



**« LES FACTEURS QUI INFLUENCENT LE DESIR SEXUEL.
COMMENT LE RETROUVER, LE STIMULER. »**

Kim FAFARD CAMPBELL, M.A., sexologue psychothérapeute

PROBLÉMATIQUE

Plusieurs professionnels de la santé, qu'ils travaillent avec des individus ou des couples, sont confrontés à la problématique de la baisse de désir sexuel. En effet, la prévalence d'un faible niveau de désir sexuel chez les femmes varie entre 10% et 38%. (Basson, 2005; Clayton, 2017, Shifren et al., 2008). De plus, l'écart de désir sexuel entre partenaires est l'un des problèmes dyadiques les plus fréquemment rapportés (Ellison, 2002). D'ailleurs, 53% des gens aimeraient augmenter leur fréquence sexuelle et dans la majorité de ces cas ce souhait est attribuable à une divergence entre les niveaux de désir sexuel dans le couple. (Velten et Margraf, 2017).

Le trouble du désir sexuel hypoactif est une problématique complexe, puisque de nombreux facteurs individuels comme relationnels peuvent y contribuer (Trudel, 2020). Il est facile de manquer de rigueur dans l'évaluation et donc dans le choix des interventions à privilégier. Il est essentiel de tenir compte de l'aspect biologique et pharmacologique dans notre évaluation (Trudel, 2020). Nous pouvons, comme intervenant, aborder longtemps la demande ou les conflits des personnes qui consultent sans qu'il n'y ait de résultats, car nous travaillons à côté des causes réelles. Peu d'intervenants sont outillés pour comprendre l'ensemble des facteurs qui influencent le désir sexuel, puis intervenir sur ceux-ci. Nous allons dresser un portrait complet de cette problématique et offrir des stratégies d'interventions concrètes et



perfectionnement.com

FORMATION EN LIGNE

applicables. Ces outils sont basés sur une pratique clinique d'intervention cognitive-comportementale diversifiée.

BESOIN

Les professionnels de la santé ont besoin de connaître les facteurs individuels et relationnels qui influencent le désir sexuel hypoactif ainsi que les meilleures pratiques associées à une évaluation complète de la clientèle présentant cette problématique. Cette formation vise à développer la capacité à compléter une évaluation exhaustive pour permettre l'orientation vers des interventions ciblées et efficaces à l'aide de diverses stratégies d'interventions de l'approche cognitive-comportementale et de techniques conçues par divers sexologues.

CLIENTÈLE

Cette formation est conçue pour les psychologues, les psychothérapeutes, les intervenants en santé mentale, et les candidats à la psychothérapie intéressés à développer des outils pour aider une clientèle présentant un désir sexuel hypoactif. Cette formation est aussi adaptée pour les sexologues voulant se mettre à jour dans des interventions de l'approche cognitive-comportementale reconnues pour le diagnostic, l'évaluation et le traitement du désir sexuel hypoactif chez l'homme et chez la femme. Il s'agit d'un atelier de formation complet de niveau « débutant/intermédiaire ».

FORMATRICE

perfectionnement.com

FORMATION EN LIGNE



perfectionnement.com

FORMATION EN LIGNE



Kim FAFARD CAMPBELL, M.A. est sexologue, psychothérapeute, et formatrice en pratique privée depuis 2003. Elle est détentrice d'un baccalauréat en psychologie, d'une maîtrise en sexologie clinique et d'un programme court en pédagogie de l'enseignement supérieur. Après s'être spécialisée en approches à court terme en ayant suivi beaucoup de clients pour diverses problématiques générales, dont dépression et anxiété, elle a effectué de nombreuses interventions critiques en entreprise depuis 2009. Parallèlement, elle a rencontré un grand nombre d'individus et de couples présentant des dysfonctions sexuelles diverses ainsi que des traumatismes conjugaux, sexuels et des traumas complexes d'enfance. Elle s'intéresse à la perte du désir sexuel depuis plusieurs années.

OBJECTIFS

1. Connaître les facteurs individuels, cognitifs et relationnels qui influencent le désir sexuel hypoactif.

perfectionnement.com

FORMATION EN LIGNE



2. Être en mesure d'utiliser certaines stratégies d'interventions cognitives comportementales pour aider à améliorer le désir sexuel des clients.
3. À partir d'histoire de cas, savoir évaluer les facteurs impliqués dans le désir sexuel hypoactif et pouvoir choisir les stratégies d'interventions appropriées.

PRÉALABLE

Aucun

CONTENU

I) Volet théorique

- 1) Présentation de l'évaluation multimodale de la sexualité (Trudel, 2020)
- 2) Présentation du concept du désir sexuel
 - a) Définitions en lien avec le désir sexuel et clarification des termes (Trudel, 2020, APA, 2013, APA, 1994)
 - b) Diagnostics : baisse de désir sexuel
 - Trouble de l'intérêt pour l'activité sexuelle ou de l'excitation chez la femme DSM-5 (APA, 2013)
 - Problématique liée à inclure le trouble du désir sexuel et le trouble de l'excitation sexuelle en un diagnostic (Derogatis, 2018 cité dans Trudel 2020)
 - Le trouble du désir sexuel hypoactif selon le DSM-IV (APA, 1994)
 - Baisse du désir sexuel chez les hommes DSM-5 (APA, 2013)



- c) Distinction concernant l'asexualité (Trudel, 2020)
 - d) Distinction concernant l'aversion sexuelle (Trudel, 2020)
- 3) Psychoéducation sexuelle en abordant le cycle de la réponse sexuelle (Trudel 2020)
- a) Les 4 phases de la réponse sexuelle (Zilbergeld et Ellison, 1980; Loulan, 1987 dans Trudel, 2020)
 - b) Les réflexes d'excitations et les lois du corps (Desjardins et al, 2011)
 - c) La réponse sexuelle féminine circulaire (Basson, 2001)
 - d) La distinction entre le désir sexuel et l'excitation sexuelle (Trudel, 2020; Desjardins et al., 2011).
 - e) L'interconnexion entre le désir et l'excitation (Basson, 2002a; Basson 2002b; Brotto et Luria, 2014 cités dans Trudel, 2020)
 - f) L'importance de reconnaître et de distinguer ses sensations corporelles lors de la progression de la réponse sexuelle (Desjardins et al, 2011; Masters et Johnson, 1966)

II) Volet pratique

- 4) Présentation des facteurs individuels contribuant au désir sexuel (Trudel, 2020)
- a) Les facteurs comportementaux : l'évitement, la passivité, le manque d'initiative, la réponse aux initiatives du partenaire, la fréquence des activités sexuelles (Trudel, 2020)
 - b) Les facteurs sexuels : l'expérience sexuelle, le répertoire d'activités sexuelles, la qualité, les préférences, l'investissement, la présence d'une dysfonction sexuelle, l'orientation sexuelle et la déviance sexuelle (Trudel, 2020)



- c) Les facteurs biologiques : le sexe, les conditions hormonales, la vieillesse, la grossesse et la ménopause (Trudel, 2020) et les problèmes médicaux (Clayton, 2017)
 - d) Les dynamiques personnelles : la dynamique intra et interpersonnelle et la personnalité introvertie (Trudel, 2020)
 - e) Les psychopathologies et l'abus de substances (Trudel, 2020)
 - f) L'orientation sexuelle et l'identité de genre
 - État des connaissances actuelles concernant le désir sexuel de la population LGBTQI2SP+
 - Explication de certains concepts impliqués : hétéronormativité, homonégativité internalisée, transphobie
 - Indication des limites des connaissances actuelles
- 5) Présentation des facteurs cognitifs contribuant au désir sexuel (Trudel, 2020)
- a) L'exploration des différents facteurs tels que l'image corporelle, l'affirmation de soi, la confiance en soi, l'anticipation négative et les pensées erronées (Hubin et al., 2011, Trudel, 2020)
 - b) L'importance de la connaissance sur le désir sexuel et de l'éducation sexuelle (Hubin et al., 2011)
 - c) La reconnaissance des réactions physiologiques (Laan et al., 1995 citée dans Hubin et al., 2011)
 - d) Le rôle des fantasmes (Hubin et al., 2011; Trudel, 2020)
 - e) Le rôle que joue la détresse sur le désir sexuel individuel et dyadique (Hendrickx et al., 2019a; Hendrickx et al., 2019b; Worsley et al., 2017)



6) Présentation des facteurs relationnels et interpersonnels pouvant avoir un impact sur le désir sexuel d'un couple (Trudel, 2020; LoPiccolo et Friedman 1998)

a) Les relations parentales : l'attitude des parents envers la sexualité et l'apprentissage en enfance et en adolescence (Brotto et Luria, 2014; McCarthy, 1992; Stuart, Hammond & Pett, 1987 cités dans Trudel, 2020).

b) Les relations conjugales

- La durée de la relation (Leiblum, 1990; O'Donohue & Plaud, Poudat & Jarousse, 1989 cités dans Trudel, 2020)
- La communication et l'interaction dans le couple (Edwards, Frank et Deekert, 1981; Stuart, Hammond et Pett, 1987; Trudel, 1991 et 1992 cité dans Trudel, 2020)
- Sentiments d'hostilité envers l'autre (Bozman et Beck, 1991; Kaplan, 1997; Rosen et Leiblum, 1987 cités dans Trudel, 2020)
- Sentiments d'insécurité (Edwards, Frank et Deekert, 1981; Knopf et Seiler, 1990 cités dans Trudel, 2020)
- L'écart de désir sexuel (Mark, 2012; Mark & Murray, 2012)
- Le rapprochement excessif versus l'intimité insuffisante (Nichols, 1988; Trudel, 1991 cité dans Trudel, 2020), effet de symbiose (Desjardins et Henrichon, 1983 cités dans Hubin et al., 2011)
- Autres facteurs : l'investissement hors de la relation, l'inexpérience du partenaire, présence d'une



dysfonction sexuelle dans le couple (Poudat et Jarousse, 1989 cité dans Trudel, 2020; Veltren et Margraf, 2017)

c) Les relations environnementales

- La religion et la culture (Woo, Brotto et Gorzolka, 2011; Woo, Brotto et Gorzolka, 2012 cités dans Trudel, 2020)
- La socialisation sexuelle et les stimuli non sexuels (Guitouini, 1989; McCarthy, 1992; Southern, 1985 cité dans Trudel, 2020)

7) Application des facteurs liée à la baisse de désir sexuel en psychothérapie (Trudel, 2020)

a) Les facteurs à considérer dans les troubles du désir sexuel

- Liste d'éléments à évaluer

b) Une conceptualisation développementale et cognitive-comportementale de la baisse de désir

- Des expériences typiques et leurs impacts ; jusqu'au développement d'une baisse de désir sexuel

8) Présentation et élaboration des traitements visant à accompagner les clients dans la compréhension et l'exploration de leur désir sexuel, des facteurs y contribuant et des stratégies adaptées à l'amélioration du désir sexuel individuel et dyadique.

a) Stratégies pharmacologiques et services en santé (Trudel, 2020)

- Traitements médicaux :
 - Addyi (flibansérine), (Baid et Agarwal, 2018 cités dans Trudel, 2020), (Sprout, États-Unis)
 - Zestra (Orimed Pharma, Québec)



- Bupropion (Segraves et al., cité dans Trudel, 2020)
 - Autres professionnels de la santé : l'importance de traiter les éléments concomitants tels que la physiothérapie pelvienne pour les douleurs vaginales et d'utiliser une approche multidisciplinaire (Trudel, 2020)
- b) L'intervention multimodale pour la baisse de désir sexuel du laboratoire sur le couple et la sexualité de l'UQAM (Trudel, 2020)
- Éducation sexuelle
 - Restructuration cognitive
 - L'entraînement à la fantasmagorie sexuelle
 - Augmenter la qualité et le caractère stimulant des activités sexuelles
 - Vérifier la présence et l'effet d'autres dysfonctions sexuelles sur le désir
 - Améliorer la qualité de vie du couple
 - Identifier les facteurs qui peuvent interférer avec le désir sexuel : l'importance d'une bonne hygiène de vie, stress et anxiété, traumatismes
- c) Stratégies d'intervention psychologiques adaptées à la sexologie
- Respiration - pleine conscience (Kabat-Zinn, 2012 cités dans Trudel, 2020)
 - Outils de la thérapie d'impact (Beaulieu, 2003)
 - Paradoxe aventure - stabilité/sécurité (Perel, 2006)



- Outils pour diminuer l'écart de désir sexuel dans des relations à long terme (Herbenick et al., 2014)
- d) Stratégies d'intervention sexologiques
- Outils du traitement selon l'approche sexocorporelle (Desjardins et al, 2011)
 - Outils du traitement selon l'approche Psycho-Sexocorporelle Intégrée (PSI) (Larose et El Feki, 2016)
 - Littérature érotique (Tradition sexologique): bibliothérapie (Balzer et Mintz, 2015; Palaniappan, Mintz, et Heatherly 2016; Trudel, 2020)
 - Détente avant excitation (Gariépy, 2019)
 - Le gradateur du désir : oui-non-peut-être-pourquoi-pas (Fafard Campbell, inédit)

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

Présentation magistrale avec PowerPoint, exemples, présentations de cas cliniques

DURÉE DE L'ACTIVITÉ

4 heures

ATTESTATION

Une attestation de participation sera remise aux participants ayant complété la formation.

BIBLIOGRAPHIE SOMMAIRE

American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4th ed.).



perfectionnement.com

FORMATION EN LIGNE

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.).

Balzer, A. M., & Mintz, L. B. (2015). Comparing Two Books and Establishing Probably Efficacious Treatment for Low Sexual Desire. *Journal of Counseling Psychology*, 62(2), 321–328. <https://doi-org.ezproxy.usherbrooke.ca/10.1037/cou0000067>

Basson, R. (2001) Using a Different Model for Female Sexual Response to Address Women's Problematic Low Sexual Desire, *Journal of Sex & Marital Therapy*, 27:5, 395-403, DOI: 10.1080/713846827

Basson, R. (2005). Women's sexual dysfunction: Revised and expanded definitions. *Canadian Medical Association Journal*, 172(10), 1327-1333.
<https://doi.org/10.1503/cmaj.1020174>

Beaulieu, D. (2003). *Cures rajeunissement relations sexuelles*. Académie Impact (direct)

Clayton, A. H. (2017). The International Society for the Study of Women's Sexual Health Process of Care for Management of Hypoactive Sexual Desire Disorder in Women. *Mayo clinic proceedings*, 21.

Derogatis, L.R. (2018). Nosology and epidemiology of hypoactive sexual desire disorder. Dans Goldstein, I., Clayton, A.H., Goldstein, A.T., Kim, N.N., Kingsberg, S.A.(Eds.), *Textbook of Female Sexual Function and Dysfunction: Diagnosis and Treatment*. 19-24. Dans: Trudel, G. (2020). *Les dysfonctions sexuelles. Évaluation et traitement par des méthodes psychologiques, interpersonnelles et biologiques*. 3ème édition. Presses de l'Université du Québec.

Desjardins, J., Chatton, D., Desjardins, L. & Tremblay, M. (2011). Chapitre 2. Le sexocorporel. La compétence érotique à la portée de tous. Dans : Mansour El Feki éd. *La sexothérapie* (pp. 63-102). Louvain-la-Neuve, Belgique : De BoeckSupérieur.
<https://doiorg.ezproxy.usherbrooke.ca/10.3917/dbu.elfek.2011.01.0063>

Desjardins, L., Tremblay, M. (2020) *Thérapie de couple et approche sexocorporelle* [document de formation]. Association des sexologues du Québec, Québec. No reconnaissance OPQ RA03740-21

perfectionnement.com

FORMATION EN LIGNE



perfectionnement.com

FORMATION EN LIGNE

Fafard Campbell, K. (2021) *Le gradateur du désir : oui-non-peut-être-pourquoi-pas* [document de formation]. Inédit.

Gariépy, A. (2019). *L'alliance thérapeutique du cognitif et du corporel pour soigner les formes d'anxiétés*. [Document de formation]. Association des sexologues du Québec, Québec. No reconnaissance OPQ RA02858-19

Hendrickx, L., Gijs, L., & Enzlin, P. (2019). Age-related prevalence rates of sexual difficulties, sexual dysfunctions and sexual distress in heterosexual men: Results from an online survey in Flanders. *Sexual & Relationship Therapy, 34*(4), 440-461. Academic Search Complete.

Hendrickx, L., Gijs, L., & Enzlin, P. (2019). Who's Distressed by Sexual Difficulties? Exploring Associations Between Personal, Perceived Partner, and Relational Distress and Sexual Difficulties in Heterosexual Men and Women. *Journal of Sex Research, 56*(3), 300-313. <https://doi.org.ezproxy.usherbrooke.ca/10.1080/00224499.2018.1493570>

Herbenick, D., Mullinax, M., & Mark, K. (2014). Sexual Desire Discrepancy as a Feature, Not a Bug, of Long-Term Relationships: Women's Self-Reported Strategies for Modulating Sexual Desire. *The Journal of Sexual Medicine, 11*(9), 2196-2206. <https://doi.org/10.1111/jsm.12625>

Hubin, A., De Sutter, P., & Reynaert, C. (2011). Etiological factors in female hypoactive sexual desire disorder. *Sexologies : European Journal of Sexology and Sexual Health / Revue européenne de sexologie et de santé sexuelle, 20*(3), 149-157. APA. PsycInfo. <https://doi.org/10.1016/j.sexol.2010.12.002>

Larose S., El Feki, M. (2016) *Le désir sexuel versus le désir érotique : Redéfinition du diagnostic et congruence du traitement dans l'approche Psycho-Sexocorporelle Intégrée (PSI)* [document de formation]. Association des sexologues du Québec, Québec. No reconnaissance OPQ RA01876-16

Mark, K.P., & Murray, S. H. (2012). Gender Differences in Desire Discrepancy as a Predictor of Sexual and Relationship Satisfaction in a College Sample of Heterosexual Romantic Relationships. *Journal of Sex*

perfectionnement.com

FORMATION EN LIGNE



perfectionnement.com

FORMATION EN LIGNE

& *Marital Therapy*, 38(2), 198-215.
<https://doi.org/10.1080/0092623X.2011.606877>

Mark, K-P. (2012). The relative impact of individual sexual desire and couple desire discrepancy on satisfaction in heterosexual couples. *Sexual & Relationship Therapy*, 27(2), 133-146. Academic Search Complete.

Masters, W.H., & Johnson, V. E. (1966). *Human sexual response*. Little, Brown.

Palaniappan M., Mintz L., Heatherly R. (2016) Bibliotherapy Interventions for Female Low Sexual Desire: Erotic Fiction versus Self-Help. *Sexual and Relationship Therapy*, 31 (3), 344-358.
<https://doi.org/10.1080/14681994.2016.1158805>.

Perel, E. (2006). *L'intelligence érotique : faire vivre le désir dans le couple*. (Traduit par Valérie Moran), Paris : Robert Laffont (éd.), collection « Réponses ».

Shifren, J. L., Monz, B. U., Russo, P. A., Segreti, A., & Johannes, C. B. (2008). Sexual Problems and Distress in United States Women: Prevalence and Correlates. *Obstetrics & Gynecology*, 112(5), 970-978.
<https://doi.org/10.1097/AOG.0b013e3181898cdb>

Trudel, G. (2000). *Les dysfonctions sexuelles : Évaluation et traitement par des méthodes psychologique, interpersonnelle et biologique*, 2e édition. (2e éd.). Presses de l'Université du Québec.

Trudel, G. (2020). *Les dysfonctions sexuelles. Évaluation et traitement par des méthodes psychologiques, interpersonnelles et biologiques*, 3e édition (3e éd.). Presses de l'Université du Québec.

Velten, J., & Margraf, J. (2017). Satisfaction guaranteed? How individual, partner, and relationship factors impact sexual satisfaction within partnerships. *PLoS ONE*, 12(2), 1-17. Academic Search Complete.

Worsley, R., Bell, R. J., Gartoulla, P., & Davis, S. R. (2017). Prevalence and Predictors of Low Sexual Desire, Sexually Related Personal Distress, and Hypoactive Sexual Desire Dysfunction in a Community-Based Sample of Midlife Women. *The Journal of Sexual Medicine*,

perfectionnement.com

FORMATION EN LIGNE



perfectionnement.com

FORMATION EN LIGNE

14(5), 675-686.

<https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2017.03.254>