

LES RELATIONS AMOUREUSES ET LA VIE DE COUPLE

PSY1951
2004-05

Plan général

- 1. Les relations amoureuses
- 2. Le mariage et le divorce
- 3. La cohabitation
- 4. les relations entre partenaires du même sexe

Les relations amoureuses: menu

- **Amour: considérations générales**
- **Les théories de l'amour**
 - **Sternberg: les 3 dimensions**
 - **Hatfield: les 2 formes de l'amour**
 - **Shaver & Hazan: les modes d'attachement**
 - **Hendrick & Hendrick: les styles amoureux**
- **Les obstacles à l'amour**
- **La rencontre amoureuse**
- **Les étapes de la formation du couple**
- **Les relations amoureuses: différences sexuelles**
- **Amour et sexualité**

Le mot amour?

- **Goût très marqué, intérêt, passion pour les choses et les êtres: amour de l'art, de la nature, des animaux..**
- **Mouvement de dévotion: amour de Dieu**
- **Liens affectifs qui lient les personnes**
 - **Amour entre parents et enfants**
 - **Entre frère et soeur**
- **Sentiment très intense qui lie deux personnes (généralement) de sexe opposé: on parle dans ce cas d'amour « romantique ».**

C'est de cela dont il sera question dans cet exposé

Peut-on aborder scientifiquement une question comme l'amour?

- **Il n'est pas facile d'aborder scientifiquement un tel thème alors que tant de poètes, de chanteurs, de musiciens ... ont chanté les délices et les malheurs amoureux**
- **Pourtant il y des lois qui président à la rencontre amoureuse et d'autres qui permettent d'expliquer (de prévoir?) le succès et l'échec des rencontres amoureuses**
- **Mais il y a beaucoup de choses qui échappent encore (et qui échapperont peut-être toujours) aux tentatives d'explications rationnelles**

Importance de l'amour

- **Nous vivons dans une société qui valorise énormément l'amour romantique**
- **Au point que la plupart des personnes considèrent que l'amour est une condition essentielle au bonheur**
 - **Sur le plan de la santé physique et mentale les adultes qui vivent une relation de couple heureuse sont en meilleur santé physique et mentale**
 - **Être en amour entraîne des effets bénéfiques sur le plan de l'estime de soi**
- **L'amour entraîne-t-il des effets négatifs?**
 - **On a parlé de « ces hommes ou ces femmes qui aiment trop? »**
 - **Il faudrait plutôt parler de ces hommes et ces femmes qui ont des attentes trop élevées de l'amour (dépendants ou carencés)**
 - **ou une vision irréaliste de l'amour: mon partenaire va combler tous mes besoins, je verrai la vie en rose**

Les dilemmes

- **Peut-on aimer 2 personnes en même temps?**
 - Non (dans notre culture du moins)
 - La relation amoureuse implique une notion d'exclusivité pour soi et pour l'autre
- **Peut-on aimer toute la vie?**
 - Oui
 - Et non: l'amour passion laisse place progressivement à l'amour affection
- **Peut-on entretenir des liens d'amitié profonde avec quelqu'un de l'autre sexe sans tomber amoureux?**
 - Oui, les expériences de ce type sont nombreuses
 - Risque classique: la progression d'intimité et de révélation de soi éveille le désir sexuel d'un des amis

Amour: définition

Il faut d'emblée souligner la difficulté de définir l'amour

- **Larousse: sentiment très intense, forme d'attachement englobant la tendresse et l'attrance physique entre deux personnes**
- **Winch (1960) Sentiment positif éprouvé par un individu (l'amoureux) dans une relation où l'autre (l'être aimé)**
 - répond à d'importants besoins personnels (attachement, affection, support, sexualité)
 - et présente des qualités hautement appréciées: la beauté, la sensibilité, la tendresse, la compréhension, la délicatesse
- **Bersheid & Walster (1978)**
 - relation très intime
 - profondément interdépendante
 - état intense d'absorption mutuelle dans laquelle les deux partenaires ressentent une forte excitation physiologique (composante sexuelle)

Les théories de l'amour

- La psychologie contemporaine a proposé trois visions théoriques de l'amour
 - 1. Les théories unifactorielles: l'amour est constitué d'une dimension unique et centrale qui fait appel à de nombreux aspects hautement interreliés: sentiments, attitudes, motivations
 - Par exemple la théorie freudienne: le cœur de l'amour c'est le désir sexuel
 - 2. Les théories multifactorielles: l'amour est composé de plusieurs facteurs relativement indépendants
 - Hatfield (1988) identifie 2 formes très différentes de l'amour: amour-passion et amour-affection
 - Sternberg (1986) l'amour est composé de 3 dimensions qui peuvent être plus ou moins présentes: passion, intimité, engagement

Les théories de l'amour

- 3. Les théories qui mettent l'accent sur les processus individuel qui diffèrent d'une personne à l'autre. L'accent est mis sur la façon particulière avec laquelle une personne s'engage dans une aventure amoureuse,
 - Shaver & Hazan (1983): théorie de l'attachement adulte
 - chacun a développé un mode d'attachement particulier, basée sur son histoire personnelle et qui va définir sa façon de « lire » les recherches de contacts et l'engagement amoureux
 - Les styles amoureux (Hendrick & Hendrick, 2000)
 - On peut catégoriser (établir des typologies) les façons différentes de s'engager dans une liaison amoureuse: passionné, ludique ..etc

Composantes de l'amour

Toutes les études indiquent que l'amour est constitué, à des degrés variables, des dimensions suivantes

Intimité

Partage de confidences

Révélation de soi et désir de connaître l'autre

Intimité corporelle

• **Sexualité**

– **Attirance physique et sexuelle**

– **État de haute stimulation physique**

• **Attachement**

Lien puissant qui relie les partenaires

Chacun devient une figure centrale d'attachement pour l'autre

Besoin d'être avec l'autre

• **Préoccupation de l'autre (caring)**

Être préoccupé du bonheur de l'autre

Supporter son conjoint

• **Sincérité**

Authenticité

confiance

Trois composantes principales de l'amour

- Sternberg (1986) propose une théorie **triangulaire** de l'amour.
- L'amour serait composé de trois ingrédients primaires:
 - **L'intimité**: c'est la composante **émotionnelle** de la proximité
 - **La passion**: c'est la composante **d'attrait et le désir sexuel**
 - **L'engagement**: c'est une composante plus « réfléchi » (plus cognitive) qui traduit la **décision** de se s'impliquer, de poursuivre et de maintenir une relation

Deux formes de l'amour

- **(Hatfield, 1988): lorsqu'on interroge des personnes par voie de questionnaire ou d'entrevue il ressort clairement une double vision de l'amour**
 - 1. Amour passion**
 - **Se caractérise par la rencontre « providentielle » de deux êtres qui s'aiment et se désirent**
 - **Dominé par l'intensité des émotions et du désir sexuel**
 - **Expérience intense mais généralement peu durable**
 - 2. Amour affection (compagnonage)**
 - **Caractérisé par des sentiments profonds d'attachement réciproque**
 - **Relation plus calme et plus confiante**
 - **Qui persiste dans le temps**

Les deux formes de l'amour

Amour passion et amour- affection: deux remarques

- **1. Même si l'amour se termine quelquefois lorsque la passion disparaît, dans la plupart des histoires de couples durables, l'amour passion se transforme progressivement en amour-affection**
- **2. Ces deux formes d'amour ne s'opposent pas**
 - **il peut y avoir des « retour de flamme »**
 - **et, dans des cas rares, persistance de la passion**

L'amour passion: caractéristiques

L'Amour passion: se caractérise par un état intense d'émotions et de stimulation à la fois positives et négatives

1. Se caractérise par la présence des sentiments et des émotions positives intenses (amour passion est le plus élevé de tous les états émotionnels positifs)

**joie, bonheur, extase, béatitude (la vie en rose)
expérience délicieuse, sentiment de bien-être, de perfection (exaltation de tout l'être)**

2. Mais en même temps l'amour passion se caractérise par des émotions négatives

**obsession, sentiment d'envahissement
anxiété, craintes pour l'avenir
jalousie,
souffrance
sentiment d'imperfection..**

L'amour passion: caractéristiques

➤ **3. L'amour passion se caractérise par la tension entre émotions positives et négatives**

➤ **cette tension est « l'image de marque » de l'amour passion**

les deux dimensions positives et négatives sont présentes simultanément dans la passion amoureuse

Images des poètes:

« tu me tues, tu me fais du bien »

« la tendre guerre »

Mesurer la passion amoureuse (Hatfield & Rapson, 1987)

- je préférerais être avecque partout ailleurs
- j'ai un goût sans fin d'affection pour
- je désire tout connaître de
- tout mon corps vibre quand me touche
- je désire physiquement, mentalement et émotionnellement
- pour moi est le (la) partenaire parfait (e)
- Je fonds quand Me regarde profondément dans les yeux

- parfois je ne peux contrôler mes pensées, car elles sont occupées de façon obsessive par.....
- je serais désespéré (e) sime quittait
- est continuellement présent(e) dans mon esprit
- je ne peux tolérer l'idée que soit attirée par d'autres
- une vie sans serait triste et sombre

L'amour passion: caractéristiques

4. L'amour passion est le fruit d'une construction mentale plus que la vision de la réalité concrète quotidienne

idéalisation de la personne aimée

expérience amoureuse s'apparente à une expérience mystique (état second)

Alberoni: une expérience révolutionnaire qui bouleverse les habitudes et les façons de vivre

dangers de la passion: fossé entre la construction mentale et la réalité

L'amour passion: caractéristiques

5. L'amour passion est fragile

- le cours naturel des choses est que l'état de haute stimulation émotionnelle ne peut que décliner
- l'idéalisation ne résiste pas à l'épreuve de la réalité
- de fait l'amour passion est relativement peu durable
- il est appelé à diminuer même dans les couples qui persistent

6. L'amour passion comporte une forte composante sexuelle

- L'attirance physique se trouve à l'origine de la passion
- Importance du désir sexuel comme composante de la passion amoureuse

L'amour passion: rôle de l'état de stimulation

On observe la présence de liens entre l'état de stimulation émotionnelle générale des individus et leur susceptibilité de « tomber en amour »

**-Recherches sur le terrain: Jo et sa peur de l'avion
(transfert d'excitation)
(malentendu de la discothèque)**

**-Recherches de laboratoire:
3 situations de stimulation positive,
négative et neutre: l'impact des situations de
stimulation sur le désir amoureux est confirmé**

Amour affection

- **L'amour affection se caractérise par une forme d'attachement réciproque entre 2 personnes avec ce que cela implique de**
 - » **Intimité**
 - » **Proximité**
 - » **Implication réciproque**
 - » **Prise en charge mutuelle ...**
- **Forme de relation moins intense que l'amour passion mais plus durable et plus calme émotionnellement**
- **Ce qui domine c'est la sécurité qui se fonde sur la loyauté réciproque et la confiance**

Dimensions de base de l'amour-affection

- **Loyauté**
 - **Il, elle ne va pas me « jouer dans le dos »**
 - **Il, elle ne rapportera pas mes confidences à n'importe qui**
 - **Je suis sûr qu'il, qu'elle s'efforcera de tenir ses promesses**
 - **Fondamentalement, il elle est honnête avec moi**
- **Confiance**
 - **Je sais que je peux compter sur lui, sur elle**
 - **Si il, elle ne peut venir il, elle va m'appeler**
 - **Si j'avais un problème, il, elle, fera de son mieux pour m'aider**
 - **Je sais qu'en fin de compte je suis la personne qui compte le plus pour lui, elle**
 - **Il s'agit essentiellement de dimensions de sécurité qu'entraîne l'attachement réciproque**

L'ATTACHEMENT COMME MODÈLE DES RELATIONS AMOUREUSES

**L'idée de base: la façon d'établir des liens amoureux
ressemble (se fonde) aux liens d'attachement établis durant
la petite enfance**

**Il y a une persistance entre des styles d'attachement dans les
relations amoureuses et les mode d'attachement construits
dans la petite enfance**

- Attachement sécure**
- Attachement évitant**
- Attachement anxieux/ambivalent**

**Pour rappel: Vignettes auto-descriptives (Hazan et Shaver,
1987)**

Mode d'attachement sécure

- Je trouve qu'il m'est relativement facile d'être
proche des autres et je suis confortable dans
cette situation de proximité, dans la mesure où
les autres réagissent adéquatement. Il m'arrive
rarement de craindre d'être abandonnée et je ne
m'inquiète pas si quelqu'un cherche à se
rapprocher de moi.***

Mode d'attachement anxieux-ambivalent

- *Je trouve que les autres refusent d'être aussi proches de moi que je le souhaiterais. Je pense souvent que les autres ne m'aiment pas réellement ou ne désirent pas rester en ma compagnie. Je désire pourtant être très proche des autres mais quelquefois, cela leur fait peur et les fait fuir.*

Mode d'attachement évitant

- *Je me sens mal à l'aise à l'idée d'être trop près des autres. Je trouve difficile de faire totalement confiance aux autres car je risque de dépendre d'eux. Je suis nerveux (se) quand quelqu'un cherche à être trop intime avec moi. Il arrive que des personnes cherchent à être plus proche de moi mais je ne me sens pas très bien avec cela.*

ATTACHEMENT INFANTILE ET RELATIONS AMOUREUSES: SIMILITUDES

Attachement

- La formation du lien dépend de sensibilité/expression
- Proximité physique (regarder, embrasser, s'agripper..)
- Fonction biologique: survie de l'individu
- Séparation = détresse
Retrouvailles = bonheur
- Langage maternel

Relations amoureuses

- La formation du lien dépend de sensibilité/expression
- Proximité physique
- Survie de l'espèce
- Présence- absence
- Langage des amoureux

ATTACHEMENT INFANTILE ET RELATIONS AMOUREUSES: DIFFÉRENCES

- **1. Les amours sont changeantes et variables alors que les liens avec les parents sont permanents**
- **2. Les relations amoureuses se déroulent dans un cadre égalitaire (symétrie versus asymétrie)**
- **3. Présence de la sexualité**

Les styles amoureux

(Hendrick and Hendrick, 2000)

- **Amour passion** : recherche une relation intense où le désir sexuel et l'attrait physique dominant
- **Amour jeu (ludique)**: recherche le plaisir, la séduction domine, l'engagement est faible
- **Amour altruiste** : recherche le bonheur de l'autre sans attendre de retour, abnégation de soi
- **Amour affection** : fondé sur l'attachement à l'autre et la stabilité à long terme
- **Amour possessif et dépendant** : investissement intense et exclusif, « perte de contrôle »
- **Amour pragmatique**: calculateur qui recherche chez l'autre des qualités ou des bénéfices précis

Styles amoureux dominants

(Hendrick & Hendrick, 2000)

Style	Sexe	Recherché par Les hommes et Les femmes	Satisfaction
Amour passion	femmes = hommes	+++	++
Amour-jeu	hommes > femmes	--	---
Amour-affection	femmes > hommes	++	+++
Amour possessif/dépendant	femmes > hommes	---	--
Amour altruiste	hommes > femmes	+	+
Amour pragmatique	femmes > hommes	--	+

Conclusion sur les types d'amour: pertinence et validité des styles et des modèles amoureux

- **1. Amour affection et amour passion**
 - Oui, la présence de ces deux style amoureux est très solidement vérifié dans de multiples études
- **2. Confirmation de 2 autres types de comportements amoureux sur un échantillon de 800 personnes (les autres -altruiste et pragmatique- existent mais sont plus rares)**
 - Amour - jeu
 - Amour - possessif
- **3. Les modes d'attachement: oui (exemple article du codex: réactions à la séparation par exemple)**
 - Sécure
 - Ambivalent/anxieux
 - Détaché

Les obstacles à l'amour

Principe: la présence d'obstacles renforce le désir et le lien amoureux

une personne est plus attirée par celle qu'un obstacle ne lui permet pas d'atteindre

Fondé sur le théorie de la « réactivité »: plus je risque de perdre quelqu'un (ou quelque chose) plus cette personne (ou cette chose) me paraît désirable

- 1. Obstacle externe: l' effet « Roméo et Juliette » désapprobation parentale (convictions religieuses ou sociales)**
 - Étude de Driscoll et al. (1974) auprès de 150 couples non mariés vivant ou non des interférences parentales
 - Effet vérifié:
 - forte corrélation (+ .50) entre « interférence parentale » et degré d'attachement au partenaire
 - Accroissement de l'interférence conduit à accroissement de l'attachement amoureux

Les obstacles à l'amour

2. Obstacles interne: attaché au caractéristiques du partenaire potentiel

Étude de Walster (1973) sur la désirabilité des femmes

Croyance populaire: les femmes « difficile » ou « inaccessible » sont-elles plus désirables?

Effet ne se vérifie pas: ces femmes ne sont pas recherchées car elles sont jugées comme hautaine

Les femmes réputées « faciles » sont également l'objet de moins d'attraction

La chose la plus efficace pour susciter l'attraction des hommes est de se montrer sélective dans la recherche d'un partenaire

La naissance du lien amoureux: la rencontre

- Enquête française (Bozon et Héran, 1995) sur les lieux et les conditions des rencontres amoureuses
 - Les lieux propices: où rencontrer son conjoint
 - Lieux publics (métro, parc, centre d'achat, la rue..)
 - lieux « réservés »(étude, travail, loisirs, associations, bibliothèque, bars)
 - Lieux réservés >> lieux publics
 - » Le lieu de travail est le premier lieu de rencontre pour les adultes
 - » Le lieu d'étude pour les étudiants
 - Le moment propice:
 - 1, l'été et le temps des vacances
 - 2. L'automne et la rentrée
 - statut spécial des « nouveaux venus »
 - 3. Le printemps n'est pas un bon temps

La naissance du lien amoureux: la rencontre

3. Les acteurs et les témoins:

les pairs: dans 60% des rencontres un ami a joué le rôle d'entremetteur, a présenté le futur conjoint à l'autre ou en a parlé: cela agit comme facteur de confiance et favorise les rencontre « homogames »

La famille: parents, fratrie et rencontres familiales ont beaucoup perdu de leur importance dans l'aménagement des rencontres

4. Qui rencontre qui?

Lieux et temps de rencontre et présence de témoins renforcent les choix homogames: sur la plan sociologique c'est comme si les rencontres étaient organisées d'avance

5. Conditions et sentiments

Pourtant 75% disent que la rencontre est due au hasard et 20% disent avoir immédiatement connu « le coup de foudre » (qu'on ne maîtrise pas, la foudre frappe où elle veut)

LES ÉTAPES DE LA RELATION AMOUREUSE (LEVINGER, 1988)

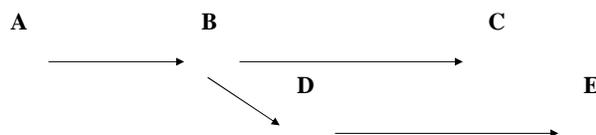
A comme attraction réciproque

B comme bâtir la relation

C comme couple

D comme détérioration

E comme échec



ATTRACTION RÉCIPROQUE

- **1. Ce sont des dimensions physiques qui semblent principalement fonder l'attraction amoureuse (stade des stimuli de Murstein)**
- **2. Il y a des lois (familières) qui président à l'attraction**
 - loi de l'exposition (proximité physique)
 - loi de l'homogamie

BATIR LA RELATION

- **augmentation de l'intimité (révélation de soi)**
- **augmentation de l'implication dans la relation**
- **augmentation de la passion et du désir**
 - **le (la) partenaire devient progressivement la figure centrale aux différents niveaux de besoins de base**
 - attachement**
 - prise en charge**
 - sexualité**

FORMATION DU COUPLE

- **Affirmation de l'interdépendance mutuelle**
 - le nous > moi et toi
- **Accord (tacite) sur l'attribution des rôles réciproques (stade des rôles de Murstein)**
- **Formation d'une identité de couple:**
 - fondée sur la similitude (perçue)
 - fondée sur les principes de l'équité
 - fondée sur l'évaluation positive réciproque
- **Les défis: les risque de banalisation et d'ennui**

DÉTÉRIORATION

- **Perte mutuelle d'intérêt (47% hommes; 38% femmes)**
 - baisse de la force de l'attraction
 - baisse du plaisir
 - réduction de la diversité des expériences partagées
- **Intérêt pour une autre relation (évaluation des alternatives) (25% hommes et 32% des femmes)**
- **La détérioration des liens se fonde essentiellement sur une analyse des coûts et des bénéfices: le nombre d'expériences positives > expériences négatives**
- **Prise de conscience des barrières sociales, personnelles**
- **Interférence des pairs**

ECHEC ET RUPTURE

- **Incidences émotionnelles: perte, peine d'amour**
 - **La fin d'une expérience amoureuse est généralement très perturbante**
 - **S'accompagne de sentiments destructeurs de rage, d'injustice, de culpabilité, de sentiment de rejet**
 - **S'accompagne d'affects dépressifs: tristesse, dépréciation de soi, perte d'intérêt et de plaisir, idéation suicidaire et tentatives de suicide**
- **Défis**
 - **se reconstruire: une rupture amoureuse entraîne une diminution de l'estime de soi et une crise d'identité**
 - **comprendre la rupture: travail de deuil l'attribution des causes de l'échec (stratégies plus ou moins adéquates)**
 - **s'engager dans une nouvelle relation**

Amour: les différences de sexe

- **Il existe de très nombreuses sources de différences et de malentendus entre les sexes (fossé entre les sexes)**
 - **Au niveau de la vision et de la conception même de l'amour**
 - **Au niveau de l'engagement amoureux**
 - **Au niveau des modes de communication dans le couple**

Les hommes < femmes

- **Plus de « romantisme » chez les hommes**
(particulièrement les jeunes hommes)
 - Il y a quelque part une femme qui m'attend
 - L'amour triomphe de tous les obstacles
- **Tombent en amour plus tôt dans une relation**
- **Optent plus pour l'amour-jeu**
- **Cherchent plus à développer l'intimité par la sexualité**
- **Répriment plus leurs sentiments et leurs émotions**
- **Accordent plus d'importance à la beauté physique**

Les femmes > hommes

- **Sont plus fréquemment amoureuses**
- **Accordent plus d'importance à l'amour (source de bonheur, sens à la vie)**
- **Connaissent des émotions amoureuses plus intenses**
- **Investissent plus les relations amoureuses actuelles**
- **Idéalisation du partenaire et perception plus positive du partenaire**
- **Trouvent l'amour plus gratifiant**
- **Mémoire plus vive des expériences amoureuses antérieures**
- **Vivent plus des expériences d'amour non-partagé**

Hommes = femmes

- **Recherche de l'intimité avec le (la) partenaire (même si les voies choisies ne sont pas semblables)**
- **Valorisation de la passion amoureuse**
- **Croyance au « coup de foudre »**
- **Modes d'attachement identiques**

Amour et sexualité

- **La satisfaction sexuelle constitue un renforcement des liens amoureux**
 - **Qualité < quantité est déterminante sur la satisfaction**
 - **Variété des jeux sexuels (sexes oraux pour les hommes)**
 - **Orgasmes partagés**
 - **Communication sur la sexualité**
- **Le jeu des coûts/bénéfices est également présent dans les relations sexuelles**
 - **Bénéfices: plaisir, se sentir bien avec le partenaire, intimité, assurance personnelle**
 - **Coûts: ne pas être prêt, manque de spontanéité, douleurs, anxiétés**
- **L'insatisfaction sexuelle a un poids relativement faible dans la rupture des couples: ces facteurs sont associés à d'autres sources relationnelles jugées comme prioritaires**

Amour et sexualité

La sexualité et l'attraction

- **Le désir sexuel et la désirabilité sexuelle sont des éléments centraux dans l'attraction, particulièrement au commencement d'une relation (stade des stimuli, Murstein)**
 - **Deux réflexions ayant fait l'objet de recherches**
 - **Les modèles corporels plus « sexy » sont plus recherchés**
 - **L'histoire sexuelle antérieure des individus: être expérimenté ou non**
 - » **Virginité: préconisée dans de nombreuses cultures**
 - » **Normes québécoises: les jeunes couples préfèrent un partenaires qui a une certaine expérience sexuelle, mais pas trop**
 - » **La promiscuité sexuelle est jugée négativement pour les hommes et pour les femmes**

Amour et sexualité

- **Il y a des étapes dans la vie sexuelle d'un couple**
 - **La majorité des couples s'engagent dans la vie sexuelle après un certain nombre d'étapes préalables (lien curvilinéaire entre le temps d'attente et la durée du couple)**
 - **La normes québécoise: les relations sexuelles font partie d'une relation amoureuse, même si les partenaires savent qu'elle ne durera pas toute la vie**
 - **Pour la majorité des couples, la passion augmente après les premières expériences sexuelles**

Amour et sexualité

- **Fréquence des relations sexuelles**
 - Enquêtes nationales:
 - Jeunes couples: 2 à 3 relations sexuelles /semaine
 - Puis on observe un déclin progressif
 - Couples dans la cinquantaine: 1 fois / semaine
 - » Réduction des pulsions sexuelles
 - » Installation de la routine
 - » Événements de vie: grossesse, éloignement d'un partenaire...: le déclin a tendance à s'installer
 - Des couples âgés continuent une vie sexuelle longtemps (sexagénaires et plus) et cela constitue un élément important de satisfaction dans la relation

Sexualité :Les différences de sexe

- Le sexe est une évidente source de source de différence et de malentendus entre les sexes
- 1. Les attitudes envers la sexualité
 - La sexualité est jugée comme plus importante pour la relation par les hommes > les femmes
 - Hommes sont plus permissifs à l'égard de la sexualité: considèrent que une relation sexuelle en dehors du couple ne porte pas à conséquence sur le plan affectif
 - Les hommes préfèrent un rôle actif (initier les relations) et prennent plus souvent l'initiative mais la femme exerce un contrôle négatif face aux sollicitation sexuelles
 - Les hommes apprécient le sexe sans intimité, alors que pour les femmes sexualité et relations amoureuses sont imbriquées
 - La perte de virginité de la femme est associée à davantage de sentiment amoureux pour le couple, ce n'est pas le cas pour la perte de la virginité de l'homme

Sexualité : différences de sexe

- **2. Les intérêts pour les choses sexuelles**
 - **Les hommes ont plus d'intérêt pour la sexualité que les femmes**
 - **Les hommes ont plus recours à du matériel érotique ou pornographique**
 - **Ils ont plus de fantasmes et de rêveries érotiques**
 - **Les hommes regardent plus le monde avec des « lunettes sexuelles »**

le mariage

le divorce

la cohabitation

Évolution de la famille contemporaine

- **Changements spectaculaires de la famille au cours des 30 dernières années**
 - Baisse de l'indice de natalité
 - Réduction du nombre d'enfants dans la famille
 - Augmentation du taux de divorce: familles recomposées, monoparentalité
 - Baisse du taux de conjugalité
- **Déclin de la famille?**
- **Émergence de réalités nouvelles et diverses?**
- **Une évidence: la famille reste le premier lieu de socialisation des enfants et des adolescents**

Le mariage

- **Définition: lien entre 2 personnes, de sexe opposé (?), qui repose sur une affection et un engagement réciproque et donne lieu à un contrat qui lie les partenaires**
- **Pour beaucoup de personnes le mariage reste toujours la forme ultime de la réalisation d'une relation intime**
- **Au Québec on se marie de moins en moins et de plus en plus tard**
 - 70% des couples actuels sont mariés mais le mariage survient souvent après une période de cohabitation plus ou moins longue
 - l'âge moyen du mariage se situe à 27 ans (21 ans en 1960)
 - L'âge moyen de la naissance du premier enfant: 28 ans (22 ans en 1960)

Le mariage: évolution

- **Autre changement important: les deux partenaires ont un emploi (70% des femmes avec enfant travaillent)**
- **Cela pose des problèmes au niveau des « plan de carrières des femmes »: succession de périodes de travail et d'arrêts lors des maternités**
- **Cela pose des problèmes au niveau de l'égalité du partenariat au sein des couples: répartition inéquitable des tâches et des rôles**

Le mariage

- **Le jeu des inégalités au sein des couples se poursuit**
 - **Les hommes gagnent plus**
 - **Les femmes consacrent 2 fois plus de temps aux tâches domestiques**
 - **Elles passent 3 fois plus de temps avec les enfants**
 - **Elles assument beaucoup plus les charges relationnelles et affectives: régler des conflits, initier les conversations, assurer le support affectif, être attentives aux besoins**
- **Le paradoxe**
 - **La majorité des hommes et des femmes considèrent que l'égalité est une condition du mariage idéal**
 - **On constate qu'on est loin du compte**
 - **Les enquêtes indiquent que les femmes sont plutôt satisfaites de la situation (70%)**

Composition des familles (avec au moins un enfant) à Montréal (1998)

Structures familiales	
Familles bi-parentales	66%
Familles mono-parentales	21%
matricentriques	19%
patricentriques	2%
Familles recomposées	13%
matricentriques	9%
patricentriques	4%
Mère présente	94%
Père présent	72%
Fratrie (nombre moyen)	2.50
Nombre de personnes dans famille	4.25

Le mariage: évolution récente

- **Impact majeur des changements démographiques qui marquent la famille contemporaine:**
 - **augmentation des familles monoparentales (considérés comme enfants à risque)**
 - **augmentation des familles reconstituées**
 - **absence croissante des pères du foyer**
 - **baisse du nombre d'enfants au sein des foyers**

- **Baisse constante du mariage à la « bourse des valeurs » particulièrement auprès des jeunes femmes universitaires**

Le mariage: une expérience heureuse?

- **Ceci dit, la plupart des gens mariés se déclarent heureux**
 - **Chiffres impressionnants: 70% se déclarent satisfaits dont 60% totalement satisfaits; moins de 10% se déclarent très insatisfaits**
 - **Les personnes mariées présentent un bien-être psychologique supérieur aux autres (célibataires, veufs et divorcés)**
 - **Elles sont en meilleure santé physique et mentale**
- **Le mariage (la vie de couple) reste le lieu de réalisation des projets et des désirs privés de proximité et d'intimité**
- **Le mariage offre la sécurité et la perspective de durée**

Mariage heureux: principales sources de satisfaction

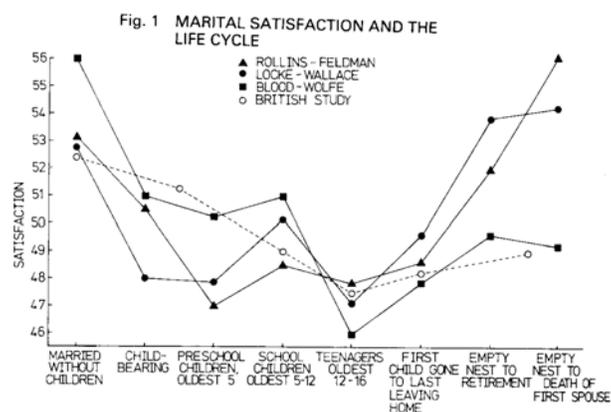
- **Amour-affection:**
 - **Proximité affective, (mon mari est la personne dont je suis la plus proche)**
 - **fierté et reconnaissance mutuelle (ma femme me fait des compliments)**
 - **manifestations d'affection: baisers, cadeaux, mots gentils**
- **Partage des objectifs de vie, intérêts, activités**
- **Plaisirs : rire, émotions artistiques, sexualité**
- **Convictions: importance accordé à la vie de couple, importance de la durée**
- **Volonté partagée de réussir sa vie de couple**

Étapes de la vie de couple

La vie de couple est marqué par un certain nombre d'étapes prévisibles qui entraînent des défis et des enjeux particuliers pour le couple

- 1. la rencontre amoureuse et composition du couple
- 2. naissance du 1er enfant
- 3. 1er enfant entre à l'école
- 4. 1er enfant devient adolescent
- 5. 1er enfant quitte la maison
- 6. le « nid vide »

Satisfaction conjugale et étapes de la vie de couple



Les conflits conjugaux

- **Malgré le haut taux de satisfaction, le mariage est un haut lieu de conflits (et parfois de violence)**
 - **Pourquoi**
 - **La proximité quotidienne: irritation autour de petits événements répétés**
 - **Implication émotionnelle très forte**
 - **Les rôles différents: source de confrontation**
- **Haut taux de satisfaction s'accorde avec un taux relativement élevé de conflit**
- **Paradoxe: l'époux (se) est la principale source de satisfaction et la principale source de désagréments et de conflits**

Origine des conflits

(Enquête menée en Angleterre, Eisenck, 1985)

- **Petites discussions qui s'enveniment**
- **Argent et budget familial**
- **Désaccords sur l'éducation des enfants**
- **Sentiment que le (la) partenaire ne m'apprécie pas vraiment (mépris, manque de considération ..)**
- **Absence de collaboration dans les tâches quotidiennes**
- **Vie sexuelle insatisfaisante (faible à peine 5% des couples)**

Modes de résolution des conflits dans le couple

- **Principe:** instaurer une relation qui me soit favorable, éviter les tensions douloureuses et adopter un compromis qui favorise la continuité > rupture
 - **Stratégies classiques**
 - **Évitement.** Danger: accumulation des rancunes et risques d'explosion
 - **Coopération.** Danger: exploitation par le partenaire
 - **Résistance (minimum de concessions):** Dangers: baisse des attentes, déclin de la relation
 - **Renforcement réciproque.** Dangers: enfermer dans un cycle d'exploitation réciproque
 - **Stratégies plus adéquates: stratégies mixtes**
 - **Adopter une position ferme suivie de coopération (fermeté flexible)**
 - Permet de maintenir les objectifs personnels
 - Offre la souplesse nécessaire pour trouver des compromis
 - Permet la communication sur des bases solides

LE DIVORCE

Divorce

- **Épidémie du divorce dans les sociétés occidentales (particulièrement aux Etats-Unis) depuis les années 1960**
 - 1990: au Québec, près de 40% des premiers mariages se clôturent pas un divorce
 - Depuis on observe une légère régression. Mais on se marie de moins en moins
- **La plupart des divorces ont lieu tôt:**
 - 45% avant 4 ans (principale période de danger)
 - 26% avant 9 ans
 - 15% avant 15 ans
 - 20% après 15 ans

Pourquoi une telle augmentation des divorces?

- 1. **Réduction des pressions sociales et religieuses: le divorce est accepté socialement**
- 2. **Réduction de la dépendance économique des femmes: 70% des femmes québécoises ont un emploi**

Les femmes sont beaucoup plus actives dans les demandes de divorce (60 et 70% des divorce sont initiés par les femmes)
- 3. **Évolution des fonctions du mariage**
 - Dans le temps, on se mariait
 - pour accéder à la sécurité économique
 - pour gérer le capital hérité
 - poursuivre la lignée
 - Aujourd'hui on se marie pour être heureux et cette motivation se révèle beaucoup plus fragile

Les étapes du divorce

- **Le divorce est le résultat d'un long processus qui s'installe tôt dans le couple**
- **Et se poursuit durant 5 étapes (Duck, 1992)**
 - **1 phase. Distance:** un des partenaires identifie un problème dans la relation
 - **2 phase. Personnalisation:** chacun est conscient du problème et formule des reproches à l'autre
 - **3 phase. Dissension:** les disputes sont nombreuses et se radicalisent, la rupture est envisagée
 - **4 phase. Scène publique:** chacun des partenaires tente de convaincre les autres de son point de vue; le réseau social se partage
 - **5 phase: Mise au tombeau.** Chacun tente de sauver ce qu'il peut, on contemple l'histoire passée et on pense à refaire sa vie

Qu'est ce qui protège du divorce

- **La durée du mariage**
- **La longueur des fiançailles (optimum de 2 ans)**
 - ❖ **La cohabitation ne protège pas du divorce**
- **Le fait d'avoir des enfants**
- **Les convictions religieuses**
- **Similitudes de valeurs, intérêts, background social et éducatif**
- **Autres facteurs négatifs**
 - **La santé mentale d'un des partenaires**
 - **L'ambition excessive d'un des partenaires**
 - **Le divorce des parents: on constate une reproduction du divorce à travers les générations**

Faire face au divorce

- **Le divorce constitue une énorme source de stress. Il s'agit du plus sérieux des problèmes relationnels (plus que le deuil).**
- **Les personnes qui ont vécu un divorce**
 - **Connaissent une mortalité plus précoce**
 - **Présentent plus de troubles psychiatriques et de suicide**
 - **Les hommes souffrent plus > les femmes**
- **Les coûts sont élevés et s'expriment en terme de pertes**
 - **Perte de toute une partie de sa vie (sentiment d'avoir été piégé)**
 - **Perte du contact avec les enfants**
 - **Pertes émotionnelles (attachement)**
 - **Perte du réseau social**
 - **Pertes financières**
 - **Les conflits perdurent: les gens pensent que le divorce va régler les conflits mais ces conflits perdurent et souvent se durcissent**

Faire face au divorce

Le divorce apporte-t-il des bénéfices?

- **Possibilité de connaître un second mariage plus heureux que le premier.**
 - **2/3 des divorcés se remarient mais le taux de divorce est plus élevé que lors du premier mariage**
- **Le divorce apporte des bénéfices lorsque la relation conjugale était très problématiques**
 - **En cas d'abus physiques**
 - **En cas de troubles psychiatriques d'un partenaire**
- **Les personnes qui ont des ressources financières s'en sortent mieux.**

Impact du divorce parental sur les enfants

État de la question (méta-analyses de Amato 1991, 2001)

- **1. Enfants et adolescents sont négativement affectés par le divorce des parents**
 - ✓ **Émotions: tristesse, sentiments de culpabilité, conflits d'allégeance, baisse du bien-être personnel**
 - ✓ **Baisse du rendement scolaire et des projets scolaires et professionnels**
 - ✓ **Réduction du réseau social**

- **2. L'impact est réel mais limité (pas dévastateur): généralement les problèmes se résorbent après une période de crise de 2 ans**

LE DIVORCE PARENTAL À L'ADOLESCENCE

- **3. Groupe d'âge: les adolescents est le groupe le plus affecté**

- **4. Sexe: les garçons sont plus marqués que les filles (faible)**

- **5. Théories supportées:**
 - ✓ **Conflits parentaux (+++)**
 - ✓ **Impact économique (+)**
 - ✓ **Absence parentale (?)**

LA COHABITATION

La cohabitation

- **Couples qui vivent ensemble sans être mariés**
- **Le Québec détient un des plus haut taux mondiaux de cohabitation (29%des couples - 8% aux Etats-Unis)**
 - **Beaucoup de jeunes (surtout les plus scolarisés) entreprennent leur vie de couple en cohabitant**
 - **Mais de nombreux couples plus âgés décident de vivre en couple sans être mariés (dont 1/3 avec enfants)**

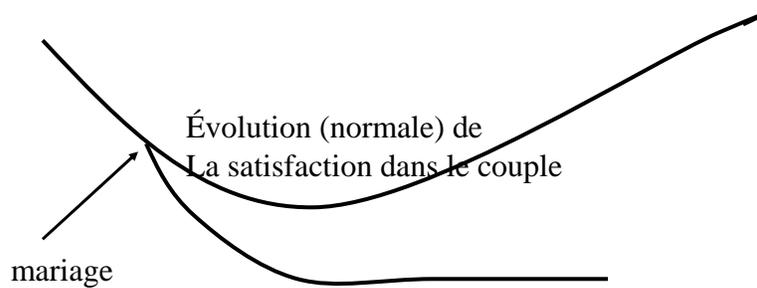
La cohabitation: avantages

- **Les jeunes couples:**
 - Gagner de l'autonomie envers les parents
 - Prendre en charge sa vie personnelle
 - Pouvoir avoir une vie sexuelle
 - Aspects économiques: partage des dépenses
 - Tester un « mariage à l'essai » pour entreprendre plus tard un mariage réussi
- **Couples plus âgés**
 - Valorisent la gratuité de l'amour
 - Respecter la liberté de chacun
 - Méfiance face au mariage et au divorce
 - Recherche d'une union plus égalitaire (égalité plus prônée que réalisée)

La cohabitation: les effets

- **L'idée que la cohabitation va favoriser un meilleur mariage ne trouve pas de support dans les recherches**
 - La cohabitation n'est pas prédicteur de plus de succès conjugal (pas moins de divorce)
 - La cohabitation antérieure au mariage est associée à une moindre satisfaction conjugale
- **Pourquoi? Deux hypothèses**
 - Les couples qui décident de cohabiter sont moins engagés affectivement dans la relation
 - La courbe d'évolution de satisfaction de la vie de couple baisse, et le couple s'engage dans le mariage, espérant que cela va souder le couple, mais c'est l'effet inverse qui se produit le plus souvent

Cohabitation et mariage



Relations entre partenaires de même sexe

- **Fréquence de l'homosexualité:**
 - Les faits d'enquêtes
 - (Story, 1985)
 - 25% des sujets rapportent une expérience homosexuelle durant l'adolescence
 - 10% des hommes et 8% des femmes rapportent avoir eu une expérience homosexuelles à l'âge adulte
 - (Denney et Quadagno, 1988)
 - 5% d'hommes et de 3% de femmes adultes qui se reconnaissent comme exclusivement homosexuels
 - Problèmes
 - Peu de recherche sur les relations interpersonnelles des gays et lesbiennes
 - Les échantillons sont souvent réduits
 - Parti-pris des chercheurs souvent homosexuels

Relations entre partenaires de même sexe

Qualité des relations de couple

Règles dominantes:

les relations entre homosexuels sont généralement de courte durée
les homosexuels connaissent plus de partenaires que les hétérosexuels

Toutefois, beaucoup de couples homosexuels s'engagent dans des relations durables

Globalement les enjeux concernant la satisfaction sont les mêmes que dans les couples hétérosexuels et la question des relations amoureuses chez les homosexuels est similaire à celles des hétérosexuels

- **Appréciation par le partenaire**
- **Règles d'équité et de réciprocité**
- **Attachement mutuel, loyauté, confiance**

Relations entre partenaires de même sexe

Règle: le maintien des couples homosexuels est plus problématique que celui des couples hétérosexuels

- **Taux plus élevé de ruptures dans les couples homosexuels > couples hétérosexuels (plus dans les couples de lesbiennes < couples gays)**
- **Plus de tension entre attachement et autonomie au sein des couples homosexuels (plus couples gays > couples lesbiennes)**
 - **Partage de pouvoir**
 - **Partenaire dominant dans les couples homosexuel mâles**
 - **Argent et âge sont plus souvent des sources de tension dans les couples homosexuels**

Relations entre partenaires de même sexe

- **Question de la monogamie est plus cruciale > couples hétéros**
 - **Gay: plus de promiscuité; nombre élevé de partenaires**
 - **Couples lesbiennes recherchent plus la monogamie**
 - **La règle:**
 - » **pour les gays: la sexualité précède l'engagement affectif**
 - » **Pour les lesbiennes l'attachement précède la sexualité**
- **Sexualité: les hommes homosexuels sont plus actifs sexuellement que les hommes hétérosexuels**
- **Recherche comparant la satisfaction et l'implication dans les couples hétérosexuels, gays et lesbiennes indiquent que le sexe est plus déterminant que l'orientation sexuelle**
 - 1. Femmes hétérosexuelles et lesbiennes**
 - 2. Hommes hétérosexuels**
 - 3. Hommes homosexuels**