FACTEURS PRÉVISIONNELS DE LA SATISFACTION SEXUELLE CHEZ LES ADOLESCENTS ET LES JEUNES ADULTES

La plupart des recherches examinant la santé sexuelle des adolescents et des jeunes adultes misent essentiellement sur les conséquences potentiellement négatives de l'activité sexuelle. Par exemple, bien des études menées se sont attardées au comportement sexuel des jeunes gens en termes de risques d'infections transmissibles sexuellement (ITS) et de grossesse indésirable. Mais la santé sexuelle des jeunes gens va plus loin que le fait d'éviter ces résultats et d'autres conséquences négatives.

Les Lignes directrices canadiennes pour l'éducation en matière de santé sexuelle (Agence de la santé publique du Canada, 2008) indiquent que l'atteinte de la santé sexuelle met en jeu la réduction des conséquences négatives (par ex. les ITS, les grossesses indésirables) et le rehaussement de la santé sexuelle (par ex. l'intégration de la sexualité dans les relations mutuellement satisfaisantes, l'acceptation de sa propre sexualité). Les lignes directrices comprennent une définition de la santé sexuelle tirée de l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) qui reconnaît que la santé sexuelle va plus loin que le seul fait d'éviter les conséquences négatives et qu'elle intègre aussi les aspects positifs et agréables de la sexualité (voir encadré ci-dessous).

> *La santé sexuelle est un état de bien-être physique, émotionnel, mental et social en relation avec la sexualité, et non pas simplement l'absence de maladies, de dysfonctionnements ou d'infirmités. La santé sexuelle requiert une approche positive et respectueuse de la sexualité et des relations sexuelles, ainsi que la possibilité d'avoir des expériences sexuelles agréables et sûres, sans contrainte, discrimination et violence.* OMS citée dans les Lignes directrices canadiennes pour l'éducation en matière de santé sexuelle, de l'Agence de la santé publique du Canada, 2008, p. 5.

Dans ce numéro de La recherche en revue, nous nous attarderons à deux études récentes qui ont examiné les facteurs associés aux facteurs prévisionnels de la satisfaction sexuelle parmi les adolescents et les jeunes adultes.

FACTEURS ASSOCIÉS À LA SATISFACTION SEXUELLE PHYSIQUE ET PSYCHOLOGIQUE

Higgins, Mullinax, Trussell, Davidson et Moore (2011) ont mené un sondage auprès de 2 168 étudiants et étudiantes universitaires hétérosexuels de quatre universités des États-Unis dans le cadre duquel ils ont examiné une diversité de facteurs qui pourraient être associés aux taux élevés de satisfaction sexuelle. Tous les étudiants ayant pris part au sondage ont eu des relations sexuelles au moins une fois. L'âge moyen des répondants était de 20,2 ans.

Dans la première partie du sondage, Higgins et coll. (2011) ont posé deux questions aux étudiants visant à évaluer leur niveau de satisfaction sexuelle. Les réponses ont été fournies selon une échelle de réponses en cinq points qui variaient entre « très satisfait » et « très insatisfait ». Les deux questions étaient : « …comment évaluez-vous votre taux de satisfaction sexuelle physiologique (physique) personnel dans l'ensemble? » et « … comment évaluez-vous votre taux de satisfaction sexuelle psychologique (émotionnel) personnel dans l'ensemble? » (p. 1645). Une majorité des étudiants ont déclaré qu'ils étaient soit très satisfaits (32 % sur le plan physiologique, 32 % sur le plan psychologique), soit satisfaits (52 % sur le plan physiologique, 47 % sur le plan psychologique) de leur vie sexuelle. Aucune différence significative n'a été notée sur le plan statistique entre les hommes et les femmes quant à ces mesures.

Ensuite, Higgins et coll. (2011) ont examiné la relation entre 23 variables différentes liées à la sexualité qui ont été incluses dans le sondage et les taux de satisfaction sexuelle parmi les étudiants. Les variables qui étaient étroitement interreliées tant sur le plan de la satisfaction sexuelle physiologique que psychologique étaient : (1) les niveaux de culpabilité sexuelle; (2) l'aisance avec sa propre sexualité; (3) l'estime de soi; (4) l'état de la relation; et (5) la fréquence des relations sexuelles.

FACTEURS ASSOCIÉS À LA SATISFACTION SEXUELLE PHYSIOLOGIQUE (PHYSIQUE) CHEZ LES FEMMES

Les femmes qui ont eu un orgasme pendant les relations sexuelles étaient 6,6 fois plus susceptibles de déclarer être satisfaites que celles qui ont rarement des orgasmes, sinon jamais (Higgins et coll., 2011). Les femmes qui ont des relations sexuelles plus fréquemment tendent davantage à être satisfaites sur le plan sexuel que celles qui ont des relations moins fréquentes. Les femmes qui déclaraient être toujours à l'aise avec leur sexualité étaient 3,9 fois plus susceptibles de déclarer être satisfaites sur le plan sexuel que les femmes qui déclarent être parfois, rarement ou jamais à l'aise avec leur sexualité. Les femmes ayant des relations exclusives étaient deux fois plus enclines que les femmes ayant des relations occasionnelles ou n'ayant pas de partenaires à déclarer leur satisfaction sur le plan sexuel physique.

FACTEURS ASSOCIÉS À LA SATISFACTION SEXUELLE PSYCHOLOGIQUE (ÉMOTIONNELLE) CHEZ LES FEMMES

Les femmes qui se sentent toujours à l'aise avec leur sexualité étaient 4,7 fois plus susceptibles d'être satisfaites sur le plan sexuel que celles qui disent être parfois, rarement, sinon jamais, satisfaites sur le plan sexuel (Higgins et coll., 2011). Les femmes qui ont des relations exclusives étaient 3,2 fois plus susceptibles de déclarer leur satisfaction sexuelle que celles n'ayant pas de partenaire. Les jeunes femmes ressentant de faibles niveaux de culpabilité envers la sexualité étaient 2,8 fois plus susceptibles d'êtres satisfaites sur le plan sexuel que celles qui ressentent un grand niveau de culpabilité envers la sexualité.

FACTEURS ASSOCIÉS À LA SATISFACTION SEXUELLE PHYSIOLOGIQUE (PHYSIQUE) CHEZ LES HOMMES

Tout comme les femmes ayant répondu au sondage, les taux élevés de satisfaction sexuelle physiologique chez les hommes étaient également associés à l'aisance avec leur propre sexualité et à entretenir une relation exclusive (Higgins et coll., 2011). L'étude a identifié plusieurs variables qui semblaient être plus importantes chez les hommes que chez les femmes en ce qui concerne la satisfaction sexuelle physique. Par exemple, les jeunes hommes présentant des niveaux d'estime de soi plus élevés étaient 4,8 fois plus satisfaits sur le plan physiologique que ceux présentant une faible estime de soi. En outre, ceux qui estiment que la prise de décisions liée à leur sexualité est guidée par leurs propres valeurs et sentiments étaient 2,7 fois plus susceptibles de déclarer être satisfaits sur le plan physique.

FACTEURS ASSOCIÉS À LA SATISFACTION SEXUELLE PSYCHOLOGIQUE (ÉMOTIONNELLE) CHEZ LES HOMMES

Quant à la satisfaction sexuelle psychologique (émotionnelle) des hommes, les facteurs qu'on associe dans une grande mesure à la satisfaction sexuelle sont l'aisance avec leur propre sexualité, une faible culpabilité sexuelle, une relation exclusive et la fréquence des relations sexuelles (Higgins et coll., 2011). L'estime de soi est un facteur d'autant plus important dans la satisfaction sexuelle psychologique chez les jeunes hommes. Ceux qui ont affirmé avoir une estime de soi excellente ou très bonne étaient 11,1 fois plus susceptibles de déclarer que leur vie sexuelle leur apportait une très grande satisfaction psychologique que ceux qui disent avoir une estime de soi raisonnable, faible ou très faible.

Les auteurs soulignent que, à tous les égards, les facteurs contribuant à la satisfaction sexuelle des jeunes hommes et femmes dans l'étude étaient assez semblables. Par exemple, des niveaux élevés d'aisance avec sa propre sexualité et le fait d'entretenir une relation exclusive étaient associés à une satisfaction sexuelle physique et psychologique tant chez les hommes que chez les femmes (Higgins et coll., 2011). Par ailleurs, les auteurs ont examiné si le recours à la contraception avait des conséquences sur les niveaux de satisfaction sexuelle physiologique ou psychologique et ont découvert que ce n'était pas le cas pour les deux sexes.

> *Nos résultats dissipent les notions populaires grandement disséminées selon lesquelles la satisfaction sexuelle chez l'homme est essentiellement de nature physique et que chez la femme, elle est principalement fondée sur les émotions ou les relations. Plus exactement, les deux types de facteurs sont importants chez les femmes ainsi que chez les hommes.* Higgins et coll. « Sexual Satisfaction and Sexual Health Among University Students in the United States », American Journal of Public Health, vol. 101, no 9, 2011, p. 1651.

FACTEURS ASSOCIÉS À LA SATISFACTION ENVERS LA RELATION SEXUELLE COURANTE

Auslander, Rosenthal, Fortenberry, Biro, Bernstein et Zimet (2007) ont mené une étude auprès de 319 hommes et femmes dont l'âge variait entre 14 et 24 ans (âge moyen = 19,7 ans) pour découvrir les facteurs prévisionnels potentiels du niveau de satisfaction chez les jeunes envers leur relation sexuelle courante. Les répondants au sondage qui ont été recrutés auprès d'une clinique médicale dont la clientèle est adolescente et auprès d'un collège situé en Ohio entretenaient tous une relation romantique/sexuelle. Le questionnaire du sondage comprenait des sections sur la santé mentale, la qualité des relations, les comportements sexuels et la satisfaction en ce qui concerne la relation sexuelle courante. La satisfaction envers la relation sexuelle courante a été mesurée au moyen d'une échelle de sept questions se penchant sur l'excitation et le plaisir sexuels avec des réponses variant de 1 (fortement en désaccord) à 5 (fortement en accord). Les réponses à chacune des sept questions ont été additionnées et un pointage moyen a été calculé.

Dans l'ensemble, les répondants au sondage ont déclaré des taux élevés de satisfaction entourant leur relation sexuelle courante avec un pointage moyen de 4,11 sur 5 (Auslander et coll., 2007). Environ 15 % de l'échantillonnage a obtenu un pointage de 3,5 ou moins indiquant des perceptions neutres ou négatives de la satisfaction sexuelle. En s'attardant sur les variables associées à la satisfaction des répondants en ce qui concerne leur relation sexuelle courante, les auteurs ont découvert que les jeunes gens de l'étude qui croyaient que leur relation romantique était dans l'ensemble positive, qui n'ont eu que quelques partenaires sexuels dans leur vie, qui ont eu des relations sexuelles fréquentes et qui ont utilisé des condoms étaient plus satisfaits de leur relation sexuelle courante.

> *Malgré le désir de percevoir la sexualité à l'adolescence comme problématique et différente de celle des adultes, nous nous apercevons que le pourcentage d'adolescents satisfaits sur le plan sexuel est passablement semblable à celui des adultes, tout autant que le sont les facteurs faisant état de leur satisfaction sexuelle.* Auslander et coll. « Predictors of Sexual Satisfaction in an Adolescent and College Population, « Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology », vol. 20, 2007, p. 25-28.

QUEL EST LE MESSAGE À EN RETIRER?

Certains des résultats clés de ces deux études peuvent être résumés comme suit.

1. Les adolescents et les jeunes adultes actifs sur le plan sexuel connaissent des taux élevés de satisfaction sexuelle.
2. À bien des égards, les adolescents et les jeunes adultes ne sont pas différents des adules plus âgés en termes de facteurs associés à la satisfaction sexuelle.
3. Les relations sont importantes : les jeunes entretenant des relations exclusives et qui perçoivent ces relations comme étant positives sont plus susceptibles de connaître des taux élevés de satisfaction sexuelle.
4. L'importance des relations dans la contribution à des taux élevés de satisfaction sexuelle s'applique tant aux hommes qu'aux femmes et tant à la satisfaction sexuelle physique que psychologique.
5. Dans une des études examinées ci-dessus, le recours à la contraception n'a pas eu de conséquences négatives sur la satisfaction sexuelle et, dans l'autre étude, le recours au condom était associé à une plus grande satisfaction sexuelle en ce qui concerne la relation sexuelle courante. Cela laisse entendre que la prise de précautions, comme la contraception et la réduction du risque des ITS afin d'éviter les conséquences négatives potentielles découlant d'activités sexuelles, ne nuit pas à l'atteinte de taux élevés de satisfaction sexuelle au sein des relations sexuelles chez les jeunes.

RÉFÉRENCE

Auslander, B.A., Rosenthal, S.L., Fortenberry, D., Biro, F.M., Bernstein, D.I., et Zimet, G.D. « Predictors of Sexual Satisfaction in an Adolescent and College Population », Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology, vol. 20, 2007, p. 25-28.

Higgins, J.A., Mullinax, M., Trussell, J., Davidson, K., et Moore. « Sexual Satisfaction and Sexual Health among University Students in the United States », American Journal of Public Health, vol. 101, no 9, 2011, p. 1643-1654.

Agence de la santé publique du Canada. « Lignes directrices canadiennes pour l'éducation en matière de santé sexuelle », 3e édition, Ottawa, Ontario, 2008.