une joyeuse journée internationale de l'asexualité !

Šťastný Mezinárodní Den Asexuality, Feliz Día Internacional de la Asexualidad de Chile, Happy International Asexuality Day, from Australia, Joyeuse Journée internationale de l'Asexualité, Χαρούμενη Διεθνής Ημέρα Ασεξουαλικότητας, Feliz Día Internacional de la Asexualidad, آپ سب کو پاکستان کی طرف سے انٹرنیشنل اے سیکسولٹی کا دن بہت مبارک ہو, Glædelig International Aseksualitetsdag her fra Danmark, Fröhlichen internationalen Tag der Asexualität, नमस्ते, अन्तराष्ट्रिय अयौनिकता दिवसको शुभकामना।, Giornata internazionale dell'asexualità, Happy International Asexuality Day from the USA, Hey everybody, happy International Asexuality Day, Halò, a chàirdean! Là Eadar-nàiseanta na Neo-sheòrsachd sona dhuibh à Alba! 祝大家國際無性戀日快樂! Feliz dia internacional da assexualidade da comunidade ace aqui do Brasil ! Fijne Internationale Dag van de Aseksualiteit! Groetjes vanuit Nederland !

L'asexualité est quelque chose d'encore trop peu visible et connu. Il existe de plus en plus de textes, articles et vidéos qui parlent d'asexualité en français, mais jusqu'à présent, aucune émanant d'organisations de personnes asexuelles. Alors, à l'occasion de la première Journée internationale de l'Asexualité que nous appelons la JiA pour faire court, AVEN Francophone, le réseau de visibilité et d'éducation à l'asexualité et AVA, l'Association pour la Visibilité Asexuelle font équipe pour présenter l'asexualité et répondre à quelques questions. Je suis Zimou, j'utilise le pronom 'il' et je suis l'administrateur d'AVEN Francophone depuis 2010.

2S : Et je suis Maixent, j'utilise n'importe quels pronoms et je suis membre d'AVA. Faire des présentations de l'asexualité, souvent grâce au soutien d'autres associations queers, fait partie des activités habituelles d'AVA. Pour la JiA, nous avons décidé de faire équipe avec AVEN Francophone pour réaliser ce projet, qui sera accessible à un public plus large que lors de nos interventions habituelles.

3Z : Pour bien vous parler d'asexualité, il faut un peu de contexte. L'asexualité est une orientation sexuelle. Qu'est ce qu'on entend par orientation sexuelle ? C'est un concept assez récent, développé à partir du 20ème siècle, notamment avec les travaux d'Alfred Kinsey, qui est connu pour son échelle de Kinsey. Au début des années 50, il a montré qu'il y avait des gens qui étaient attirés sexuellement par un genre ou un autre, ou par plusieurs genres. Mais tout le monde ne rentrait pas dans ces cases là et donc, ses collaborateurs ont créé un Groupe X, pour les personnes n'étant attirées sexuellement par aucun genre. Les personnes que nous appelons aujourd'hui "asexuel.les".

4S : Il y a un reproche courant qui est fait à la communauté LGBTQ+, de dénoncer le trop grand nombre de mots et de concepts à retenir. Mais avoir des mots pour nommer les choses, c'est très important. L'hétérosexualité (terme qui n'est apparu qu'à la toute fin du 19ème siècle d'ailleurs!), l'homosexualité, la bisexualité, la pansexualité et l'asexualité sont tous des termes récents, des repères pour expliquer quelque chose de notre identité, de notre ressenti aux autres, sans avoir à passer par une longue explication.

5Z : En tout cas, c'est le but ! On aimerait bien que lorsqu'on nous pose la question, on n'ait pas à faire de longues explications. Qu'on puisse dire qu'on est asexuel et que les autres personnes disent ok et passent à autre chose, sans que ça soit exceptionnel, bizarre ou anormal. C'est aussi pour ça que nous voulons visibiliser l'asexualité. Mais ce terme, l'asexualité, c'est juste un repère, qui regroupe plein de vécus différents. Les personnes asexuelles sont aussi nombreuses et différentes que les personnes des autres orientations sexuelles. Il existe des personnes asexuelles dans tous les pays, de tous les âges et de tous les genres et l'asexualité n'est pas uniforme.

6S : Quand on parle d'asexualité, on parle en fait du spectre de l'asexualité. C'est-à-dire qu'on s'est rendu compte qu'il y avait beaucoup de nuances et de richesse dans nos ressentis et au lieu d'essayer de simplifier la manière dont on parle d'asexualité, on a préféré admettre qu'on avait pas toutes les réponses, qu'il y avait des ressentis trop différents pour qu'on puisse mettre une seule étiquette. On a donc créé le concept de la zone grise, avec des termes comme greyssexuel.le ou grissexuel.le, demissexuel.le et beaucoup d'autres encore, afin de continuer à réfléchir ensemble sur nos ressentis et la manière dont on nomme nos orientations sexuelles.

7Z : Vous n'avez pas besoin de retenir tous les termes. Ce qui est important, c'est de savoir que l'asexualité est sur un spectre et surtout de ne pas dire à une personne qu'elle a ou n'a pas telle orientation sexuelle. Vous êtes la seule personne à même de nommer votre orientation sexuelle et personne ne peut invalider votre auto-identification. Et c'est aussi okay de ne pas être tout à fait sûr, de se dire, tiens ça me parle un peu, mais je veux pas me donner une étiquette tout de suite, et de se diriger vers des groupes ou des lieux sans dire "je suis asexuel ou demissexuel". Dans les espaces qui parlent d'asexualité, si c'est dans le respect et la bienveillance, vous êtes tous et toutes les bienvenus !

8S : Mais avec tout ça, l'asexualité c'est quoi ? La définition c'est "Une personne asexuelle ne ressent pas d'attraction sexuelle pour qui que ce soit." L'attraction sexuelle, qu'est-ce que c'est ? Parfois je me dis que ça n'existe pas et que tout ça n'est qu'un vaste complot. Mais plus sérieusement, il est difficile pour nous de définir l'attraction sexuelle, car on ne la ressent justement pas. C'est plus une question de comparaison. On décrit ce que l'on ressent, comment on vit les choses. Puis on laisse les personnes qui ne sont pas asexuelles (qu'on appelle zedsexuelles) nous partager comment leur vécu diffère.

9Z : Une chose qui intrigue beaucoup les gens, c'est d'apprendre que certaines personnes asexuelles ont des rapports sexuels. Il est très important d'expliquer que l'orientation sexuelle, c'est une identité, pas un comportement. Par exemple, une personne asexuelle peut avoir une vie sexuelle avec son ou sa partenaire, pour diverses raisons, notamment parce que ça lui fait plaisir de faire plaisir à son/sa partenaire. Une personne asexuelle peut même désirer avoir des rapports sexuels pour concevoir un enfant par exemple. Il existe d'autres raisons que l'attraction sexuelle qui poussent une personne à avoir des relations sexuelles. Et les personnes asexuelles ont des rapports variés avec la sexualité : il y a des asexuels qui apprécient les rapports sexuels, d'autres

que ça indiffère, et d'autres qui ne souhaitent pas en avoir ou encore que ça dégoûte. Le comportement d'une personne asexuelle ne permet pas de définir son identité.

10S : Ce qu'il faut retenir c'est que ce qui fait qu'une personne est asexuelle, c'est qu'elle se définit elle-même comme asexuelle, comme ne ressentant pas ou peu d'attraction sexuelle. De plus, dire à quelqu'un d'autre notre orientation sexuelle n'est pas une invitation à toutes les questions sur notre vie sexuelle. On n'a pas à nous demander si on a déjà fait ceci ou cela. C'est juste intrusif et un peu gênant qu'on nous pose systématiquement la question "mais alors du coup tu te masturbes ?", surtout quand c'est des personnes qu'on ne connaît pas du tout. Alors du coup, on va répondre ici à la question de la masturbation, qu'on préfère catégoriser sous le terme d'activité sexuelle solitaire. On fait une différence entre la libido, qui est le fait de vouloir avoir une activité sexuelle, qui peut être solitaire, et l'attraction sexuelle qui est le fait de vouloir avoir des rapports sexuels avec une personne en particulier. Comme

le reste de la population, les personnes asexuelles ont des niveaux de libido qui varient, d'une personne à l'autre ou au cours de la vie. Et c'est la même chose pour les activités sexuelles solitaires, à peu près 4 asexuels sur 5 déclarent avoir une libido et en pratiquer, contre 1 sur 5 qui déclarent ne pas en avoir.

11Z : Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise raison d'avoir une activité sexuelle solitaire ou non, ou d'avoir des relations sexuelles ou pas. Ce qui est important, c'est le consentement de toutes les personnes impliquées, un consentement qui peut être rétracté à tout moment. Quand on parle de consentement dans les relations sexuelles, c'est toujours important de rappeler que le consentement doit être libre, éclairé et enthousiaste. Si vous avez un doute, demandez si votre partenaire est sûr et offrez une porte de sortie, dites lui "on peut toujours arrêter et faire autre chose", par exemple.

12S : Un autre point à expliquer c'est la différence entre l'orientation sexuelle et l'orientation romantique. Souvent, une personne asexuelle vous dira qu'elle est asexuelle, homoromantique, hétéroromantique, biromantique, panromantique ou aromantique. Ce que ça veut dire c'est qu'on fait une différence entre les différents types d'attraction, on appelle ça le modèle d'attraction séparées. On distingue de l'attraction sexuelle, l'attraction romantique qui sera un *crush* ou un béguin, l'attraction platonique qui sera un *squish*, l'attraction esthétique qui a trait à ce qu'on trouve beau, l'attraction sensuelle qui dépend du toucher, comme les câlins et il y a un sixième, l'attraction *alterous* qui n'est ni exclusivement platonique ni exclusivement romantique, c'est plus fluide.

13Z : On voit souvent qu'on ne ressent pas tous la même chose envers une personne ou une autre, ni la même chose que ses proches. Le modèle d'attraction séparées a pour but de déculpabiliser les gens et de dire qu'on a le droit de ressentir ce qu'on ressent, on peut ressentir un type d'attraction et pas un autre pour une personne ou pour tout le monde et c'est légitime et normal. Ce sont des notions qui ont émergé dans la communauté asexuelle et aromantique, mais on pense qu'elles peuvent aider tout le monde. Néanmoins, ce modèle n'est pas un outil parfait, il n'est pas utile pour tout le monde, alors si vous trouvez qu'il n'est pas utile pour vous, pas besoin de vous en servir!

14S : On a déjà dit le mot, mais on ne vous a pas dit ce que c'était. L'aromantisme. Une personne aromantique, comme moi, est une personne qui ne ressent pas d'attraction romantique. Ça peut être une personne asexuelle, mais pas forcément. Généralement, lorsque les gens disent je suis hétéro ou je suis bi, ce qu'ils disent c'est qu'ils sont hétérosexuelles et hétéroromantiques, bisexuelles et biromantiques. Ça va souvent ensemble, mais pas toujours et c'est pas un problème.

Lorsqu'une personne est asexuelle et aromantique, on se présente souvent en disant qu'on est aroace, pour faire court. Comme pour l'asexualité, on parle de l'aromantisme sur un spectre avec des personnes qui se définissent comme grayaromantique par exemple. Il y a toute une communauté aromantique qui est distincte de la communauté asexuelle, ce qui est logique, puisque les personnes aromantique (on dit aussi aro pour aromantique) ne sont pas toujours asexuels (on dit aussi ace pour asexuel ou sur le spectre de l'asexualité).

15Z : On vous a dit tout à l'heure qu'il y avait des personnes asexuelles de tous les âges, dans tous les pays. La Journée internationale de l'Asexualité a pour but de mettre en valeur la diversité de nos identités et de nos expériences. De très nombreuses communautés venant

de tous les continents ont collaboré ensemble pour choisir une date pour célébrer l'asexualité sans que cela soit au détriment d'une autre célébration ou commémoration dans un pays ou une région. Cette date, c'est aujourd'hui, le 6 avril. Vous pourrez retrouver des informations sur les groupes de personnes asexuelles dans de nombreux pays sur le site internet de la JiA www.internationalasexualityday.org.

Pour l'instant, il est encore assez difficile de dire quel est le pourcentage de personnes asexuelles dans la population mondiale, car peu d'enquêtes nationales ou internationales ont recueilli des informations statistiques mentionnant l'asexualité. On a un chiffre d'une étude au Royaume-Uni de 2004 qui dit 1%, aux Etats-Unis, l'association GLAAD a publié une enquête en 2017 dans laquelle le nombre de personnes asexuelles montent jusqu'à 4% de la population sur la tranche des 18-34 ans.

16S : Le peu de chiffre et cette variation importante, ça semble assez normal, car l'asexualité commence à peine à être connue. Le premier regroupement de personnes asexuelles dont on a la trace date de 1997 et le réseau AVEN a été fondé en 2001 aux Etats-Unis. En France, AVEN Francophone a été fondé en 2005 et AVA en 2010. Ce n'est que depuis 2016 qu'il y a un cortège AroAce à la Marche des Fiertées de Paris et l'asexualité n'est toujours pas reconnue comme une orientation sexuelle par tout le monde et encore moins par les autorités publiques, y compris en France. Mais pour autant, l'asexualité n'est pas une nouveauté. Elle a été évoquée par plusieurs scientifiques à partir de la fin du 19ème siècle. Le plus ancien document conservé évoquant l'asexualité en Europe est une pièce de théâtre qui date du IIème siècle après JC!

17Z : À mesure que davantage de personnes s'intéressent à l'asexualité, on trouve de plus en plus de marques signalant la présence de personnes asexuelles à travers l'histoire. On a récemment retrouvé un manifeste asexuel datant de 1972, qui était pensé disparu. Pour nous, organisations de personnes asexuelles, il est crucial de visibiliser l'asexualité, que ce soit par la recherche, historique, scientifique ou sociologique avec l'inclusion dans les enquêtes, dans les médias, que ce soit la presse ou les œuvres de fiction et surtout dans l'éducation, que ce soit pour tout le monde, à l'école et plus spécifiquement dans la formation des professionnels de santé.

18S : Grâce aux efforts de la communauté asexuelle, soutenue par le reste de la communauté queer, l'asexualité ne figure plus dans le manuel de référence de la psychiatrie comme une pathologie depuis 2013. Malheureusement, cela n'est pas suffisant. Les personnes asexuelles sont encore beaucoup trop pathologisées, médicalisées et psychiatisées en raison de leur asexualité. Beaucoup de pays pratiquent des thérapies de conversion et, sans reconnaissance de notre existence, les personnes asexuelles ne sont pas protégées par la loi. En fonction des pays, la situation est plus ou moins difficile pour les personnes asexuelles, mais une constante est la violence.

19Z : A ce jour, dans la plupart des endroits, l'asexualité n'est pas considérée comme une orientation sexuelle à part entière, une identité légitime et non pas une pathologie à "réparer" (mettre les guillemets à l'oral) et les violences correctives subies par les personnes asexuelles, qu'elles viennent du corps médical ou de personnes cherchant à corriger l'asexualité d'une personne par le viol sont très courantes. Le devoir conjugal dans le mariage est encore inscrit dans la législation, ce qui peut exclure les personnes asexuelles de l'accès à l'immigration ou à l'adoption. Il y a encore 2 ans, une femme a été condamnée pour faute dans une procédure de divorce en France, car elle refusait d'avoir des relations sexuelles avec son conjoint.

Illustration : <https://www.leparisien.fr/sentinelles/devoir-conjugal-sanctionnee-pour-avoir-refuse-de-coucher-avec-son-mari-elle-en-appelle-a-la-justice-europeenne-18-03-2021-TSJSNBRCVNGLJLGNQGRYNCECGE.php>

Les injonctions à se conformer à l'hétéronormativité, qu'elles soient religieuses ou sociales, provoquent une invisibilisation et un isolement des personnes asexuelles, ce qui n'est pas sans conséquence sur nos santé mentale. Une vérité qui est apparente dans toutes les enquêtes sur la santé mentale des personnes queers qui incluent les personnes asexuelles.

20S : Entendre notre identité invalidée, encore et encore, les personnes qui considèrent qu'on a un problème physique ou un trouble mental. Qu'on un blocage psychologique qui indique de l'immaturation. Ou qu'être asexuel est forcément la conséquence d'un trauma qu'on ira imaginer si on n'en trouve pas et que guérir l'asexualité est une étape indispensable pour dépasser ce trauma. Ou encore les gens qui quand on leur dit qu'on est asexuels réagissent comme si c'était quelque chose de triste, suscitant de la pitié, même lorsque nous revendiquons notre asexualité avec fierté... c'est pas toujours facile.

21Z : À toutes les personnes asexuelles, à toutes les personnes queers et en questionnement, vous êtes légitimes et vous êtes très bien tels que vous êtes. Personne n'a le droit de remettre en cause votre identité ou de vouloir vous guérir d'une partie de vous-même. Il n'est pas facile tous les jours d'être fièr.e.s, surtout lorsqu'on est seul.e et c'est normal. Nous espérons que vous trouverez les ressources, le soutien et les espaces dont vous avez besoin. N'hésitez pas à vous tourner vers nous.

PARTIE FAQ :

22S : Nous allons maintenant répondre à quelques questions qu'on nous a posées. La première est : "Comment peut-on savoir que l'on est ou non asexuel/le ?" On a déjà un peu répondu à ça mais une chose qu'on a pas dit, c'est que l'orientation sexuelle, ça peut être fluide. Lorsqu'on s'interroge sur notre identité, il arrive qu'on utilise plusieurs termes avant de les abandonner pour d'autres qui correspondent mieux. On a le droit de se tromper. Ces termes sont avant tout des outils afin de mieux se comprendre et de communiquer avec les autres. Si l'asexualité est quelque chose qui vous parle et que c'est une étiquette avec laquelle vous êtes à l'aise, vous pouvez la revendiquer. Il arrive que l'on change, que notre orientation sexuelle évolue au cours de la vie. Mais pour autant, s'identifier comme asexuel.le n'est pas un stade transitoire avant d'accepter sa "vraie" orientation sexuelle. L'orientation sexuelle d'une personne asexuelle n'est pas plus susceptible de changer au cours de la vie que celle d'une autre personne et c'est très important de respecter l'autodétermination des personnes.

23Z : “Quel est l'état des droits reproductifs pour les personnes asexuels en couple ?” Comme il n'y a pas de reconnaissance légale de l'asexualité, les personnes asexuelles en couple sont soumises en France aux lois qui s'appliquent à leur situation, sur le plan de l'immigration et de l'évolution des lois sur l'homoparentalité. L'asexualité ne sera pas considérée comme légitimant le recours à la fécondation in-vitro, par exemple, car elle n'est autorisée à l'heure actuelle que pour les couples pouvant justifier d'une infertilité médicale, mais les lois varient beaucoup d'un pays à un autre.

24S : “Quelle est l'importance de la représentation de personnages asexuels dans les médias et quel type de personnages asexuels aimeriez-vous voir ?”

Se voir représenter dans des œuvres de fiction peut avoir un impact très important, surtout lorsqu'on est jeune. C'est pour cela qu'on est très critique de certaines représentations de l'asexualité dans la fiction. On est souvent représentés comme des enfants immatures, des robots ou des psychopathes sans sentiments. Alors une représentation positive de l'asexualité, avec des personnages qui ressemblent à ce que sont les personnes asexuelles dans la réalité, c'est quelque chose qu'on trouve très important et on espère que ça va se développer davantage dans les prochaines années. Certaines personnes pensent qu'il n'y a pas ou peu de personnages asexuels parce que le public ne trouverait pas ça intéressant. C'est un peu vexant et c'est sous-estimer les spectateurs et les créatrices !

25Z : “Selon des médecins, le sexe est bon pour la santé, l'asexualité a-t-elle donc un impact négatif sur la santé ?”

Alors il faut faire attention quand on répète ce genre de choses. La manière dont les médias relayent les découvertes de la recherche scientifique est parfois trompeuse, pour provoquer le buzz. Il arrive souvent que les médias simplifient ou déforment le contenu d'une étude pour faire du click, gagner en popularité et augmenter leurs revenus. Il faut toujours vérifier la source lorsqu'on lit les médias ou surfe sur internet. Est-ce que l'article reflète bien ce que dit l'enquête et cette enquête est-elle rigoureuse, émanant de source fiable ? A ce moment cela, on peut savoir si ce que l'étude montre est réellement ce que le média présente. Car souvent, on se rendra compte que l'étude montre que le sexe est aussi bon pour la santé que de faire un peu d'exercice physique, une vie affective épanouie, ou simplement s'autoriser de petits plaisirs tel que manger un morceau de chocolat de temps en temps. L'absence de vie sexuelle n'a donc aucun impact négatif sur la santé.

26S : Et enfin Damien demande : “Quelles ont été les actions concernant la visibilité de l'asexualité sur l'année 2020 ? Et quels sont les projets sur l'année suivante cette première journée internationale de l'Asexualité ?”.

En 2020, il y a eu quelques événements en ligne organisés par diverses personnes. Par exemple, les discussions du samedi organisées chaque mois à Paris sont maintenant réalisées en ligne sur Discord et les rencontres du groupe Meetup se font maintenant sur Zoom. Jusqu'à ce que la situation change, nous choisissons de privilégier ce type d'événements, la santé de tout le monde est trop importante et ces événements virtuels, permettent une meilleure accessibilité, surtout parce que la plupart des rencontres se font d'ordinaire en région parisienne.

Ça nous a demandé plus de travail, de nous adapter à un mode d'action différent, mais ça nous a aussi laissé du temps pour construire la Journée internationale et pouvoir échanger avec des personnes asexuelles partout dans le monde. Pour l'instant, il n'y a pas de projet dont on peut parler, mais cette première édition n'est vraiment que le début, on est en train de mettre en place plein de choses dont on vous parlera au fur et à mesure. Nous vous invitons à consulter le site

internet et les réseaux sociaux d'AVEN Francophone, d'AVA et de la Journée internationale de l'Asexualité pour vous tenir au courant de tout ce qui est organisé. Nous mettrons tous les liens dans la description. Très bonne journée internationale de l'Asexualité !

27Z : Au revoir et à bientôt !