**Évaluation d’une nouvelle bibliothérapie de l’éjaculation précoce**

Ph. Kempeneersa,b, R. Andriannec, S. Bauwensd, S. Blairya, I. Georisd, J.F. Pairouxa

a Université de Liège, Faculté de Psychologie (B)

b Clinique Psychiatrique des Alexiens, Henri-Chapelle (B)

c Université de Liège, Faculté de Médecine - Urologie (B)

d Sexologues d’exercice libéral, BibliothEP, Liège (B)

INTRODUCTION. L’éjaculation précoce (EP) est un trouble sexuel répandu. Les personnes atteintes ne sont cependant pas nombreuses à consulter des professionnels pour solutionner leur difficulté. Bien qu’il n’y ait pas de consensus ferme quant à son étiologie, certains mécanismes de l’EP sont actuellement bien connus. Ceci permet des traitements précis et efficaces, tant au plan pharmacologique qu’au plan cognitif et comportemental. Par ailleurs, des études ont montré que la lecture de documents didactiques concernant l’EP pouvait aider de nombreux hommes présentant ce trouble (Lowe & Mikulas, 1974; Trudel et al., 1985; De Sutter et al., 2002). Ce type d’approche est appelé « bibliothérapie ».

OBJECTIF. L’objectif de la présente étude est d’améliorer l’approche bibliothérapeutique en élaborant et en testant un manuel (1) plus concis que les précédents, (2) avec des consignes thérapeutiques plus faciles à assimiler et, de ce fait, (3) rendu accessible à un large public qui, ordinairement, ne consulte pas pour ce type de difficulté.

METHODE. Une courte bibliothérapie (moins de 40 pages A4) intitulée *Guide pratique de l’EP* a été testée auprès de 400 sujets EP (critères diagnostiques DSM IV). Des indicateurs auto-rapportés tels l’anxiété, la satisfaction sexuelle, le temps de latence éjaculatoire, le sentiment de contrôle et la satisfaction de la partenaire ont été mesurés avant puis 4 à 8 mois après la lecture du *Guide pratique*, et ils ont été comparés aux notes obtenues par des sujets laissés sur une liste d’attente.

RESULTATS. Les investigations sont toujours en cours. Les premières analyses (juin 2009) montrent cependant une amélioration significative de l’ensemble de ces indicateurs après avoir lu la bibliothérapie. Les sujets à qui a été proposé le Guide pratique estiment en outre que cela les a aidé à améliorer leur sexualité. Le sentiment d’amélioration ne semble pas lié à des variables comme le niveau d’éducation, le type d’EP (primaire/secondaire, situationnelle/généralisée) ou les traits de personnalité (TCI-R, Cloninger ; STAI Y-B, Spielberger.)

CONCLUSION. Une brochure bibliothérapeutique comme le *Guide pratique de l’EP* pourrait être un instrument utile de promotion de la santé sexuelle dans de larges populations.