IMAGE CORPORELLE ET SEXUALITÉ

L'image corporelle est une composante essentielle de notre sexualité. Notre sens d'identité en tant qu'êtres sexuels est grandement influencé par la façon dont nous percevons notre corps et comment notre corps connaît de la satisfaction et du désir sexuels. Les chercheurs ont exploré le lien entre l'image corporelle et la sexualité dans diverses études. Puisque les femmes dans notre société, et dans la plupart des sociétés dans le monde, sont plus souvent jugées par leur apparence que les hommes, elles ont fait l'objet de bon nombre d'études qui considèrent les effets d'une image corporelle négative sur la satisfaction sexuelle. Dans cette édition de La recherche en revue, nous nous attarderons sur des études qui nous aideront à comprendre comment l'image corporelle peut influencer la façon dont une femme éprouve la satisfaction et le désir sexuels.

> « ...ON DONNE AUX FEMMES DES CULTURES OCCIDENTALES UN STATUT D'OBJET À UN PLUS HAUT NIVEAU QUE LES HOMMES, DANS LE SENS QUE LEUR CORPS FONT L'OBJET D'UNE ATTENTION, SONT ÉVALUÉS ET SEXUALISÉS À UNE PLUS GRANDE FRÉQUENCE. »
>
> Wiederman, M. W. « Women's Body Image Self-Consciousness during Physical Intimacy with a Partner », The Journal of Sex Research, vol. 37, 2000, p. 60. *The Journal of Sex Research*, 37, p.60.

IMAGE CORPORELLE ET SATISFACTION SEXUELLE

Des études indiquent qu'une piètre image corporelle peut entraîner de faibles niveaux de satisfaction sexuelle, caractérisés par une absence de sexualité, une absence d'orgasmes et un inconfort général envers les activités sexuelles. Une étude effectuée auprès de 187 étudiantes au niveau collégial a révélé que les femmes insatisfaites de leur sexualité et de leurs fréquentations étaient également insatisfaites de leur image corporelle (Hoyt et Kogan, 2001). Une étude en ligne récente menée auprès de 154 femmes, âgées entre 18 et 49 ans, a demandé aux participantes si elles s'attardaient aux défauts liés à l'apparence lorsqu'elles prenaient part à des activités sexuelles (Pujols, Meston et Seal, 2010). Celles qui disaient penser à leurs défauts liés à l'apparence pendant les relations sexuelles déclaraient une satisfaction sexuelle moindre, tandis qu'un niveau élevé d'estime de son corps et moins de pensées liées à l'apparence pendant les activités sexuelles étaient associées à des niveaux plus élevés de satisfaction sexuelle. Alors que bien des femmes étaient préoccupées par des attributs corporels particuliers qui pourraient être modifiés par la diète ou l'exercice, d'autres avaient des perceptions irrationnelles de leur corps qui avaient peu de fondement en réalité. Les comparaisons avec des idéaux irréalistes de la beauté féminine pourraient entraîner certaines femmes à développer une image corporelle négative. Les expériences traumatisantes, comme l'abus ou les agressions sexuelles, les conditions médicales qui pourraient avoir pour effet de modifier le corps, le vieillissement et les conditions émotives, comme la dépression et l'anxiété, sont d'autres raisons qui pourraient contribuer à une image corporelle négative.

IMAGE CORPORELLE ET ORIENTATION SEXUELLE

Bien des études sur l'image corporelle se sont penchées sur les expériences des femmes hétérosexuelles. Il est intéressant de noter que les études comparant l'insatisfaction corporelle parmi les hétérosexuelles et l'insatisfaction corporelle chez les non hétérosexuelles n'ont trouvé que peu de différences entre les deux groupes. Les chercheurs d'une étude de ce genre ont conclu que les deux groupes se sont mesurés contre des idéaux culturels semblables d'aspects esthétiques féminins. Par conséquent, les deux groupes ont souffert de pressions et d'attentes semblables (Koff, Lucus, Migliorini et Grossmith, 2010). L'étude souligne le fait que « le genre trompe l'orientation sexuelle » et que toutes les femmes peuvent être vulnérables aux effets d'une image corporelle négative liée à des attentes irréalistes quant aux aspects esthétiques féminins.

« ...UNE SOCIÉTÉ QUI ACCORDE UNE GRANDE VALEUR À L'APPARENCE PHYSIQUE, SURTOUT À UNE SILHOUETTE MINCE, AVEC DES COURBES ET UNE POITRINE GÉNÉREUSE, FAIT ENCOURIR AUX FEMMES, PEU IMPORTE LEUR ORIENTATION SEXUELLE, UN RISQUE D'INSATISFACTION CORPORELLE. »

Koff, E., Lucas, M. R. Migliorini et S. Grossmith. « Women and Body Dissatisfaction: Does Sexual Orientation Make a Difference? » Body Image, vol. 7, 2010, p. 258.

IMAGE CORPORELLE ET ETHNICITÉ

Puisque bon nombre d'études sur l'image corporelle ont eu recours à des participantes blanches, hétérosexuelles et de niveau de baccalauréat, certains chercheurs se demandent si les résultats de ces études peuvent être généralisés à d'autres populations ethnoculturelles comportant des caractéristiques différentes. Les études qui se sont penchées sur les femmes de diverses origines ethniques et culturelles sont par conséquent des ajouts importants à la recherche sur l'image corporelle. Un examen de l'image corporelle et de l'identité ethnique (Grabe et Hyde, 2006) a découvert que le problème de l'image corporelle négative était courant, dans une certaine mesure, chez les femmes de toutes les origines. Les chercheurs se sont attardés sur 98 études sur le sujet de l'image corporelle et de l'ethnicité. Les études comprenaient des participantes asiatiques, hispaniques, noires et blanches. Alors que les préoccupations particulières liées aux aspects de l'image corporelle variaient entre les cultures et les sociétés (par exemple, certains idéaux sociétaux peuvent miser sur le poids, alors que d'autres s'attardent sur le teint et d'autres sur la taille de la poitrine), toute norme de beauté idéalisée peut faire ressentir à certaines femmes qu'elles sont inadéquates et peu séduisantes sur le plan de l'apparence.

IMAGE CORPORELLE ET MÉDIAS

« ...LES FEMMES DE DIFFÉRENTES ORIGINES ETHNIQUES/RACIALES PEUVENT CONNAÎTRE DES DEGRÉS VARIÉS D'INSATISFACTION EN CE QUI A TRAIT À LEUR CORPS PARCE QUE LA SIGNIFICATION DU CORPS DÉPEND DU CONTEXTE DU GROUPE CULTUREL ET SOCIAL. »

Grabe, S. et J.S. Hyde. « Ethnicity and Body Dissatisfaction Among Women in the United States: A Meta-Analysis », Psychological Bulletin, vol. 132, 2006, p. 622.

Puisque l'image corporelle négative, ou l'insatisfaction corporelle, est associée à la dépression, à des troubles alimentaires et à une absence de satisfaction et de désir sexuels, les chercheurs ont examiné des moyens pour atténuer l'insatisfaction corporelle. À cet égard, un des domaines recelant un intérêt particulier est le pouvoir des médias sur les femmes pour façonner la perception qu'elles ont de leur corps. Une étude innovatrice des effets médiatiques sur les étudiantes canadiennes de premier cycle a eu recours à une publicité de 75 secondes qui vise à souligner et à contrecarrer les effets négatifs de l'image irréaliste de la beauté féminine dans les vidéos de musique (Quigg et Want, 2011). Des études antérieures ont démontré que lorsque les femmes prennent conscience des avantages spéciaux que les mannequins bénéficient en préparation d'un film ou d'une séance de photos, elles sont moins susceptibles de se

comparer contre des effets artificiels de beauté et de connaître de l'insatisfaction en ce qui a trait à leur corps. L'étude de Quigg et Want a eu recours à une publicité commerciale produite par les fabricants du savon Dove pour évaluer cette hypothèse. La publicité « Évolution », utilise la photographie accélérée pour montrer comment l'apparence d'un mannequin ordinaire peut être transformée au moyen de maquillage, de la coiffure et de techniques photographiques. L'étude a également eu recours à des vidéos de musique, qui donnent souvent un statut d'objet aux parties du corps d'une femme, comme les cuisses, la poitrine, le ventre, tout en présentant des images idéalisées de l'apparence d'une femme.

Quigg et Want (2011) ont réparti les participantes à leur recherche en trois groupes. Un groupe a visualisé des vidéos de musique populaire entrecoupées par quatre publicités dans lesquelles personne ne figurait. Un autre groupe a visualisé les mêmes vidéos de musique, mais a également visualisé l'annonce Évolution, ainsi que trois autres publicités. Le troisième groupe a visualisé un documentaire sur la nature et quatre annonces publicitaires dans lesquelles personne ne figurait. On a alors demandé aux participantes de chaque groupe d'évaluer leur image corporelle. Les résultats ont indiqué que le groupe qui a visualisé la vidéo de musique et la publicité Évolution affichait des niveaux plus élevés de satisfaction corporelle que le groupe qui a visualisé la vidéo de musique et quatre annonces publicitaires sans figurant. Toutefois, les participantes du groupe qui n'ont pas visualisé les vidéos de musique du tout et qui ont vu le documentaire sur la faune ont affiché des niveaux plus élevés de satisfaction corporelle que celles qui ont visualisé les vidéos de musique. Les chercheurs ont conclu que les images idéalisées de corps féminins telles que visualisées dans les vidéos de musique avaient des effets négatifs sur les comptes rendu relatifs à l'image corporelle données par les participantes. Toutefois, la publicité Évolution, en révélant les normes irréalistes de la beauté féminine créées par les médias, a semblé contrecarrer certains des effets négatifs des vidéos de musique sur l'image corporelle.

QUEL EST LE MESSAGE À EN TIRER?

La recherche dont on a discuté ici démontre clairement qu'une image corporelle négative peut influer sur le plaisir sexuel d'une femme. Les femmes qui se comparent aux images de la beauté féminine reflétée par la culture et les médias ressentent souvent de l'insatisfaction en ce qui a trait à leur corps, ce qui peut entraîner en retour une insatisfaction sexuelle. Des études ont démontré que lorsque les femmes sont renseignées sur la façon dont la société et les médias perpétuent des normes irréalistes et artificielles de la beauté féminine, elles en viennent à porter un jugement moins sévère sur leur propre corps.

RÉFÉRENCES

Grabe, S. et Hyde, J.S. « Ethnicity and Body Dissatisfaction Among Women in the United States: A Meta-Analysis », Psychological Bulletin, vol. 132, 2006, p. 622-640.

Hoyt, W. et Kogan, L. « Satisfaction with Body Image and Peer Relationships for Males and Females in a College Environment », Sex Roles, vol. 45, 2001, p. 199-215.

Koff, E., Lucas, M., Migliorini, R., et Grossmith, S. « Women and Body Dissatisfaction: Does Sexual Orientation Make a Difference? », Body Image, vol. 7, 2010, p. 255-258.

Pujols, Y., Meston, C., et Seal, B. « The Association between Sexual Satisfaction and Body Image in Women », Journal of Sexual Medicine, vol. 7, 2010, p. 905-916.

Quigg, S. et Want, S. « Highlighting Media Modifications: Can a Television Commercial Mitigate the Effects of Music Videos on Female Appearance Satisfaction? », Body Image, vol. 8, 2011, p. 135-142.

Wiederman, M. W. « Women's Body Image Self-Consciousness during Physical Intimacy with a Partner », The Journal of Sex Research, vol. 37, 2000, p. 60-68.