Métasynthèse des études qualitatives portant sur la pratique de présence attentive et le bien-être sexo-relationnel

ÉLIANE DUSSAULT, PH.D. (C)

FRANCIS MORISSETTE HARVEY, PH.D./PSY. D. (C)

NATACHA GODBOUT, PH.D./PSY.D.

MYLÈNE FERNET, PH.D.

UQÀM Université du Québec à Montréal

Fonds de recherche Société et culture Québec

CRSH SSHRC Conseil de recherches en sciences humaines du Canada Social Sciences and Humanities Research Council of Canada

TRACE TRAuma and CoupleE Research and intervention unit

CRIPCAS

Contexte et objectif de recherche

- Besoin de mieux comprendre les contextes dans lesquels les liens entre la pratique de la présence attentive (PA) et le bien-être sexo-relationnel peuvent se présenter
  - Les recherches qualitatives peuvent fournir ce type d'informations

Objectifs de l'étude

- Produire une métasynthèse des études qualitatives portant sur la PA et le bien-être sexo-relationnel
  - Métasynthèse : Réinterpréter les données qualitatives dans un champ de recherche afin de produire de nouvelles conclusions[1]
  - Analyse des extraits de verbatim dans les études correspondant aux critères de recherche[1]

[1]: Beaucher et Jutras, 2007

Méthodologie

- **Recension systématique** des articles publiés dans des revues scientifiques de 2007 à 2019
  - Bases de données : Scopus, Taylor and Francis Online, Science Direct
- **Mots-clés**: Mindfulness AND Qualitative, or Phenomenological or Thematic or Discursive AND Sexuality or Relationship or Romantic or Intimate
- **Critères**: Articles qualitatifs ou mixtes sur la pratique de la présence attentive en lien avec le bien-être sexo-relationnel
- Échantillon : **8 études**
- Analyse de données : Cadre d'analyse de **Noblit et Hare** (1988) en 7 étapes pour conduire une métasynthèse, à partir de NVivo 11 (QSR International Pty Ltd.)

Étude	Échantillon
Bossio et al.	10 H avec dysfonction érectile situationnelle
Brotto et Heiman	22 F avec difficultés sexuelles à la suite d'un cancer gynécologique
Brotto et al.	14 F avec vestibulodynie
Gillespie et al.	11 partenaires d'étudiant.e.s au cycles supérieurs ayant participé à une intervention
Kocsis et Newbury-Helps	30 personnes avec une dysfonction sexuelle
McCreary et Alderson	8 femmes
Pruitt et McCollum	7 méditant.e.s avancé.s.

Catégories et nb d'études	Sous-catégories
1. La pratique de la PA contribue à de meilleures dispositions à la PA à travers deux principaux traits : (n = 8)	a) Acceptation de soi et des autres *Je pense que [de m'ouvrir] durant la méditation rend ça possible pour moi de ramener ça à la vie quotidienne et de m'ouvrir davantage à tout ce qui vient à moi.* - Quinn b) Meilleure capacité à porter attention au moment présent *La méditation me permet certainement de voir les choses d'une autre perspective. Je pense que c'est juste de prendre un moment pour respirer, me connecter, et penser « Quelle est la vue d'ensemble de cette situation ? ».* - Eleanor
2. De meilleures dispositions à la PA font vivre des bénéfices sexo-relationnels : (n = 7)	a) Connexion avec soi et avec les autres *J'avais déjà pratiqué la PA avant, je ne savais pas comment incorporer ça à la sexualité, parce que c'est avec une autre personne, (...), alors le cours m'a permis d'incorporer ça dans mon côté sexuel.* – anonyme b) Satisfaction face à soi-même et à sa vie *Je peux être plus bienveillante avec moi-même, (...) me faire un sourire à l'intérieur et me détendre... Je peux relaxer avec moi-même un peu plus. M'aimer un peu plus.* – anonyme
3) Des limites liées à la pratique de la PA sont rencontrées (n = 3)	a) Difficultés à maintenir la pratique de présence attentive *Mon plus grand sentiment de culpabilité est de ne pas avoir maintenu la pratique, comme si c'est probablement de ma faute si je ne vais pas mieux.* - Jackie b) Difficultés sexo-relationnelles initiales qui requièrent de la patience *Ça n'a pas fait une très grosse différence pour moi(...) Avec tous les problèmes médicaux, la douleur, les migraines, récupérer un peu d'elle a aidé, mais il y a tellement de chemin à faire.* – Eli, à propos de sa partenaire Jennifer c) Connexion fragile avec autrui *C'est difficile de développer une pratique quotidienne quand ton partenaire la rejette comme étant quelque chose de stupide.* – Jill

Discussion et implications

- **Nombre limité d'études** incluses dans la métasynthèse
- Les études portant sur la pratique de PA et qui promeuvent un meilleur bien-être sexo-relationnel sont **peu nombreuses**
  - Nécessité de répliquer les analyses lorsque plus d'études seront disponibles
- Seulement 3 des 8 études discutent des **limites potentielles** des pratiques basées sur la PA
  - Importance d'évaluer les limites, les risques potentiels ou les effets adverses pour favoriser des interventions efficaces et inclusives
- **Les pratiques basées sur la PA** semblent **aidantes** pour réduire les difficultés sexo-relationnelles
- Suggestions d'adaptation des pratiques basées sur la PA pour favoriser le bien-être sexo-relationnel :
  1. Promouvoir le soutien et l'engagement du.de la partenaire des participant.e.s en couple
  2. Prodiguer des interventions plus longues et éclaircir leurs objectifs

Mindfulness
https://doi.org/10.1007/s12671-020-01463-x

ORIGINAL PAPER

A Metasynthesis of Qualitative Studies on Mindfulness, Sexuality, and Relationality

Éliane Dussault[1] · Mylène Fernet[1] · Natacha Godbout[1]

© Springer Science+Business Media, LLC, part of Springer Nature 2020

Abstract

Objectives A substantive body of quantitative literature found links between mindfulness interventions or dispositional mindfulness and increased relationality and/or sexuality. However, there needs to be a better understanding of the contexts in which the links between mindfulness and relationality/sexuality may occur, which qualitative studies may provide.

Method A metasynthesis of qualitative studies aims to reinterpret the results of qualitative studies in one field of research. Therefore, we produced a metasynthesis of 8 peer-reviewed, published articles exploring the impacts of mindfulness practices and interventions on relationality/sexuality to produce new insights on this burgeoning field of research.

Results The increase of mindfulness is experienced through the development of two main traits that are related to sexuality and relationality, namely, accepting oneself and others as they are, as well as paying attention in the present moment, which leads to awareness and a new approach on life. Then, practicing mindfulness allows benefits marked by a surging connectedness with others and contentment with one's life and self. Finally, limits of mindfulness practices and interventions marked by restraining conditions of life are found, such as the hardships of pursuing the practice of mindfulness, initial sexual/relational difficulties that require patience, and an insufficient connectedness with significant others that hinders progress.

Conclusion Mindfulness-based practices and interventions are a helpful technique to reduce sexual/relational difficulties and enhance one's quality of life in these realms but should not be considered and approached as a panacea to such difficulties.

Merci !
Suivez-nous sur les réseaux sociaux

LAB_EVS

LAB_TRACE

Références

Beaucher, V., & Jutras, F. (2007). *Étude comparative de la métasynthèse et de la méta-analyse qualitative*. Université de Sherbrooke.

Bigras, N., Godbout, N., Hébert, M., & Sabourin, S. (2017). Cumulative Adverse Childhood Experiences and Sexual Satisfaction in Sex Therapy Patients: What Role for Symptom Complexity?. *The Journal of Sexual Medicine*, *14*(3), 444-454.

Brotto, L. A., Basson, R., Carlson, M., & Zhu, C. (2013). Impact of an integrated mindfulness and cognitive behavioural treatment for provoked vestibulodynia (IMPROVED): A qualitative study. *Sexual and Relationship Therapy*, *28*(1-2), 3-19.

Francis Laughlin, C., & Rusca, K. A. (2019). Strengthening Vicarious Resilience in Adult Survivors of Childhood Sexual Abuse: A Narrative Approach to Couples Therapy. *The Family Journal*, *28*(1), 15-24.

Gillespie, B., Davey, M. P., & Flemke, K. (2015). Intimate partners' perspectives on the relational effects of mindfulness-based stress reduction training: A qualitative research study. *Contemporary Family Therapy*, *37*(4), 396-407.

Godbout, N., Dutton, D., Lussier, Y., & Sabourin, S. (2009). Early Experiences of Violence as Predictors of Intimate Partner Violence and Marital Adjustment, Using Attachment Theory as a Conceptual Framework. *Personal Relationships*, *16*, 365-384.

Kabat-Zinn, J., Lipworth, L., Burney, R., Sellers, W., & Brew, M. (1984). Reproducibility and Four Year Follow-Up of a Training Program in Mindfulness Meditation for the Self-Regulation of Chronic Pain. *Pain*, *18*, S303.

Kelly, A. (2015). Trauma-informed mindfulness-based stress reduction: A promising new model for working with survivors of interpersonal violence. *Smith College Studies in Social Work*, *85*(2), 194-219.

Knapp, A. E., Knapp, D. J., Brown, C. C., & Larson, J. H. (2017). Conflict Resolution Styles as Mediators of Female Child Sexual Abuse Experience and Heterosexual Couple Relationship Satisfaction and Stability in Adulthood. *Journal of Child Sexual Abuse*, *26*(1), 58-77.

Références

Kocsis, A., & Newbury-Helps, J. (2016). Mindfulness in sex therapy and intimate relationships (MSIR): Clinical protocol and theory development. *Mindfulness*, *7*(3), 690-699.

Kratzer, L., Heinz, P., Pfitzer, F., Padberg, F., Jobst, A., & Schennach, R. (2018). Mindfulness and Pathological Dissociation Fully Mediate the Association of Childhood Abuse and PTSD Symptomatology. *European Journal of Trauma & Dissociation*, *2*(1), 5-10.

Labadie, C., Godbout, N., Vaillancourt-Morel, M. P., & Sabourin, S. (2018). Adult Profiles of Child Sexual Abuse Survivors: Attachment Insecurity, Sexual Compulsivity, and Sexual Avoidance. *Journal of Sex & Marital Therapy*, *44*(4), 354-369.

McCreary, S. L., & Alderson, K. G. (2013). The perceived effects of practicing meditation on women's sexual and relational lives. *Sexual and Relationship Therapy*, *28*(1-2), 105-119.

Mize, S. J., & Iantaffi, A. (2013). The place of mindfulness in a sensorimotor psychotherapy intervention to improve women's sexual health. *Sexual and Relationship Therapy*, *28*(1-2), 63-76.

Noblit, G. W., & Hare, R. D. (1988). Meta-ethnography: Synthesizing qualitative studies. Thousand Oaks: Sage.

Treleaven, D. (2018). *Trauma-sensitive mindfulness : Practices for safe and transformative healing*(First ed.). W.W Norton & Company.

Vaillancourt-Morel, M. P., Rellini, A. H., Godbout, N., Sabourin, S., & Bergeron, S. (2019). Intimacy Mediates the Relation Between Maltreatment in Childhood and Sexual and Relationship Satisfaction in Adulthood: A Dyadic Longitudinal Analysis. *Archives of Sexual Behavior*, *48*(3), 803-814.

Vilarinho, S. (2017). Management of Sexual Problems: The Approach of Mindfulness. *Current Opinion in Psychiatry*, *30*(6), 402-408.

Annexes

DÉMARCHE MÉTHODOLOGIQUE

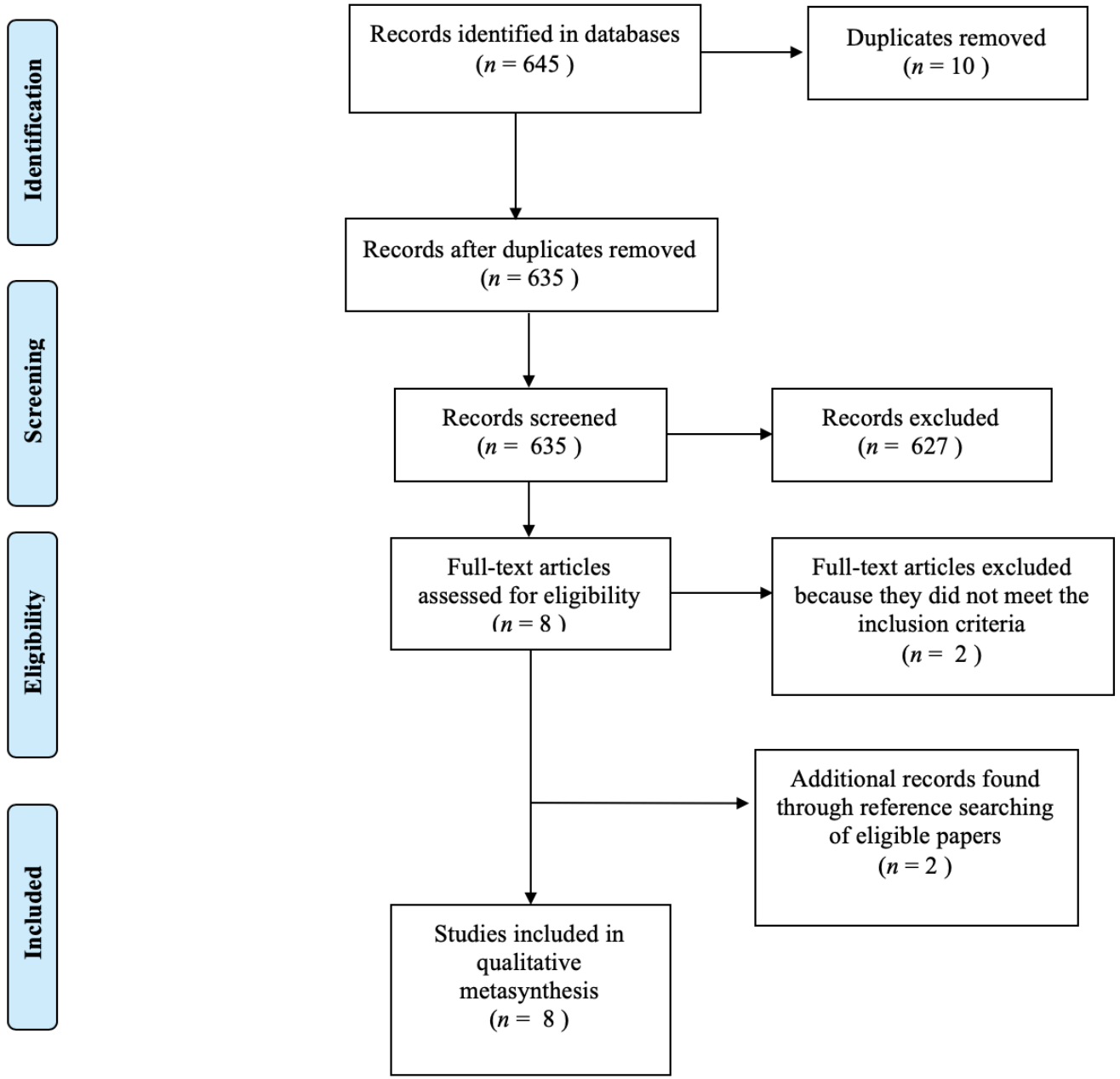

Diagramme PRISMA de la recension des écrits systématique

Cadre d'analyse de Noblit et Hare (1988) pour produire une métasynthèse

Étape	Description
1	Identification et définition du phénomène à l'étude
2	Identification des études pertinentes pour le sujet d'étude
3	Articles lus plusieurs fois pour identifier des mots-clés/thèmes/concepts
4	Évaluation des liens entre les articles en syntéthisant les mots-clés/thèmes/concepts relevés à l'étape 3
5	Transposition des études l'une dans l'autre afin de permettre une comparaison entre les concepts : codage, création des catégories conceptuelles
6	Liens entre les catégories conceptuelles pour trouver des similarités et différences ; développement d'une "histoire"
7	Adaptation de la synthèse à une audience (article, présentation en conférence, vulgarisation scientifique, etc.)