

QHA: RELATIONS ENVERS SOI ET ENVERS LES AUTRES – 30 items

Directions: Les énoncés suivants portent sur la relation qu'une personne peut entretenir envers elle-même et envers les autres. Lisez attentivement chacun des énoncés et **sélectionnez** le chiffre qui correspond à votre niveau d'accord ou de désaccord pour chacun d'entre eux. Il n'existe aucune bonne ou mauvaise réponse, l'important est de répondre le plus honnêtement possible.

	Fortement en désaccord	Moyennement en désaccord	Un peu en désaccord	Un peu en accord	Moyennement en accord	Fortement en accord
1. Lorsque je m'habille sexy, c'est pour être populaire auprès des autres.	1	2	3	4	5	6
2. Je vérifie plusieurs fois par jour mon apparence pour m'assurer que je suis attirant(e)/séduisant(e).	1	2	3	4	5	6
3. Pour moi, la sexualité est un sujet très privé.	1	2	3	4	5	6
4. Il est important pour moi de performer sur le plan sexuel.	1	2	3	4	5	6
5. Avant d'essayer une nouvelle pratique sexuelle, je me demande si elle correspond à ce que je désire.	1	2	3	4	5	6
6. J'aime flirter.	1	2	3	4	5	6
7a. (femme). Lorsque je veux séduire, je porte des vêtements révélateurs (p. ex., décolleté plongeant).	1	2	3	4	5	6
7b. (homme). Lorsque je veux séduire, je porte des vêtements qui mettent en évidence mes muscles.	1	2	3	4	5	6
8. Mon apparence occupe une grande place dans ma vie.	1	2	3	4	5	6
9. Je ne m'empêche pas de parler de ma sexualité même s'il y a des gens autour.	1	2	3	4	5	6
10. Au plan sexuel, je me mets beaucoup de pression pour performer.	1	2	3	4	5	6
11. L'intimité est un élément important d'une bonne relation sexuelle.	1	2	3	4	5	6
12. Il est naturel pour moi de charmer les autres.	1	2	3	4	5	6
13. Lorsque je m'habille sexy, c'est pour sentir que je plais aux autres.	1	2	3	4	5	6
14. J'aimerais que mon apparence ressemble aux acteurs/actrices dans les films.	1	2	3	4	5	6
15. La sexualité est très présente dans mon discours.	1	2	3	4	5	6
16. J'accepte d'essayer de nouvelles pratiques sexuelles même si j'ai des réticences.	1	2	3	4	5	6
17. Je préfère les relations de couple à long terme.	1	2	3	4	5	6
18. Il m'est possible de séduire à peu près n'importe qui.	1	2	3	4	5	6
19. Lorsque je m'habille sexy, c'est pour me sentir plus aimé (e) par les autres.	1	2	3	4	5	6
20. Mon apparence occupe une grande place dans la valeur que je m'accorde.	1	2	3	4	5	6
21. Entre amis, nous nous racontons les détails intimes de notre vie sexuelle.	1	2	3	4	5	6
22. La pornographie est une bonne source d'information sur les pratiques sexuelles actuelles.	1	2	3	4	5	6
23. Au-delà de l'expérience physique, les relations sexuelles ont une signification importante pour moi.	1	2	3	4	5	6
24. Je me définis comme un séducteur/une séductrice.	1	2	3	4	5	6
25. Je crois que pour être attirant (e) et désirable, je dois m'habiller de façon sexy.	1	2	3	4	5	6
26. Je fais beaucoup d'effort pour changer ce qui ne va pas dans mon apparence.	1	2	3	4	5	6
27. Parler de ma vie sexuelle est aussi banal que de parler de tout autre sujet.	1	2	3	4	5	6
28. Pour exciter mon (ma) partenaire, je serais prêt (e) à faire des actes sexuels dont je n'ai pas envie.	1	2	3	4	5	6
29. Pour moi, la relation sexuelle est un acte intime.	1	2	3	4	5	6
30. J'essaie de charmer les personnes même si elles sont engagées dans une relation.	1	2	3	4	5	6

- Objectification sexuelle: items 1, 7, 13, 19, 25.
- Surinvestissement de l'apparence: items 2, 8, 14, 20, 26.
- Discours sexualisé: items 3®, 9, 15, 21, 27.
- Sexualité basée sur la performance: items 4, 10, 16, 22, 28.
- Sens à la sexualité (contraire de l'hypersexualisation, à inverser pour calculer le score total): items 5, 11, 17, 23, 29.
- Séduction: items 6, 12, 18, 24, 30.