

**VALIDATION PRÉLIMINAIRE DE  
L'ÉCHELLE DES DISTRACTIONS COGNITIVES LORS DES RELATIONS SEXUELLES**  
**Audrey Brassard<sup>1</sup>, Sylvie Tousignant<sup>2</sup>, Yvan Lussier<sup>2</sup>, et Anne-Laurence Gagné<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Université de Sherbrooke

<sup>2</sup>Université du Québec à Trois-Rivières

Les distractions cognitives lors des relations sexuelles seraient liées à une plus faible excitation sexuelle, à des difficultés sexuelles, ainsi qu'à l'insatisfaction sexuelle et conjugale. Cet article présente les résultats de deux études appuyant la création et la validation préliminaire de l'Échelle des distractions cognitives lors des relations sexuelles (ÉDCS), une échelle permettant de pallier les faiblesses des instruments existants sur les pensées non-sexuelles pendant les relations sexuelles. Dans l'étude 1, 292 étudiants québécois hétérosexuels en couple ont rempli des questionnaires évaluant leurs distractions cognitives ainsi que leur satisfaction conjugale et sexuelle. Dans l'étude 2, 70 couples québécois hétérosexuels ont rempli des questionnaires évaluant leurs distractions cognitives, leurs expériences sexuelles et leur satisfaction conjugale. Les résultats des deux études suggèrent une structure factorielle unidimensionnelle des distractions cognitives, ainsi que des différences de genre pour certains items du questionnaire. Les femmes adultes (étude 2) rapportent globalement plus de distractions cognitives que les hommes, ce qui n'est pas le cas chez les étudiants (étude 1). Les distractions cognitives sont liées à l'insatisfaction sexuelle (étude 1), aux difficultés sexuelles (étude 2), ainsi qu'à une plus faible satisfaction conjugale (études 1 et 2). Ces deux études offrent des appuis préliminaires à la validité de construit, la validité concomitante et la cohérence interne de l'ÉDCS.

*See end of text for English abstract.*

*Mots-clés* : sexualité, distractions cognitives, validation, psychométrie

*Correspondance*:

Audrey Brassard, Ph.D., Faculté des lettres et sciences humaines, Université de Sherbrooke, 2500, boul. de l'Université, Sherbrooke, Québec, J1K 2R1, Téléphone : 819-821-8000 poste 65276, Fax : 819-821-7925.

Parmi les couples qui consultent en psychothérapie, nombreux sont ceux qui rapportent des difficultés sur le plan sexuel (Doss, Simpson et Christensen, 2004; Weeks et Gambescia, 2015). Au niveau de la population générale, un sondage effectué par Laumann, Paik et Rosen (1999) auprès d'un vaste échantillon ( $n = 1410$  hommes;  $n = 1749$  femmes) a révélé que 43 % des femmes et 31 % des hommes rapportent des difficultés sexuelles avec au moins un partenaire dans la dernière année. Les difficultés ou l'insatisfaction sexuelles sont associées avec d'autres types de problèmes, tels que l'insatisfaction conjugale (Leiblum, 2007), une plus faible estime de soi et un faible sentiment de bien-être (Pujols, Meston et Seal, 2010; Rowland et Kolba, 2018). Il s'avère donc pertinent d'identifier les facteurs qui contribuent à la détérioration de la fonction sexuelle chez les couples. Cet article se penche sur l'un de ces facteurs, soit les distractions cognitives lors des activités sexuelles.

La satisfaction sexuelle est une réponse affective découlant d'une évaluation subjective des expériences positives et négatives associées à la sexualité du couple (Byers, Demmons et Lawrence, 1998). Elle varie en fonction de la fréquence, de la qualité et de la variété des activités sexuelles (Velten et Margraf, 2017). Elle est associée à plusieurs activités sexuelles: les baisers, les caresses orales-génitales (surtout chez les hommes), la fréquence et la constance de l'orgasme (Birnbbaum, Glaubman et Mikulincer, 2001; Impett *et al.*, 2014) et, pour les femmes seulement, l'obtention de l'orgasme avant ou en même temps que celui de leur partenaire plutôt qu'après lui (Rowland et Kolba, 2018). Les couples qui communiquent à propos de la sexualité (Byers et Demmons, 1999; Velten et Margraf, 2017), qui cherchent à faire plaisir à leur partenaire (Impett *et al.*, 2014), qui partagent l'initiation des relations sexuelles et qui sont plus ouverts à l'expérimentation sexuelle (Velten et Margraf, 2017) sont plus satisfaits sexuellement.

Plusieurs recherches présentent des liens entre la satisfaction sexuelle et la satisfaction conjugale (p. ex., Byers *et al.*, 1998; Ein-Dor et Hirschberger, 2012; Muise, 2017; Velten et Margrak, 2017). En fait, la satisfaction sexuelle est l'un des multiples facteurs qui contribuent à la satisfaction conjugale (p. ex., Muise, 2017; Velten et Margrak, 2017). Les couples qui ont des relations sexuelles régulières (McNulty, Wenner et Fisher, 2016; Muise, Schimmack et Impett, 2016), ainsi qu'une meilleure communication à propos des préférences sexuelles (Byers et Demmons, 1999; Yoo, Bartle-Haring, Day et Gangamma, 2014) et les femmes qui ont davantage d'orgasmes (Impett *et al.*, 2014) rapportent une meilleure satisfaction conjugale.

#### DISTRACTIONS COGNITIVES

Afin d'identifier les facteurs qui sont reliés au bien-être sexuel, des études ont montré des associations entre la présence de distractions cognitives et la diminution de l'excitation sexuelle (p. ex., Carvalheira, Godinho et Costa, 2017; Pascoal, Rosa, da Silva et Nobre, 2018; Silva, Pascoal et Nobre, 2016). Les distractions peuvent être définies comme une attention portée à des stimuli non érotiques plutôt qu'aux stimuli érotiques dans la situation sexuelle (Pascoal *et al.*, 2018; Purdon et Holdaway, 2006). Dans leurs écrits fondateurs, Masters et Johnson (1970) ont proposé que le rôle de spectateur (c.-à-d., le fait d'être détaché de ses expériences sexuelles comme un observateur extérieur, d'évaluer ses performances et de se juger pendant les relations sexuelles) nuit au désir et à l'excitation sexuelle, car l'individu est alors distrait de ses sensations et de ses autres signaux sexuels. Dans la société occidentale, les préoccupations envers l'attirance physique et l'apparence du corps s'inscrivent bien dans le concept du rôle de spectateur, car elles inhibent l'excitation sexuelle et elles interfèrent avec la satisfaction sexuelle (Gagnon-Girouard *et al.*, 2014; Silva *et al.*, 2016; Wiederman, 2002). Ces préoccupations seraient de plus en plus fréquentes, autant chez les hommes que chez les femmes, en raison des nombreux idéaux véhiculés par la société et les médias (Gagnon-Girouard *et al.*, 2014).

Selon le modèle cognitif de Beck, Rush, Shaw et Emery (1979), les cognitions résultent de perceptions sélectives momentanées et de schémas. Les aspects de soi, du partenaire et de l'environnement sont perçus en fonction des modèles internes ou des schémas développés avec les expériences personnelles (p. ex., dans la famille d'origine), les apprentissages reliés à l'éducation et les messages véhiculés par les médias (Epstein et Baucom, 1993; Gagnon-Girouard *et al.*, 2014; Holmes, 2000). Lorsque ces modèles internes ou schémas sont négatifs, ils peuvent être réactivés d'une façon automatique et inconsciente dans les relations amoureuses et contribuer aux difficultés sexuelles (Barlow, 1996; Beck et Barlow, 1986; Pascoal *et al.*, 2018; Silva *et al.*, 2016), en plus de risquer de déclencher des sentiments comme la honte et la culpabilité (Géonet, De Sutter et Zech, 2013). La thérapie cognitive souligne l'importance d'identifier les cognitions

qui interfèrent avec le bon fonctionnement du couple afin de les rendre plus adaptées au contexte et ainsi faciliter les interactions au sein du couple (Beck *et al.*, 1979). Les études recensées sur les pensées non érotiques lors des relations sexuelles font ressortir la présence de trois principaux thèmes de pensées non érotiques: l'apparence physique, la performance sexuelle et les conséquences externes (p. ex., Hynie et Lydon, 1995; Lacefield et Negy, 2012; Murray et Milhausen, 2012; Nelson et Purdon, 2011; Purdon et Holdaway, 2006).

**Apparence physique.** L'apparence ou l'image du corps peut se définir autant par une évaluation personnelle de l'attirance physique face à l'ensemble de son corps ou de son « *sex appeal* » que par une évaluation particulière de ses propres organes génitaux (Wiederman, 2002). L'étude de Pascoal, Narciso et Pereira (2012) menée auprès de 760 adultes portugais révèle que le niveau global d'insatisfaction corporelle et le focus sur des parties du corps spécifiques sont les principaux prédicteurs des distractions cognitives liées à l'apparence chez les hommes et les femmes. Les distractions basées sur l'apparence ont été liées à une image négative du corps chez les deux genres (Silva *et al.*, 2016), mais aussi à la détresse psychologique chez la femme et à l'insatisfaction sexuelle chez l'homme (Carvalheira *et al.*, 2017; Meana et Nunnink, 2006). Des recherches sur les distractions cognitives auprès des hommes et des femmes ont montré des liens entre les préoccupations face à l'image du corps et les facteurs suivants: l'évitement des activités sexuelles, une fréquence moins élevée de relations sexuelles, un niveau plus faible de désir d'intimité et le sentiment de se sentir moins attirant, ce qui réduirait le niveau d'affirmation face à la sexualité (Gillen et Markey, 2019; Meltzer et McNulty, 2010; Wiederman, 2000). D'autres chercheurs (Gillen, Markey et Daniels, 2018; Pujols *et al.*, 2010) proposent qu'une estime positive du corps, ainsi qu'une faible fréquence de pensées liées à l'apparence lors des rapports sexuels sont associés positivement à la satisfaction sexuelle car l'individu est moins préoccupé par la perception de son partenaire par rapport à son corps et est donc plus enclin et à l'aise à s'engager dans des échanges intimes avec lui. Dans le même sens, les résultats de l'étude menée par Meltzer et McNulty (2010) révèlent que l'image corporelle positive des femmes est liée positivement à leur satisfaction sexuelle, ainsi qu'à celle de leur partenaire.

**Performance.** Plusieurs auteurs ont documenté le rôle des préoccupations des hommes face à leur performance sexuelle dans le développement et le maintien des problèmes érectiles (McCabe et Connaughton, 2014; Rosen, Heiman, Long, Fisher et Sand, 2016). Des études révèlent en effet que les distractions des hommes de la population générale sont surtout basées sur la performance (Meana et Nunnink, 2006; Nelson et Purdon, 2011; Purdon et Holdaway, 2006; Wiederman, 2000), ce qui pourrait en partie s'expliquer par les normes occidentales suggérant que l'expérimentation et l'expression sexuelle

soient davantage valorisées chez les hommes que chez les femmes (Gagnon-Girouard *et al.*, 2014; Hynie, Lydon et Taradash, 1997). Les femmes rapporteraient pour leur part davantage de difficultés liées au désir sexuel et à l'atteinte de l'orgasme plutôt qu'à leur performance sexuelle (Rowland et Koba, 2016). Or, certaines recherches (Carvalho *et al.*, 2017; Meana et Nunnink, 2006) ont révélé que les femmes ont un niveau de distractions basées sur la performance comparable à celui des hommes. Ces distractions sont liées à une image négative du corps et à l'insatisfaction sexuelle chez les deux genres, mais à la détresse psychologique chez la femme seulement, car celles-ci seraient plus susceptibles de vivre de l'anxiété face à leur image corporelle en raison de l'objectification fréquente du corps des femmes, les amenant à perdre le focus sur leurs sensations, leur plaisir et leur bien-être sexuel (Carvalho *et al.*, 2017; Meana et Nunnink, 2006).

**Conséquences externes.** L'étude de Purdon et Holdaway (2006) a permis d'identifier d'autres catégories de pensées non érotiques lors des relations sexuelles à partir d'un échantillon de 50 étudiantes et de 47 étudiants. En plus des distractions liées à la performance et l'image du corps, l'étude fait ressortir des pensées non érotiques liées aux conséquences externes, comme la peur de devenir enceinte, d'être entendu ou surpris par les autres, des préoccupations pour les tâches quotidiennes, le travail et les enfants, ou envers la fidélité du partenaire. Leurs résultats révèlent aussi des liens entre un niveau élevé de pensées non érotiques et de difficultés sexuelles ainsi qu'un niveau élevé d'anxiété. Comparativement aux hommes, les femmes rapportent une fréquence plus élevée de pensées non érotiques et un niveau plus élevé d'anxiété liée à ces pensées, de même qu'un niveau plus faible de satisfaction sexuelle (Purdon et Holdaway, 2006). L'étude qualitative menée par Murray et Milhausen (2012) auprès de 20 femmes a aussi permis d'identifier sept facteurs qui seraient liés au désir sexuel des femmes (niveau d'énergie, se sentir attirante, attirance physique pour le partenaire, attention et fidélité du partenaire, communication intime, événements de transition et possibilité de devenir enceinte), dont plusieurs sont similaires aux pensées non-érotiques externes (p. ex., possibilité de devenir enceinte, fidélité du partenaire). D'autres études (Hynie et Lydon, 1995; Hynie *et al.*, 1997) ont permis d'identifier la présence de préoccupations en lien avec la contraception et les infections transmises sexuellement (ITS) chez les femmes, ces préoccupations étant plus négatives lorsque les femmes proposent un condom à leur partenaire et lorsqu'elles acceptent d'avoir des relations sexuelles non protégées.

#### ÉVALUATION DES DISTRACTIONS COGNITIVES

Les études recensées permettent d'identifier trois principaux thèmes de distractions cognitives lors des relations sexuelles, soit l'apparence physique, la

performance et les conséquences externes. Or, à ce jour, très peu d'instruments de mesure des distractions cognitives sont disponibles. Dove et Wiederman (2000) ont développé une mesure permettant d'évaluer la présence des distractions cognitives pendant les relations sexuelles à partir d'un petit échantillon de 74 étudiantes universitaires. Leur outil comprend 20 items évaluant la présence de distractions liées à l'apparence physique (10 items) et à la performance sexuelle (10 items). Puisqu'une corrélation très élevée ( $r = 0,83$ ) ressort entre les deux types de distraction, seul un score global est calculé pour leur mesure, qui présente une bonne cohérence interne ( $\alpha = 0,95$ ). Les distractions cognitives sont liées à une faible estime de soi sexuelle, à l'insatisfaction sexuelle, ainsi qu'à des orgasmes moins réguliers (Dove et Wiederman, 2000). Par contre, cet instrument se limite à deux types de distractions, négligeant les conséquences externes.

Pour sa part, le questionnaire de Purdon et Holdaway (2006) présente aux participants des exemples de pensées non érotiques et ceux-ci sont invités à écrire toutes les pensées qui les ont distraits de leur plaisir sexuel lors de leurs plus récentes expériences sexuelles. Il a été développé auprès de 47 étudiantes et 50 étudiants universitaires. Le questionnaire ne contient pas d'items prédéfinis auxquels doivent répondre les participants, ce qui limite les comparaisons et le calcul de ses qualités psychométriques. Chaque personne obtient un score global de pensées non érotiques, sans égard au contenu de ces pensées qui diffèrent d'un participant à l'autre.

Il apparaît donc important de développer un questionnaire évaluant les trois principaux thèmes de distractions cognitives documentés, aux moyens d'items prédéfinis permettant de démontrer ses qualités psychométriques. De plus, il semble nécessaire de valider une telle mesure auprès d'adolescents et d'adultes en relation de couple, plutôt que de se limiter aux étudiants universitaires. Cette mesure devrait enfin exclure les pensées relatives aux émotions et aux fantasmes, afin de mesurer uniquement les distractions cognitives, donc des pensées qui ont un caractère non érotique. Des études antérieures se sont déjà intéressées aux émotions (p. ex., Rowland, Cooper et Slob, 1996) et aux fantasmes pendant la sexualité (p. ex., Birnbaum, 2007).

#### Objectif

Cet effort de validation préliminaire vise à examiner les qualités psychométriques d'un nouveau questionnaire de distractions cognitives : l'Échelle des distractions cognitives lors des relations sexuelles (ÉDCS). Afin de pallier aux limites soulevées, l'ÉDCS est une mesure francophone couvrant un large éventail de distractions qui sera validée auprès d'un échantillon d'étudiants de plus grande taille, ainsi qu'auprès d'un échantillon composé de couples adultes en relation stable. Précisément, cette recherche a pour but d'examiner si l'ÉDCS présente une structure factorielle en trois facteurs, si des différences de

genre sont observées et si sa cohérence interne est adéquate. De plus, elle vise à explorer les associations entre les distractions cognitives et des variables auxquelles elles ont été reliées, soit la satisfaction conjugale et sexuelle ainsi que divers aspects de l'expérience sexuelle, afin d'appuyer la validité concomitante de l'instrument.

### Étude 1

L'objectif de cette première étude vise à vérifier la structure factorielle et la cohérence interne de l'ÉDCS auprès d'étudiants en relation de couple de la population générale, d'examiner les différences de genre et de vérifier les associations entre les distractions cognitives, la satisfaction conjugale et la satisfaction sexuelle.

#### Méthode

**Participants et déroulement.** Un échantillon de 292 étudiants hétérosexuels en relation de couple, dont 203 femmes et 89 hommes, a été recruté parmi les étudiants de niveau secondaire (43,2 %) et collégial (56,85 %) provenant de cinq établissements d'enseignement de la Mauricie, au Québec, dans le cadre d'une étude plus vaste sur les relations amoureuses des jeunes. Des auxiliaires de recherche ont présenté le projet en classe et remis aux étudiants éligibles une enveloppe pré-adressée contenant des questionnaires en format papier à remplir à la maison. Les participants devaient être en relation de couple et avoir eu au moins une relation sexuelle pendant les six derniers mois. Parmi ces participants, 1,1 % sont mariés, 11,4 % en cohabitation, 87,5 % en fréquentation. La durée moyenne de la relation est de 13,77 mois ( $\bar{E}T = 12,75$ ) et 1,5 % ont des enfants. Concernant le statut de la relation, 36,1 % sont dans une première relation, 35,9 % dans une deuxième relation, 19,1 % dans une troisième relation et 9 % dans une quatrième relation ou plus. La moyenne d'âge des participants est de 17 ans ( $\bar{E}T = 1,62$ ). L'étude a reçu l'approbation du Comité d'éthique de la recherche de l'institution des chercheurs.

**Instruments.** Les participants ont répondu à une batterie de questionnaires auto-administrés d'une durée d'environ 45 minutes. Un questionnaire sociodémographique (p. ex., âge, état civil, niveau de scolarité, occupation) a permis de décrire les participants. En guise de remerciement, chaque participant a reçu une compensation de cinq dollars canadiens.

**Échelle des distractions cognitives lors des relations sexuelles (ÉDCS).** L'ÉDCS a été développée afin d'évaluer les distractions cognitives pendant les relations sexuelles. Cet outil inclut 15 pensées lors des relations sexuelles, basées sur une échelle en six points variant de (1) jamais à (6) toujours. Les items évaluent les distractions liées à la performance (6 items, p. ex., « Je suis dérangé(e) par des pensées envers mes performances sexuelles »), l'apparence (3 items, p. ex., « Je suis distrait(e) par des pensées envers la perception que mon (ma) partenaire peut avoir de mon corps »), ainsi que les conséquences externes (6 items, p. ex., « Je crains d'être

surpris(e) ou entendu(e) par d'autres personnes ») telles que les tâches quotidiennes, la contraception et les ITS. Certains items de l'ÉDCS sont inspirés du questionnaire sur les distractions cognitives de Dove et Wiederman (QDC; 2000), ainsi que la consigne : « Pendant les activités sexuelles, la plupart des gens ont des pensées concernant différentes choses. Pour chaque question, indiquez jusqu'à quel point il vous arrive d'avoir cette pensée en sélectionnant le chiffre approprié. L'expression partenaire réfère à votre partenaire amoureux ou sexuel actuel. L'expression activité sexuelle correspond à la stimulation mutuelle des organes génitaux (orale ou manuelle) ou à une relation sexuelle (avec pénétration) ».

Le QDC a d'abord été traduit en français par deux chercheurs de l'équipe au moyen de la méthode de traduction inversée de Vallerand (1989). De cet outil, trois items évaluant l'image du corps et trois items évaluant la performance ont été sélectionnés sur la base de leur clarté, leur simplicité et l'absence de redondance dans leur formulation. Trois items supplémentaires de performance ont été créés pour évaluer les pensées quant à sa performance et celle de l'autre partenaire. Huit items rattachés aux conséquences externes ont été générés à partir des résultats des recherches antérieures. Ces 17 items ont été transmis à un chercheur et une clinicienne experts dans le domaine de la sexualité, qui ont évalués séparément leur clarté (lisibilité, concision, absence de confusion) et leur représentativité (pertinence, lien avec la définition). De ceux-ci, 15 items ont été retenus par les experts sur la base des moyennes de clarté et de représentativité supérieures à 5,00 sur une échelle de (1) mauvais à (6) excellent.

**Satisfaction sexuelle.** La satisfaction sexuelle a été mesurée à l'aide d'une version abrégée de l'Échelle de satisfaction sexuelle (ÉSS; Hudson, 1978, traduit par Comeau et Boisvert, 1985) évaluant le niveau global de satisfaction sexuelle dans le couple. Cette version contient dix items (p. ex., « Ma vie sexuelle est passionnante ») évalués à partir d'une échelle en cinq points variant de (1) rarement ou jamais à (5) la plupart du temps. Le score est formé de la somme des items, un score élevé reflétant une meilleure satisfaction sexuelle. L'ÉSS présente une bonne cohérence interne (Hudson, 1978), avec un coefficient alpha de Cronbach de 0,92. Au sein du présent échantillon, la cohérence interne est de 0,79.

**Satisfaction conjugale.** La satisfaction conjugale a été mesurée à l'aide de la version française abrégée en quatre items de la *Dyadic Adjustment Scale* (DAS; Spanier, 1976) de Sabourin, Valois et Lussier (DAS-4; 2005). L'échelle comporte trois items évalués sur une échelle en six points variant de (0) jamais à (5) toujours (p. ex., « Te confies-tu à ton(ta) partenaire ») et un item évalué sur une échelle en sept points. Le score est formé de la somme des items, un score élevé reflétant une bonne satisfaction conjugale. Sabourin *et al.* (2005) ont démontré que la version abrégée était aussi efficace que la version originale en 32 items pour discriminer les couples en détresse des couples

heureux. La DAS-4 possède une cohérence interne adéquate ( $\alpha = 0,84$ ) dans l'étude de Sabourin *et al.* et dans cet échantillon ( $\alpha = 0,78$ ).

### Résultats

Le Tableau 1 présente les moyennes, les écart-types et les tests *t* permettant de faire ressortir les différences hommes/femmes relatives aux 15 distractions cognitives. Deux items (2, 10) présentent des indices d'asymétrie et d'aplatissement suggérant une distribution s'éloignant de la normalité. Selon les analyses de comparaison, les femmes rapportent plus de distractions cognitives relatives à l'apparence physique que les hommes (items 1, 6, 12). Les femmes rapportent plus de distractions que les hommes quant à leurs habiletés à satisfaire leur partenaire (item 8) ainsi qu'envers la performance de leur partenaire (item 5). Au niveau des conséquences externes, les femmes craignent davantage que les hommes d'être surprises ou entendues par d'autres personnes lors des relations sexuelles (item 14). Comparativement aux femmes, les hommes sont plus distraits par leur performance sexuelle et plus particulièrement à l'idée d'avoir un orgasme trop tôt ou trop tard (item 11). Ils ont également plus d'inquiétudes à propos des maladies transmises sexuellement (item 15). Au niveau du score global (non présenté dans le Tableau 1), les comparaisons de moyennes indiquent que les femmes ( $M = 2,13$ ;  $ÉT = 0,56$ ) présentent autant de distractions que les hommes ( $M = 2,03$ ;  $ÉT = 0,50$ ),  $t(290) = 1,38$ ,  $p = 0,169$ .

Une analyse factorielle exploratoire (AFE) avec la méthode d'extraction « Factorisation en axes principaux » et une rotation Oblimin a été conduite sur les 15 items, en s'appuyant sur les recommandations de Tabachnik et Fidell (2007). Puisque seuls cinq items présentaient une valeur manquante (< 1 %), la méthode d'effacement du cas (*listwise*) a été choisie, menant la taille d'échantillon à 287. Les postulats préalables à l'AFE sont respectés car la taille de l'échantillon est supérieure aux 150 participants requis (pour un ratio de 10 par item), la mesure d'adéquation de l'échantillonnage de Kaiser-Meyer-Olkin ( $KMO = 0,835$ ) est satisfaisante, alors que la matrice de corrélation est adéquate selon le test de Bartlett,  $\chi^2(105) = 1252,349$ ,  $p < 0,001$ . Les indices de communautés (*communality*) des items se situent au-delà de 0,200 pour la majorité des items, à l'exception des pensées envers l'infidélité du partenaire (0,178) et la crainte d'être surpris ou entendu (0,167). L'analyse factorielle permet de dégager un seul facteur ayant une valeur propre supérieure à 1 (4,633) et expliquant 30,89 % de la variance commune. Tel que présenté au Tableau 1, les coefficients de saturation des items sont supérieurs à 0,30, sauf pour l'item sur les tâches quotidiennes (qui pourrait être une préoccupation moins présente chez une population étudiante). La cohérence interne de cette structure unidimensionnelle, calculée à partir d'un alpha de Cronbach, est de 0,83, appuyant l'homogénéité de l'échelle globale.

Des analyses de corrélation entre le score global des distractions cognitives (15 items) et de la satisfaction sexuelle et conjugale ont également été effectuées pour vérifier la validité concomitante de l'ÉDCS. Les résultats révèlent des corrélations négatives entre les distractions cognitives et la satisfaction sexuelle ( $r = -0,52$ ,  $p < 0,001$ ) ainsi que la satisfaction conjugale ( $r = -0,34$ ,  $p < 0,001$ ), la corrélation étant plus élevée avec la satisfaction sexuelle.

### Étude 2

L'objectif de la deuxième étude vise à vérifier la structure factorielle et la cohérence interne de l'ÉDCS auprès de couples d'adultes hétérosexuels de la population générale et de vérifier les différentes associations entre les distractions cognitives, la satisfaction conjugale et différents aspects de la vie sexuelle. Les différences de genre sont également explorées.

### Méthode

**Participants et déroulement.** L'échantillon se compose de 106 femmes et 75 hommes provenant de la population générale de la province de Québec, parmi lesquels 70 sont des couples (l'homme et la femme du même couple). Ils sont des participants du dernier temps de mesure d'une étude longitudinale de trois ans sur le bien-être conjugal des couples menée au sein d'un échantillon représentatif de la population québécoise, recruté par une firme de sondage (taux de rétention : 31,76 %). Parmi ces participants, 30 % sont mariés et 70 % en cohabitation. La durée moyenne de la relation est de 9 ans ( $ÉT = 4,41$ ) et 53 % ont des enfants. La moyenne d'âge des femmes est de 31,78 ans ( $ÉT = 3,50$ ) et de 34,31 ans ( $ÉT = 4,34$ ) pour les hommes.

**Instruments.** Les participants ont répondu individuellement à une batterie de questionnaires auto-administrés d'une durée d'environ 45 minutes, qu'ils ont ensuite retournés par la poste dans une enveloppe pré-affranchie. Un questionnaire sociodémographique a permis d'obtenir des informations sur les participants. En guise de remerciement, chaque participant a reçu une compensation monétaire de dix dollars canadiens. Cette étude a été approuvée par le Comité d'éthique de la recherche de l'institution des chercheurs.

**Échelle des distractions cognitives lors des relations sexuelles (ÉDCS).** La version en 15 items de l'ÉDCS validée à l'étude 1 a été utilisée auprès de cet échantillon. La cohérence interne de l'ÉDCS (15 items), calculée au moyen de l'alpha de Cronbach, est de 0,79 pour les femmes et 0,75 pour les hommes de cet échantillon.

**Questionnaire sur la sexualité.** L'évaluation de l'expérience sexuelle a été réalisée à partir de six items élaborés par Brassard, Shaver et Lussier (2007) pour évaluer l'expérience sexuelle : la fréquence mensuelle des relations sexuelles, les fantasmes/rêves sexuels incluant le partenaire, l'évitement de la sexualité, la perception de

l'évitement sexuel du partenaire, les difficultés sexuelles et le fait d'accepter d'avoir des relations sexuelles lorsque la personne n'en a pas envie. Le nombre de relations

sexuelles par mois est indiqué à la main, puis chaque item est évalué séparément sur une échelle en cinq points variant de (1) jamais vrai à (5) toujours vrai

**Tableau 1**

*Statistiques descriptives, tests t et coefficients de saturation des items de l'ÉDCS auprès des 292 étudiants (étude 1)*

Distractions cognitives	Femmes <i>M (ÉT)</i> ( <i>n</i> =203)	Hommes <i>M (ÉT)</i> ( <i>n</i> =89)	Asymétrie ( <i>ES</i> )	Kurtose ( <i>ES</i> )	<i>t</i>	Coefficient de saturation	Alpha si l'item est retiré
1. Je crains que mon (ma) partenaire ne soit pas excité(e) à la vue de mon corps sans mes vêtements.	2,21 (1,18)	1,75 (0,97)	1,007 (0,143)	0,687 (0,284)	3,12**	0,743	0,807
2. Il m'arrive d'être préoccupé(e) par des tâches quotidiennes, comme le ménage, le lavage, etc.	1,52 (0,96)	1,34 (0,79)	2,322 (0,143)	5,756 (0,284)	1,61	0,281	0,829
3. Je me demande si mon (ma) partenaire est satisfaite(e) de la façon dont je touche son corps.	2,75 (1,21)	2,74 (1,41)	0,463 (0,143)	-0,190 (0,285)	0,10	0,693	0,810
4. Je m'inquiète à propos du moyen de contraception utilisé ou de la possibilité d'une grossesse non-planifiée.	2,14 (1,24)	2,22 (1,21)	0,907 (0,143)	0,232 (0,284)	0,54	0,385	0,827
5. Il m'arrive d'avoir hâte que mon (ma) partenaire obtienne son orgasme pour que l'activité sexuelle se termine.	2,00 (0,96)	1,47 (0,88)	1,167 (0,143)	1,329 (0,284)	4,41***	0,467	0,821
6. Je suis distrait(e) par des pensées envers la perception que mon (ma) partenaire peut avoir de mon corps.	2,21 (1,09)	1,80 (1,01)	0,773 (0,143)	-0,189 (0,285)	2,99*	0,758	0,805
7. Il m'arrive de penser que mon (ma) partenaire n'est pas très habile pour me satisfaire sur le plan sexuel.	1,77 (0,93)	1,67 (0,97)	1,290 (0,143)	1,358 (0,285)	0,84	0,495	0,820
8. J'ai des doutes à propos de mes habiletés à satisfaire mon (ma) partenaire sur le plan sexuel.	2,35 (1,09)	1,96 (1,00)	0,767 (0,143)	0,518 (0,285)	2,86**	0,747	0,807
9. Je suis dérangé(e) par des pensées concernant des situations stressantes (travail, famille, conflits, études, etc.)	1,80 (0,94)	1,58 (0,95)	1,188 (0,143)	0,779 (0,284)	1,81	0,375	0,824
10. Il m'arrive de penser que mon (ma) partenaire aurait pu m'être infidèle.	1,53 (0,93)	1,66 (0,88)	1,979 (0,143)	4,595 (0,284)	1,07	0,438	0,823
11. Je crains que mon (ma) partenaire s'impatiente si je n'obtiens pas un orgasme assez rapidement ou si je l'obtiens trop rapidement.	1,55 (0,91)	2,24 (1,26)	1,407 (0,143)	1,191 (0,284)	4,60***	0,502	0,821
12. Je peux davantage me concentrer sur mon plaisir si je suis dans une position où mon (ma) partenaire ne peut pas voir mon corps.	2,11 (1,25)	1,62 (1,07)	1,180 (0,143)	0,570 (0,284)	3,12**	0,569	0,818
13. Je suis dérangé(e) par des pensées envers mes performances sexuelles.	1,98 (1,05)	1,89 (1,15)	1,207 (0,143)	1,395 (0,285)	0,65	0,745	0,806
14. Je crains d'être surpris(e) ou entendu(e) par d'autres personnes.	2,74 (1,25)	2,27 (1,14)	0,464 (0,143)	-0,357 (0,284)	3,01**	0,412	0,826
15. J'ai des inquiétudes à propos des maladies transmises sexuellement.	1,71 (0,92)	2,00 (1,17)	1,309 (0,143)	1,453 (0,284)	2,00*	0,381	0,824

\*  $p < 0,05$ . \*\*  $p < 0,01$ . \*\*\*  $p < 0,001$ .

**Satisfaction conjugale.** La satisfaction conjugale a été mesurée à l'aide de la version française abrégée en quatre items du *Dyadic Adjustment Scale* (DAS-4; Sabourin *et al.*, 2005) décrite à l'étude 1. Au sein de cet échantillon, la cohérence interne de l'instrument est de 0,88 pour les femmes et 0,82 pour les hommes.

## Résultats

Le Tableau 2 présente les moyennes, les écart-types, les indices d'asymétrie et d'aplatissement et les tests *t* appariés pour les 15 distractions cognitives des 70 couples, comme il s'agit de données dyadiques non-indépendantes. Les items 2, 4, 12, 14 et 15 présentent des distributions qui s'éloignent davantage de la normalité. Selon les analyses de comparaison, les femmes

**Tableau 2**

*Statistiques descriptives, tests t appariés sur les 70 couples complets et coefficient de saturation pour les hommes et les femmes (étude 2)*

Items ÉDSC	Femmes (n=70)			Hommes (n = 70)			<i>t</i> apparié	Femmes (n=106)		Hommes (n=75)	
	<i>M</i> ( <i>ÉT</i> )	Asymétrie (ES)	Kurtose (ES)	<i>M</i> ( <i>ÉT</i> )	Asymétrie (ES)	Kurtose (ES)		Coefficient saturation	Alpha si item retiré	Coefficient saturation	Alpha si item retiré
Item 1	2,21 (1,10)	1,306 (0,287)	0,559 (0,566)	1,64 (0,95)	0,629 (0,287)	-0,139 (0,566)	3,44**	0,553	0,718	0,674	0,775
Item 2	2,19 (1,20)	2,201 (0,287)	5,036 (0,566)	1,31 (0,63)	0,888 (0,287)	0,435 (0,566)	5,24***	0,373	0,744	0,227	0,782
Item 3	2,61 (1,23)	0,000 (0,287)	-0,731 (0,566)	3,06 (1,36)	0,832 (0,287)	0,503 (0,566)	2,20*	0,661	0,697	0,753	0,765
Item 4	1,41 (0,79)	3,148 (0,287)	12,453 (0,566)	1,39 (0,86)	2,203 (0,287)	5,516 (0,566)	0,207	0,379	0,740	0,331	0,783
Item 5	2,16 (0,85)	1,713 (0,287)	3,129 (0,566)	1,40 (0,65)	0,136 (0,287)	-0,772 (0,566)	6,16***	0,373	0,735	0,422	0,782
Item 6	2,24 (1,03)	1,671 (0,287)	2,372 (0,566)	1,41 (0,70)	1,057 (0,287)	1,801 (0,566)	5,88***	0,780	0,726	0,538	0,751
Item 7	1,90 (1,01)	0,626 (0,287)	-0,796 (0,566)	1,96 (1,00)	1,250 (0,287)	1,697 (0,566)	0,39	0,355	0,720	0,574	0,785
Item 8	2,43 (0,96)	0,342 (0,287)	-0,480 (0,566)	2,27 (1,00)	0,465 (0,287)	0,136 (0,566)	1,05	0,787	0,710	0,734	0,751
Item 9	2,37 (1,05)	1,802 (0,287)	4,650 (0,566)	1,59 (0,79)	0,889 (0,287)	1,391 (0,566)	5,17***	0,376	0,743	0,244	0,780
Item 10	1,31 (0,65)	1,891 (0,287)	2,629 (0,566)	1,29 (0,57)	2,202 (0,287)	4,631 (0,566)	0,29	0,439	0,743	0,295	0,779
Item 11	1,49 (0,83)	0,701 (0,287)	-0,216 (0,566)	2,00 (1,00)	2,007 (0,287)	4,466 (0,566)	3,58**	0,490	0,725	0,577	0,780
Item 12	1,89 (1,06)	4,785 (0,287)	26,576 (0,566)	1,23 (0,75)	1,599 (0,287)	3,373 (0,566)	5,63***	0,557	0,740	0,292	0,775
Item 13	1,83 (0,93)	0,708 (0,287)	-0,708 (0,566)	1,94 (1,02)	0,796 (0,287)	-0,433 (0,566)	0,78	0,688	0,699	0,793	0,764
Item 14	2,23 (1,19)	2,097 (0,287)	5,108 (0,566)	1,57 (0,89)	0,909 (0,287)	0,602 (0,566)	4,00***	0,407	0,748	0,192	0,785
Item 15	1,04 (0,20)	4,849 (0,287)	24,540 (0,566)	1,20 (0,81)	4,577 (0,287)	19,517 (0,570)	1,56	0,021	0,774	-0,198	0,792

\*  $p < 0,05$ . \*\*  $p < 0,01$ . \*\*\*  $p < 0,001$ .

présentent plus de distractions cognitives concernant l'apparence que les hommes (items 1, 6, 12). Les femmes rapportent plus de pensées concernant le fait d'avoir hâte que le partenaire obtienne son orgasme pour que l'activité sexuelle se termine (item 5). Les femmes ont aussi plus de distractions que les hommes concernant les tâches quotidiennes (item 2), les situations stressantes (item 9) et la peur d'être surprises ou entendues (item 14). Comparativement aux femmes, les hommes se montrent plus préoccupés par leurs habiletés à satisfaire leur partenaire (item 3), de même que par la peur que leur partenaire s'impatiente s'ils obtiennent un orgasme trop rapidement ou trop lentement (item 11). Au niveau du score global (non présenté dans le Tableau 2), les femmes ( $M=2,02$ ;  $ÉT=0,50$ ) rapportent significativement plus de distractions lors des relations sexuelles que les hommes ( $M=1,72$ ;  $ÉT=0,45$ ),  $t(69) = 5,09$ ,  $p < 0,001$ .

Deux AFE avec factorisation en axes principaux et rotation Oblimin ont été conduites séparément chez les 106 femmes et les 75 hommes afin de tenir compte de la non-indépendance des observations de couple et de conserver un maximum de participants. Il n'y a aucune valeur manquante. Concernant les postulats préalables à l'AFE (Tabachnik et Fidell, 2007), la taille de l'échantillon est dite passable pour les 106 femmes (ratio de 7 femmes par item) et les 75 hommes (ratio de 5 hommes par item), la mesure d'adéquacité de l'échantillonnage KMO est moyenne (0,671 pour les femmes; 0,682 pour les hommes) et la matrice de corrélation (test de Bartlett) est adéquate pour les femmes ( $\chi^2(105) = 494,076$ ,  $p < 0,001$ ) et pour les hommes ( $\chi^2(105) = 307,976$ ,  $p < 0,001$ ). Les indices de communautés (*communality*) des items se situent au-delà de 0,200 pour tous les items. Les deux analyses factorielles permettent de dégager un seul facteur ayant une valeur propre supérieure à 1 et expliquant 26,96 % de la variance commune pour les femmes et 25,26 % pour les hommes. Les indices de saturation des items sont supérieurs à 0,30, mis à part certains items (voir Tableau 2). Tout d'abord, l'item 15 présente un coefficient de saturation faible pour les femmes et les hommes. Il est fort probable que les couples en relation de plus longue durée soient moins préoccupés par les ITS. Les items concernant les tâches ménagères (item 2), les situations stressantes (item 9), l'infidélité du partenaire (item 10), la position du corps (item 12) et la peur d'être surpris ou entendu (item 14) présentent une saturation adéquate chez les femmes uniquement, ce qui pourrait refléter que ces préoccupations sont plus représentatives de l'expérience des femmes que de celle des hommes.

Le Tableau 3 présente les corrélations entre les scores globaux de distractions cognitives des femmes et des hommes, les six indicateurs de l'expérience sexuelle et les scores de satisfaction conjugale. Les résultats indiquent que les distractions cognitives des femmes et des hommes sont reliées à leurs difficultés sexuelles ainsi qu'à la perception du conjoint comme évitant les relations sexuelles. De plus, les distractions des femmes sont reliées

à leur évitement de la sexualité et au fait d'accepter d'avoir des relations sexuelles lorsqu'elles ne les désirent pas. Sur le plan dyadique, lorsque les femmes perçoivent que leur partenaire évite la sexualité et lorsqu'elles ont moins de fantasmes ou de rêves qui incluent leur partenaire, les hommes ont plus de distractions cognitives. De plus, les distractions cognitives des femmes sont positivement reliées aux distractions cognitives de leur conjoint (non présenté dans le Tableau 2),  $r(68) = 0,464$ ,  $p < 0,001$ .

### Discussion générale

Ces deux études avaient pour but la validation préliminaire d'un nouveau questionnaire de distractions cognitives lors des relations sexuelles en langue française, s'appuyant sur les trois dimensions identifiées dans les écrits scientifiques. Les deux études apportent des appuis préliminaires à la validité de construit, la validité concomitante et la fidélité de l'ÉDCS.

L'étude 1 a permis une première vérification de la structure factorielle et de la cohérence interne de l'ÉDCS auprès d'étudiants hétérosexuels en relation de couple, en plus de montrer des liens entre les distractions cognitives et deux concepts associés, soit la satisfaction conjugale et la satisfaction sexuelle. L'analyse factorielle n'a permis de dégager qu'un seul facteur des distractions cognitives, plutôt que les trois facteurs anticipés. Il est possible que les trois facteurs proposés dans la documentation présentent une grande hétérogénéité, ce qui peut rendre difficile leur regroupement en trois facteurs distincts. Néanmoins, la cohérence interne de la structure unidimensionnelle témoigne d'une homogénéité satisfaisante de l'échelle globale. Les indices de saturation des items sont acceptables, mis à part l'item sur les tâches quotidiennes, qui semble une préoccupation moins représentative chez les étudiants majoritairement en relation de couple sans cohabiter (elle semble plus saillante chez les couples adultes, comme le révèlent les résultats l'étude 2). Cet item a donc été conservé, car le questionnaire a l'avantage de s'adresser tant aux adolescents qu'aux adultes. Or, les chercheurs pourraient considérer retirer cet item du questionnaire dans les échantillons d'étudiants qui ne cohabitent pas avec leur partenaire.

Au niveau du score global, aucune différence de moyenne significative n'est apparue entre les distractions cognitives des étudiantes et des étudiants, suggérant leur présence chez les deux genres. De façon plus spécifique, même si une structure unifactorielle est apparue dans cette nouvelle mesure, les résultats indiquent que les femmes endossent davantage les items de distractions cognitives relatifs à leur apparence physique que les hommes. Il semble donc que les étudiantes sont préoccupées par la perception que leur partenaire peut avoir de leur corps. Bien que les femmes rapportent aussi des distractions au niveau de la performance, les hommes sont plus distraits par des pensées envers leur performance sexuelle et plus particulièrement à l'idée d'avoir un orgasme trop tôt ou

trop tard. Ces résultats sont cohérents avec les études antérieures (Meana et Nunnink, 2006; Purdon et Holdaway, 2006; Wiederman, 2000) au niveau de l'image du corps et de la performance. Enfin, les femmes craignent davantage d'être surprises ou entendues par d'autres personnes lors des relations sexuelles, alors les hommes présentent plus d'inquiétudes à propos des infections transmises sexuellement.

Les résultats ont aussi montré que les distractions cognitives sont liées à des degrés plus faibles de satisfaction sexuelle et de satisfaction conjugale (dans une moindre mesure), deux concepts différents des distractions cognitives, mais susceptibles d'y être associés. Ces résultats offrent un appui à la validité concomitante de l'outil et ils corroborent les études antérieures révélant des associations entre les distractions cognitives et

l'insatisfaction sexuelle (Dove et Wierderman, 2000; Gillen et Markey, 2019; Meana et Nunnink, 2006; Purdon et Holdaway, 2006).

L'étude 2 a permis de vérifier à nouveau la structure factorielle et la cohérence interne de l'ÉDCS, mais cette fois-ci auprès de couples d'adultes hétérosexuels de la population générale qui cohabitent. En plus de pouvoir étendre l'utilisation de l'échelle aux adultes, l'étude 2 a permis d'explorer les associations entre les distractions cognitives et la satisfaction conjugale ainsi que d'autres aspects de la vie sexuelle, comme la fréquence des relations sexuelles, l'évitement et les difficultés sexuelles. À l'instar de l'étude 1, les résultats des analyses factorielles exploratoires de l'étude 2 ne font ressortir qu'un seul facteur expliquant les distractions

**Tableau 3**

*Corrélations entre les scores de distractions cognitives, l'expérience sexuelle et la satisfaction conjugale des hommes et des femmes de l'étude 2*

Expérience sexuelle de la femme	Distractions cognitives des femmes	Distractions cognitives des hommes
1. Fréquence des relations sexuelles	-0,114	-0,129
2. Évitement sexuel	0,373**	0,180
3. Perception de l'évitement sexuel du partenaire	0,224*	0,251*
4. Fantômes/rêves qui incluent le partenaire	-0,155	-0,332**
5. Difficultés sexuelles	0,226*	0,181
6. Accepter les relations sexuelles non-désirées	0,335**	0,237
Expérience sexuelle de l'homme		
1. Fréquence des relations sexuelles	-0,226	-0,097
2. Évitement sexuel	-0,125	0,076
3. Perception de l'évitement sexuel du partenaire	0,204	0,309**
4. Fantômes/rêves qui incluent le partenaire	-0,087	0,038
5. Difficultés sexuelles	-0,053	0,238*
6. Accepter les relations sexuelles non-désirées	0,082	0,123
Satisfaction conjugale de la femme	-0,307**	-0,242*
Satisfaction conjugale de l'homme	-0,214	-0,237*

\*  $p < 0,05$ . \*\*  $p < 0,01$ . \*\*\*  $p < 0,001$

cognitives. Les indices de saturation sont acceptables pour la plupart des items, mis à part des pensées liées à des éléments externes, comme les ITS. Ici aussi, il est possible que les pensées reliées aux ITS soient moins saillantes chez les partenaires de longue durée que chez les étudiants en début de relation. Les chercheurs pourraient donc considérer retirer cet item du questionnaire dans les échantillons d'adultes en relation de couple exclusive.

Les résultats de l'étude 2 indiquent également que les distractions cognitives des femmes et des hommes adultes sont liées aux difficultés sexuelles, ce qui corrobore les études liant les distractions cognitives aux dysfonctions sexuelles (Nelson et Purdon, 2011, Pascoal *et al.*, 2018). De plus, lorsque les femmes évitent la sexualité ou acceptent d'avoir des relations sexuelles avec leur partenaire même si elles ne le désirent pas, il est possible que cette discordance entre leur comportement et leur désir contribue aux distractions cognitives lors des relations sexuelles, ce qui pourrait en retour limiter l'excitation, le plaisir et le désir. Les associations obtenues entre les distractions cognitives, les difficultés sexuelles et la satisfaction conjugale appuient également la validité concomitante de l'ÉDCS auprès des adultes en couple de la population générale.

Contrairement à l'étude 1, les résultats de l'étude 2 révèlent que les femmes adultes présentent un score global de distractions cognitives plus élevé que les hommes. Or, lorsque les distractions sont explorées de façon spécifique, les femmes endossent, comme les étudiantes, plus de distractions cognitives basées sur leur apparence que les hommes. Elles présentent également des distractions au niveau de la performance sexuelle du partenaire, tout comme les étudiantes. Or, alors que les femmes comme les étudiantes craignent davantage que les hommes d'être surprises lors des relations sexuelles, les femmes adultes en relation de couple rapportent plus de distractions que les hommes concernant les tâches quotidiennes et les situations stressantes, ce qui pourraient refléter la réalité des femmes en cohabitation.

#### FORCES, LIMITES ET IMPLICATIONS

L'ÉDCS présente l'avantage de s'adresser à la fois aux femmes et aux hommes ainsi qu'aux étudiants en relation de couple plus ou moins récente et aux adultes en relation de plus longue durée. Formé de peu d'items, qui sont faciles à comprendre et à répondre en peu de temps, cet instrument pourrait être utilisé en clinique pour amorcer une discussion et identifier des distractions cognitives qui interfèrent avec l'expérience sexuelle et relationnelle des individus en couple. L'ÉDCS pourrait aussi être utilisée auprès des individus qui présentent des dysfonctions sexuelles, ceux-ci étant à risque d'être préoccupés par l'anxiété de performance, de jouer un rôle de spectateur ou d'être distraits par des pensées non sexuelles. L'outil devrait toutefois être validé auprès d'une population clinique, avec et sans dysfonction sexuelle.

Le questionnaire présente également certaines limites. D'abord, la stabilité temporelle de l'instrument et sa validité prédictive n'ont pas été vérifiées dans ces deux études transversales corrélationnelles et devraient faire l'objet de futures études longitudinales. Les deux études présentées utilisent uniquement des questionnaires auto-rapportés sur les expériences sexuelles. Certaines réponses peuvent donc faire l'objet d'un biais de rappel ou de désirabilité sociale. Le questionnaire actuel ne peut être généralisé à l'ensemble de la population, ayant été validé auprès de personnes en relation de couple hétérosexuel uniquement. D'autres études sont nécessaires afin de confirmer la structure factorielle de l'outil auprès d'un échantillon représentatif des minorités sexuelles et de genre. De plus, l'ÉDCS ne comprend pas d'item de distractions reliées aux expériences d'agression sexuelle, ce qui pourrait être une préoccupation très envahissante chez les victimes de violence sexuelle. Par ailleurs, la satisfaction conjugale a été mesurée à l'aide de la DAS-4 (Sabourin *et al.*, 2005) une mesure validée pour les couples mariés ou en cohabitation, alors que l'échantillon de l'étude 1 était composé majoritairement d'étudiants en relation de fréquentation. Or, il est probable que les résultats aient été peu affectés par cette limite, car les quatre items de cette échelle abrégée se veulent très généraux.

Au niveau de la structure factorielle, les différents thèmes de distractions cognitives de l'ÉDCS se regroupent sous une structure unidimensionnelle plutôt que tridimensionnelle. Puisque les tailles d'échantillon sont adéquate (étude 1) et passable (étude 2), il serait nécessaire de réaliser des analyses factorielles confirmatoires auprès de plus grands échantillons afin de comparer l'ajustement des modèles en un ou trois facteurs, en plus de tester l'invariance du genre. Même si un seul score global de distractions est calculé, l'homogénéité des items s'avère satisfaisante et les liens établis avec des mesures de satisfaction sexuelle (étude 1) et de difficultés sexuelles (étude 2) présentent des implications possibles au niveau du traitement des difficultés sexuelles. L'utilisation de l'ÉDCS en recherche pourrait faciliter l'identification des distractions cognitives autant chez les femmes que chez les hommes de différents groupes d'âge, qu'ils présentent des difficultés sexuelles ou non.

Les résultats de ces deux études incitent à poursuivre la recherche afin d'examiner davantage le contenu des pensées non-érotiques en fonction du genre, du statut conjugal (en cohabitation ou non) et de la durée de la relation, en particulier sur le plan des préoccupations externes. D'autres études pourraient également s'intéresser aux différents thèmes de distractions cognitives en lien avec la relation de couple actuelle ou les traumatismes passés, comme les agressions sexuelles. Il serait aussi pertinent de s'intéresser aux pensées qui précèdent et qui suivent les relations sexuelles, en plus des pensées présentes pendant l'activité sexuelle. D'autres recherches pourraient enfin s'intéresser aux facteurs qui

prédisposent les individus à développer certains thèmes de distractions en particulier (p. ex., les différents modèles parentaux, les différences culturelles et les styles d'attachement).

---

#### Abstract

Cognitive distractions during sex have been related to decreased sexual arousal, sexual difficulties, relationship dissatisfaction, and sexual dissatisfaction. This article presents the results of two validation studies of a new questionnaire assessing cognitive distractions during sexuality, a scale mitigating the weaknesses of existing instruments on cognitive distractions content during sexuality. In Study 1, 292 undergraduate students from the province of Québec completed self-reported measures of cognitive distractions, and relationship and sexual satisfaction. In Study 2, 70 heterosexual couples from the province of Québec completed self-report measures of cognitive distractions, relationship satisfaction, and experience of sexuality. Results from both studies suggest a unidimensional factorial structure of cognitive distractions, as well as gender differences for some items of the scale. Adult women (study 2) globally reported more cognitive distractions than men did, which was not the case for students (study 1). Cognitive distractions were related to low sexual satisfaction (study 1), sexual difficulties (study 2), and lower relationship satisfaction (studies 1 and 2). Both studies lend preliminary support to the construct validity, concurrent validity, and internal consistency of the scale.

**Keywords:** sexuality, cognitive distractions, validation, psychometrics

---

#### Références

- Barlow, D. H. (1986). Causes of sexual dysfunction: The role of anxiety and cognitive interference. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 54*, 140-148.
- Beck, A. T., Rush, A., Shaw, B. F. et Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. New York: Guilford Press.
- Beck, J. G. et Barlow, D. H. (1986). The effects of anxiety and attentional focus on sexual responding: I. Physiological patterns in erectile dysfunction. *Behaviour Research and Therapy, 24*, 9-17.
- Birnbaum, G. E. (2007). Beyond the borders of reality: Attachment orientations and sexual fantasies. *Personal Relationships, 14*, 321-342.
- Birnbaum, G., Glaubman, H. et Mikulincer, M. (2001). Women's experience of heterosexual intercourse: Scale construction, factor structure, and relations to orgasmic disorder. *Journal of Sex Research, 38*, 191-204.
- Brassard, A., Shaver, P. R. et Lussier, Y. (2007). Attachment, sexual experience, and sexual pressure in romantic relationships: A dyadic approach. *Personal Relationships, 14*, 475-493.
- Byers, E. S., Demmons, S. et Lawrence, K. A. (1998). Sexual satisfaction within dating relationships: A test of the Interpersonal Exchange Model of Sexual Satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships, 15*, 257-267.
- Byers, E. S. et Demmons, S. (1999). Sexual satisfaction and sexual self-disclosure within dating relationships. *Journal of Sex Research, 36*, 180-189.
- Carvalho, A., Godinho, L. et Costa, P. (2017). The impact of body dissatisfaction on distressing sexual difficulties among men and women: The mediator role of cognitive distraction. *The Journal of Sex Research, 54*, 331-340.
- Comeau, S. et Boisvert, J.-M. (1985). *Traduction du questionnaire de satisfaction sexuelle*. Document inédit. Montréal, QC, Canada.
- Doss, B. D., Simpson, L. E. et Christensen, A. (2004). Why do couples seek marital therapy? *Professional Psychology: Research and Practice, 6*, 608-614.
- Dove, N. L. et Wiederman, M. W. (2000). Cognitive distraction and women's sexual functioning. *Journal of Sex and Marital Therapy, 26*, 67-78.
- Epstein, N. B. et Baucom, D. H. (1993). Cognitive factors in marital disturbance. Dans K. S. Dobson et P. C. Kendall (Éds), *Psychopathology and cognition* (pp. 351-385). San Diego, CA: Academic Press.
- Gagnon-Girouard, M.-P., Turcotte, O., Paré-Cardinal, M., Lévesque, D., St-Pierre Tanguay, B. et Bégin, C. (2014). Image corporelle, satisfaction sexuelle et conjugale chez des couples hétérosexuels. *Revue canadienne des sciences du comportement, 46*, 134-146.
- Géonet, M., De Sutter, P. et Zech, E. (2013). Cognitive factors in women hypoactive sexual desire disorder. *Sexologies, 22*, e9-e15.
- Gillen, M. M., Markey, C. H. et Daniels, E. A. (2018). Becoming positive: Our growing understanding of positive body image. Dans E. A. Daniels, M. M. Gillen et C. H. Markey (Éds), *Body positive: Understanding and improving body image in science and practice* (pp. 1-5). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Gillen, M. M. et Markey, C. H. (2019). A review of research linking body image and sexual well-being. *Body Image, 31*, 294-301.
- Holmes, J. G. (2000). Social relationships: The nature and function of relational schemas. *European Journal of Social Psychology, 30*, 447-495.
- Hudson, W. W. (1978). *A measurement package for clinical workers*. Honolulu, HI: University of Hawai'i school of social work.
- Hynie, M. et Lydon, J. E. (1995). Women's perceptions of female contraceptive behavior: Experimental evidence of the sexual double standard. *Psychology of Women Quarterly, 19*, 563-581.
- Hynie, M., Lydon, J. E. et Taradash, A. (1997). Commitment, intimacy, and women's perceptions of premarital sex and contraceptive readiness. *Psychology of Women Quarterly, 21*, 447-464.
- Impett, E. A., Muise, A. et Peragine, D. (2014). Sexuality in the context of relationships. Dans D. L. Tolman, L. M. Diamond, J. A. Bauermeister, W. H. George, J. G. Pfaus et L. M. Ward (Éds), *APA handbook of sexuality*

- and psychology, Vol. 1: Person-based approaches (pp. 269-315). American Psychological Association. doi: 10.1037/14193-010
- Lacefield, K. et Negy, C. (2012). Non-erotic cognitive distractions during sexual activity in sexual minority and heterosexual young adults. *Archives of Sexual Behavior, 41*, 391–400.
- Laumann, E. O., Paik, A. et Rosen, R. C. (1999). Sexual dysfunction in the United States. *Journal of the American Medical Association, 281*, 537-544.
- Leiblum, S. R. (2007). *Principles and practice of sex therapy*. New York: Guilford Press.
- Masters, W. H. et Johnson, V. E. (1970). *Human sexual inadequacy*. Boston, MA: Little Brown.
- McCabe, M. P. et Connaughton, C. (2014). Psychosocial factors associated with male sexual difficulties. *The Journal of Sex Research, 51*, 31-42.
- Meana, M. et Nunnink, S. E. (2006). Gender differences in the content of cognitive distraction during sex. *Journal of Sex Research, 43*, 59-68.
- McNulty, J. K., Wenner, C. A. et Fisher, T. D. (2016). Longitudinal associations among relationship satisfaction, sexual satisfaction, and frequency of sex in early marriage. *Archives of Sexual Behavior, 45*, 85-97.
- Muise, A. (2017). When and for whom is sex more beneficial? Sexual motivation in romantic relationships. *Canadian Psychology, 58*, 69-74.
- Muise, A., Schimmack et Impett, E. A. (2016). Sexual frequency predicts greater well-being, but more is not always better. *Social Psychological and Personality Science, 7*, 295-302.
- Nelson, A. L. et Purdon, C. (2011). Non-erotic thoughts, attentional focus, and sexual problems in a community sample. *Archives of Sexual Behavior, 40*, 395-406.
- Pascoal, P., Narciso, I. et Pereira, N. M. (2012). Predictors of body appearance cognitive distraction during sexual activity in men and women. *The Journal of Sexual Medicine, 9*, 2849-2860.
- Pascoal, P. M., Rosa, P. J., da Silva, E. P. et Nobre, P. J. (2018). Sexual beliefs and sexual functioning: The mediating role of cognitive distraction. *International Journal of Sexual Health, 30*, 60-71.
- Pujols, Y., Meston, C. M. et Seal, B. N. (2010). The association between sexual satisfaction and body image in women. *The Journal of Sexual Medicine, 7*, 905-916.
- Purdon, C. et Holdaway, L. (2006). Non-erotic thoughts: Content and relation to sexual functioning and sexual satisfaction. *Journal of Sex Research, 43*, 154-162.
- Rosen, R. C., Heiman, J. R., Long, J. S., Fisher, W. A. et Sand, M. S. (2016). Men with sexual problems and their partners: Findings from the International Survey of Relationships. *Archives of Sexual Behavior, 45*, 159-173.
- Rowland, D. L., Cooper, S. E. et Slob, A. K. (1996). Genital and psychoaffective response to erotic stimulation in sexually functional and dysfunctional men. *Journal of Abnormal Psychology, 105*, 194-203.
- Rowland, D. L. et Kolba, T. N. (2016). Understanding orgasmic difficulty in women. *The Journal of Sexual Medicine, 13*, 1246-1254.
- Rowland, D. L. et Kolba, T. N. (2018). The burden of sexual problems: Perceived effects on men's and women's sexual partners. *The Journal of Sex Research, 55*, 226-235.
- Sabourin, S., Valois, P. et Lussier, Y. (2005). Development and validation of a brief version of the Dyadic Adjustment Scale with a nonparametric item analysis model. *Psychological Assessment, 17*, 15-27.
- Silva, E., Pascoal, P. M. et Nobre, P. (2016). Beliefs about appearance, cognitive distraction and sexual functioning in men and women: A mediation model based on cognitive theory. *The Journal of Sexual Medicine, 13*, 1387-1394.
- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family, 38*, 15-28.
- Tabachnick, B. G. et Fidell, L. S. (2007). *Using multivariate statistics*. Boston, MA: Pearson.
- Vallerand, R. J. (1989). Vers une méthodologie de validation trans-culturelle de questionnaires psychologiques: Implications pour la recherche en langue française. *Psychologie canadienne, 30*, 662-680.
- Velten, J. et Margraf, J. (2017). Satisfaction guaranteed? How individual, partner, and relationship factors impact sexual satisfaction within partnerships. *PLOS ONE, 12*. doi.org/10.1371/journal.pone.0172855
- Weeks, G. R. et Gambescia, N. (2015). Couple therapy and sexual problems. Dans A. S. Gurman, J. L. Lebow et D. K. Snyder (Éds), *Clinical handbook of couple therapy* (5e éd., pp. 635–656). New York: Guilford Press.
- Wiederman, M. W. (2000). Women's body image self-consciousness during physical intimacy with a partner. *Journal of Sex Research, 37*, 60-68.
- Wiederman, M. W. (2002). Body image and sexual functioning. Dans T. F. Cash et T. Pruzinsky (Éds), *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice* (pp. 287-294). New York: Guilford Press.
- Yoo, H., Bartle-Haring, S., Day, R. D. et Gangamma, R. (2014). Couple communication, emotional and sexual intimacy, and relationship satisfaction. *Journal of Sex et Marital Therapy, 40*, 275-293.