

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC

MÉMOIRE PRÉSENTÉ À  
L'UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À CHICOUTIMI

COMME EXIGENCE PARTIELLE  
DE LA MAÎTRISE EN TRAVAIL SOCIAL

PAR  
SYLVIE VAILLANCOURT

LES AFFECTS DE CRISE CONJUGALE :  
RECHERCHE EXPLORATOIRE ET COMPARATIVE  
À PARTIR DE LA GRILLE DE CODIFICATION DES AFFECTS  
DE FOREST ÉLABORÉE DANS LE CONTEXTE DE CRISE DE RUPTURE

JANVIER 2006



## *Mise en garde/Advice*

Afin de rendre accessible au plus grand nombre le résultat des travaux de recherche menés par ses étudiants gradués et dans l'esprit des règles qui régissent le dépôt et la diffusion des mémoires et thèses produits dans cette Institution, **l'Université du Québec à Chicoutimi (UQAC)** est fière de rendre accessible une version complète et gratuite de cette œuvre.

Motivated by a desire to make the results of its graduate students' research accessible to all, and in accordance with the rules governing the acceptance and diffusion of dissertations and theses in this Institution, the **Université du Québec à Chicoutimi (UQAC)** is proud to make a complete version of this work available at no cost to the reader.

L'auteur conserve néanmoins la propriété du droit d'auteur qui protège ce mémoire ou cette thèse. Ni le mémoire ou la thèse ni des extraits substantiels de ceux-ci ne peuvent être imprimés ou autrement reproduits sans son autorisation.

The author retains ownership of the copyright of this dissertation or thesis. Neither the dissertation or thesis, nor substantial extracts from it, may be printed or otherwise reproduced without the author's permission.

## *Sommaire*

La présente recherche porte sur la crise conjugale et s'appuie en partie sur une précédente recherche réalisée par Murielle Forest en 1988, portant sur la différenciation des affects vécus lors d'une crise personnelle provoquée par une séparation ou un divorce. À la lumière de la grille de codification des principaux affects qu'elle avait élaborée après une rigoureuse recension des écrits portant sur la crise personnelle, nous avons voulu vérifier si nous retrouverions dans le même ordre d'importance ces affects, mais cette fois-ci pour des individus en contexte de crise conjugale. La littérature portant sur le sujet est immense et cherche de plus en plus à se rapprocher du contexte clinique auquel on reproche souvent de manquer de rigueur scientifique. C'est donc dans cette perspective que s'inscrit cette recherche de nature exploratoire. De plus, comme la dimension émotionnelle tend à regagner du terrain là où les approches behaviorales et cognitives semblaient s'être solidement installées dans nos divers milieux d'intervention psychosociale, nous avons fait le choix de nous attarder sur cette dimension. Aussi ne sera-t-il pas surprenant de retrouver comme cadre théorique, et en toile de fond, la théorie de l'attachement liée entre autres, comme l'avait également soutenu Forest, à l'anxiété sous-jacente à la perte de sécurité. Notre recherche est basée sur des entrevues semi-structurées réalisées auprès de 11 couples en crise conjugale. Le contenu de chacune de ces entrevues a fait l'objet d'une analyse quantitative et qualitative à partir de la grille de codification des affects de Forest. Les analyses de contenu ont confirmé la prédominance de chacun des cinq niveaux de pertes auxquels se rattachent les affects sous-jacents en question, et n'ont pas permis d'identifier d'autres affects que ceux qui avaient été définis au départ. Par contre, à la lumière de notre recherche, l'ordre d'importance des principaux affects a été légèrement modifié et s'inscrit selon le classement suivant : 1) l'agressivité, 2) la désillusion, 3) l'injustice, 4) l'impuissance, 5) la peur et 6) la dévalorisation, ces deux derniers affects se retrouvant plus loin derrière mais pratiquement nez à nez, comparativement à : 1) l'impuissance, 2) l'agressivité, 3) l'injustice, 4) la désillusion 5) la peur et 6) la dévalorisation, ces deux derniers affects s'étant cependant exprimés de façon plus marquée chez les sujets rencontrés par Forest. Par ailleurs, au terme de notre analyse, nous avons constaté que l'affect d'impuissance s'est avéré plus élevé chez le couples qui ont poursuivi la thérapie ou qui sont demeurés ensemble, comparativement aux couples qui se sont séparés en cours de thérapie. De même, l'affect d'agressivité est apparu également plus élevé chez les partenaires qui ont rompu. Finalement, un autre fait particulier est ressorti, à savoir : une dominante majeure, soit presque le double d'occurrences d'affects vécus par les femmes, comparativement aux hommes, à l'exception de l'affect d'isolement qui se retrouve inversement doublé chez les hommes. Au terme de cette recherche, l'approche de la différenciation des affects nous est donc apparue tout aussi pertinente pour cerner la dimension subjective utile à accompagner des individus en crise conjugale, qu'elle pouvait l'être dans le contexte d'une crise de rupture. Elle confirme également d'autres recherches récemment publiées et qui faisaient ressortir le jeu des affects lors de difficultés conjugales liées à des patterns nocifs dans une relation amoureuse qui veut s'inscrire dans la continuité. Par contre, il nous est apparu un peu difficile d'analyser le contenu des affects de façon aussi approfondie, c'est-à-dire par le biais des analyses de verbatim, pour le thérapeute confronté aux nombreuses demandes ayant cours dans nos divers services d'intervention psychosociale.

*Table des Matières*

Sommaire .....	ii
Table des matières .....	iii
LISTE DES TABLEAUX .....	v
LISTE DES ANNEXES .....	vi
Remerciements .....	vii
Introduction .....	1
CHAPITRE 1 – Le concept de crise et les affects dans la crise .....	5
Première partie – Résumé du travail de Forest .....	6
- Contexte scientifique et social entourant l'évolution du concept de crise .....	6
- La notion de crise selon les différentes approches recensées par Forest .....	7
- Les affects dans la crise .....	14
- Les relations interpersonnelles en période de crise .....	17
- La grille de codification des affects de Forest .....	18
Deuxième partie – La crise conjugale .....	21
- Revue de littérature .....	21
- L'approche théorique .....	29
CHAPITRE 2 – La problématique .....	35
- Retour sur les premiers liens d'attachement et ses empreintes affectives .....	36
- De la première relation d'attachement à la relation amoureuse .....	40
- De la relation amoureuse aux conflits .....	42
- Contexte social .....	43
- De la crise conjugale à la crise de rupture .....	47
CHAPITRE 3 – Questions, hypothèses de recherche et méthodologie .....	49
- Questions et hypothèses de recherche .....	50
- Méthodologie .....	53
Présentation du milieu d'étude .....	53
Description de la population et de l'échantillon .....	53
- Déroulement de l'enquête .....	56
Procédures utilisées pour l'analyse des données .....	57

CHAPITRE 4 – Présentation des données et analyse des résultats .....	58
- Validation de la grille de codification des affects .....	59
- Présentation des données .....	61
- Dépouillement des résultats : dimension intrapersonnelle .....	62
- Dépouillement des résultats : dimension interpersonnelle .....	62
- Analyse qualitative .....	68
- Analyse globale de contenu .....	81
CHAPITRE 5 – L’interprétation des résultats .....	86
- Les affects de crise conjugale versus les affects de rupture .....	87
CHAPITRE 6 – Discussion .....	103
Conclusion .....	109
Références .....	113

## *LISTE DES TABLEAUX*

### Tableau

1	Grille de différenciation des affects de Forest .....	19
2	Caractéristiques de l'échantillon .....	55
3	Résultats obtenus par juge externe et chercheure .....	61
4	Nombre d'occurrences obtenues selon le sexe .....	64
5	Nombre d'occurrences obtenues selon une rupture ou non .....	65
6	Évolution de la relation dans le temps .....	105

## *LISTE DES ANNEXES*

### Annexe

I	Grille de codification des affects : Dimension Intrapersonnelle .....	121
II	Grille de codification des affects : Dimension Interpersonnelle .....	123
III	La perte d'une sécurité .....	124
IV	La perte d'un droit .....	125
V	La perte d'une valorisation .....	126
VI	La perte d'un idéal .....	127
VII	La perte d'un pouvoir .....	128
VIII	Canevas d'entrevue semi-structurée .....	129
IX	Formulaire de consentement .....	131

### *Remerciements*

Tout d'abord un chaleureux merci à mon directeur de thèse, M. Mario Bélanger. Son accompagnement bienveillant et sa grande expérience de la recherche m'ont aidée à mener à terme ce rigoureux travail qui s'est vu malencontreusement étiré dans le temps.

Un merci particulier à mon juge externe et psychologue au long cours, qui a accepté de doubler le contrat de dépouillement des verbatim prévus au départ. Sa générosité, dans les circonstances, a été grandement appréciée.

À ma fille Eve, et à mon fidèle compagnon de vie, qui m'ont supportée depuis tant d'années pour arriver au terme de ces longues études. Merci, du plus profond de mon cœur! Leur support, leur compréhension et leur amour m'ont encouragée tout au long de ce sinueux chemin académique.

À Murielle Forest qui a rapidement répondu à ma demande de l'envoi de sa thèse. La qualité et la sensibilité de ses écrits ont inspiré mon travail de recherche. À quelques occasions au cours de ce travail, j'ai pensé à sa rigueur, et ceci m'a donné des élan pour continuer dans le même sens. Merci Mme Forest!

À mes lecteurs, surtout ceux en regard du « Projet de Mémoire », car leurs précieux et constructifs commentaires reçus à ce moment, m'ont permis de réaliser au mieux mon travail de recherche. Merci M. Savard! Merci M. Ntetu! Merci également à M. Jean-Luc Lacroix, Mmes Diane Marcoux et Danielle Maltais.

À Isabelle, expérimentée et perspicace secrétaire, à qui j'ai finalement soumis le travail de présentation, avec l'assurance qu'il serait professionnellement présenté. Merci Isabelle!

Merci à l'organisme le « C.D.P.E.C. » (Centre Diocésain de Développement Personnel et Conjugal) qui a accepté avec ouverture que nous réalisions notre expérimentation auprès des couples en difficultés conjugales faisant appel à leurs services. Et finalement, merci à tous les couples qui ont volontairement consenti à participer à cette recherche, dans l'espoir de sortir de l'impasse qu'ils vivaient. La confiance qu'ils m'ont accordée m'a permis de mener à bien cette recherche et, au mieux, m'a aidée à les accompagner pour qu'ils arrivent à retrouver un certain « bien-être conjugal », là où c'était encore possible de vivre ensemble.

## *Introduction*

*« Nous ne sommes jamais moins protégés de la souffrance,  
que quand nous aimons ».   
Freud*

Jamais la relation de couple n'a été autant l'objet de clivage et d'idéalisation. « Pour le meilleur et sans le pire », voilà ce que l'on attend aujourd'hui de la vie en couple (De Buttler, 1999). En effet, nous vivons à une époque où les attentes mises sur le couple sont très grandes et où l'on croit encore au mythe du couple idéal, avec ses multiples miroitements amoureux qui contribuent à maintenir les individus dans une grande immaturité affective (Forest, 1988).

Aussi, n'est-il pas surprenant que notre société actuelle soit confrontée à un nombre sans cesse croissant de séparations et de divorces, ce qui ne va pas sans ébranler un grand nombre de couples qui hésitent déjà entre la continuité de leurs relations et la tentation de rompre définitivement. À ce sujet les dernières données nous apprennent que 43% des couples américains et 37% des couples canadiens, qui étaient mariés en 1996, divorceront (Johnson, 2003). Par ailleurs, malgré que ces résultats puissent paraître encore trop importants, il semblerait que l'impact négatif de la détresse vécue dans les relations amoureuses, ne se soldant pas nécessairement toujours par un divorce, est sur le point de devenir aussi nocif que l'impact du divorce et de la séparation.

Pourtant, malgré une augmentation effarante des désunions et la précarité des liens qui ont pu miner la confiance amoureuse de plusieurs, on continue d'idéaliser l'amour et, trop souvent, de projeter les blâmes sur l'autre. Derrière ces blâmes se profilent des affects

inconfortables qui rendent souvent la relation insoutenable. Pour certains, ce désenchantement soulève la remise en question d'une relation enfermante qu'à défaut de rompre, on choisit « *in extremis* » d'aller questionner en présence d'un thérapeute conjugal. Quoiqu'il en soit, cette période d'ambivalence vécue par les couples en difficulté soulève la plupart du temps, pour ne pas dire toujours, beaucoup d'émotions et d'affects inconfortables.

Il n'est pas rare en effet de constater en clinique conjugale que les partenaires évoquent souvent beaucoup d'insatisfaction et l'impossibilité d'être sur la même longueur d'ondes, comme motifs de leur demande d'aide. De plus, plusieurs sentiments liés à la colère, à la frustration, à l'insatisfaction et à la désillusion, sont présents. Dans un tel contexte de crise, il apparaît donc de plus en plus judicieux de cerner davantage les sentiments en présence, afin de mieux supporter émotivement les partenaires. C'est donc de cette constatation et d'une préoccupation de mieux comprendre le vécu affectif des personnes faisant face à une crise conjugale, qu'est née l'idée de la présente recherche.

C'est la recherche de Forest (1988) sur la différenciation des affects qui nous a guidée comme base de notre question de recherche. Forest a en effet proposé une grille de codification des affects lors d'une crise de rupture, et il nous a semblé que cet outil pouvait être tout aussi utile si on le transposait dans un contexte de crise conjugale où la rupture est souvent une menace. Et comme il apparaît de plus en plus pertinent de documenter empiriquement le travail clinique des thérapeutes qui accompagnent ces

individus au quotidien, nous avons jugé intéressant de poursuivre dans ce sens le travail amorcé par Forest , mais cette fois-ci en présence de couples en difficulté.

La présente recherche propose donc le cheminement suivant : Le premier chapitre fait un retour sur le concept de crise et les affects qui s'y rattachent, résumé du cheminement réalisé par Forest, et menant à la grille de codification des affects qu'elle a bâtie. Une deuxième partie de ce premier chapitre nous conduit ensuite à une revue de la littérature portant sur la crise conjugale comme telle, sur la théorie de l'attachement au cœur de notre sujet et finalement sur les objectifs spécifiques poursuivis. Le deuxième chapitre présente la problématique comme telle. Le cadre méthodologique utilisé et les détails de l'expérimentation réalisée font l'objet du troisième chapitre. Le quatrième chapitre expose les résultats de notre expérimentation, avant d'en faire l'interprétation dans le cinquième chapitre. Enfin, le sixième et dernier chapitre est consacré à la discussion des résultats obtenus.

## *CHAPITRE 1*

### *Le concept de crise et les affects dans la crise*

La première partie de ce chapitre résume succinctement le travail réalisé par Murielle Forest sur les principaux éléments de la théorie et de la recherche qu'elle a menée sur la dimension affective qu'occasionne une crise de rupture. Ce faisant, nous voulons ainsi permettre aux lecteurs de partir du trajet parcouru par Forest pour en arriver à construire la grille de codification des affects, grille dont nous nous sommes servis comme outil principal pour réaliser notre recherche. C'est donc à la lumière de ce nécessaire éclairage que nous entamerons la deuxième partie du présent chapitre, qui présentera le relevé de la littérature et l'approche théorique que nous avons retenue pour traiter de l'impact émotionnel, mais cette fois-ci dans le contexte d'une crise conjugale.

#### Première partie : Résumé du travail de Forest

##### - Contexte scientifique et social entourant l'évolution du concept de crise

C'est grâce au travaux de Lindemann en 1944, puis de Caplan en 1964 (cités dans Forest, 1988), que le concept de crise s'ouvre sur une dimension moins enfermante. Considérant tous les facteurs à long terme qui peuvent expliquer l'incidence du taux des maladies mentales pour une collectivité donnée, Caplan ajoute à cette longue liste les phénomènes de crise aiguë qui, bien que temporaires, peuvent contribuer à fragiliser davantage l'équilibre psychique des individus.

À partir de ce moment, les études sur la crise prennent une nouvelle orientation en reconnaissant davantage les spécificités de l'individu dans son milieu, permettant ainsi de

mieux le supporter et l'outiller pour faire face au stress. On glisse tranquillement du curatif au préventif.

Le début des années 60 voit la psychologie s'ouvrir à tout un courant d'approches nouvelles qui convient l'individu au changement et à l'actualisation de soi, alors que la société se trouve elle-même en proie à des changements majeurs au niveau de ses institutions. C'est dans ce contexte que le phénomène de crise se voit reconnu comme une composante normale et potentiellement bénéfique.

#### - La notion de crise selon les différentes approches recensées par Forest

Dans cette partie nous résumerons les différentes approches que Forest a considérées pour s'assurer de cerner le mieux possible la crise, avant d'en arriver à cibler plus spécifiquement la dimension affective.

#### L'approche homéostasique

Selon cette perspective, l'individu cherche naturellement à maintenir un certain équilibre interne où ses mécanismes d'adaptation sont à l'œuvre. En contexte de perturbations intérieures provoquées par un stress situationnel, l'individu vit inconfort et anxiété. Cet état de fait oblige donc l'individu à restructurer ses mécanismes d'adaptation interne. Deux voies s'offrent à lui dans la recherche de ce nouvel équilibre : ou l'individu s'habilite à de nouvelles façons de s'adapter et mûre, ou il ne réussit plus à composer avec ce stress et en subit psychologiquement les contrecoups. C'est d'ailleurs à l'approche

homéostasique que l'on doit l'identification des phases spécifiques que vit l'individu face à un bouleversement majeur.

Selon son modèle initial de 1964, Caplan (cité dans Forest, 1988) identifiait quatre phases distinctes : l'impact, où la prise de conscience de la situation de crise crée une augmentation de la tension interne qui provoque confusion, perte de concentration et troubles cognitifs; une nouvelle évocation de l'impact à laquelle l'individu, constatant qu'il ne réussit pas à s'ajuster avec ses moyens habituels, réagit en devenant de plus en plus anxieux et montre des signes de désorganisation émotionnelle. Culpabilité et rage entraînant anxiété et tentatives de fuite font partie du tableau; la période d'adaptation correspond à la période où l'individu en quête de retrouver l'équilibre avec ses moyens habituels adopte une nouvelle façon d'envisager le problème. S'il réussit, le processus s'arrête là, sinon la désorganisation clinique suit, faute d'avoir réussi à composer avec ses anciennes et ses nouvelles stratégies, le rendant alors plus vulnérable.

On comprendra donc que l'intervention, qui découle de l'approche homéostasique, cherchera à habiliter la personne à de nouveaux modes d'ajustement. Forest cite dans sa recherche plusieurs auteurs ayant contribué à développer ce mode d'intervention : Aguilera et Messick (1974), Brandon (1970), Morley (1970), Puryear (1981) et Shontz (1975).

### L'approche cognitive

Pour nombre d'auteurs, on reproche à la notion d'homéostasie de s'attarder trop à la description des réactions émotionnelles liées à la rupture de l'équilibre habituel de l'individu, en faisant abstraction des facultés cognitives propres à l'aider à passer à travers la crise. C'est donc à la lumière de cette lacune que le modèle cognitif voit le jour. Il reconnaît à l'individu, de par ses capacités de percevoir et d'évaluer le monde, la possibilité de se transformer et donc de s'adapter. Sous cet angle, la crise est donc perçue comme une défaillance temporaire de la pensée à assimiler des informations difficiles à « digérer », rendant ainsi l'individu temporairement « court-circuité ». C'est d'ailleurs ce que Taplin (1971, cité dans Forest, 1988) suggère en parlant des limites de la « capacité digestive » de l'individu générant l'anxiété à l'origine de la désorganisation cognitive qui se répercute alors sur le comportement et le vécu émotif.

L'intervention qui en découle consistera donc à analyser la perception et les évaluations souvent erronées à l'origine du blocage, en tenant compte de l'histoire de cette personne (souvenirs, valeurs, croyances). Cette façon de concevoir la crise a d'ailleurs donné lieu à de nombreuses recherches entre le type d'attribution et la réaction de crise.

### L'approche développementale

Divers facteurs sociaux tels l'augmentation de l'espérance de vie des populations occidentales, l'éclatement des valeurs traditionnelles et des changements majeurs dans les bases de la société ont contribué à passer d'une vision statique de la vie adulte à une vision désormais reconnue comme dynamique et continue au niveau de la personnalité.

À partir des années 50, la psychologie du moi fait ressortir la capacité du moi à s'adapter et à maîtriser le stress, et le contexte social aidant, cela eût pour effet d'encourager les études et les recherches sur le développement adulte.

C'est Erikson qui fut le premier concepteur d'un modèle de développement psychosocial s'échelonnant sur huit étapes, allant de l'enfance à la vieillesse. Le développement de l'identité s'acquiert en passant d'un stade à un autre et passe par une inévitable crise appelée « normative ». L'issue de ces crises, positivement traversées, contribue donc au processus de croissance et de développement de l'identité et augmente sa compétence à maîtriser des crises futures. Par ailleurs, si l'individu échoue, cela fragilise sa capacité de développement futur. Selon cette approche, l'intervention visera à supporter la personne à travers ces inévitables transitions qui favorisent la maturation.

### L'approche psychanalytique

Ici le concept de crise fait référence aux notions de trauma et de névrose traumatique de l'approche psychodynamique. La crise, bien que reconnue comme potentiel de croissance, est associée à une carence au niveau de la personnalité. La notion de perte y est centrale et prend racine dans la théorie de Freud. Les nombreux auteurs qui s'en inspirent, dont Dumesnil et *al.* (1980), Jacobson (1983), Rapoport (1962), Strickler et Lasor (1970, cités dans Forest, 1988) conviennent que la perte subjectivement vécue par un individu donné réfère à une perte antérieure lors du développement du moi, et serait l'expression d'un conflit antérieur non résolu. Si la charge émotionnelle vécue par la personne à travers un événement actuel de sa vie peut déclencher une crise, c'est justement parce qu'elle est

interprétée à travers une perte antérieure où la personne se serait sentie menacée dans son intégrité.

Le réveil de cette blessure inconsciente et des affects douloureux refoulés qui s'y rattachent, fait donc obstacle aux mécanismes habituels de défense. Par ailleurs, ce retour du refoulé porteur de beaucoup d'angoisse peut être l'occasion de résoudre des conflits latents et représente une occasion de maturation à la lumière d'une thérapie psychodynamique ou psychanalytique.

### L'approche phénoménologique

L'approche phénoménologique (ou existentielle, ou humaniste) en psychologie affirme la primauté de la subjectivité dans l'expérience humaine. Le vécu de l'individu est reconnu comme unique, et en ce sens, reçu avec toute la dimension personnelle qui teinte sa façon de vivre la crise.

Les notions de responsabilité et de liberté par rapport à sa vie sont perçues comme des opportunités de maturation et de connaissance de soi et du monde. La remise en question de soi, de ses valeurs, de ses croyances et la confrontation avec la réalité génèrent beaucoup d'angoisse, bien qu'elles constituent, au-delà de la déstabilisation qu'elles engendrent, une plus grande lucidité face à l'existence même. L'intervention dans ce contexte, plutôt que de résorber l'angoisse de la personne, consistera davantage à la conscientiser aux conditions inhérentes à l'existence et à la rendre plus apte à composer avec la réalité.

C'est à Lindemann (1944, cité dans Forest, 1988) que l'on doit l'identification du syndrome de crise, suite à la distinction très claire qu'il a établie entre la crise issue d'une pathologie et la crise transitoire associée à une réaction normale à une situation de détresse. À partir de ce moment, les chercheurs abordèrent, dans une optique plus pratique que théorique, la crise, avec une ouverture plus grande sur le vécu émotionnel des personnes confrontées à de telles situations.

Un peu plus tard Caplan (1964, cité dans Forest, 1988), à la lumière de données amassées dans un grand nombre de travaux de ce genre, propose le modèle théorique de l'homéostasie que nous avons sommairement décrit un peu plus avant. La conceptualisation de la crise permet dès lors de référer à une « description repère » pour mieux comprendre la dynamique globale de la crise.

Chemin faisant, le concept de crise se précise à la lumière du concept de stress longtemps confondu avec ce dernier. D'une façon générale, la crise va être considérée comme une réponse à un stress particulièrement intense et prolongé. Selye en 1975 (cité dans Forest, 1988) avance que le stress provoque nécessairement une adaptation et que la crise survient par faillite de ces mécanismes d'adaptation, rendant ainsi caduques ses stratégies habituelles. Dans les travaux qu'il présente en 1964, Caplan convient de la nécessité pour l'individu, en proie à une crise, de la résoudre à plus ou moins court terme et de façon plus ou moins adaptée.

Les études de Shontz en 1975, de Brimm en 1977, de Whitboume et Weinstsok en 1979 (cités dans Forest, 1988) conviennent toutes de la remise en question de la base de l'identité que comporte toute crise.

Enfin, selon Forest (1988), toujours dans la perspective de clarifier davantage le concept de crise, d'autres auteurs sont venus établir des distinctions entre crise accidentelle (Korkin, 1975; Morrice, 1976; Schwartz, 1971), de situation (Aguilera et Messick, 1974; Creek Lukton, 1974; Kaplan, 1962), de maturation (Aguilera et Messick, 1974) et de développement (Erickson, 1959). Par ailleurs, les auteurs se rallièrent à la position de Parad (1965) qui avançait le fait que, bien qu'il existe des différences dans les origines des crises, elles peuvent toutes par ailleurs précipiter la personne dans une nouvelle étape de développement.

En 1973, Halpern, dans l'optique de préciser davantage la définition du concept de crise, poursuit les travaux de Rapoport (1962), Miller et Iscoe (1963) et Caplan (1964), mais cette fois-ci en se servant des soi-disant comportements des personnes en crise, afin de vérifier expérimentalement si ces comportements pouvaient servir de variables discriminatoires pour identifier des sujets en crise (Forest, 1988).

En 1979, Lewis et *al.* (cités dans Forest, 1988) poursuivent dans le même sens qu'Halpern en comparant les réactions émotives de patients confrontés à des interventions chirurgicales soient mineures, soient majeures. Au terme de cette recherche,

les mêmes composantes émotives telles : l'anxiété, la dépression et le sentiment d'un manque de contrôle sur sa vie, affects retenus dans les travaux de Caplan, se retrouvent. Dans les deux groupes à l'étude, ces affects ressortent avec une différence significative, sauf pour l'estime personnelle. Mais ce qui apparaît comme les affects centraux se retrouvant au cœur de toute crise, ce sont l'anxiété et la dépression (Forest, 1988).

Finalement, bien que les étapes ci-haut mentionnées aient répondu aux exigences d'acceptation d'une compréhension entendue du concept de crise, la nécessité de tenir davantage compte du vécu individuel demeure afin d'éviter d'enfermer la personne dans une généralisation qui ferait fi des différences individuelles, la compréhension des affects demeurant superficielle.

C'est donc dans l'esprit d'approfondir certains des aspects spécifiques de la crise que Labrèche (1986), Beauviller (1980), Lemire (1977) ainsi que Dumesnil et *al.* (1980, cités dans Forest, 1988) ont mené leurs recherches. Quant à Forest, c'est également *avec* le même objectif d'approfondissement qu'elle a réalisé son étude sur la différenciation des affects en contexte de crise de rupture.

#### - Les affects dans la crise

Les études qui ont été réalisées sur la crise au cours des années 70 font mention de nombreux affects, mais l'anxiété et la dépression ressortent comme centraux. À ces derniers se greffent d'autres affects et sentiments. La partie qui suit résumera ce que Forest a rapporté de sa revue de littérature concernant la dimension affective en contexte

de crise. Nous en retiendrons donc l'essentiel, pour finalement en arriver à la grille de codification qu'elle a bâtie dans le contexte de la crise de rupture. Pour ce faire, nous reconsidererons d'abord les différentes approches retenues par Forest, mais cette fois-ci à la lumière de la composante affective de l'anxiété.

Ainsi, selon le modèle homéostasique, l'anxiété se manifeste d'abord en réponse à l'assaut vécu. Dans un deuxième temps, c'est la difficulté de réagir avec ses mécanismes habituels d'adaptation qui augmente l'anxiété (Aguilera et Messick, 1974, cités dans Forest, 1988). Selon le modèle cognitif, suite à un événement perturbateur, la « programmation cognitive » est dépassée, et cela occasionne une anxiété par difficulté « d'ingérer » ces nouveaux événements selon le fonctionnement normal de classification et d'interprétation des données. Pour les tenants de l'approche développementale, c'est justement le fait de transiger avec une nouvelle étape qui porte en soi une part d'insécurité par la remise en question des bases de son identité, de ses valeurs et de ses engagements (Bridges, 1980; Schlosberg, 1984, cités dans Forest, 1988). Et pour l'approche psychodynamique, c'est le retour du refoulé qui affaiblit les défenses, causant ainsi l'anxiété. Quant à l'approche phénoménologique, c'est la prise de conscience de sa solitude existentielle qui est au coeur de l'angoisse vécue par la personne.

Un aspect fondamental apparaît commun à toutes ces approches, c'est que l'anxiété surgit automatiquement lorsque la personne doit faire face à l'inconnu, mieux encore, la perception de menace vis-à-vis son monde habituel. À ce sujet, Forest évoque Marris

(1975), qui soulève la pulsion de l'individu pour le conservatisme, engendrant une résistance presque naturelle au changement.

En 1962, Rapoport (cité dans Forest, 1988) fait ressortir le jeu des affects majeurs que sont l'anxiété et la dépression par rapport à la crise : lorsqu'il y a menace de perte potentielle, c'est surtout de l'anxiété que ressent l'individu et aussi des affects dépressifs lorsque la situation est perçue comme à l'origine d'une perte réelle.

Par ailleurs, le rôle joué par l'anxiété dans la crise contient une part de protection en alarmant l'individu de l'existence d'un danger, et en ce sens, signifie l'efficacité de son système immunitaire psychologique. Cependant, ce côté « protecteur » de l'anxiété peut devenir nocif en avivant une détresse émotionnelle telle, qu'elle augmente la faiblesse de l'identité et occasionne à plus long terme une détresse psychologique chronique ou l'augmentation des défenses. C'est aussi ce que nous avons soulevé en rapportant le modèle conceptuel de crise proposé par Caplan dont l'issue peut soit conduire à une plus grande maturation, soit à une plus grande vulnérabilité à d'autres crises.

Le « pôle dépressif », pour sa part, réfère davantage à une réaction dépressive temporaire se traduisant par de profonds sentiments de faiblesse et de vulnérabilité qui s'accompagnent d'un grand besoin d'être secouru, aidé et soutenu (Lindemann, 1944; Caplan, 1975; Caplan et Grunbaum, 1967, cités dans Forest, 1988). Impuissance et désespoir peuvent faire partie du tableau (Brammer et Abrego, 1995; Puryear, 1981, cités dans Forest, 1988). La baisse de l'estime de soi est importante (Baldwin, 1979; Marris,

1975; Strickler et Lasor, 1970, cités dans Forest, 1988), et se traduit soit par des messages d'autodépréciation (Brammer et Abrego, 1981, cités dans Forest, 1988), ou, pour protéger l'estime de soi, par de l'agressivité envers les autres, tenus comme responsables.

Par rapport au pôle dépressif, qui par ailleurs réfère davantage à la notion de perte, et en ce sens encore plus dans le contexte d'une crise de rupture, nous n'exposerons ici que quelques données amenées par Forest nous permettant de mieux comprendre le cheminement parcouru pour en arriver à sa grille de codification.

Pour conclure sur la notion de perte, nous retiendrons cette citation de Dumesnil et *al.* (1980, cités dans Forest, 1988, p.36) : « Si dans toute crise il y a un sentiment de perte ou une peur de perdre, ce n'est pas la perte comme telle qui mène automatiquement à une crise : pour qu'il y ait crise, il faut que la perte soit génératrice d'angoisse ».

#### - Les relations interpersonnelles en période de crise

La crise, de par la remise en question de soi qu'elle engendre, a des répercussions sur les mécanismes relationnels. En effet, selon Lamarche (1979) : « Le concept de soi représente une des variables clé du processus relationnel, et toute modification de la perception de sa propre identité va influencer directement la capacité et l'intensité du rapprochement interpersonnel » (in Forest, 1988, p. 38).

Pour Baldwin (1979, cité dans Forest, 1988), la crise implique directement, indirectement ou symboliquement, au moins une autre personne.

La crise peut provoquer soit le besoin de contact, qui dans ce contexte sert à diminuer la tension, ou, au contraire, une réaction de retrait et d'isolement, symptôme des difficultés à créer de nouveaux liens ou à maintenir ses relations interpersonnelles habituelles.

Pour plusieurs personnes en situation de crise, le grand sentiment d'insécurité les pousse à s'ouvrir plus émotionnellement. Dans la même ligne de pensée, les études sur l'intervention de crise insistent justement sur l'utilité bénéfique de l'entourage pour la personne affectée. On reconnaît également que cette disposition de l'individu favorise l'efficacité d'une intervention pratiquée dans une telle période (Baldwin, 1969; Caplan, 1975, cités dans Forest, 1988). Par ailleurs, d'autres recherches sur la crise ont mis en évidence une tendance au retrait et à l'isolement quand l'angoisse est trop importante.

#### - La grille de codification des affects de Forest

C'est à la lumière d'un contexte social en proie à l'augmentation croissante des séparations et des divorces, et mue par son expérience de clinicienne déjà sensibilisée aux blessures que provoque la rupture, que Murielle Forest entreprit de se pencher sur le vécu émotionnel des 14 individus qu'elle a rencontrés dans le contexte d'une telle crise. Cependant, comme nous ne voulions pas nous attarder davantage sur une description plus détaillée de la grille de Forest (Tableau 1), nous avons jugé utile pour le lecteur de joindre en annexes (Annexes III à VIII) le résumé explicatif des cinq niveaux de perte auxquels se rattachent les cinq affects qui concernent la dimension intrapersonnelle (Annexe I) et les trois affects qui concernent la dimension interpersonnelle (Annexe II).

Tableau 1

## GRILLE DE DIFFÉRENCIATION DES AFFECTS DE FOREST

NIVEAUX DE PERTE	DIMENSIONS DU VÉCU		
	Vécu émotionnel	Vécu intrapersonnel	Vécu interpersonnel
<b>SÉCURITÉ</b>	<b>Peur</b> Sentiment de rejet, d'abandon, vulnérabilité, manque de confiance, peur de la solitude	Manque d'assurance (la personne se juge faible)	Dépendance, recherche de soutien, d'affection, besoin de prise en charge
<b>DROIT</b>	<b>Injustice</b> Sentiment d'être victime, lésé, incompris, trahi dans ses droits	Frustration (la personne se juge victime)	Agressivité face à ceux qui font vivre l'injustice; recherche de solidarité
<b>VALORISATION</b>	<b>Dévalorisation</b> Sentiment d'humiliation, d'infériorité, inutilité, honte, culpabilité, perte de confiance dans ses capacités	Perte de motivation (la personne se juge inférieure)	Évitement de ceux face à qui on se sent humilié; critique de ceux qui font vivre l'infériorité; recherche de considération
<b>IDÉAL</b>	<b>Désillusion</b> Déception, amer-tume, trahison, confusion, doute, culpabilité	Perte de croyance (la personne se juge naïve)	Fermerture et méfiance
<b>POUVOIR</b>	<b>Impuissance</b> Sentiment d'échec, dénigrement (de soi, des autres), haine, vengeance	Rejet de soi (la personne se juge médiocre)	Dépendance pour retrouver le contrôle ou rejet agressif

Compte tenu de leurs particularités, les catégories « autres » de chaque dimension n'ont pas été retenues ici. Leurs caractères uniques, se référant à une trop grande diversité du vécu ressenti par chaque individu, il s'avérait difficile de les regrouper en catégories aussi définies et représentatives qu'elles pouvaient l'être dans les dimensions intra et interpersonnelle.

Par ailleurs, afin de rapporter ici tous les éléments ayant contribué à assurer à Forest que la grille qu'elle bâtissait puisse être garante d'une fiabilité encore plus grande, il nous faut ajouter une dernière information. Ainsi, immédiatement après que Forest ait réalisé son entrevue auprès des individus ayant participé à son expérimentation, elle leur a fait passer un « test d'autoévaluation » de leurs affects. Il s'agissait de :

« ... permettre au sujet, à la fin de l'entrevue semi-structurée, de choisir sur une liste de 15 énoncés, ce qui correspondait le mieux à ce qu'ils avaient ressenti au cours de la période de crise. Ils avaient la possibilité de choisir jusqu'à cinq énoncés, en leur attribuant chacun un degré d'importance de un à cinq... Ce test fut élaboré de façon à ce que les énoncés correspondent aux cinq catégories de crise définies dans la grille de différenciation des affects » (Forest, 1988, p. 98).

Cette grille a permis à Forest de comparer les résultats obtenus avec la grille de différenciation des affects.

Cependant, comme nous n'avons pas encore abordé la théorie de l'attachement, notion centrale de la dépression associée à la perte d'objet d'attachement au cœur de la crise de rupture, nous l'exposerons dans la deuxième partie qui suit. Cette théorie nous a servi d'appui pour discuter du second pôle inhérent à toute crise, soit l'anxiété, mais cette fois-ci à la lumière de crises conjugales.

## Deuxième partie : La crise conjugale

### - Revue de la littérature

Le problème étudié dans notre recherche concerne de façon générale les affects des partenaires en contexte de crise conjugale lors de l'évaluation en vue de la thérapie conjugale sollicitée. Par ailleurs, nous avons constaté lors de notre revue de la littérature sur les conflits conjugaux que le champ empirique traitant des difficultés conjugales était énorme, et que les thérapies de couples intégraient en plus maintenant la description, la prédiction et l'explication, comme l'a soulevé Johnson (2003).

Au départ, la psychanalyse et, par la suite, les courants psychodynamique et humaniste-existential ont laissé sur les affects des écrits théoriques importants dont un certain nombre d'intervenants conjugaux s'inspirent dans leur travail clinique. Certains de ces cliniciens, parmi lesquels Anzieu, Caillé, Caillôt et Lemaire, se sont penchés de façon plus spécifique sur la dynamique des couples. C'est Lemaire (1979), souvent cité dans les lectures psychodynamiques que nous avons faites, qui a retenu principalement notre attention en faisant ressortir l'importance des mécanismes inconscients déjà à l'oeuvre dès les premiers moments de l'impact amoureux. Selon lui, c'est principalement l'idéalisatior de l'autre qui le rend investi de la mission irréaliste de répondre à tous nos désirs et besoins, tel que le faisait notre premier objet d'attachement; ce qui ne sera pas sans entraîner d'attentes souffrantes, que seule une nécessaire désidéalisatior permettra de dénouer.

Les riches lectures que nous avons faites dans la même ligne de pensée psychodynamique évoquent toutes la composante souffrante de ce chemin par lequel passent presque inévitablement les couples, et dans lequel certains se retrouvent dramatiquement prisonniers. Les thérapeutes conjugaux issus de l'approche psychodynamique sont donc convaincus du rôle prépondérant à accorder aux émotions de ces couples en crise qui sont « aspirés par une souffrance » que l'histoire conjugale seule ne pourrait expliquer.

De nombreux écrits moins psychanalytiques, mais considérant comme majeur le rôle de l'émotion pour supporter la dynamique conjugale, ont retenu notre attention. Ce sont en partie des volumes publiés par des cliniciens expérimentés en intervention conjugale. Entre autres, Jacques Salomé (1999), clinicien, auteur, conférencier chevronné et lui aussi issu de l'approche psychodynamique, s'inscrit dans la lignée des pourfendeurs des fausses croyances qu'entretiennent les individus dans l'attente du « Grand Amour ». Pour lui, cette vision perpétue une mythologie de l'amour de besoin et de consommation, fondée sur la valorisation du culte du manque. La crise conjugale correspond à un moment de rupture du statu quo construit et maintenu sur la base des compromis réalisés au moment du choix amoureux.

Par ailleurs, il réfère massivement aux empreintes émotives qu'ont laissées sur nous, selon notre structure de personnalité, nos premières figures d'attachement. Il insiste sur le nécessaire apprentissage d'une plus grande définition de soi pour arriver à mieux composer avec les conflits et éviter ainsi le piège d'enjeux sous-jacents, souvent passionnels, de même que toute la comptabilité affective, accumulée au cours des

épisodes précédents, exprimée sous forme de reproches, de ressentiments, d'accusations et de plaintes.

Les écrits du sociologue Claude Michaud (1997) ont également retenu notre attention pour sa façon judicieuse de traiter des difficultés rencontrées par les couples au cours de leur histoire de vie commune. Il nous rapporte qu'il a été possible, à la lumière de l'observation systématique des couples divorcés, de déterminer six étapes principales qui constituent autant de tournants sur la route pénible de la désunion. Et bien qu'il reconnaissse les limites de ce « pattern », il considère que cet outil de compréhension et d'analyse s'avère un précieux repère pour les intervenants psychosociaux dans leur évaluation des couples mariés ou en union de fait aux prises avec des difficultés conjugales importantes.

Ainsi, selon ce pattern, que nous nous limiterons à décrire qu'à « l'étape un », le conjoint appelé « Initiateur » serait déjà engagé dans un processus de distanciation par rapport au « Partenaire », ainsi nommé. Souvent, sans en connaître la cause, « l'Initiateur » réagit de façon ambiguë pour manifester son insatisfaction et y remédier. Inconsciemment, il amorce le mouvement de désunion. Plus tard, ce qui était non intentionnel, le deviendra. Le « Partenaire », quant à lui, ignore ce qui se passe véritablement; ce qui n'exclut pas qu'il puisse être la cause réelle de la rupture. Au moment où il l'apprend, il se retrouve en général loin derrière « l'Initiateur » en termes de compréhension et de sensibilité à la crise en cours. Il lui arrivera même d'être tout à fait étonné. Cette attitude peut durer des

années. Elle durera en fait jusqu'à ce qu'une confrontation vienne clarifier la situation et fasse éclater la raison profonde de l'insatisfaction (Michaud, 1997).

Par ailleurs, du point de vue empirique, les publications retenues le sont en fonction de l'accent mis sur le rôle des affects en contexte de crise conjugale (Greenberg et Johnson, 1988; Greenberg, Ford, Alden et Johnson, 1993; Johnson, Hunsley et Schindler, 1999). Certaines de ces recherches ont comparé des thérapies conjugales centrées sur les émotions « Emotionnaly Focus Therapy » ou « EFT », dont entre autres celle de Noller, Beach et Osgarby (1997), avec des thérapies centrées sur les cognitions « Cognitive Marital Therapy » ou « CMT » (Beaucom et Epstein, 1990; Lefebvre- Sabourin, Gélinas et Lussier, 1995). C'est aux thérapies centrées sur les émotions que Johnson et Greenberg (1985) accordent, quant à eux, la suprématie du rôle de l'expression des émotions.

En thérapie conjugale, l'approche centrée sur les émotions est basée sur le modèle d'attachement de l'intimité adulte, et focalise sur une restructuration des réponses émotionnelles et des réactions pour créer un lien plus sûr entre les partenaires (Johnson, 1996; Johnson et Tatilman, 1997). Toujours selon Johnson, le rôle joué par l'émotion est associé à la détresse conjugale, et en ce sens, il tient une place déterminante dans la thérapie conjugale. De plus, une recherche menée par Denton, Burleson, Clark, Rodriguez et Hobbs, en 2000, a reconnu à « l'EFT » une capacité de bien fonctionner avec les couples à faible revenu et également avec les couples possédant une faible éducation, ce qui s'avère être la principale clientèle consultant notre organisme.

Dans son dernier article publié en juillet 2003 dans le «Journal of Marital and Family Therapy », Johnson recommande aux thérapeutes, intervenant auprès des couples en difficulté, de s'appuyer sur une solide théorie des relations amoureuses faisant forcément appel à la théorie de l'attachement. Selon le point de vue de l'attachement, l'effet « d'annulation par le sentiment positif » (positive sentiment override), lequel a été souligné dans la recherche sur les difficultés conjugales, permet aux partenaires de : filtrer le comportement négatif ou neutre de l'autre, de réparer les désaccords, d'augmenter la confiance du partenaire que l'autre répondra lorsqu'il aura besoin et qu'il demeurera proche malgré les difficultés. Cela correspond au « niveau d'attachement sûre » dans la relation. De plus, cet attachement sûr est reconnu comme favorisant la résilience et l'autonomie, et est associé à des réponses émotionnelles comme : l'habileté à traiter les informations ambiguës, à être empathique aux autres, à être un bon modèle à suivre dans les interactions avec les autres, à parler de soi de façon ouverte et à participer activement à la recherche de résolution de conflits.

L'article de Johnson fait également allusion à la publication de Bradley et Furrow (2003) qui ont ciblé des attitudes reconnues comme « supportantes » de la part des thérapeutes utilisant « l'EFT »; ce qui aurait un impact positif auprès des partenaires blâmant et critiques, en leur permettant de parvenir à une plus grande intimité conjugale. Ces interventions thérapeutiques consistent à : hausser les « réponses émotionnelles clés », recadrer les réponses souvent en termes de peurs et de besoins d'attachement et explorer davantage les réponses « évocatrices », permettant ainsi l'accès à certaines expériences émotionnelles importantes.

Une autre recherche réalisée par Johnson, Makinen et Miliken (2001), dans la perspective d'élaborer davantage la thérapie centrée sur les émotions et de mieux documenter les impasses rencontrées dans le processus de changement pour les couples en difficulté conjugale, a déterminé que le chemin conduisant à la guérison passait par l'utilisation d'expériences relationnelles traumatisques relevant de blessures liées à l'attachement. À cet effet, les résultats obtenus lors d'un contrôle réalisé auprès de couples ayant fait une démarche thérapeutique centrée sur les émotions (ou EFT), rapportent les données suivantes :

- la mesure attribuée au succès de la thérapie pour des couples en difficulté est de 1,3 comparativement au 0,95 habituellement accordé pour les thérapies conjugales considérées comme un succès.
- 70 à 73 % des couples sont reconnus comme rétablis lors du suivi post-thérapie qui est réalisé.
- « l'EFT » a des effets positifs sur la dépression, l'intimité et la confiance, et finalement,
- le fait que les femmes croyaient que leurs partenaires seraient attentionnés en cas de besoin de réconfort, était un bon présage.

Une autre chercheure, Turgeon (1998) a comparé des couples harmonieux à des couples en difficulté en observant sur vidéo les discussions de dix couples considérés en détresse conjugale et dix autres non considérés en détresse conjugale. Il est ressorti au terme de sa recherche que les couples présentant des difficultés conjugales adoptaient des « patterns »

relationnels négatifs, et dans le contexte où les conjointes se montraient plus tenaces dans leurs attentes de changement de la part de leurs conjoints, elle a constaté un haut taux d'affects anxieux.

En regard des études cherchant à cibler davantage les attitudes adoptées par les couples face à des conflits conjugaux, la recherche de Gottman et Levenson (1999) s'avère intéressante. Cette dernière avait pour but de prédire les habiletés des couples à se sortir d'un conflit conjugal et de prévoir le taux de divorce avec un haut degré de fiabilité en se servant de « variables affectives », mesurées lors de conversations positives et lors de conversations conflictuelles, auprès de 85 couples rencontrés à deux reprises sur une période de quatre ans. Les résultats ont permis de constater que ce ne sont ni l'intensité de la colère, ni le nombre de conflits, qui créaient les difficultés relationnelles, mais bien le mépris et la « distance émotive » qui créaient davantage de ravage dans la relation.

Par ailleurs, le rôle des difficultés relationnelles dans la génération, la promotion et le maintien de la dépression est devenu plus clair, et a été lié à la perspective de l'attachement dans les relations intimes (Anderson, Beach et Kaslow, 1999; Davila, 2001; Whiffen et Johnson, 1999). Sous l'angle de la dépression, cela serait un résultat naturel de l'inhabileté à créer un lien sûr avec la première figure d'attachement de qui nous dépendons. Cette « inhabileté » soulèverait beaucoup de vulnérabilité et le sentiment d'une perte de pouvoir, amenant ainsi la personne à douter de la valeur innée de soi.

Selon Weismann (2001), la dépression a 25 fois plus de chances d'apparaître chez les couples en difficultés. En ce sens, la recherche réalisée par Johnson et *al.*, en 1999, a soulevé le fait que « l'EFT » aurait également un impact sur la dépression. Cross et Madson (1997) ont relevé des différences fondamentales dans le contenu et la structure des représentations mentales de soi des femmes et des hommes. Les femmes intègrent des représentations des autres significatifs (significant others), tandis que les construits des hommes sont moins relationnels. Les femmes sont donc plus atteintes par la qualité émotionnelle de leur fonctionnement marital et sont, de façon générale, également plus sensibles aux événements relationnels. Ceci peut expliquer leur haut risque de dépression dans le contexte de relations « malheureuses ». Cet éclaircissement au niveau des genres s'avère utile à supporter les thérapeutes dans leur travail auprès des hommes et des femmes, leur permettant d'ajuster leurs interventions pour mieux répondre aux besoins et aux sensibilités spécifiques de chacun. L'observation de sessions-clés « d'EFT » avance que, lorsque les hommes expriment leur vulnérabilité, ils parlent d'avantage en termes de performance, d'échec et de rejet, tandis que les femmes parlent d'être seule et abandonnée.

Une autre recherche réalisée par Lefebvre-Sabourin, Gélinas et Lussier, en 1995, dans le but d'examiner les relations entre les attributions, la détresse psychologique et l'adaptation conjugale, a démontré que plus les conjoints rapportent des symptômes de dépression, d'anxiété, d'agressivité et des problèmes de nature cognitive, moins leur degré d'adaptation conjugale est élevé. Donc, au terme de notre recension des écrits nous n'avons trouvé rien de similaire à l'étude de Forest. Par ailleurs, les documents retenus et

utilisés à l'avancement de notre propre recherche abordent souvent les affects sous l'angle de leur expression en cours de discussion conflictuelle (ce qui est le plus près de notre recherche) ou encore en cours et en fin de thérapie centrée sur les émotions, dans le but de faire ressortir la pertinence de les utiliser dans un cadre thérapeutique conjugal.

#### - L'approche théorique

Considérant toutes les données recueillies à la lumière des travaux de Forest et de notre propre recension des écrits les plus récents sur le sujet, nous avons également retenu la théorie de l'attachement comme cadre d'analyse. Comme nous l'avons déjà évoqué dans la première partie de ce chapitre, c'est sur le pôle anxieux que repose la position théorique que nous avons adoptée pour expliquer le bouleversement affectif issu des crises conjugales. Mais avant d'amorcer plus spécifiquement la dimension théorique de l'attachement, nous croyons utile de donner ici la définition de l'attachement que Bersheid (1983, cité dans Janz, 2000) propose : « Un terme neutre qui comprend cependant sans réserve, toute la gamme au plan de la qualité et de l'intensité des émotions et sentiments humains, allant de la simple irritation à la rage folle, du bonheur aveugle au contentement placide ».

C'est Bolwby (1969; 1973) qui le premier a défini l'attachement comme correspondant à un besoin de protection qui se manifeste durant toute la vie. Selon la théorie qu'il a proposée, déjà chez le bébé ce besoin s'exprime par des comportements mis en jeu dans les situations de détresse. Ces comportements suscitent de la part de la principale figure dispensatrice de soins, souvent la mère, des réactions d'apaisement qui contribuent à

« forger une base de sécurité » et permettent l'acquisition d'une « sécurité interne suffisante ». Bolwby a suggéré que la stratégie mise en place par les enfants pour la régulation de leur détresse soit intégrée sous forme de modèles internes de fonctionnement qu'il a appelé « Internal Working Model » ou « IWM ».

Un peu plus tard Ainsworth, Blehar, Waters et Wall (1978) reprennent les avancées de Bolwby en créant une situation expérimentale permettant d'observer, chez l'enfant d'un an, les réactions que provoque une brève séparation d'avec la mère, suivi de retrouvailles. À la lumière de ces nouvelles données, Ainsworth (1978) décrivit différents « types d'attachement » qu'il définit selon les trois catégories suivantes : - l'attachement sûre, où l'enfant ne semble pas trop perturbé par la séparation; - l'attachement insûre, où l'enfant se montre en difficulté : soit il adopte des comportements ambivalents de contentement et d'agressivité lors des retrouvailles (attachement insûre-ambivalent), soit il montre un certain désintérêt affectif apparent (attachement insûre-évitant). Il peut aussi manifester angoisse et confusion, ce qui correspond à l'attachement insûre désorganisé.

Depuis ces premiers constats de base sur l'attachement, bien d'autres travaux cherchant à mettre en lumière la portée de ces premiers émois relationnels ont été réalisés. La théorie actuelle issue des travaux de Bolwby et Ainsworth convient que l'établissement de ces premières représentations internes de fonctionnement ou « IWM » demeure effectivement influent à l'âge adulte (Bouthillier, Dubé, Bélanger et Hamelin, 2002), et quel que soit le lien d'attachement qu'a pu développer l'enfant une fois adulte, ces « IWM » s'exercent

encore. Pour ne retenir que l'essentiel de ces avancées déterminantes pour la théorie de l'attachement, disons que les adultes, qui ont un attachement sécurisé, développent de bonnes représentations de leurs liens d'attachement. Les adultes ayant développé un attachement insécurisé, adopteront des stratégies comportementales de manière à acquérir une sécurité interne qui s'avérera fragile dans le quotidien ou encore qui les confortera dans leur croyance que les aides extérieures dont ils ont besoin sont défaillantes (Delage, Bastien-Flamain, Baillet-Lussiana et Le Breton, 2004). Mais quelles que soient les représentations qu'adoptent les individus, le besoin de se sentir protégé, aimé et sécurisé demeurera présent à l'âge l'adulte.

Par ailleurs, depuis que Hazan et Shaver (1987) ont développé un outil de mesure propre à donner un portrait représentatif des « IWM », des perceptions, des comportements et des attentes des adultes par rapport à leurs relations intimes, plusieurs versions de cet outil de mesure ont été proposées. La plupart de ces instruments rapportent deux dimensions : l'évitement de l'intimité et l'anxiété reliée à la peur de l'abandon (Bouthillier, Dubé, Bélanger et Hamelin, 2002). Par ailleurs, bien que nous ne mettions pas en doute l'impact que peuvent représenter les « IWM » sur la communication entre adultes aux prises avec des difficultés conjugales, c'est la dimension émotive de l'anxiété et de l'insécurité qui a guidé notre choix de nous arrêter plus spécifiquement sur la composante émotive en cause dans la théorie de l'attachement.

En effet, selon Johnson (2002), la théorie de l'attachement est actuellement de loin la plus prometteuse pour expliquer les enjeux affectifs en cause dans les relations amoureuses

des adultes. Il a été reconnu que les partenaires d'un couple, qui ont un attachement sûr, jouissent d'un lien dynamique, affectueux et dans lequel ils trouvent et alimentent l'intimité, le bien-être et la sécurité; en plus, ces liens s'appuient sur une profonde interdépendance psychologique et physiologique. Les théoriciens de l'attachement ont souligné que, peut-être en raison de cette interdépendance, la façon dont le partenaire peut faire défaut à répondre à temps à un besoin urgent de « réassurance » ou encore ne répond pas de façon « suffisamment rassurante » pour le partenaire dans le besoin, semble affecter de façon disproportionnée la relation d'attachement (Simpson et Rholes, 1994).

Des événements apparentés à un attachement négatif, particulièrement des abandons et des trahisons, causent apparemment souvent des dommages irréparables aux relations intimes. En effet, plusieurs partenaires entrent en thérapie non seulement parce qu'ils sont en détresse, mais aussi avec le but de mettre fin à certains événements relationnels douloureux, ce qui contribue largement à augmenter l'intimité et la confiance. Ces événements appelés « blessures d'attachement » sont toujours vécus avec intensité de la part du partenaire blessé, beaucoup comme à la manière d'un « flash-back » traumatique accablant le partenaire blessé. Ainsi, lorsque l'autre partenaire manque à répondre d'une façon « suffisamment réconfortante » ou encore lorsque le conjoint blessé ne peut s'ouvrir à cette tentative de l'autre, la blessure se complexifie.

La notion de « blessures d'attachement » ne s'attarde pas tant sur le contenu spécifique de l'événement douloureux que sur la signification accordée à ces événements. C'est

pourquoi l'approche thérapeutique proposée pour accompagner les couples en difficulté, et mentionnée précédemment, reconnaît que l'« l'EFT » peut être une voie précieuse pour dénouer les blessures liées à l'attachement, même si le concept de « blessures d'attachement » a émergé de l'observation des impasses dans le processus de thérapie des couples où les relations s'étaient améliorées, mais qui ne se rétablissaient pas de leur détresse et ce, malgré les thérapies centrées sur les émotions (Greenberg et Johnson, 1988; Johnson, 1996).

La théorie de l'attachement se réfère, dans certains cas, à des niveaux beaucoup plus profonds de blessures d'abandon où les affects en présence sont, il va sans dire, beaucoup plus aigus. Lorsque les individus sont en proie à de tels niveaux d'angoisse originant de blessures plus profondes, ils sont aussi plus vénérables, et éprouvent plus de difficulté à maîtriser leurs émotions (Johnson, 2002). Les perturbations de l'affect sont centrales dans toutes les descriptions de « stress traumatique ». Les blessures liées aux relations d'attachement qui résultent d'un manque à répondre émotivement et à temps à un besoin aussi significatif pour un partenaire « déjà blessé », peuvent équivaloir à un trauma, avec « un petit t » (Johnson, 2002).

C'est pourquoi, à la lumière de ces dernières données concernant les relations amoureuses difficiles, voire souffrantes, nous croyons que les affects rapportés par les couples en crise peuvent effectivement occasionner une anxiété importante qui pourrait, pour une large part, s'apparenter aux affects retrouvés par Forest lors de son expérimentation réalisée auprès des 14 individus qu'elle avait rencontrés dans le contexte d'une rupture.

C'est du moins l'objectif que nous poursuivons dans le cadre de cette recherche réalisée auprès de 11 couples en difficultés conjugales importantes.

## CHAPITRE 2

*La problématique*

Le chapitre qui suit vise à mieux faire comprendre aux lecteurs certains éléments à considérer dans la problématique des conflits conjugaux. C'est pourquoi avant d'aborder plus spécifiquement la part importante des affects en présence dans un tel contexte de crise, il nous apparaît judicieux de faire d'abord un bref retour sur les enjeux affectifs déjà présents dans l'histoire des premiers liens d'attachement. Pourquoi ces premiers liens sont-ils autant porteurs d'idéaux et d'attentes au regard des éventuelles relations amoureuses qui se vivront à l'âge adulte? Pourquoi créent-ils souvent autant de tension à l'intérieur de la dynamique conjugale, quand on s'attendait de l'amour qu'il soit simple et facile?

Nous nous arrêterons ensuite sur le contexte psychosocial actuel et verrons en quoi il contribue, lui aussi, à maintenir les individus dans des situations émotionnelles inconfortables, ce qui n'aide en rien les rapports amoureux. Finalement, nous conclurons sur les similitudes engendrées par les bouleversements affectifs que provoque la crise conjugale par rapport à la crise de rupture, avant de proposer au début du chapitre qui suivra, les questions et hypothèses de recherche qui ont alimenté notre travail.

#### - Retour sur les premiers liens d'attachement et ses empreintes affectives

Selon la théorie psychanalytique, dès notre naissance des forces opposées s'exercent en nous : retrouver l'état fusionnel de la grossesse qui ne connaissait pas le manque et renoncer à l'état narcissique pour qu'advienne la relation à l'autre, en consentant ainsi à la nécessaire séparation avec ce premier objet d'attachement, souvent la mère.

C'est ce qu'on appelle le « conflit originaire » ; conflit, parce qu'il oppose deux exigences contraires. Et comme l'immaturité du nourrisson ne lui permet pas de gérer ces « premiers conflits », ce sont ses premiers objets d'attachement qui les géreront, selon leur propre maturation. « La croissance et le développement vont bon train, et ceux qui nous ont mis au monde font en principe leur travail de contenance de ces premières tensions, ce qui nous permet de les dépasser pour grandir » (De Buttler, 1999, p. 7).

On conçoit donc que, déjà au cours de cette première portion de vie, s'inscrit un certain nombre « d'éprouvés affectifs » qui laissent des empreintes indélébiles dans la psyché du tout petit. Ainsi, de notre passage gestatif naîtrait un désir de fusion avec l'autre où tous nos besoins seraient instantanément répondus. Mais très tôt le petit s'aperçoit que la réalité est tout autre. Ce « bien-être extrême », vécu un jour, s'esquive rapidement en se heurtant au principe de la réalité, mais reste en lui pour toujours comme la cicatrice laissée par la désillusion de la symbiose parfaite. Surtout, il en gardera une nostalgie qui le poussera à rechercher sans trêve la relation parfaite (Poujol et Poujol, 2003).

Puis s'inscrit au fil du lien qui se tisse avec sa mère, la confiance ou la peur, selon que cette principale figure d'attachement se montrera accessible ou non à répondre de manière adéquate; c'est ce que le psychanalyste Winnicott (cité dans De Buttler, 1999) a qualifié de mère « suffisamment bonne ». Puis, peu à peu, « Sa Majesté le bébé », comme l'a si bien nommé Freud, découvre qu'il a à composer avec certaines réalités qu'engendre sa figure d'attachement, et dont il n'est plus l'unique centre d'attractions. De là surviendrait l'ambivalence soulevée par ces deux affects : haine et amour pour le même objet

d'attachement. Amour, parce qu'elle (la mère) comble nos besoins et haine, parce qu'elle nous frustre par ses manquements dans sa façon et son délai à répondre à nos demandes; c'est ce que le psychanalyste Lacan (cité dans De Butler, 1999) a nommé « l'hainamour », d'ailleurs si souvent retrouvé en clinique conjugale.

Sans vouloir trop nous attarder davantage sur cette étape fondamentale que Mélanie Klein, psychanalyste d'enfants (citée dans Poujol et Poujol, 2003), a largement développée, nous conclurons sur ce thème de « l'hainamour » en ajoutant que c'est lors de ce passage relationnel conflictuel avec sa mère, que le nourrisson développera le mécanisme de projection. En effet, l'enfant constate à ce stade que son désir de toute-puissance n'opère plus. Le malaise éprouvé par le sentiment négatif qu'il ressent pour cette mère frustrante par les « délais » et les « limites » qu'elle lui fait vivre dans la satisfaction immédiate de ses besoins, le porte à projeter sur elle la haine qu'il ressent pour ce « mauvais sein », se préservant ainsi de se percevoir comme « mauvais ». Plus tard, ce sera sur les autres et particulièrement sur le partenaire amoureux, digne représentant de sa première relation d'attachement, que sera projeté le « négatif ».

C'est aussi lors de cette phase où il éprouve de l'amour en même temps que de la haine dirigés vers la figure aimée, que l'enfant apprend au fil de son développement que cet affect destructeur, qui génère aussi en lui de la culpabilité, ne détruit pas pour autant cet objet d'amour. Et, bien qu'il éprouve ces émois affectifs inconfortables, si sa figure d'attachement demeure tout autant bienveillante envers lui, il réussira à intégrer ces émois comme des « réalités intérieures » tolérables pouvant cohabiter côte à côte.

Par ailleurs, avant de conclure sur cette phase cruciale du développement des affects, il nous apparaît majeur d'ouvrir une dernière parenthèse sur la phase de « séparation-individuation » d'avec la mère, pour qu'advienne l'enfant, comme nous l'avons d'ailleurs déjà mentionné au début de cette première partie. Pour parler de cette phase majeure, dont Jacques Salomé parle en termes de « sevrage relationnel », nous trouvions pertinent ici de le citer textuellement, tant sa façon de la décrire nous apparaît judicieuse.

« ... Souvent, au lieu de se vivre comme une séparation structurante, le sevrage relationnel se pervertit. Il peut s'inscrire dans le déni du manque, être perçu comme un risque, un danger, ou vécu comme une perte, une déchirure, une blessure de l'ordre de l'anéantissement, semblable à un immense manque impossible à combler, si ce n'est sous la forme d'une tentative de retour à l'état fusionnel initial. Le besoin d'être aimé cherchera à se satisfaire par l'établissement de relations d'aliénation, fondées en priorité sur la recherche de l'approbation, ou sur une exaltation et une érotisation du manque » (Salomé, 1999, p. 11).

On peut donc mieux comprendre ici avec quel bagage affectif arrive l'individu dans la relation amoureuse, et à plus forte raison lorsque l'objet d'attachement a « failli » dans son rôle de mère « suffisamment bonne » afin que, déjà dès l'enfance, il puisse s'engager de façon plus confiante vers la maturité. Et comme le dit si bien Renée Marti (cité dans Poujol et Poujol, 2003, p. 3) psychologue, clinicienne et psychothérapeute conjugale :

« Prototype de toute relation, celle du bébé à sa mère éclaire ce que nous savons de la relation amoureuse. Cette relation est non seulement la première dans le temps, mais aussi primordiale par son intensité et son aspect total. Elle va tracer dans le psychisme de l'être humain, un sillage qui ne s'effacera plus. Première, cette relation le restera dans nos fantasmes. Les mécanismes qu'elle a mis en place ne cesseront de fonctionner ».

C'est seulement à la faveur d'une nouvelle rencontre avec une réalité similaire, et donc à dire, à l'intérieur de la relation amoureuse, que l'actualisation de ces « éprouvés » produira de la souffrance (De Buttler, 1999).

- De la première relation d'attachement à la relation amoureuse

Effectivement, nous revivons inconsciemment avec notre conjoint la relation primitive avec celle qui nous a donné la vie. Nous arrivons donc dans cette nouvelle expérience de très grande proximité avec les bras chargés d'attentes irréalisables et surtout inconscientes, des affects positifs et, comme nous venons de le voir, des affects négatifs, qui ne tarderont pas à se signifier lorsque l'autre ne pourra évidemment pas répondre, en totalité et sans conditions, à toutes nos demandes. Idéalisation de l'objet d'amour, ambivalence des affects (haine et amour), peurs, frustrations engendrant un sentiment d'injustice, sans oublier le processus de « séparation- individuation » souvent non résolu ou si peu, feront partie du décor. Tous ces affects ressentis se retrouvent donc rapidement à nouveau mis en oeuvre dès que le partenaire n'exerce plus l'effet magique dont il avait été auréolé dans la phase d'idéalisation, phase inhérente à toute relation amoureuse dans ses débuts.

Pour continuer la réflexion de Jacques Salomé en regard du « sevrage relationnel », mais cette fois-ci à l'âge adulte, voici comment il conclut sur le sujet :

«... Ici le sevrage relationnel se manifestera souvent en écho au vécu de l'enfance, et dans l'acceptation de relations de dépendance ou de perversion dont le prix à payer se traduira par des difficultés à s'affirmer, par le déni du manque et par des tentatives d'exercer son emprise sur l'autre. Il consistera en une quête

nostalgique d'un paradis perdu; garant de sa pérennité, le partenaire en sera le gardien. Des attentes sourdes ou violentes, des blessures douloureuses et mal cicatrisées se réveilleront... Toutes ces plaintes empêcheront de recevoir et parasiteront la rencontre véritable » (p. 11).

Voilà qui participe grandement à l'origine de choix amoureux faussés et d'engagements amoureux qui finissent par se révéler aliénants, pervers, possessifs et insatisfaisants. Le paradoxe de l'amour se trouve ici confondu entre deux réalités. D'un côté l'amour qui se veut sincère et qui cherche à se vivre entièrement, et de l'autre, la quête désespérée de « l'Amour Originaire » vécu au moment de la symbiose avec la mère. Cette collusion ou « entente secrète », implicitement attendue et si fréquente dans la relation amoureuse, ne sera pas, il va s'en dire, sans entraîner dans son sillage des malentendus, des souffrances, des frustrations et, malheureusement trop souvent, des violences. On peut donc comprendre dès lors à quel point le fait d'avoir pu bénéficier dans l'enfance d'un lien qui soit « suffisamment bon » avec notre principale figure d'attachement, participe de façon importante aux fondements d'une sécurité affective.

Ce que vient réveiller à notre insu ce « re-contact affectif bouleversant », ce sont tous les « éprouvés » vécus au cours de notre toute première enfance. Mais ce qui ne nous apparaît aucunement accessible conscientement tant nous sommes aveuglés par les manquements de l'autre, ce sont en réalité nos propres blessures; c'est la nécessité de se différencier de l'autre, une fois pour toutes, au profit d'une plus grande liberté intérieure. C'est la nécessité d'accepter la « désidéralisation » de l'amour et de l'autre, non plus perçu comme un être tout-puissant qui aurait remède à tous nos maux, mais comme un être qui, tout comme nous, a ses failles, ses limites, ses incongruités. Ce n'est donc qu'à la faveur

du difficile renoncement à transformer l'autre à son propre profit et à la lumière d'une nécessaire et bénéfique individuation, que la véritable rencontre amoureuse est possible.

#### - De la relation amoureuse aux conflits

On peut donc comprendre dès lors combien il s'avère difficile pour les deux protagonistes d'une relation amoureuse qui veut s'inscrire dans la durée, de dépasser le cap des premiers véritables conflits, surtout qu'il est probable qu'au moins un des deux n'ait pu bénéficier dans son enfance d'un premier lien d'attachement suffisamment sûre. On pourra également comprendre, et à plus forte raison dans un contexte social encourageant « l'individualisme à tout crin », « l'accès virtuel aux relations d'objet » et le repli devant l'adversité, combien fragilisés seront les rapports amoureux, et davantage chez les jeunes, surtout quand autour d'eux les ruptures et les familles déchirées se font nombreuses

Alors, pas étonnant que lorsqu'éclatent des difficultés plus sévères entre les conjoints, surtout si ceux-ci ont été fragilisés dans leur enfance par des liens d'attachement inconsistants, pauvres, voire parfois violents, ils puissent se retrouver démunis, désesparés, inquiets, mais surtout frustrés de n'avoir pu trouver dans ce lien prometteur les satisfactions attendues, les réponses à leur malaise; cela engendrera des conflits d'où émergeront de la colère, du ressentiment, des sentiments d'injustice, de la désillusion et de l'impuissance à résoudre ces mêmes conflits qui les dépassent. Aussi, ne faut-il pas s'étonner que plusieurs, se sentant submergés par un tel malaise dont les racines prennent leur souche dans un « manquement véritable » du lien d'attachement, optent pour la rupture.

En clinique conjugale, surtout si elle s'exerce dans des milieux défavorisés, il n'est pas rare de constater en effet toute la détresse, voire la violence, que produisent les difficultés conjugales. En ce sens, nous adhérons fortement à la pertinence pour le thérapeute travaillant auprès de ces couples, de s'appuyer sur une solide approche comme celle de « l'EFT ».

Et comme le dit si bien De Buttler : « Le couple et le partenaire apparaissent à tort comme les auteurs de cette souffrance, alors qu'ils n'en sont au fond, que les révélateurs (p. 6)... La souffrance conjugale semblant bien avoir pour privilège de remettre sans cesse sur le métier ce qui est resté insuffisamment élaboré en nous, pour participer à notre vie psychique et en assurer la croissance » (p. 18).

Mais avant de clore le sujet sur toute la dimension affective inhérente aux relations conflictuelles, il nous apparaît incontournable de devoir tenir compte du climat social dans lequel se vit toute cette saga amoureuse.

#### - Contexte social

« Il n'est pas de culture qui, autant que la culture occidentale, ait valorisé l'amour et la nébuleuse de significations qui gravitent autour de ce terme », écrivait Xavier Lacroix (1997) dans son introduction de : « *Les mirages de l'amour* ». En effet, un des problèmes de nos sociétés contemporaines est d'accorder autant de poids à la conjugalité, à l'amour et au sexe comme source de tout bonheur. Pourtant, malgré les déceptions, les grandes

souffrances morales, les malentendus, parfois même les violences qu'engendre l'amour, il continue d'être idéalisé.

En ce sens, les unions libres qui ne cessent de se multiplier laissent effectivement croire que le mythe de « l'Amour avec un grand A » est plus que jamais à l'oeuvre, surtout lorsqu'on jette un regard du côté des statistiques. Ainsi, depuis le début des années 1980, le nombre de couples vivant en union libre a presque triplé (Janz, 2000). Au Québec c'est près du tiers des couples qui vit en union libre, ce qui représente le double du taux qu'on retrouve en France (Singer, 2003). Par ailleurs, l'union libre chez les jeunes est aussi deux fois plus susceptible de se terminer par une séparation qu'un mariage. À cet effet Lacroix (1997) soulève encore dans ses écrits, combien la dynamique amoureuse trop précoce dans laquelle des adolescents s'engagent s'inscrit tôt dans une relation duelle, parfois proche d'être exclusive, les faisant même se comporter comme s'ils étaient des couples établis.

En ce qui a trait aux statistiques sur le mariage au Canada, elles sont un peu plus reluisantes, encore que... en 1996, 87 % des Canadiens étaient mariés, et de ce nombre, 37 % divorceront (Johnson, 2003). Par ailleurs, bien que ces résultats puissent paraître encore trop importants, il semblerait que la détresse vécue dans les relations amoureuses ne se soldant pas toujours par un divorce, soit sur le point de devenir aussi nocive que l'impact du divorce et de la séparation; et si le divorce de son côté affiche une baisse considérable, c'est uniquement à la lumière de la diminution du nombre de mariages, au profit des unions libres.

Nous croyons utile ici de préciser davantage certaines données sociétales dont, à notre avis, on doit tenir compte dans le contexte actuel des difficultés vécues par les hommes et les femmes dans leurs rapports amoureux.

D'abord rappeler l'énorme influence des médias qui, pendant les années '80 et '90, ont largement contribué à répandre l'information plus nuisible que supportante des difficultés rencontrées par les hommes et les femmes, difficultés attribuées à la différence qui les opposait, en insistant sur l'instabilité des unions, sans pour autant proposer de solution. Ce qui n'a pas été sans soulever beaucoup de détresse affective. Heureusement, au cours des dernières années, les médias ont réajusté leur tir en faisant maintenant davantage ressortir l'aspect constructif que représentent aussi nos différences.

Par ailleurs, les effets de plus en plus néfastes des exigences liées au travail ne sont pas sans affecter émotivement les partenaires des couples qui se voient de plus en plus compressés. Ainsi, le couple de la dernière décennie travaille-t-il en moyenne 1000 heures de plus par année (Gottman, 1999). Pas étonnant, dans ce contexte, que la relation conjugale soit affectée, soit par des horaires exigeants ou nécessitant une gestion du temps qui fait fi des réalités familiales, soit par d'énormes pressions de performance au travail qui nécessitent de couper dans le temps pour soi, dans le temps pour nous, au profit de l'entreprise. Quand ce n'est pas pour assurer des rôles parentaux ou familiaux qui, pour leur part, nécessitent une présence de plus en plus vigilante dans le contexte de société dans lequel nous évoluons actuellement !

Pour Serge Marquis (2004), spécialiste en médecine communautaire et en médecine du travail, le résultat se répercute dans notre espace de rencontre qui s'avère plus restreint. On ne se voit plus! De surcroît, même lorsqu'on se voit, on a souvent la tête ailleurs, et dans ce cas, on ne se voit pas! On ne peut donc offrir cette présence attentive à l'autre. Comment alors, dans un tel contexte, échapper au risque de débordements émotifs auxquels l'un ou l'autre membre du couple, ou même les deux, ne peuvent, sans trop comprendre, se soustraire? Comment alors, à plus forte raison dans un contexte d'aussi grandes perturbations émotives, arriver à échapper aux nombreuses solutions de rechange que met à notre disposition notre société de l'instantané : loisirs virtuels, plaisir virtuel, amour virtuel, compromettant ainsi l'opportunité de se relier à soi et à l'autre.

Et que dire de la course contre la montre qui a insidieusement gagné notre quotidien, des exigences du rôle de parent avec des enfants qui grandissent à l'ère de la consommation, de la technologie, de la vitesse, sans oublier le flot d'informations de plus en plus bouleversantes et sur lesquelles on ne peut fermer les yeux, ni demeurer indifférents. Bref, que de pressions supplémentaires sur des individus déjà naturellement enclins à attendre de l'amour qu'il les libère, les console, les protège, les accueille et, à la limite, qu'il les sauve de la souffrance inhérente à la condition humaine !

Il nous apparaît dès lors incontournable que le thérapeute conjugal intervenant auprès des couples en difficultés doive donc au départ tenir compte des multiples réalités auxquelles sont confrontés les couples d'aujourd'hui, surtout à une époque où les recompositions

familiales se font nombreuses, ce qui ne va pas sans compliquer le tableau. Dans un tel contexte hautement chargé émotivement, le thérapeute conjugal ne peut, à notre avis, se soustraire à la nécessité d'être plus que jamais appuyé sur une solide théorie de l'attachement sur laquelle s'appuie entre autres, « l'EFT » que nous avons déjà évoquée un peu plus avant.

#### **- De la crise conjugale à la crise de rupture**

En effet, nous croyons, dans un contexte social plus que jamais susceptible d'induire davantage de leurres amoureux chez les individus en partie plus ou moins matures, surtout si, à plus forte raison, ils ont été fragilisés par leur premier objet d'attachement, qu'il devienne nécessaire de tenir davantage compte de toute la dimension affective au cœur d'un si grand malaise. Et comme ces relations se sont plus souvent qu'autrement créées dans la recherche aveugle d'un lien qui apaise une fois pour toutes, et dans l'espoir qu'il nous mette à l'abri des remous, des frustrations et des bouleversantes remises en question amoureuses que nous entretenons mutuellement par notre ignorance, il nous apparaît judicieux de porter une plus grande attention aux affects en présence.

C'est pourquoi nous pensons que les affects identifiés par Forest lors d'une crise de rupture (agressivité, impuissance, injustice et désillusion), pour ne nommer que les plus importants, peuvent également se retrouver, peut-être à des degrés différents et pour des raisons différentes, en contexte de crise conjugale, là où plane souvent l'ombre de la rupture. À notre avis, « l'incomparable incompréhension » qu'a l'autre à notre égard, et qu'on apporte souvent au thérapeute comme motif explicatif au douloureux conflit qui

nous oppose, ne peut que se comprendre et au mieux se dénouer en grande partie qu'à la lumière des inconfortables émotions engendrées, à leur insu, par cette nouvelle réédition de leur tout premier amour. C'est du moins ce que nous tenterons de vérifier dans le cadre de cette recherche qui vise à mieux comprendre les couples qui traversent avec beaucoup d'émotions une crise conjugale.

## CHAPITRE 3

Questions, hypothèses de recherche et méthodologie

#### - Questions et hypothèses de recherche

À la lumière de notre recension des écrits sur la crise conjugale et de la problématique qui s'y rattache dans le contexte social qui est le nôtre, nous nous sommes donc posée les questions suivantes :

Retrouve-t-on, dans le contexte d'une crise conjugale, les mêmes affects identifiés par Forest dans son étude sur les individus en crise de rupture? Si oui, ces affects apparaissent-ils dans le même ordre de priorité, avec le même degré d'importance et pour les mêmes raisons. De façon précise :

- L'agressivité est-elle omniprésente seulement chez les individus qui vivent une situation de rupture? Est-elle fortement liée au ressentiment que soulève le partenaire jugé responsable de la crise?
- L'impuissance se retrouve-t-elle aussi massivement? S'exprime-t-elle plus discrètement, alors que les individus ne sont pas véritablement confrontés à la perte de l'autre? Le fait de déclarer ouvertement son impuissance en présence de l'autre traduit-il une certaine faiblesse?
- Le sentiment d'injustice se retrouve-t-il, lui aussi, lié au fait que les individus se sentent incompris dans leurs intentions et lésés dans leurs besoins? En ce sens, ce sentiment se retrouve- t-il fortement associé à l'agressivité ?

- Quel est le niveau de désillusion des individus en crise conjugale? Lorsque la désillusion s'exprime, l'est-elle autant par rapport à l'autre, à la relation, ou plutôt par rapport aux doutes profonds qu'elle laisse sur les individus qui peuvent se juger naïfs dans leurs attentes et leur évaluation du monde en général? Dans le contexte des entrevues conjugales en présence des deux individus du couple, se manifeste-t-il des attitudes de retrait, de fermeture et de méfiance affective?
- La peur se manifeste-t-elle de façon plus importante? Dans le contexte d'une éventuelle rupture, voyons-nous se manifester plus de peur? L'un des conjoints montre-t-il plus de dépendance affective par rapport à l'autre?
- Le sentiment de dévalorisation est-il aussi discret compte tenu qu'au stade de la crise comme telle, il y a moins d'importance attribuée au malaise que peut faire vivre le jugement des autres face à la rupture qui vient de se produire?

#### - Hypothèses de recherche

Dans le cas où les individus que nous rencontrons en contexte de crise conjugale se montrent tout aussi affectés que les individus que Forest avait rencontrés en contexte de rupture, nous devons retrouver les mêmes affects et dans le même ordre d'importance.

Ainsi :

- L'agressivité (affect se retrouvant dans la dimension interpersonnelle) se manifeste de façon importante et est fortement lié au sentiment d'injustice que soulève le partenaire jugé responsable de la crise.

- L'impuissance se retrouve elle aussi de façon importante et, dans une certaine mesure et pour certains individus, en lien avec un sentiment d'échec et de désir de vengeance par rapport au conjoint perçu comme à l'origine de l'échec du couple.
- La désillusion se manifeste moins significativement comparativement aux trois affects ci-haut mentionnés.
- La peur se retrouve plus loin derrière et se manifeste de façon discrète et chez quelques individus seulement.
- Et finalement la dévalorisation suit de près l'affect de peur et se manifeste elle aussi très légèrement et dans quelques cas seulement.

Au terme de notre recherche nous avons donc pu confirmer toutes nos hypothèses, en reconnaissant cependant que le classement que nous avons obtenu a été légèrement modifié. De même avons-nous pu constater que les sentiments d'impuissance, de peur et de dévalorisation ont été moins exprimés que lors de la recherche de Mme Forest

## - Méthodologie

### Présentation du milieu d'étude

Le milieu où nous avons réalisé notre étude est un centre de consultation communautaire offrant aux individus et aux couples qui vivent des difficultés « émotives et /ou relationnelles » passagères, les services professionnels d'intervenants sociaux et de psychologues. Ils ont ainsi la possibilité de bénéficier, à moindre coût, de démarches « court-terme » pour des problématiques jugées légères à moyennes et ne relevant pas de problèmes de santé mentale importants. Par ailleurs, comme il existe peu de ressources communautaires dans ce milieu pour les couples en difficulté, ce centre où nous travaillons à titre d'intervenante sociale, reçoit plusieurs demandes de couples qui peuvent se retrouver en crise importante. Les services qui y sont offerts le sont en grande partie grâce au soutien financier majeur de l'Évêché du territoire et en partie aussi par le biais d'une contribution financière volontaire que peuvent faire, en fonction de leurs revenus, les individus qui font appel à ses services. Les personnes qui nous consultent, le font soit à la suite d'une référence qu'ont pu leur donner les ressources du milieu (C.L.S.C. ou organismes communautaires de la localité qui connaissent bien les services qui y sont offerts), soit par le biais du « bouche à oreille ».

### Description de la population de l'échantillon

L'échantillon se compose de 11 couples sur une possibilité de 12, un couple ayant été retiré faute d'élaboration suffisante des affects. Ces couples sont des Saguenayens, de langue française et de race blanche, mariés ou vivant en cohabitation (sur une période

allant de six mois à 19 ans), ayant également tous des enfants (de un à cinq, si l'on tient compte des familles recomposées). Leur âge varie entre 28 et 54 ans. Ils ont des revenus financiers faibles ou moyens et un degré d'instruction allant du Diplôme d'études professionnelles en passant par des études de niveau secondaire pas toujours complétées, des études de niveau Collégial à des études de niveau universitaire (pour trois individus seulement).

Les couples ont été recrutés dans le contexte où ils ont fait appel à nos services suite à des références ou suggestions qu'ont pu leur donner les divers organismes psychosociaux et communautaires de notre ville. Ils ont tous manifesté, au départ, le désir de suivre assez rapidement une démarche en thérapie conjugale pour des difficultés qu'eux-mêmes rapportent comme importantes. À cet effet, un couple a fait appel à nos services suite à une ordonnance de la Cour, dans le but spécifique d'obtenir à nouveau la garde de ses enfants. Trois de ces couples sont des familles recomposées. Dans le but d'assurer la plus grande confidentialité possible, les numéros, qui leur ont été attribués, l'ont été en fonction des deux derniers numéros identifiant leurs dossiers. Les caractéristiques propres à chacun, en regard du sexe, de l'âge, du nombre de mois ou d'années de cohabitation, du niveau de scolarité, de leurs revenus financiers et du nombre d'enfants, sont présentées au Tableau 2.

Tableau 2

## CARACTÉRISTIQUES DE L'ÉCHANTILLON

COUPLES	SEXE	AGE	DURÉE DE VIE COMMUNE	NIVEAU D'ÉTUDES	NIVEAU DE REVENU	NOMBRE D'ENFANTS
14	F	31	10 ans	Collégiales DEC*	faible	1
	M	35				
15	F	37	19 ans	Sec. IV DEP**	faible	2
	M	39				
16	F	28	2 ans	Sec. V Sec. IV	faible	1
	M	43				0
18	F	32	12 ans	Bacc DEC	moyen	2
	M	33				
19	F	25	8 ans	Sec. II Sec. I	faible	3
	M	28				
20	F	28	14 mois	Sec. IV DEP	faible	1
	M	43				1
21	F	28	6 ans	Bacc Bacc	moyen	2
	M	33				
22	F	49	6 ans	Sec. III Sec. II	moyen	1
	M	54				2
23	F	39	1 an et demi	DEP DEC	moyen	3
	M	42				2
25	F	29	6 ans	DEP DEP	moyen	2
	M	32				1
27	F	41	6 mois	Sec. III DEP	faible	1
	M	44				1

\* diplôme d'études collégiales

\*\* diplôme d'études professionnelles

### - Déroulement de l'enquête

Un premier entretien téléphonique d'une quinzaine de minutes, faisant suite à la demande d'aide par les couples à notre centre, a été réalisé par l'expérimentateur. Ce dernier s'assurait de valider auprès de chaque couple la pertinence de cette première rencontre d'évaluation pour des difficultés conjugales jugées importantes. Par la suite, le cadre expérimental dans lequel s'inscrivait cette première rencontre d'évaluation leur a été présenté, expliquant bien qu'ils participeraient, s'ils acceptaient, à une recherche portant sur les sentiments amoureux vécus par les couples aux prises avec des difficultés conjugales. Les personnes étaient informées qu'il s'agissait d'une entrevue semi-structurée (Annexe-VIII) d'une durée approximative de 75 minutes, enregistrée de façon « audio » et au cours de laquelle ils parleront de leur situation conjugale. Suite à leur consentement commun, nous convenions du moment de cette rencontre d'évaluation.

En ce qui a trait à l'entrevue comme telle, sa structure s'est inspirée du canevas construit par Forest, principalement dans le but de mettre le plus possible en lumière les affects des individus. Ainsi, la première partie a été consacrée spécifiquement à la crise conjugale. Qu'est-ce qu'ils ressentent? Y'a-t-il eu des événements déclencheurs? Puis, la deuxième partie a été réservée à leur histoire conjugale comme telle. Comment se sont-ils rencontrés? Qu'est-ce qui les a attirés l'un l'autre? Se sont-ils fréquentés longtemps? Enfin, la troisième partie a permis de connaître l'histoire de la famille d'origine de chacun et les faits ou liens particuliers qui ont marqué cette période. De quel genre de famille venez-vous? Rang, types de parents, etc..

Dès le début de la rencontre, avant la signature du formulaire d'autorisation (Annexe-IX), le cadre et le déroulement de l'entretien leur ont été à nouveau expliqués, incluant les aspects de confidentialité et la possibilité de désistement de notre recherche en tout temps.

#### Procédures utilisées pour l'analyse des données

1. Les entrevues ont été enregistrées, puis retranscrites.
2. Les entrevues ont été lues à la lumière d'un système de codage (ex. 1-c, 3-d, etc., issu de la grille de codification proposée par Forest et telle que présentée aux Annexes I et II). À cet effet, un juge externe bien informé de la recherche et de la façon de faire le dépouillement des énoncés à retenir aux fins de cette expérimentation, a été interpellé pour répondre aux exigences de validité et de congruence nécessaires pour cette expérimentation. Les indices ont ensuite été regroupés en fonction des affects dont ils révélaient la présence.
3. Le nombre d'occurrences de chacun des cinq affects a été calculé de la même façon que l'avait fait Mme Forest. En effet la grille de codification des affects a été construite en tenant compte de la règle d'exclusion mutuelle des catégories. Cependant, à cause de la nature même du contenu à analyser, à savoir le vécu affectif, la possibilité qu'un même énoncé puisse être classé dans plus d'une catégorie a été envisagée. Dans ce cas, c'est le procédé de multicodage, tel que défini par Bardin (1977), qui a été appliqué. Une même unité formelle pouvant correspondre, dans certains cas, à plus d'une catégorie (Forest, 1988).

## CHAPITRE 4

### *Présentation des données et analyse des résultats*

Le présent chapitre fait état des résultats obtenus. Dans un premier temps nous présenterons les données recueillies par le juge externe et le chercheur, puis nous procéderons à l'analyse quantitative des résultats à la lumière du test du chi carré. Le calcul du  $X^2$  s'obtient en comparant les valeurs obtenues (O) aux valeurs attendues (E).

La formule s'énonce comme suit :

$$X^2_p = \sum (O - E)^2 / E$$

Dans ce cas-ci, nous disposions « d'un degré de liberté » et nous avions fixé le seuil de confiance à 5 % soit  $\alpha = .05$ , ce qui inférait au  $X^2$  une valeur théorique de 3,34, valeur qu'il fallait dépasser ( $X^2_p > X^2$ ) pour conclure à une différence significative entre O et E. Nous avons également utilisé le test de Fisher. Il a été retenu en complément du test du chi carré en raison du petit nombre de sujets participant à cette recherche. Ce test est basé sur un calcul factoriel pour l'obtention d'une valeur P où :  $P = (a+b)! (c+d)! (a+c)! (b+d)! / a!b!c!d!n!$

Pour les fins de cette recherche, nous avons défini un seuil de confiance de 5 % ( $\alpha = .05$ ) où  $P > .05$  permet d'accepter l'hypothèse nulle ( $H_0$ ), à savoir l'absence d'association entre les variables soumises à l'analyse, et  $P < .05$  permet d'accepter l'hypothèse alternative. Et pour clore ce présent chapitre, nous ferons état des données recueillies sous l'angle qualitatif.

#### - Validation de la grille de codification des affects

Avant d'amorcer plus spécifiquement la partie quantitative comme telle, nous souhaiterions apporter quelques précisions en ce qui a trait à la validation de la grille de

Forest. Ainsi, lors de notre projet de départ il avait été convenu que nous nous assurerions de la validité de notre outil de mesure en utilisant deux juges externes (tel que l'avait fait Forest) pour le dépouillement de trois verbatim choisis au hasard. Cependant, comme l'un de nos juges a dû se désister à la dernière minute en raison d'un changement important à son travail (promotion) et que nous ne trouvions aucun thérapeute disponible pour accomplir cette tâche, nous avons décidé de pallier à cette lacune en étant plus rigoureux lors de notre travail de co-évaluation (un seul juge et le chercheur).

Ainsi, avant de nous pencher sur le dépouillement des trois verbatim choisis au hasard, le chercheur a bien expliqué au juge participant les tenants et les aboutissants de la recherche de Forest et les exigences inhérentes au dépouillement des verbatim, avec la grille de codification des affects bâtie par cette dernière. En effet, un tel type d'analyse exige de répondre à deux critères de base : que le juge externe et le chercheur retiennent les mêmes énoncés, et que le degré d'accord ou de désaccord sur le sens de ces énoncés soit bien circonscrit. À la lumière de ces principes de base, un verbatim a été conjointement dépouillé et deux verbatim « d'essai » ont suivi. C'est uniquement à la faveur de ce rigoureux exercice (juge et chercheur) que nous avons par la suite entrepris le déroulement tel que prévu au départ (i. e. tel qu'il devait se faire avec la participation de deux juges externes).

Les verbatim des entrevues de trois couples choisis au hasard (couples 18, 19, 22) ont donc par la suite été soumis à la co-évaluation. Le juge avait pour tâche de relever dans chacun des verbatim retenus tous les énoncés se référant à un vécu affectif de crise et de

les associer, le cas échéant, à l'une des dix catégories d'affects intra et /ou interpersonnelle de la grille.

#### **-Présentation des données**

Le Tableau 3 nous permet donc de constater que pour les trois couples retenus, le juge externe et le chercheur s'entendent conjointement sur 28 des 60 cotations possibles, soit un pourcentage de 46,6 %. Lorsque le degré d'accord est inférieur ou égal à un point de différence, ils s'entendent sur 45 cotations, soit 75 %. Le pourcentage d'accord passe à 95 %, soient 57 cotations sur 60, lorsque le degré d'accord est inférieur ou égal à deux points. Quant à un désaccord supérieur à deux points, seulement trois cotations sont repérées par le juge et le chercheur, soit 5 %. Les deux utilisateurs de la grille s'entendent pour n'accorder aucune cotation à la catégorie « autres » que 14 fois sur 19, soit un pourcentage de 74 %.

**Tableau 3**

#### **RÉSULTATS OBTENUS PAR JUGE EXTERNE ET CHERCHEURE (EN POURCENTAGE), SUR 60 COTATIONS**

COUPLES	ACCORD TOTAL	ACCORD $\leq$ À 1 POINT	ACCORD $\leq$ À 2 POINTS	DÉSACCORD $>$ À 2 POINTS
18 – 19 - 21	28 cotations	45 cotations	57 cotations	3 cotations
	46,6 %	75 %	95 %	5 %

Consensus sur n = 0 (i.e. aucune cotation accordée) 14/19 soit  $\pm 74 \%$

#### - Dépouillement des résultats : Dimension intrapersonnelle

À la lumière du dépouillement total des cotations obtenues pour l'ensemble des 11 couples rencontrés, nous retrouvons en tête de liste l'affect de désillusion avec 189 occurrences ( $\bar{X} = 8,60 / \text{ind.}$ ) puis l'affect d'injustice avec 159 occurrences ( $\bar{X} = 7,23 / \text{ind.}$ ) et finalement, l'affect d'impuissance en troisième position avec 95 occurrences ( $\bar{X} = 4,3 / \text{ind.}$ ). Les affects de peur (64 occurrences) et de dévalorisation (61 occurrences), se retrouvent plus loin derrière. Quant à la catégorie « autres », elle est négligeable avec 8 occurrences.

Nous constatons que les résultats obtenus sont légèrement inversés comparativement à ceux obtenus par Forest. Nous commenterons davantage ces résultats dans le prochain chapitre réservé à l'interprétation des résultats.

#### - Dépouillement des résultats : Dimension interpersonnelle

Ici il y a une nette avance accordée à l'affect d'agressivité, soit 211 occurrences, pour une  $\bar{X} = 9,6$  occurrences/ individu. Suit de loin, l'affect d'isolement avec 84 occurrences  $\bar{X} = 3,8$  et la dépendance avec 26 occurrences. La catégorie « autres » est encore pratiquement absente avec 5 occurrences. L'ordre des affects ici obtenu (Dimension Interpersonnelle) est par ailleurs le même que celui de Forest.

De plus, nous avons cru intéressant de présenter deux autres tableaux de résultats. Le Tableau 4 concerne le nombre d'occurrences obtenues selon le sexe. Sauf pour l'affect

d'impuissance (Dimension Intrapersonnelle), qui se retrouve sensiblement proche du résultat obtenu par les hommes et l'affect de désillusion (cependant qu'avec un écart un peu plus marqué que l'affect d'impuissance), les autres affects se voient doublés pour les femmes. Par ailleurs, c'est l'inverse qui se produit pour l'affect d'isolement qui se retrouve pratiquement doublé, mais cette fois-ci pour les hommes. Ces derniers résultats seront également élaborés au chapitre cinq.

**Tableau 4****NOMBRE D'OCCURRENCES OBTENUES SELON LE SEXE**

<b>DIMENSION INTRAPERSONNELLE</b>		
<b>AFFECTS</b>	<b>SEXЕ</b>	
	<b>FÉMININ</b>	<b>MASCULIN</b>
DÉSILLUSION	101	87
	$\bar{X} = 9,2$	$\bar{X} = 7,9$
INJUSTICE	106	53
	$\bar{X} = 9,6$	$\bar{X} = 4,5$
DÉVALORISATION	42	19
	$\bar{X} = 3,8$	$\bar{X} = 1,7$
IMPUISANCE	45	50
	$\bar{X} = 4,1$	$\bar{X} = 4,5$
AUTRES	NÉGLIGEABLE	NÉGLIGEABLE

  

<b>DIMENSION INTERPERSONNELLE</b>		
<b>AFFECTS</b>	<b>SEXЕ</b>	
	<b>FÉMININ</b>	<b>MASCULIN</b>
DÉPENDANCE	16	10
	$\bar{X} = 1,4$	$\bar{X} = 0,9$
AGRESSIVITÉ	146	65
	$\bar{X} = 13,2$	$\bar{X} = 5,9$
ISOLEMENT	22	62
	$\bar{X} = 2,0$	$\bar{X} = 5,6$

Quant au Tableau 5 qui suit, il rapporte le nombre d'occurrences des affects obtenu selon qu'il y a eu rupture ou non. Nous pensons que ce tableau est important parce qu'il tient compte du facteur « rupture ». Faisant suite à ce tableau, nous situerons et décrirons la question des ruptures dans le contexte thérapeutique. Par ailleurs, les résultats comme tels du Tableau 5 feront eux aussi l'objet d'une interprétation élaborée au chapitre cinq.

**Tableau 5**

**NOMBRE D'OCCURRENCES DES AFFECTS OBTENUES  
SELON UNE RUPTURE OU NON**

AFFECTS	COUPLES AYANT ROMPU	COUPLES N'AYANT PAS ROMPU
AGRESSIVITÉ	132	79
DÉSILLUSION	87	102
INJUSTICE	75	84
IMPUISANCE	44	51
ISOLEMENT	50	34
PEUR	33	31
DÉVALORISATION	32	29
DÉPENDANCE	11	15

Rappelons qu'un cadre thérapeutique court-terme était proposé à tous les couples. Or, certains de ces couples ont abandonné en cours de suivi, choisissant la rupture; ce sont les couples : 15, 19, 23 et 27. De plus, comme nous désirions vérifier l'évolution des couples ayant poursuivi la démarche, nous avons fait une relance téléphonique à chaque couple un peu plus d'un an après le suivi, pour finalement apprendre que deux autres couples, soient les couples 14 et 16, en étaient également arrivés à une rupture. Nous n'avons pas été surpris par cette nouvelle, le couple 14 ayant déjà été repéré comme à risque de rupture, et le couple 16 ayant choisi de prendre une distance au terme de leurs 12 rencontres thérapeutiques. Un autre couple nous est apparu chancelant, soit le couple 20 qui, à notre avis, a vu sa situation conjugale s'améliorer après que Mme ait continué une démarche thérapeutique individuelle. Ce qui porte donc après coup à six le nombre de ruptures, sur les 11 couples de départ. Les cinq couples restant nous ont fait part de l'amélioration de leur relation au terme du suivi réalisé.

Revenons au niveau statistique proprement dit. Nous nous sommes servis des données obtenues et sommes allés mesurer le degré de signification des principaux affects retenus. Nous avons obtenu les résultats suivants :

- Lorsque nous transposons l'agressivité dans un contexte de rupture et que nous la mesurons à l'aide du test du chi carré, le sentiment d'agressivité est statistiquement significatif avec un  $X^2 p = 4,63$ , soit supérieur au seuil de signification de 3,84 exigé. Par rapport au test de Fisher, nous obtenons également une association significative, avec un  $P = 0,03$  et donc inférieur au seuil de 0,05 établi comme limite

autorisée pour en rejeter l'association. Ces derniers résultats font écho à la recherche de Gottman (1999) citée plus avant, et retiendront notre attention lors de la discussion. De plus, lorsque nous croisons des affects ensemble, dans ce cas-ci l'agressivité avec l'injustice, nous n'obtenons pas d'association, mais une légère tendance au test de Fisher avec une valeur de 0,08, supérieure au 0,05 autorisé. Entre la désillusion et l'agressivité, pas d'association non plus, avec un  $P = 0,30$ , supérieur au 0,05 établi. Non plus nous n'obtenons d'association entre l'impuissance et l'agressivité avec un  $P = 0,24$ , supérieur au seuil du 0,05 établi. Ces derniers résultats seront également élaborés lors de l'interprétation des résultats qui suivra ce chapitre.

- L'importance du sentiment de désillusion n'est pas significative, avec un  $X^2 p = 1,67$ , inférieur au 3,84 exigé selon le test du chi carré, quoiqu'on puisse parler d'une légère tendance. Avec le test de Fisher, nous obtenons un  $P$  supérieur à 0,05; nous ne pouvons non plus rapporter de lien. Par ailleurs, si nous nous positionnons selon l'angle de la rupture, nous obtenons un  $P = 0,16$ , encore là, supérieur à la limite du 0,05 établi; il n'y a pas d'association là non plus. Lorsque nous croisons à nouveau certains des affects les plus éloquents, et donc ici, la désillusion avec l'injustice, nous n'obtenons pas d'association selon le test de Fisher, avec un  $P = 0,25$ .
  
- L'importance du sentiment d'injustice dans la rupture post-crise et en regard du test du chi carré n'est pas significative avec un  $X^2 p = 0,63$ , en-deçà du  $X^2$  établi à

3,84. Son score n'est pas plus significatif selon le test de Fisher avec un  $P = 0,25$ , supérieur au seuil de 0,05 exigé. Donc pas d'association là non plus. Si nous croisons l'injustice et l'impuissance à l'aide du test de Fisher, nous n'obtenons pas davantage d'association avec un  $P = 0,21$ .

- L'importance du sentiment d'impuissance, toujours dans le contexte d'une rupture, est pour sa part statistiquement significatif (mais dans le sens d'une corrélation inverse), c'est-à-dire que cet affect s'avère moins fort chez les couples qui ont rompu, que chez les couples qui ont décidé de poursuivre la thérapie. En effet, selon le test du chi carré nous avons obtenu un  $X^2 p = 4,35$ , donc supérieur au 3,84 exigé. Il en va de même avec le test de Fisher qui est lui aussi significatif avec une valeur de 0,04.

#### - Analyse qualitative

La partie qui suit présente un bref résumé de l'histoire de chaque couple ainsi que l'issue de leur union. Nous avons pu obtenir cette information à la lumière du suivi fait avec chaque couple, selon que les partenaires en manifestaient conjointement le désir. Nous conclurons par la suite ce chapitre avec une analyse globale de contenu, afin de permettre aux lecteurs de se faire une bonne représentation des affects retrouvés pour l'ensemble de ces couples en difficulté. De même avons-nous jugé pertinent pour le lecteur d'inclure dans l'histoire de ces individus un portrait très succinct des premiers liens d'attachement vécus dans la famille d'origine de chacun, afin de mettre ainsi en lumière certains

« patterns relationnels dysfonctionnels » qui, à notre avis, tendent à se reproduire dans la relation conjugale. En effet, nous avons retrouvé principalement dans l'histoire des couples qui n'allaient pas bien ou qui ont rompu, le « profil » d'un ou des deux parents.

Chez le couple 14, le désir de consulter pour ses problèmes conjugaux est venu de Mme; M. l'exprime d'ailleurs dès le début de l'entretien. De son côté, Mme parle beaucoup tandis que M. s'exprime brièvement lorsque vient le temps de répondre aux questions, mais se montre quand même très présent tout au cours de la rencontre. Mme tient, à mots couverts, son conjoint responsable des difficultés conjugales qu'ils vivent. Elle lui reproche entre autres de consommer trop d'alcool, et souvent en raison de ses fréquentations qu'elle juge peu recommandables.

[Mme : « ... Je ne veux pas dire qu'il boit tout l'temps tout l'temps, mais je veux dire... Quand ça arrive c'est... moi, pour moi c'est trop! Des fois ça brise la communication. Quand je lui dis des choses... On dirait que lui il ne le prend pas, il le prend de travers...»]

Devant ces plaintes, M. se défend peu. Du côté de sa famille d'origine, la relation aux parents a été très pauvre, et cela dès le départ. Les parents se sont séparés alors qu'il était très petit. Le père est décrit comme « alcoolique et peu responsable ». Ce sont les parents de ce dernier qui ont pris en charge le petit-fils, jusqu'à l'âge de 20ans. Il déclare avoir été énormément gâté par ses grands-parents qu'il appelle d'ailleurs, ses parents. À l'adolescence, il dit avoir été délinquant au point d'avoir dû être placé quelque temps en institution. M. n'a pratiquement jamais revu son père. Quant à sa mère, il parle de contacts très peu fréquents. Il lui en veut pour la séparation qu'il a subie tout petit, et lui reproche d'avoir failli à sa tâche de mère, en le laissant avec ses grands-parents.

Il se sent beaucoup attaqué, dû au fait de ses origines amérindiennes. La dévalorisation est importante, compte tenu du peu d'expression qu'il signifie pour l'ensemble des affects par rapport à ce qu'il vit. C'est par ailleurs par les interventions de Mme, que ce malaise personnel, lié à la dévalorisation, est exprimé.

Du côté de Mme, les liens familiaux sont rapportés comme bons depuis l'enfance, et sont qualifiés encore de très supportants.

Lors de la relance téléphonique faite un peu plus d'un an après les cinq séances de thérapie qui ont suivi la rencontre d'évaluation, nous avons appris par Mme qu'ils s'étaient séparés depuis peu. Ceci ne nous a pas surpris, car nous avions jugé cette union comme à risque de rupture.

Chez le couple 15, M. présente une agressivité élevée, principalement attribuée à la séparation qu'ils ont vécue durant la dernière année, et décidée par Mme. Il en veut visiblement à sa conjointe et doute des motifs sincères qui pourraient expliquer le réel désir de sa conjointe de reprendre une vie commune.

[M : « ... Et elle est revenue ici c'est pourquoi? Pour moi? Est-ce que c'est vraiment pour moi, ou c'est le sentiment de sécurité que je lui apporte? Parce que sur l'aide sociale c'est pas rose là!... En appartement là... Alors c'est toujours des questions que je me pose depuis qu'elle est revenue. »]

Il évoque un père distant et un manque de démonstration affective de la part de ses parents, la même distance que Mme lui reproche par rapport à leurs enfants. La

désillusion est élevée chez Mme en regard des attentes de départ face à leur relation et aussi aux attitudes de son conjoint. L'impuissance est également très élevée.

[Mme : «... Il fallait toujours que ça soit moi qui aille le chercher. Si on avait une chicane, et que je n'allais pas le chercher, il ne venait pas s'asseoir avec moi et me dire : « Ca ne marche pas là ! »... Non... C'est moi qui s'occupais de tout... Mais où j'en étais moi dans mon rôle, dans ma vie là, ça ne portait pas fruits, et ça allait de mal en pire, hein? La situation financière ça n'allait pas bien. On se parlait, on ne se comprenait plus. »]

Ce couple a poursuivi tout le processus court-terme proposé allant de 8 à 12 séances (pour eux, 9 séances), mais le conflit est réapparu peu de temps après (environ 3 mois), M. ayant signifié son désir de se séparer.

Chez le couple16, une pauvreté d'expression et d'élaboration des affects chez M., sauf quand il s'agit pour lui de se défendre contre les reproches de sa conjointe, rendait Mme agressive. M. exprime d'ailleurs qu'il vient en thérapie pour Mme, et voit peu de réels problèmes dans leur union.

[Chercheure : « Qu'est-ce que ça vous dit quand votre conjointe parle de la situation comme ça? À quoi vous pensez? » M. « On dirait que je comprends pas (il laisse en plan sa pensée, jusqu'à ce que je le questionne pour qu'il décrive davantage ce qu'il ressent)... Chercheure : « Dans quel sens? » M. « ... Je vais revenir à dire... j'étais habitué au jour le jour, j'ai vécu avec ça... elle trouve ça dur, moi je trouve ça moins dur... Oui... Je ne sais pas. »]

Dans l'histoire de M., c'est sa mère qui avait toujours vu au bon fonctionnement des choses de la maison, son père étant absent. De plus, M. ayant été malade durant toute son enfance jusqu'à l'adolescence, il avait été beaucoup surprotégé par sa mère, et se montrait insuffisamment engagé, surtout financièrement, ce qui rendait Mme agressive et aux prises avec un sentiment d'injustice.

[Mme « ... Je sais que c'est moins difficile pour lui, parce que c'est moi qui s'occupe de tout l'argent. C'est moi qui gère l'argent, c'est moi qui s'occupe de payer les comptes, c'est moi qui... C'est sûr qu'il n'a pas à se casser la tête, c'est sûr qu'il n'en dépensera pas, parce qu'il le sait qu'il n'en a pas, c'est moi qui paie les affaires. »]

Le suivi s'est quand même fait de façon assidue, mais le processus de changement ne semblait pas s'amorcer, principalement pour M. Quant à Mme, elle nous a semblé trop affectée par ce qui semblait être le manque de responsabilité financière de son conjoint, ce qui a eu pour effet, à notre avis, de la garder prisonnière du problème, n'apportant pas, elle non plus, de changements d'attitudes. Ils ont connu une rupture officielle peu de temps après la séparation- réflexion suggérée de ma part au terme du suivi (9 séances).

Chez le couple 19, l'agressivité est majeure et s'exprime d'entrée de jeu dès le début de la séance. C'est surtout Mme qui l'exprime ouvertement (26 occurrences).

[M. : ... « Bien avoue que c'était spécial au début. Moi aussi c'était spécial... Mme : « Ça ne me dérange pas de mettre ma «frock » et de m'en aller là... Tu ne commenceras pas à me blâmer parce qu'on est dans une thérapie là...OK? Moi je ne dis pas... Regarde lui il fait ça ou il fait ça... »]

Pour ce qui est de l'histoire familiale d'origine, Mme rapporte que ses parents se sont séparés alors qu'elle avait deux ans et demi. Toutefois, cette relation n'est pas

documentée parce que Mme n'a pas de souvenirs particuliers. M., pour sa part, parle de « l'enfer » chez lui, accusant sa mère d'avoir toujours « chialé » alors que son père « subissait » sa mère. M. exprimait par ailleurs beaucoup de désillusion (17 occurrences) et de fuite (12 occurrences).

[M. : « ... C'est parce que ma mère... Ma mère c'est une femme qui est très impatiente... Elle ne demande pas, elle chiale pour recevoir. Là je parle de mon père et de ma mère là... C'était rien que du chialage, tout le temps du chialage et... Quand ils se parlaient, il ne fallait pas qu'ils se parlent longtemps... Chercheure : « Est-ce qu'il y avait de la violence verbale chez vous? » M. : « Ma mère, ça arrivait, mais mon père jamais. Jamais, jamais, jamais, même pas verbale, ni physique, rien. Jamais mon père a fait ça. Jamais, jamais, jamais. »]

Ce couple a connu une rupture après deux séances.

Chez le couple 23, l'expression de tous les affects est élevée pour Mme, sauf pour les affects de peur. Le discours qu'elle entretient passe rapidement d'un affect à l'autre. M. rapporte d'ailleurs à cet effet plusieurs écarts de conduite de la part de sa conjointe.

[Mme : « ... Il me dit que j'ai une perte de contrôle, sauf que la perte de contrôle, je ne la « garocherai » pas sur mes enfants, « fesser » comme ma mère nous « fessait ». Si maman n'allait pas bien, c'est nous autres qui avions le « rebond », elle sautait sur nous autres, elle nous battait. »]

Elle évoque un père absent et une mère très autoritaire et agressive. Dans l'histoire, Mme parlait de l'injustice de sa mère, ce qui l'avait conduite à jouer un rôle de protection face à ses soeurs.

Il ressort chez elle un pattern élevé d'agressivité (16 occurrences) et d'injustice (11 occurrences). M., pour sa part, ne rapporte pas d'histoire familiale particulière mais, par

contre, chez lui aussi, l'agressivité est plus élevée que la moyenne (11 occurrences). Ce couple a rompu en cours de suivi. Mme a été accompagnée en suivi individuel durant quelques semaines jusqu'à ce qu'elle fasse une tentative de suicide pour laquelle d'ailleurs nous sommes intervenue auprès du conjoint et des ressources du milieu en santé mentale. Mme a, par la suite, pu bénéficier d'un accompagnement plus supportant, en hôpital de jour psychiatrique, pendant huit semaines.

Le couple 27 présentait lui aussi le pattern néfaste évoqué par Gottman, agressivité / reproches pour Mme (16 occurrences) et fuite pour M. (8 occurrences). Ce couple était en cohabitation depuis seulement six mois. Après s'être fréquentés durant quatre ans (relation extraconjugale), M. avait finalement décidé de se séparer de sa femme et ce, après bien d'hésitations, pour aller vivre avec Mme. Une particularité est à signaler en ce qui concerne ce couple, c'est que les deux conjoints ne se sont pas lâchés la main tout le temps qu'a duré le premier entretien et ils étaient assis très près l'un de l'autre. Ce n'est qu'à partir de la troisième séance qu'ils se sont un peu distancés. Par ailleurs cela n'empêchait pas Mme de se plaindre ouvertement des manquements de M.

[Mme ; « ... J'ai toujours l'impression que t'écoutes pas ce que je dis! J'ai l'impression qu'il ne comprend pas la façon que je veux le dire. »]

Quant à M., il se justifiait constamment.

[M : « ... C'est juste des mésententes sur des sujets. Mais moi je m'exprime beaucoup avec elle! ... Tous les deux on veut peut-être pas avoir raison, mais on tient à notre idée peut-être, hein?... Oui, bien là ça m'a insulté parce qu'elle pensait que... Elle trouvait que je regardais des jeunes filles. »]

L'histoire familiale de Mme révèle une relation parentale conflictuelle où le père est décrit comme alcoolique. Une histoire d'inceste avec le père a éloigné définitivement Mme de son père. Quant à M., il rapporte un milieu familial où il y avait beaucoup de principes. Le père, maintenant décédé, est décrit comme une personne qui faisait des crises et qui consommait de l'alcool. La mère était plutôt « couveuse », surtout avec lui.

Le suivi conjugal s'est interrompu brusquement après cinq rencontres, suite à une rupture décidée par M. qui disait avoir besoin de réfléchir quant à leur union. Nous avons par la suite accompagné Mme durant 12 séances.

Le couple 20, bien que n'ayant pas rompu, présentait des difficultés et un pattern significatif d'agressivité / fuite (18 occurrences d'agressivité pour Mme et 9 occurrences de fuite pour M.). Nous avons constaté un tableau d'attachement familial qui pourrait bien, en partie, expliquer les importantes difficultés rencontrées dans leur rapport. C'est surtout Mme qui a retenu notre attention, rapportant une situation familiale tendue. Elle parle de parents en dispute constante, la mère dénigrant constamment le père et le dévalorisant à ses yeux. Les parents ont rompu durant son enfance, et ceci a mené à un éloignement du père qui vivait maintenant à l'extérieur.

[Mme : « ... Mes rapports avec ma mère sont assez corsés, ils ne sont pas terriblement bons. On se chicane toujours, toujours par rapport à la même question, toujours par rapport à mon père. Elle me descend mon père continuellement. Je la trouve manipulatrice, alors je ne suis jamais d'accord avec elle. Jamais, jamais. Même si elle a raison sur des affaires, je vais toujours dire le contraire, et là je me dis... Je pense toujours qu'elle essaie de m'avoir, de me faire quelque chose ou quoi que ce soit. »]

Mme a toujours idéalisé ce père absent, et accuse sa mère d'être à la base de l'éclatement de la famille. Les affects d'injustice, de désillusion et de dévalorisation sont tous élevés chez elle, et elle blâmait beaucoup (avant sa thérapie individuelle) son conjoint pour leur mésentente, conjoint qui, de son côté, se défendait beaucoup et laissait transparaître une grande méfiance.

[M. : « ... Le monde aujourd'hui, on ne sait plus où il se dirige... parce que moi je disais que c'était mon ex... Et elle, elle disait que c'était son ex, ça pouvait être elle la responsable de l'échec total. »]

De son côté il parlait d'une vie familiale heureuse.

Nous avons accompagné Mme durant 12 semaines, à la suite du suivi conjugal qui se passait somme toute assez bien. Toutefois, comme le « lâcher prise » de Mme se faisait difficilement par rapport aux affects de ressentiment qu'elle éprouvait fortement face aux attitudes de son conjoint, nous avons jugé utile de supporter Mme, surtout qu'elle se disait plus réactive du fait qu'elle était enceinte de quelques mois. Lors de la relance téléphonique que nous avons faite à tous nos couples, Mme nous a informé que ça allait vraiment de mieux en mieux entre eux; elle se sentait moins affectée par les attitudes de son conjoint. Leur vie familiale, maintenant « à cinq » depuis la naissance de leur fille, se passait somme toute assez bien.

Par ailleurs, les couples n'ayant pas rompu (sauf pour le couple 25 pour qui l'enfance de M. a été chargée d'une certaine violence pour laquelle il a d'ailleurs suivi une thérapie individuelle), parlent de liens « suffisamment sains ». Cependant, chez ce dernier couple,

le sentiment d'injustice était élevé et était associé pour M. autant à son vécu de famille d'origine qu'à son vécu conjugal.

L'histoire familiale de ce dernier révèle beaucoup de drames humains dont deux suicides et un frère mort dans la trentaine d'une cirrhose du foie. Le père est mort alors qu'il avait deux ans et demi, et la mère a vécu peu de temps après, pendant 13 ans, avec un homme décrit comme violent. Il devait souvent les séparer parce qu'ils se battaient régulièrement. Les rapports avec sa mère sont décrits comme froids, à la lumière de la distance qu'a prise M. il y a quelques années. Pour notre part, nous avons été frappé par la résilience de cet homme qui, en cours de thérapie, a fait preuve d'une ouverture et d'une docilité qu'il attribuait à une longue démarche personnelle entreprise pour régler ses problèmes de violence.

[M. : « ... Je suis très loin de ma mère. On n'est pas proches parce que... Elle m'a vraiment manipulé dans le sens que... Tout le temps en train de me demander des choses. J'étais obligé... Elle ne disait... Tu m'as laissée toute seule... Tout le temps me faire sentir coupable. Ça a toujours été ce sentiment là. Ni encore aujourd'hui, elle n'accepte pas que je sois avec ma partenaire... Et par rapport aux reproches qu'il attribue à sa conjointe : «... Ce que j'aimais pas, c'est qu'elle me disait... Tes horaires sont plates... Elle me le disait à toutes les semaines, je la sentais... Là ça m'en mettait tellement... Je me disais... Elle accepte pas que j'aie pris ce métier là... Tout ce qu'elle me donnait c'était du négatif, alors là... »]

M. se montre beaucoup plus inquiet par rapport au devenir de son couple, alors que Mme affiche une attitude plus distante et beaucoup moins confiante quant au devenir de leur union. Elle aussi rapporte des sentiments d'injustice et de désillusion

[Mme : « ... Autant avant on avait d'affinités sur plein de choses, autant avant qu'on pouvait se regarder sans rien dire et on se comprenait et on savait... Autant maintenant que c'est totalement l'inverse. On a pratiquement plus d'affinités, il faut se parler, se

parler et se parler avant de se comprendre... Mettons que c'est tout l'inverse d'avant, qui s'est produit dans nos vies, et ça fait un bout! »]

Mme vient, elle aussi, d'une famille où les deux parents consommaient de l'alcool et où la violence était élevée. En ce sens, elle dit avoir eu souvent à séparer ses parents et, comme elle était l'aînée, elle dit avoir eu également à jouer le rôle de « mère ». D'ailleurs, dans les plaintes qu'elle formulait, elle se disait « tannée » d'avoir à rappeler à son conjoint certaines tâches de la maison, tâches qu'elle trouvait essoufflantes avec leurs trois enfants, dont un diagnostiqué « hyperactif », et leur travail à temps plein. De plus, Mme a été victime d'inceste de la part du père, de l'âge de douze à quatorze ans. Elle dit avoir mis quelques années à lui pardonner, mais depuis qu'il est sobre leurs relations sont très bonnes. Quant aux rapports avec la mère, ils sont plutôt froids.

Après un long suivi de 12 séances, comme ils ne savaient toujours pas (surtout Mme) s'ils continueraient ensemble, le couple s'est vu confronté à une remise en question personnelle quant au désir de chacun de poursuivre ou non leur union. Cette occasion leur a permis de recon siderer véritablement leurs sentiments l'un pour l'autre et a eu comme effet de les conscientiser à tout ce que signifiait concrètement le fait d'en venir à une rupture. La réflexion s'est avérée plus déstabilisante pour Mme lorsqu'elle a entendu son conjoint lui signifier qu'il avait le goût de tenter sa chance dans une autre relation pour y vivre ce qu'il souhaitait avec quelqu'un qui l'aimerait véritablement. Jusqu'à la toute fin du suivi, Mme s'est montrée fermée à accueillir les changements que proposait son conjoint. Lors de notre relance, c'est M. qui nous a appris avec beaucoup de plaisir combien les choses s'étaient améliorées pour eux, Mme ayant changé d'attitude par rapport à lui.

Par ailleurs, le couple 18, rencontré seulement à deux reprises, venait de passer par un questionnement majeur quant à la continuité de leur union. Les conjoints évoquaient tous les deux un certain manque de « proximité » de la part de leurs parents, décrits comme « bons », mais distants. Dans leurs rapports conjugaux, ils rapportaient un manque d'intimité majeur, reconnaissant tous les deux qu'ils « s'étourdissaient » en menant une vie sociale très active.

[Mme : « ... Beaucoup de « foirage », beaucoup de boisson. Toutes les raisons étaient bonnes... M. : « ... C'est ça... On était très entreprenants aussi. Si un samedi soir on n'avait personne, on faisait des téléphones, on ne restait pas tout seuls. »]

En ce sens, leur regard désillusionné sur la vie qu'ils menaient teint pratiquement tout leur discours. C'est Mme qui le dépeint le plus et M. qui renchérit. Au moment où nous les avons rencontrés, ils disaient que la crise qu'ils avaient vécue quelques mois plus tôt les avait suffisamment « réveillés » pour qu'ils envisagent maintenant de continuer leur union sur de nouvelles bases. Du côté de la famille d'origine, M. rapporte un manque de proximité et d'échanges affectifs.

[M. : « ... Assez routinier. C'était une routine continue, et la communication n'était pas... Mon père n'était pas... avec le travail... dire ce qu'il ressent, et ce qu'il vit... Est-ce qu'il est content? Est-ce qu'il n'est pas content?... Et c'est encore pareil aujourd'hui. »]

Après seulement deux rencontres, ils ont décidé de poursuivre conjointement leur union, mais cette fois-ci en prenant davantage soin de leur couple.

Le couple 21 se montre très impuissant face à ce qui lui arrive, et la désillusion qu'ils

éprouvent tous les deux est, elle aussi, importante. D'entrée de jeu, Mme amorce l'entretien en ces termes :

[Mme : « ... Quand j'ai téléphoné ça n'allait pas bien du tout, on n'arrivait pas à se parler, à s'entendre. L'impression que j'avais c'était qu'on se tapait sur les nerfs mutuellement. On arrivait... On se parlait mais on n'arrivait pas à se dire... Même si on avait des solutions, on n'arrivait pas à les mettre en branle parce que... On se tapait sur les nerfs... C'est aussi le fait que depuis un certain temps... On avait toujours eu des hauts et des bas, et c'est normal je pense, mais là, ça devenait récurrent. Les bas devenaient de plus en plus bas, et ce bas là était particulièrement long, et on s'était déjà parlé de consulter. »]

M. exprime pour sa part sensiblement les mêmes choses.

[M. : « ... La dernière année je pense que ça été plus marqué que les autres. On discutait... On parle toujours, mais on arrive pas à des solutions concrètes... c'est plus difficile, il y a plus d'accrochages. C'est difficile. Même le matin en se levant c'est plus... trop présent pour moi... c'est dur... Un moment donné quand tu ne vois plus de solutions, tu dis bon bien on fait quoi là... On était rendus à... Je pense que ça nous a donné un coup aussi là. Le couple qui vit près de chez nous, la petite elle doit avoir... On parlait beaucoup, on jouait au hockey ensemble, on vivait sensiblement les mêmes choses alors... C'était une personne avec qui j'ai échangé beaucoup... J'ai perdu un peu comme un confident. Chercheure : « Donc il devait y avoir de l'inquiétude aussi, ça travaille là-dedans? M. : « Oui. »]

L'inquiétude engendrée par la peur d'en arriver à une rupture était plus présente chez ce couple. Le suivi s'est échelonné sur huit rencontres, et l'issue de leur union s'est avérée très positive. Lors de la relance téléphonique, Mme nous apprend qu'elle a appris à moins se retirer lorsqu'ils vivent une difficulté. Ils se parlent davantage dans leur quotidien, et ainsi ils se sentent concrètement plus proches.

Enfin, le couple 22 exprime beaucoup d'injustice et d'agressivité. Mme se sent beaucoup lésée dans la reconnaissance que les enfants de M. lui expriment. À son avis, M. les laisse trop faire.

[Mme : « ... Un moment donné l'année dernière quand il a vécu... Sa fille était venue et j'avais toutes sortes... j'avais...là, j'ai dit «WO! », je ne me laisserai pas piler par eux autres en plus; je vais défendre mes droits aussi. J'ai mes droits aussi. J'ai accueilli ces enfants-là, je fais mon possible; ils ne me pileront pas non plus sur ça. Je ne m'en irai pas dans le milieu de l'autoroute avec rien. Je vais prendre ce qui me revient aussi. »]

M. pour sa part se sent également coincé dans cette histoire.

[M. : « ... J'ai complètement été indifférent, parce que... J'ai de la misère avec ça, parce que je ne communique pas avec mes enfants... J'ai d'la misère avec ça, parce que je ne communique pas avec eux autres. J'essaie tout le temps d'être avec ma conjointe, et je ne vais pas les visiter. C'est un gros problème avec ça aussi. Elle, elle pense que je communique... Elle pense que je communique avec régulièrement, c'est même pas vrai!... Internet... J'ai même pas de... »]

Le suivi a été assez long (13 séances) et bien que les deux se soient montrés enthousiastes au terme du suivi, nous n'étions pas tout à fait convaincu que la partie était gagnée. C'est lors de notre relance que nous avons constaté que le travail qu'ils avaient entrepris avec nous s'était continué, Mme signifiant qu'elle avait fait beaucoup d'efforts sur ses façons d'être par rapport à son conjoint. Ils se sentaient beaucoup plus solides et engagés qu'avant.

#### - Analyse globale de contenu

Avant d'aborder plus spécifiquement la dimension affective, nous nous permettons de décrire sommairement le climat et les attitudes générales des couples que nous avons rencontrés. Bien que cette première entrevue se passe « sous enregistrement », les couples se montrent peu intimidés par le magnétophone et s'expriment assez aisément. Sauf pour un couple, que nous avons d'ailleurs rapporté un peu plus avant, les échanges se passent assez calmement même si les affects des femmes, surtout, sont parfois chargés

d'émotions. Même lors des rencontres qui ont suivi, le climat s'est avéré passablement détendu, sauf pour le couple 23 et le couple 19 qui, lui, s'est montré plus émotif en grande partie en raison de la personnalité de Mme. Les couples se montrent ouverts (non méfiants), même les hommes qui sont généralement moins loquaces que les femmes.

Ils se montrent dans l'ensemble préoccupés par leurs difficultés conjugales (les femmes davantage que les hommes), sans se montrer démesurément inquiets. Ils ne cherchent pas à créer une alliance avec l'expérimentateur, même lorsqu'ils expriment du ressentiment à l'égard de l'autre.

Lorsque nous faisons une brève rétrospective de la dimension affective des couples que nous avons rencontrés, nous ne pouvons que constater certaines similitudes que nous vous présentons ici.

Les reproches se retrouvent pratiquement omniprésents pour l'ensemble des couples, sauf pour quelques partenaires, souvent masculins (hommes des couples 14, 16, 18, 21 et 25), qui en expriment peu. Dans ces cas, ou il s'agit d'individus moins expressifs, ou encore d'individus présentant un caractère plus docile; c'est, du moins, ce que nous avons été en mesure de constater au cours du suivi que nous avons réalisé auprès de ces couples.

Les reproches les plus virulents viennent de l'ensemble des femmes, et ils sont la plupart du temps associés à la dimension critique / ressentiment ou en lien avec des sentiments d'injustice souvent liés à la perception qu'ont ces femmes de ne pas être comprises,

suffisamment considérées et reconnues par leurs conjoints. Dans l'ensemble, le partage des tâches compte pour peu dans leurs récriminations, mais le poids des difficultés que le couple rencontre semble reposer, la plupart du temps, sur les épaules des hommes.

Par ailleurs, les réactions de fuite / défensive qu'engendrent les attaques des conjointes, sont évidentes, et signent souvent une coupure « tangible » dans l'écoute que l'un pourrait avoir par rapport à l'autre face au récit en cours.

La désillusion est importante chez des couples qui ont rompu (couples 15 et 19), comme chez ceux qui vont mal (couple 20 et 22) ou encore chez les partenaires du couple 18 qui ont été en crise importante. Elle s'exprime soit en termes de déception par rapport à l'idéalisat ion dont était chargée leur union, ou encore en termes d'amertume face à certaines attentes qu'on entretenait par rapport à l'autre. Elle est plus exprimée chez les femmes, bien que les hommes n'y échappent pas. À cet effet, Forest a évoqué dans son interprétation des résultats le fait que la désillusion pouvait s'exprimer par l'affect de fuite chez les hommes. Cet affect se retrouve effectivement présent chez les hommes des couples 14, 16 et 20 qui en expriment très peu ouvertement, mais qui montrent par ailleurs plus de fuite. Par ailleurs, pour les hommes des couples 15, 18, 21, 22 et 25 qui expriment plus ouvertement leur désillusion, l'affect de fuite s'avère moins élevé. À quelques occasions, dans le discours des partenaires, on peut relever de la déception par rapport à soi-même, bien qu'elle se fasse discrète.

Pour ce qui est de l'impuissance, elle apparaît principalement lors de la première partie de l'entrevue qui aborde le contexte les ayant amenés à consulter. Elle s'ajoute au malaise général que leurs difficultés engendrent. Après, l'impuissance se montre discrète chez la plupart, sauf pour quelques exceptions, dont les couples 18 et 21, ce dernier couple se montrant préoccupé par le devenir de leur union. Il en va de même pour quelques partenaires qui ont eu à connaître la rupture (femme du couple 15, et conjoint du couple 19), là aussi l'impuissance se manifeste de façon un peu plus marquée.

Par ailleurs, les affects de peur et de dévalorisation sont moins présents et s'articulent le plus souvent de façon plus notable en présence de personnalités plus « fragiles » (femmes des couples 20 et 23, et conjoint du couple 19). Dans la dimension interpersonnelle, l'affect de dépendance se fait plutôt silencieux.

Quant aux histoires familiales, elles ont beaucoup en commun des liens d'attachement dysfonctionnels, souvent dans des contextes de manquements de la part d'au moins un des deux parents dans leurs tâches de « figures d'attachement suffisamment bonnes ». Ce fait se retrouve chez au moins un des deux partenaires du couple, et surtout chez les couples qui ont rompu. Ainsi en va-t-il des couples 14, 16, 19, 23 et 27 et des couples 20 et 25 qui, bien que n'ayant pas rompu, se sont avérés en difficultés conjugales passablement importantes. Dans plusieurs cas, des problèmes d'alcoolisme sont rapportés de même que des problèmes de discorde importantes entre les parents où plusieurs se sont retrouvés pris à partie. Également, dans trois cas (femmes des couples 23, 25 et 27) des histoires d'inceste sont rapportées.

Une analyse plus poussée de la logique sous-jacente qui émane de l'ensemble des récits révèle l'omniprésence de manifestations des troubles de l'attachement, à savoir tout ce qui a trait à l'idéalisat ion de la relation amoureuse. Essentiellement, nous retrouvons une trame discursive globale où s'oppose au rêve du couple idéal, la dure réalité de la routine du « ménage » vécue comme aliénante et source de frustrations. Le discours des couples soumis à cette recherche comporte, en effet, des thèmes illustrant le douloureux passage de l'amour idéalisé aux vicissitudes de la vie quotidienne en couple vécue comme une perte d'idéal, comme un échec de la relation. S'opposent ici : le rêve d'un amour sans accrocs, l'intimité parfaite, la représentation du couple romantique sans cesse renouvelé, d'une part et d'autre part la dure réalité du quotidien, la routine, la vie de « ménage » et tout ce qu'elle entraîne comme faux sentiment de sécurité. Nous croyons que ces couples, que nous avons suivis, tentaient d'atteindre un idéal amoureux hors d'atteinte. Par voie de conséquence, ils ne pouvaient que ressentir de la désillusion, de l'agressivité et de l'impuissance face au constat de leur réalité quotidienne. Toutefois, ce constat avait quelque chose de destructeur dans la mesure où il reposait sur une quête illusoire; celle d'une fusion sans failles. En résumé, nous constatons que les histoires de ces couples se ressemblent.

## CHAPITRE 5

### *L'interprétation des résultats*

Nous aborderons ce chapitre en rappelant d'abord le classement des affects que Forest avait obtenu, comparativement au nôtre. Nous nous attarderons par la suite tour à tour sur les affects dominants, afin d'en extraire le sens qu'ils nous ont semblé revêtir ici, dans le contexte de crises conjugales. Ce sera l'occasion de commenter ce qui a pu expliquer le changement de position et le sens qu'ils ont pris à l'intérieur de notre recherche, comparativement à Forest. Par la suite, et avant d'enchaîner sur l'affect suivant, nous confronterons nos résultats aux hypothèses que nous avions soulevées. Nous conclurons en présentant ce qui est ressorti comme caractéristique particulière de notre recherche.

#### - Les affects de crise conjugale versus les affects de rupture

Au terme de sa recherche, Forest en était donc arrivée aux résultats suivants : l'agressivité se trouvait majoritairement prégnante, l'impuissance était dominante pour sept de ses 14 sujets, l'injustice se montrait par ailleurs passablement présente, la désillusion un peu moins, tandis que les affects de peur et de dévalorisation s'exprimaient plus discrètement dans l'ensemble.

De notre côté, l'agressivité est ressortie massivement pour près de la moitié de nos 22 sujets, dont la plupart étaient des femmes; la désillusion s'est également avérée importante, mais un peu plus uniformément distribuée pour l'ensemble de nos sujets; l'injustice, légèrement en dessous, et davantage rapportée par les femmes; l'impuissance s'est retrouvée plus présente chez cinq des 11 couples qui n'ont pas rompu au cours du suivi amorcé après cette première rencontre d'évaluation. Pour ce qui est des

affects de peur et de dévalorisation, ils ont été très peu présents. Ce qui nous permet de reconnaître à tout le moins que, comparativement au classement des affects obtenu par Forest, hormis l'inversion des quatre principaux affects, les résultats se montrent sensiblement les mêmes. Par ailleurs, avant de conclure trop hâtivement sur ces résultats, nous allons regarder de plus près ce que, dans la réalité des faits, les affects que nous avons obtenus ont signifié, comparativement à ceux que Forest a documentés.

C'est selon l'ordre que nous avons obtenu que les affects vous seront présentés. Cependant, comme nous avons cherché à vérifier s'il pouvait y avoir des liens entre les affects, nous aurons, à l'occasion, à faire des sauts de l'un à l'autre. Par ailleurs, que les lecteurs ne se surprennent pas non plus de constater que certains affects se retrouvent moins documentés que d'autres, en partie parce qu'ils l'auront été par le biais d'un autre affect, comme c'est le cas pour l'affect d'injustice, qui rejoint intrinsèquement l'affect d'agressivité, ou simplement parce qu'ils sont ressortis à des degrés beaucoup moindres.

Lorsque nous nous positionnons sous l'angle de l'anxiété, qui constitue la pierre angulaire de la détresse émotionnelle que peut engendrer un tel type de crise, nous convenons que l'agressivité constitue, dans pareil bouleversement, et particulièrement chez des individus plus fragiles, une réponse défensive signant une faiblesse de l'identité. C'est du moins ce qu'avait rapporté Forest (1988) des recherches de Crosby et *al.* (1983), et de Hunt et Hunt (1977), à savoir, un mécanisme de défense contre l'angoisse et la dépression; ce qui nous apparaît être ici aussi la raison de cette projection de l'hostilité sur l'autre, tenu comme responsable de la crise. À la lumière de ces critères, nous pouvons facilement

identifier plusieurs conjointes, telles celles des couples 19, 20, 23 et 27 qui se sont montrées plus offensives, afin de chercher à contrer, de cette façon, une anxiété démesurée. S'ajoutent à cette liste, et avec un degré similaire, le conjoint du couple 19, et à un degré moindre, les conjointes des couples 16, 25 et 27 ainsi que le conjoint du couple 15.

En plus de l'importance de l'affect d'agressivité vécu par la plupart des individus ci-haut mentionnés, les affects d'injustice, de désillusion et de dévalorisation s'affichent, de façon générale, à la hausse, confirmant d'autant plus l'envahissement affectif que peut représenter particulièrement pour ces individus, la gestion de ces conflits relationnels. Nous croyons que la recherche de Sabourin et *al.* (1995), qui a démontré que plus les conjointes rapportent des symptômes de dépression, d'anxiété, d'agressivité et des problèmes de nature cognitive, moins leur degré d'adaptation conjugale est élevé, va aussi dans le sens des plus grandes difficultés relationnelles qu'ont pu éprouver certains de ces partenaires, et en majorité les femmes. Par ailleurs, le pourcentage d'affects obtenu est de façon générale plus élevé pour l'ensemble des femmes de notre échantillon, et s'explique, en partie, selon la théorie des genres, c'est-à-dire selon le sexe, en raison de leur plus grande sensibilité et de leur propension naturelle à se montrer plus affectées que les hommes par la qualité émotionnelle de leur fonctionnement marital (Cross et Madson, 1997). On peut donc comprendre que pour des femmes plus « fragiles » émotivement (femmes des couples 19, 20, 23 et 27), le pourcentage d'affects se soit retrouvé de façon générale plus élevé, et à plus forte raison dans le contexte d'une telle crise relationnelle.

Par ailleurs, comme nous l'avons déjà évoqué, des difficultés relationnelles peuvent avoir des conséquences psychologiques aussi importantes que la dépression, qui est dans ce cas le plus souvent liée à l'inhabileté à créer un lien sûre avec la première figure d'attachement de qui nous dépendons (Anderson, Beach et Kaslow, 1999; Davila, 2001; Whiffen et Johnson, 1999). Et bien que nous ne voulions nous attarder ici sur « le pôle dépressif » qui se trouve au cœur d'une crise de rupture, nous trouvons pertinent de souligner que les conjointes des couples 19, 20, 22, 23 et 27 se sont montrées passablement affectées par la crise en cours, dévoilant déjà au cours du premier entretien, des traits de personnalité ou dépressifs, ou caractériel. Au cours du suivi individuel que nous avons assuré auprès de certaines, la personnalité de Mme du couple 27 est ressortie comme dépressive, et enclue à une hostilité d'autant plus grande, que son conjoint décida de rompre. Quant aux femmes des couples 20 et 23, également suivies individuellement, les personnalités « caractérielles » se sont confirmées, encore que Mme du couple 23 devint très déprimée, au point de faire une tentative suicidaire. La personnalité plutôt agressive de Mme du couple 22, s'est pour sa part grandement améliorée à la faveur d'une démarche conjugale de 12 séances.

Pour revenir à l'inhabileté à créer un lien d'attachement sûre et que nous venons d'évoquer, nous tenons à souligner que c'était le cas pour la majorité des femmes ci-haut mentionnées, sauf pour Mme du couple 22, de même que pour tous les autres individus que nous avons ciblés au départ, sauf le conjoint du couple 15. Tous ont vécu des relations parentales difficiles, voire dans certains cas, fortement dysfonctionnelles. Nous concluons donc, selon les modèles d'attachement établis par Ainsworth et *al.* (1980), que

ces individus ont développé des modèles d'attachements, ou « insécuré-ambivalent », ou « insécuré-évitant », voire même pour les individus du couple 19, et la conjointe du couple 23, des attachements qui ont pu être de type « désorganisés ». En ce sens, les nombreuses recherches auxquelles a participées ou a menées Mme S. M. Johnson (1987, 1993, 1996), et particulièrement celle qu'elle a réalisée conjointement avec Maniken et Miliken en 2001, vont dans le sens des blessures d'attachement à l'origine des blocages relationnels des couples en difficultés, et nous porte à croire, du moins en ce qui nous concerne, qu'effectivement cette faille de la première relation d'attachement serait fondamentalement à l'origine des difficultés importantes rencontrées par plusieurs de nos couples.

Nous croyons cependant que, selon l'histoire familiale que nous avons obtenue et à la lumière de la dynamique que nous avons observée, la plupart de nos couples semblaient s'être « pairés » comme suit, c'est-à-dire : un individu ayant bénéficié d'un « attachement sûr », avec un individu ayant vécu ou un « attachement insécuré-ambivalent », ou « insécuré-évitant ». Ce pattern s'applique de façon générale, sauf pour les partenaires du couple 19, tous les deux semblant avoir été fragilisés par des liens d'attachement insécurés. Encore que nous n'ayons pas eu d'histoire familiale du côté de Mme, qui ne se souvenait pratiquement de rien, nous laissant à penser qu'il y ait eu là aussi des lacunes importantes dans le lien d'attachement. Par ailleurs, si nous nous référons au Tableau 5, nous constatons que l'agressivité est plus importante pour les couples qui ont rompu, ce qui, à notre avis, confirme en partie du moins l'interprétation qu'en avait faite Forest, à

savoir que le ressentiment, la colère et l'hostilité sont dirigés vers le partenaire qui fait vivre une injustice profonde.

Il y a fort à parier que c'est probablement à ce stade avancé de la relation, que les partenaires peuvent avoir perdu la satisfaction que peut comporter, même avec ses travers, la vie à deux. À ce sujet, Weiss (1975, cité dans Forest, 1988) rapporte que les femmes se montrent plus blâmant, et expriment davantage d'agressivité et de ressentiment en contexte de séparation ou de divorce. Selon Jacobson (1983, cité dans Forest, 1988), cet affect qui colore tous les aspects de la dynamique relationnelle des conjoints pendant la séparation, persisterait plus longtemps que les affects reliés à la tristesse. Il nous a été également permis de constater ce fait, toujours par le biais du suivi que nous avons réalisé auprès de trois conjointes (femmes des couples 15, 23 et 27, qui avaient été « laissées » par leurs conjoints) : effectivement l'hostilité dirigée contre l'autre demeurait fortement présente, mais se trouvait aussi (comme l'avait encore rapportée Forest) associée à la persistance de leurs sentiments d'attachement à l'égard de l'autre, ce qui les rendait ambivalentes par rapport à l'ex.

En regard des croisements que nous avons faits avec d'autres affects, et statistiquement analysés dans un premier temps avec l'affect d'injustice, nous avons obtenu une « légère tendance », ce qui à notre avis s'explique majoritairement selon la « Dimension Intrapersonnelle », par le sentiment de leurs frustrations de ne pas se sentir comprises et reconnues à juste titre par leurs conjoints, et également par le sentiment d'une trahison

de l'autre, qui ne répond plus à leurs attentes. Par rapport à la désillusion et à l'impuissance, aucune association n'a pu être établie.

Avant de conclure sur l'affect d'agressivité, nous ne pouvons passer sous silence les parallèles que nous avons pu établir avec deux recherches qui s'inscrivent dans l'optique du rôle de l'agressivité dans le contexte des relations conjugales plus problématiques. Ainsi, la recherche de Turgeon (1998), auprès de couples en détresse conjugale discutant de situations vécues comme problématiques pour les deux, a confirmé l'impact anxiogène qu'exerce sur les conjoints la ténacité de leurs épouses à l'égard de changements attendus. Nous avons été à même de constater cet impact négatif lors du suivi conjugal qui s'est amorcé avec la plupart de nos couples, et à des degrés plus intenses, en présence de couples plus touchés par des dynamiques relationnelles bâties sous le pattern « attaque/ défensive ». C'est aussi ce que Gottman et Levenson (1999) ont confirmé lors de leur recherche visant à cibler les couples potentiellement jugés à risque de rupture. Notre recherche nous a donc permis de cerner ce pattern chez trois des six couples qui ont rompu (couples 16, 19 et 27), et également chez un couple présentant des difficultés (couple 20).

Aussi, nous avons pu constater comme Salomé (1995) et Michaud (1997), que l'agressivité verbalisée sous forme de reproches et de ressentiment dans ce contexte de difficultés conjugales, provient pour une large part de l'insatisfaction « accumulée » par l'un ou par l'autre au fil de l'histoire conjugale. C'est d'ailleurs cette insatisfaction conjugale, couvant chez celui du couple qui se sent le plus insatisfait dans la relation,

(appelé « l'Initiateur » par Michaud), qui amorcera la rupture. Il est intéressant de rajouter, sur ces mêmes constats de Michaud, que « l'Initiateur » est également rapporté comme celui qui a déjà, en quelque sorte, « commencé à rompre de l'intérieur », et souvent depuis quelques années. En ce sens, il nous apparaît judicieux d'ajouter ici quelques données s'inscrivant à la suite des constats de Michaud. Ainsi, si nous reprenons l'histoire de quelques couples qui ont fini par se séparer, nous retrouvons :

- La conjointe du couple 14, qui s'est montrée très insatisfaite de leur relation conjugale, la décrivant comme allant de « mal en pis » depuis trois ans.
- La conjointe du couple 15, qui bien que sincèrement impliquée dans la démarche conjugale court-terme qui leur a été proposée, rapportait dans le récit de leur histoire conjugale une insatisfaction présente depuis quelques années, et qui l'avait conduite à une séparation « agie » en catastrophe. Et bien que ce soit M. qui ait finalement rompu pour des motifs que nous avons associés à l'affect d'impuissance (ce que nous documenterons un peu plus loin), il n'en demeure pas moins que Mme se positionne à notre avis du côté de « l'Initiateur » dont parle Michaud.

Nous pourrions ajouter à cette liste certains autres partenaires dont : les conjointes des couples 19 et 25, Mme du couple 19 ayant choisi de rompre, et Mme du couple 25, qui bien qu'elle se dise insatisfaite depuis plusieurs années, n'engage pas pour autant la rupture.

Pour revenir maintenant et conclure sur l'affect d'agressivité, nous confirmons donc notre hypothèse de départ, à savoir que cet affect s'avère être aussi omniprésent pour les partenaires faisant face à une crise conjugale, qu'il l'a été pour les individus rencontrés par Forest dans le contexte d'une rupture. Et que le sentiment d'injustice s'y trouve en partie lié, parce qu'il est alimenté, à la fois par des insatisfactions personnelles d'être victime de ce qui arrive, dû aux « manquements » de l'autre (Dimension Intrapersonnelle), et à la fois par des sentiments agressifs qui sont dirigés vers l'autre (Dimension Interpersonnelle); ce qui, selon la grille de codification de Forest correspond, et à plus forte raison lorsque l'on superpose les vécus intra et interpersonnel, à un niveau de perte relevant de la perte d'un droit. Ce qui nous permettrait de conclure que c'est finalement l'affect d'injustice qui est dominant dans le contexte d'une crise conjugale, n'eût été que plus de la moitié des individus que nous avons rencontrés se sont avérés être des individus entre la crise et la rupture, si nous pouvons nous exprimer ainsi !

Par rapport à la désillusion, que nous nous attendions à retrouver en tête de liste et comme statistiquement significative dans le contexte des crises conjugales, ce qui n'est pas le cas, nous avons été surprise de la voir moins évidente qu'attendue, encore qu'elle se soit signifiée avec une légère tendance en regard des données individuelles, et un peu plus en regard des données « en couples ». Par ailleurs, tout comme l'avait documenté Forest dans la perte d'un idéal, elle se manifeste aussi dans le contexte d'une crise conjugale, et pour la dimension intrapersonnelle, majoritairement comme la déception engendrée par l'autre qui ne réussit plus comme avant à satisfaire nos besoins et à alimenter ainsi l'idéal amoureux.

Ainsi en va-t-il, de manière assez égalitaire pour les hommes et les femmes, encore que ces dernières en soient légèrement plus affectées. La tendance se maintient de façon à peu près égale en contexte de rupture ou de « non rupture ». Nous reconnaissons en ces résultats la marque des attentes démesurées mises en l'autre, et que nous avons précédemment documentée lors de l'exposé de notre problématique. Un couple fait exception à la règle, soit le couple 19, non pas que la désillusion soit absente, au contraire, mais elle s'exprime davantage en raison d'un « *mea culpa* conjoint », secondaire à leur façon d'avoir malmené leur couple à la faveur d'une vie sociale trop intense.

Pour deux hommes de l'échantillon (couples 19 et 20), la désillusion se vit de façon plus profonde, comme l'avait également définie Forest, à savoir une modification dans leur « perception du monde » et une perte de confiance en « l'honnêteté réelle » des individus qui le constituent, et spécifiquement en regard des relations affectives. Aussi, nous aurions pu penser que des rapports affectifs déficitaires avec les premières figures d'attachement aient pu être des indicateurs-clefs pouvant expliquer une plus grande désillusion pour les partenaires en ayant été affectés, mais finalement, l'affect de désillusion se retrouve en général présent chez l'ensemble des couples, de façon non significative, et ce, peu importe le style d'attachement qu'ils aient pu développer.

Lorsque nous nous transposons du côté de la « Dimension Interpersonnelle », la définition formulée par Forest fait ressortir une attitude de retrait, de fermeture et de

méfiance affective en réaction à la désillusion, ainsi qu'une projection de ce doute sur l'autre, rendant ainsi la communication et la confiance difficiles. Nous croyons en ce sens que l'affect d'isolement des hommes des couples 16, 19 et 27, et des femmes des couples 20 et 23 porte la marque d'une personnalité au moi plus fragile, même si nous maintenons que cet affect découle aussi, comme nous l'avons évoqué plus avant, d'un mécanisme de défense contre l'agressivité de l'autre.

Par ailleurs, bien que la position de l'affect de désillusion occupe le deuxième rang, comparativement au quatrième rang pour les individus rencontrés par Forest, nous attribuons cette position au fait que cet affect puisse se montrer plus intense pour des individus qui se retrouvent en crise conjugale. En effet, il est probable que le fait de se retrouver devant un thérapeute, qui peut « peut- être? » les comprendre de se sentir aussi désillusionnés face à un conjoint qui a failli au contrat de « l'Amour avec un grand A », puisse amener les couples à exprimer plus fortement leur désillusion qu'en contexte de rupture. À ce stade, on ne se retrouve pas devant ce « tiers compréhensif » à l'égard des déceptions que l'autre nous fait vivre. Et finalement, pour faire suite à cet argument que nous venons d'apporter, nous confirmons notre hypothèse de départ, à savoir que : les individus que nous avons rencontrés se sont montrés plus « désillusionnés » que les individus de Forest, mais cependant avec des motifs passablement semblables.

Pour ce qui est de l'affect d'injustice, qui s'est retrouvé bon troisième, l'argumentation le soutenant a déjà été en partie élaborée par son association avec l'affect d'agressivité. Les croisements faits avec l'impuissance n'ont pas ouvert d'avenues nous permettant

d'élaborer d'hypothèses particulières. Quant à l'association mesurée en contexte de rupture, il n'y a pas d'éléments en faveur de quelque lien que ce soit, si ce n'est que, si on se reporte du point de vue de l'agressivité qui réfère à l'injustice, mais indirectement, on peut peut-être y voir une association au second degré.

La position tenue par l'affect d'impuissance nous amène rapidement à en venir aux deux contextes, rupture et non rupture, qui se sont curieusement retrouvés pratiquement côte à côte à l'intérieur de notre recherche. Ce que Forest avait ressorti comme caractéristique générale des individus affectés par ce sentiment, c'était qu'ils avaient l'impression que les circonstances de leur vie échappaient à leur contrôle. Forest avait également rapporté que le fait d'être l'initiateur ou non de la rupture, ne semblait pas être un facteur de ce sentiment d'impuissance, mais surtout les circonstances entourant la séparation voulue ou non, qui généraient un sentiment de non contrôle très difficile à supporter pour ces sujets. Autour de ce sentiment d'impuissance, Forest a aussi ajouté une dimension particulière de ce vécu, à savoir une sorte de « blessure narcissique » pour ces individus, qui se traduisait auparavant par une propension au sentiment de force qu'ils éprouvaient, et qui, à la lumière d'une rupture, se transformait en une sorte de dénigrement par rapport à leur faiblesse. Cela les rendait très agressifs par rapport au conjoint qui leur avait fait perdre la face. C'est justement ce que le conjoint du couple 15 semblait vivre par rapport à sa conjointe qui avait « osé » le laisser, lui habituellement si fort. Mais comme il s'avère être davantage une exception, voyons maintenant ce qui se dégage de l'ensemble de notre échantillon.

L'affect d'impuissance transposé à notre recherche nous amène inévitablement à parler du croisement que nous avons fait entre l'impuissance et la rupture qui s'avère, comme le lecteur s'en souviendra peut-être, statistiquement significatif, mais avec une corrélation inverse, c'est-à-dire positif, mais pour les individus en contexte de non rupture. Nous avons interprété ces résultats à la faveur du sentiment de « pouvoir » que pouvaient ressentir, comme nous l'avons décrit un peu plus tôt, les « Initiateurs », infirmant ce que Forest avait, en partie, rapporté de sa recherche. Aussi, nous avançons que, de façon générale, les couples qui n'ont pas rompu, soient les couples 18, 20, 21, 22 et 25, se sentaient comme les individus de Forest, à savoir plus désemparés et ne sachant trop comment composer avec la situation telle qu'elle se vivait dans le contexte de leurs difficultés conjugales. Pour cette raison, ils semblaient s'en remettre davantage à nous (et à la thérapie) pour les supporter face à l'impuissance qu'ils ressentaient; ce qui, selon certaines recherches rapportées par Forest (Baldwin, 1969; Caplan, 1975), s'avère être un bon « timing » thérapeutique pour des individus plus enclins, dans ces moments, à s'ouvrir au soutien que peuvent leur apporter les autres.

Par ailleurs, lorsque l'on se reporte à nouveau au Tableau 5, lequel fait état de la mesure des affects entre les deux groupes de couples que nous avons identifiés, on pourrait penser que l'écart entre les couples qui ont rompu et ceux qui n'ont pas rompu est bien mince en regard de l'affect d'impuissance. Cependant, à la lumière des résultats individuels des couples 15 et 19 (qui ont rompu), l'impuissance s'avère élevée pour les deux partenaires qui ont eu à « encaisser » la décision de rompre, décision prise par leur

conjoint. Ce qui donnerait une cote encore moins élevée pour l'affect d'impuissance, en faveur des couples qui ont rompu, et donc, un niveau d'impuissance encore plus élevé pour les couples qui sont demeurés ensemble. Ce constat va dans le sens de l'hypothèse que nous venons de soulever par rapport à l'impuissance versus la rupture.

Quant aux croisements que nous avons faits avec les autres affects, il n'a pas été possible de retrouver d'associations qui nous permettent d'établir des liens utiles à mieux documenter les affects en contexte de crise conjugale. En regard d'une possible similitude à établir selon l'histoire des premières relations d'attachement, comme l'ensemble des couples ayant signifié davantage d'impuissance s'avèrent majoritairement porteurs de liens d'attachement qui ont été de façon générale, positifs, nous interprétons ce sentiment d'impuissance comme un mécanisme réactionnel normal, rappelant peut-être en partie l'impuissance passagère de l'enfant qui se retrouve dérouté face aux limites que lui impose (le principe de réalité) son objet d'attachement. Cette impuissance a ici l'avantage de favoriser la recherche de liens de support extérieurs, pouvant se montrer utiles et sains dans un tel contexte de faillite des moyens habituels pour régler une telle crise.

Donc, au terme de ces interprétations par rapport à l'affect d'impuissance, nous considérons que l'hypothèse que nous avions émise au départ s'est avérée à moitié juste, dans le sens que nous avons retrouvé effectivement davantage d'impuissance pour les individus, pour ne pas dire de façon plus juste, pour les couples en crise qui n'ont pas rompu, et moins, pour les individus qui ont rompu!

En ce qui a trait aux affects de peur et de dévalorisation décrits par Forest comme plus contextuels à une crise de rupture, nous croyons que ces « éprouvés affectifs » se sont montrés moins éloquents dans le contexte d'une crise conjugale où, d'emblée, on consent à une démarche conjugale, peut-être justement parce que l'espoir de pouvoir trouver là une solution utile à dénouer la crise, subsiste. À notre avis, la peur a peut-être été moins manifeste dans ce contexte de rencontre en couple, où on s'est peut-être abstenu de dévoiler ses peurs à l'autre; encore que quelques-uns l'aient davantage exprimée, comme les conjointes des couples 14, 18, 22 et 23 ainsi que le conjoint du couple 21. Et comme la dévalorisation s'accorde davantage à un certain sentiment d'être mis à l'écart suite à la séparation, nous croyons qu'elle rejoignait peu les individus que nous avons rencontrés, sinon les conjointes des couples 20 et 23 qui étaient déjà fragilisées par des structures de personnalité plus sévèrement marquées.

Ainsi, à la lumière de notre hypothèse de départ, nous confirmons qu'il n'y a pas eu davantage de manifestation de l'affect de peur, qu'il y en avait eu pour la recherche de Forest, contrairement à ce que nous avions pensé. Il en va de même pour la manifestation de l'affect de dépendance, aussi peu exprimée par l'un ou l'autre des conjoints; ce qu'avait également constaté Forest. Et, finalement, nous maintenons notre dernière hypothèse sur ce dernier affect, à savoir que la dévalorisation se signifierait aussi discrètement que pour la recherche de Forest.

Donc, au terme de cet exercice plus rigoureux, nous reconnaissons que nous n'avons pas réalisé en totalité la recherche prévue au départ, compte tenu du nombre important de ruptures qui sont survenues chez plus de la moitié de nos couples. Nous pensons par ailleurs que certaines lacunes de notre part ont pu légèrement biaiser nos résultats, lacunes que nous tenterons de nommer dans le chapitre suivant.

## CHAPITRE 6

### *Discussion*

Dans ce dernier chapitre, nous reviendrons, dans un premier temps, sur le phénomène de rupture que nous avons observé chez certains couples, et comment, malgré cet imprévu, nous en sommes arrivée à la conclusion que cette recherche nous a quand même permis de cerner le vécu émotif des couples passant par une crise conjugale importante. Nous verrons, dans un second temps, en quoi certains correctifs apportés à la réalisation de notre expérimentation auraient pu servir, ou pourraient servir, à d'éventuelles recherches s'inscrivant dans la même perspective de mesure de la dimension affective d'individus faisant face à une crise conjugale.

Afin de permettre aux lecteurs de mieux comprendre comment nous avons pu obtenir certaines données utiles en regard des ruptures qui sont survenues au cours de notre expérimentation, il nous faut ajouter les éléments que voici :

- D'abord préciser que nous avons obtenu l'information de l'évolution des difficultés qu'éprouvaient les couples, à la lumière du suivi conjugal consenti au départ par tous ces couples participant à notre recherche.
- De plus, comme nous nous étions proposée de faire une relance à tous ces couples environ un an après la psychothérapie conjugale et ce, afin d'obtenir ainsi un aperçu de l'évolution de la relation, nous avons pu recueillir des données supplémentaires; ainsi s'ajoutaient au couple ayant rompu au tout début (couple 19), ou au milieu du suivi (couples 23 et 27), deux autres couples jugés à risque (couples 14 et 16) et un

couple semblant s'être réconcilié (couple 15). Ce qui a porté à six le nombre total de ruptures. À cet effet nous pensons pertinent de présenter ici, sous forme de tableau (Tableau 6), le résultat final de l'évolution (rupture ou non rupture, et moment de la rupture) de ces couples que nous avons rencontrés.

**Tableau 6**

**ÉVOLUTION DE LA RELATION DANS LE TEMPS**

COUPLE	ÉVOLUTION DE LA RELATION (Rupture ou non)	À QUEL MOMENT
14	Rupture	1 an et ½ ap. suivi
15	Rupture	3 mois ap. suivi
16	Rupture	Moins de 2 mois ap. suivi
18	Non rupture	
19	Rupture	Dès le début du suivi
20	Non rupture	
21	Non rupture	
22	Non rupture	
23	Rupture	Moins de 2 mois ap. suivi
25	Non rupture	
27	Rupture	1 mois et ½ ap. début du suivi

Par ailleurs, nous considérons que, bien que ce concours de circonstances nous ait placée pratiquement davantage dans un contexte en partie similaire à la crise de rupture, notre recherche nous a permis de faire ressortir deux affects dominants, soient : une agressivité élevée et un sentiment d'impuissance faible, ce qui pourrait nous laisser à penser qu'en

présence d'un tel scénario, une rupture serait imminente, ou encore, que la thérapie conjugale pourrait s'avérer difficile ou carrément infructueuse.

Malgré ces constats propres à notre recherche, nous convenons tout de même que la grille de codification des affects de Forest s'est avérée judicieuse pour nous permettre d'analyser la crise émotionnelle des couples en crise conjugale, même si, comme nous venons de l'expliquer, cette recherche ne s'est pas déroulée comme prévu. Nous pensons que le fait d'être en présence de crises conjugales « frisant la rupture », a pu contribuer à nous donner ces résultats en partie similaires. Cependant, nous convenons que certaines des argumentations soutenant les affects tels que Forest les a minutieusement documentés dans sa grille, peuvent être en partie différentes dans le contexte d'une crise conjugale.

Donc au terme de l'analyse et de l'interprétation des données que nous avons obtenues, nous convenons que la grille élaborée par Forest s'est avérée être, dans l'ensemble, un outil de mesure pertinent pour étudier la dimension affective de nos sujets. Nous appuyons notre position à la lumière des deux constats suivants :

- L'accord, à un niveau de 95% entre le juge et la chercheure quant à un écart de deux points et moins, nous apparaît suffisamment acceptable dans le contexte d'une telle analyse de contenu qui traite de dimension affective, d'autant plus difficile à cerner que certaines parties peuvent référer à plus d'une catégorie de la grille.

- Le peu d'affects répertoriés à la catégorie « autres » des deux dimensions (Intra. et Interpersonnelle) nous semble ajouter un élément significatif en faveur d'une couverture suffisamment large de la grille de Forest, qui en ce sens, n'a pratiquement pas nécessité le recours à ces deux catégories charnières.

Par ailleurs, nous ne reviendrons pas sur la position tenue par les affects des individus que nous avons rencontrés comparativement à ceux obtenus par Forest dans le cadre de sa recherche, considérant que ce lien a déjà été discuté par le biais des nécessaires références que nous avons eu à y faire au cours de l'interprétation de nos résultats. Cependant, au fil de notre travail de dépouillement et d'analyse qui s'en est suivi, nous avons constaté que l'évitement de certains biais, à notre avis mineurs, aurait pu optimiser notre expérimentation. Ainsi, nous considérons que :

- Si notre échantillon avait été plus grand, nous aurions pu obtenir des résultats nous permettant d'avoir une vue d'ensemble plus exacte de la réalité vécue par les couples en difficulté. De même, et dans le même ordre d'idées, nous aurions pu également faire des croisements multi variés entre les affects.
- Si nous avions rencontré d'abord chacun des individus du couple séparément avant la rencontre conjugale, cela aurait pu servir à documenter plus spécifiquement encore la dimension émotive de chacun, nous permettant, du moins c'est ce que nous croyons, d'obtenir davantage d'éléments de leur vécu intrapersonnel en lien avec les affects de peur, de dépendance, d'impuissance et, dans une certaine mesure, de dévalorisation.

- Le fait qu'il y ait eu autant de ruptures, comme nous l'avons déjà souligné au chapitre précédent, a pu fausser nos résultats sans que nous n'ayons eu, par ailleurs, aucun contrôle sur cet évènement imprévisible. Cependant, nous croyons que ce concours de circonstance a pu nous être tout aussi favorable, en partie parce qu'il nous a permis de nous approcher « à demi » des travaux de Forest, et ainsi recueillir la dimension affective d'individus qui se trouvent peut-être déjà engagés émotivement dans un certain processus intérieur de rupture.
  
- Nous reconnaissons également que le fait de ne pas avoir eu l'équivalent du test d'autoévaluation complété par les individus rencontrés par Forest après leur entrevue semi-structurée, nous a empêché d'ajouter un élément supplémentaire utile à renforcer la consistance de notre expérimentation. Cependant, nous avons aussi fait le choix de ne pas l'utiliser, compte tenu que les éléments le constituant nous sont apparus comme trop spécifiques au vécu des personnes aux prises avec une crise de rupture. Et comme le travail que nous avons réalisé s'inscrivait dans la perspective de l'obtention de notre diplôme de Maîtrise, nous avons considéré que le construit d'un pareil test d'autoévaluation aurait relevé davantage d'exigences ayant cours dans le cadre de l'obtention d'un doctorat.

*Conclusion*

Nous voici donc arrivée au terme de notre travail, avec la satisfaction d'avoir pu, par sa réalisation même, intégrer des données émotives représentatives des couples en difficultés conjugales, et des pratiques thérapeutiques fort utiles pour enrichir notre intervention auprès de ces couples. Par ailleurs, bien que nous convenions que notre échantillon ait été très petit, nous croyons cependant que les résultats obtenus n'en permettent pas moins la reconnaissance de certains affects pouvant servir à accompagner plus spécifiquement chaque individu du couple. Nous tenons ici à souligner le précieux appui méthodologique du travail de Forest qui nous a permis, dans le cadre de notre recherche, d'utiliser un outil aussi « fiable » que la grille de codification des affects qu'elle a si « justement » élaborée. Également, à la lumière des précieuses lectures que cette recherche nous a permis de faire, souligner la remarquable contribution de chercheurs de la trempe des Suzan Johnson, qui nous ont ouvert l'esprit à des approches aussi pertinentes que celle de « l'EFT ». La découverte d'une telle méthode d'intervention ne nous permettra que d'enrichir notre accompagnement des individus en souffrance conjugale, que des liens affectifs à l'origine déficitaires ont pu laisser, à divers degrés, insécuries.

À la lumière de nos travaux, nous avançons donc que la grille de Forest demeure un outil judicieux pour approfondir la crise affective des individus en crise conjugale, cependant que nous croyons aussi que certaines composantes de la grille de Forest pourraient être remaniées, du moins en ce qui a trait aux affects de crise conjugale. Ainsi, en ce qui concerne l'affect de peur, et à un degré moindre, l'affect de dévalorisation, nous croyons qu'ils auraient intérêt à être documentés davantage, à la lumière d'une littérature plus

axée sur les bouleversements qu'un tel type de crise est en mesure de soulever. À notre avis, la grille de Forest pourrait, à partir de tels correctifs, se diviser en deux versions, sinon se construire différemment pour le contexte spécifique des crises conjugales.

Et pour conclure, et en nous rapprochant volontairement du vécu de ceux qui se trouvent confrontés à ces crises grandement bouleversantes, nous croyons qu'il y a un manque important en matière de prévention des conflits conjugaux. Nous pensons en effet qu'il ne se fait pas suffisamment de prévention, notamment auprès des jeunes, voire même des passablement jeunes qui s'apprêtent, la quinzaine à peine sonnée, à s'abandonner aux joies de l'amour « *pour le meilleur et sans le pire* »! Nous croyons qu'il y aurait lieu, déjà au niveau de l'école secondaire, de diffuser davantage auprès de ces jeunes des données de base sur les liens d'attachement et sur le piège que la méconnaissance de nos « patterns d'attachement » peut engendrer dans nos rapports amoureux. Nous souhaiterions, comme le croit Salomé, que l'on enseigne dans les écoles, et déjà aux très jeunes enfants, l'art des relations, si nous pouvons oser l'expression, comme on enseigne les mathématiques et le français. Ces cours pourraient, à notre avis, contribuer (à condition d'être entretenus au fil des années) à faire de nous des personnes plus conscientes, et des individus plus matures et individués.

Mais d'ici à ce que nos gouvernements s'ouvrent à des « rêves » de ce genre, il y aurait des petits pas à faire. Des petits pas en matière de prévention que pourraient faire ceux

d'entre nous qui travaillent auprès d'individus plus affectés par des relations amoureuses difficiles, pour ne nommer que les jeunes et les jeunes familles, et particulièrement ceux qui proviennent de milieux défavorisés. Des petits pas qui consisteraient à démystifier davantage « l'Amour avec un grand A » au profit d'un amour épuré de ses chimériques attentes. Des petits pas que, pour notre part, nous nous proposons de faire en diffusant dans notre communauté et dans un temps que nous espérons prochain, les fondements mêmes de ces premiers liens d'attachement qui font souvent ombrage à la croissance de nos relations amoureuses d'adulte. Et en regard des travaux de la communauté scientifique, nous souhaitons qu'ils continuent de se rapprocher des milieux cliniques comme cela semble davantage se faire depuis quelques années.

*Références*

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment : A psychological of the strange situation*. Hillsdale, N. J. : Erlbaum.

Anderson, P., Beach, S. R., & Kaslow, N. J. (1999). *Marital discord and depression : The potential of attachment theory to guide integrative clinical intervention*. In T. Joiner & J. C. Coyne (Eds). *The interactional nature of depression*. Washington, DC: American Psychological Association Press.

Anzieu, D. (1991). Préface de : *Un et un font trois* de P. Caillé. E. S. F. Paris.

Bardin, L. (1977). *L'analyse de contenu*. Presses universitaires de France. Paris.

Beach, S. R. H., & Finchman, F. D. (1994). *Toward an integrated model of negative affectivity in marriage*. Philadelphia : Brunner/Mazel, p. 227-255

Beaucom, B. H., & Epstein, N. (1990). *Cognitive-behavioral marital therapy*. New-York : Brunner/ Mazel, ed.

Bouthillier, D., Julien, D., Dubé M., Bélanger I., & Hamelin, M. (2002). *Predictive validity of adult attachment measures in relation to emotion regulation behaviors in marital interactions*. Journal of Adult Development, Vol. 9, No. 4.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss, vol. I : Attachment*. Penguin Books, New York.

Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss, vol. II : Separation*. Penguin Books, New York.

Caillé, P. (2001). *Le destin des couples–Avatars et métamorphoses de la passion*. Thérapie familiale. Genève, Vol. 22, No. 4, p. 361-369.

Caillot, J. P. (2001). *Les thérapies psychanalytiques du couple*. Site Internet de la Société psychanalytique de Paris : [www.sppasso.fr/13k](http://www.sppasso.fr/13k)

- Collins, N., & Read, S. (1990). *Adult attachment, working models and relationship quality in dating couples*. Journal of Personality and Social Psychology. Vol. 58, p. 644-663.
- Cross, S. E., & Madson, L. (1997). *Models of Self-construal and gender*. Psychological Bulletin, Vol. 122, p. 5-37.
- Davila, J. (2001) Paths on to unhappiness : The overlapping courses of depression and romantic dysfunction. In R.S.H. Beach (Ed.). *Marital and family processes in depression : a scientific foundation for clinical practice* (pp71-87). Washington D. C. : American Psychological Association Press.
- De Buttler, A. (1999). *Du registre de l'intolérable à celui de la souffrance*. Dialogue - recherches cliniques et sociologiques sur le couple et la famille no. 145, Eres éditeur, Sainte-Agne.
- Delage, M., Bastien-Flamain, B. Baillet-Lussiana S., & Le Breton, L. (2004). *Application de la théorie de l'attachement à la compréhension et au traitement du couple*. Thérapie Familiale, Genève, Vol.25. No. 2, p. 171-190.
- Denton, W. H., Burleson, B. R., Clark, T. E., Rodriguez, C. R. 7., & Hobbs, B. V. (2000). *A randomized trial of emotionally focused therapy for couples in a training clinic*. Journal of Marital and Family Therapy, Vol. 26, p. 65-78.
- De Singly, F. (1996). *Le soi, le couple et la famille*. Collection Essais et Recherches-Série Sciences Sociales, éd. Natan, Paris.
- Feres-Carneiro, T., & Seixas-Magalhaes, A. (2002). *Retour de la conjugalité sur la subjectivité des partenaires : une question pour la clinique psychanalytique des couples*. p. 1à15. Site Internet : <http://www.etatsgenerauxpsychanalyse.net/archives/texte186.html>.
- Forest, M. (1992). *La différenciation des affects : une nouvelle approche de la crise de rupture*. Revue Québécoise de Psychologie, Vol.13, No.3, p. 119-145.

Forest, M. (1988). *La différenciation des affects dans la crise de rupture*. Thèse de Doctorat présentée à la Faculté des études supérieures du Département de Psychologie de l'Université de Montréal.

Forest, M. (1989). *La dérive des sentiments*. Psychologie préventive, No. 15. p.33-37

Gottman, J. M., & Silver, N. (1999). *Les couples heureux ont leurs secrets*. Éd. J. C. Lattès, France.

Gottman, J. M., & Levenson, R. W. (1999). *Rebound from marital conflict and divorce prediction*. Family process, Vol.38, No. 3, Seattle, p. 287-292.

Greenberg, S., & Johnson, S. M. (1988). *Relating process to outcome in marital therapy*. Journal of Marital and Family Therapy, Vol. 14, p. 175-183.

Greenberg, L. S., Ford, C. L., Alden, L. S., & Johnson, S. M. (1993). *In-Session change in emotionnaly focus therapy*. Journal of Consulting and Clinical Psychology, Vol.61, p. 78-84.

Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). *Romantic conceptualized as an attachment process*. Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 52, p. 511-524.

Janz, T. (2000). *Evolution et diversité des relations au sein des familles canadiennes*. Commission du droit du Canada. Site Internet : <http://www.lcc.qc.ca/fr/themes/pr/cpra/janz/janz.asp>.

Johnson, S. M., & Greenberg, L. S. (1985). *The differential effects of experiential and problem solving intervention in resolving marital conflicts*. Journal of Consulting and Clinical Psychology, Vol. 53, p. 175-184.

Johnson, S. M., & Greenberg, L. S. (1987). *Emotionally focus marital therapy : an overview*. Psychotherapy, Vol. 24, p. 552-560.

Johnson, S. M. (1996). *The practice of emotionally focus therapy : Creating connection*. Brunner/ Mazel, Inc. Philadelphia.

Johnson, S. M., & Tatilman, E. (1997). *Predictors of success in emotionally focused marital therapy*. Journal of Marital and Family Therapy, Vol. 23, p. 135-152.

Johnson, S. M., Hunsley, J., & Schindler, D. (1999). *Emotionnaly focused therapy : Status and Challenges*. Clinical Psychology : Science and Practice, Vol. 6, p. 67-79.

Johnson, S. M., Makinen, J., & Miliken, J. (2001). *Attachment injuries in couples relationships : A new perspective on impasses in couples therapy*, p. 135-152.

Johnson, S. M. (2002). *Emotionnaly focused therapy with trauma survivors : Strengthening attachment bonds*. New-York : Guilford Press.

Johnson, S. M. (2003). *The revolution in couple therapy : A practitioner-scientist perspective*. Journal of Marital and Family Therapy, 29, 3.

Kessler, H., & Signer, M.T. (1996). *Myths in couple's therapy in treating couples*. Jossey- Basz publishers. San Francisco.

Lacroix, X. (1997). *Les mirages de l'amour*. Ed. Bayard, Paris.

Lefebvre-Sabourin, D., Gélinas, C., & Lussier, Y. (1995). *Adaptation conjugale : le rôle des attributions et de la détresse psychologique*. U. Q. T. R. 1-22. Du site : <http://www.cpa.ca/cjbsnew/1995/avril/gelinas.html>.

Lemaire, J.-G. (1979). *Le couple : sa vie, sa mort*. Ed. Payot, Paris.

Lemaire, J.-G. (1991). *Les psychothérapies de couple*. Les cahiers du centre de psychanalyse et de psychothérapie, Nos. 22 et 23, Paris.

Lemaire, J.- G. (2003). *Couple et séparation*, extrait du site : <http://www.lacathod.org/plinterv/jlemaire.html>.

Mailloux, C. (2003). *Le couple lieu de croissance*. Ed. Mediaspaul, Montréal.

Marquis, S. (2004). *Redonner à l'humain son humanité*. RND. Vol.102. No.7, 16-28.

Michaud, C. (1997). *Les saisons de la vie*. Ed. du Méridien, Montréal.

Miller, G., & de Shazer, S. (2000). *Emotions in solution-focused therapy : A re-examination*. Family Process, Vol. 39, p. 5-24.

Moisseeff, M. (2004). *Le couple comme espace initiatique*. Thérapie Familiale, Genève, Vol.25, No. 2, p.155-169.

Muchielli, R.91974). *L'analyse de contenu*. Les éditions ESF. Paris.

Noller, P., Beach, S., & Osgarby, S. (1997). *Cognitive and affective processes in marriage*. Clinical handbook of marriage and couples interventions, p. 43-71. Halford and Markman Eds.

Peterson, H., & Waring, E. M. (1995). *Facilitating intimacy : Interventions and effects*. Comments about Dandenau's and Johnson's research on EFT. *Journal of Marital and Family Therapy*, Vol. 21 (3).

Poujol, C., & Poujol, J. (2003). *Mon conjoint : bonne mère et mauvaise mère à la fois*. Du site : <http://www.relation-aide.com>.

Sabourin, S., Gélinas, C. & Lussier, Y. (1995). *Adaptation conjugale : le rôle des attributions et de la détresse psychologique*. Du site Internet : <http://www.cpa.ca/cjbsnew/1995/april/gelinas.html>.

Salomé, J. (1995). *Jamais seuls ensemble, comment vivre à deux en restant différents*. Ed. de l'homme, Montréal.

Salomé, J. (1999). *L'amour entre terrorisme...* Guide Ressources, Février 1999 : Dossier Amour, p. 10-12

Salomon, P. (1994). *La sainte folie du couple*. coll. essais, éd. Albin Michel.

- Simpson, J., & Rholes, W. S. (1994). *Stress and secure base relationships in adulthood*. In K. Bartholomew & D. Perlman (Eds). *Attachment processes in adulthood* (p. 181-204). London, PA. : Jessica Kingsley.
- Singer, C. (2003). *L'engagement*. Revue Châtelaine, juin 2003, Chronique : Entretien., Montréal.
- Turgeon, L. (1998). *Temporal linkage between wife's pursuit and husband's withdrawal during marital conflict*. *Family Process*, vol. 37 #3, p. 323-334.
- Watchter, C. A., & Bogo, M. (2001). *The feminist/emotionally focused practice model : An integrated approach for couple therapy*. *Journal of Marital and Family Therapy*, 27, p. 69-84.
- Weissman, M. A. (2001). Marital adjustment and outcome following treatments for depression. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*.
- Whiffen, V., & Johnson, S. M. (1999). An attachment theory framework for the treatment of childbearing depression. *Clinical Psychology : Science and Practice*, 5, p. 478-492.

## **ANNEXES**

## Annexe I

### GRILLE DE CODIFICATION DES AFFECTS

#### DIMENSION INTRAPERSONNELLE

- 1. PEUR** (reliée à la perte de sécurité)
- a) toute expression traduisant la peur, l'insécurité, la crainte. (A/1a)
  - b) toute expression traduisant le sentiment du rejet dans le sens de l'abandon ou de la peur de la solitude. (A/1b)
  - c) toute expression traduisant le sentiment d'être faible, vulnérable. (A/1c)
  - d) toute expression autre que a, b, c mais se rapportant à la peur et à la perte de sécurité. (A/1d)
- 2. JUSTICE** (reliée à la perte de droit)
- a) toute expression traduisant le sentiment d'être victime, injustement traité, lésé, incompris. (A/2a)
  - b) toute expression traduisant le sentiment d'être trahi dans ses attentes et ses droits. (A/2b)
  - c) toute expression traduisant la frustration d'une satisfaction acquise. (A/2c)
  - d) toute expression autre que a, b, c mais se rapportant directement à l'injustice et à la perte de droit. (A/2d)
- 3. DÉVALORISATION** (reliée à la perte de valorisation)
- a) toute expression traduisant l'humiliation, la honte ou la culpabilité dans le sens de la peur du jugement d'autrui. (A/3a)
  - b) toute expression traduisant le sentiment du rejet dans le sens d'une mise à l'écart, d'un sentiment d'inutilité. (A/3b)
  - c) toute expression traduisant le sentiment d'une perte de confiance dans ses capacités, d'un sentiment d'infériorité. (A/3c)
  - d) toute expression traduisant la démotivation, l'apathie. (A/3d)
  - e) toute expression autre que a, b, c, d mais se rapportant directement à l'humiliation et à la perte de valorisation. (A/3e)

**4. DÉSILLUSION** (reliée à la perte d'idéal)

- a) toute expression traduisant la désillusion, la déception, l'amertume (face à soi-même ou aux autres). (A/4a)
- b) toute expression traduisant des sentiments de doute, de confusion, de perte de croyance dans son propre jugement. (A/4b)
- c) toute expression traduisant le sentiment d'une culpabilité par rapport à soi-même. (A/4c)
- d) toute expression autre que a, b, c mais se rapportant directement à la désillusion et à la perte d'idéal. (A/4d)

**5. IMPUSSANCE** (reliée à la perte de pouvoir)

- a) toute expression traduisant l'impuissance. (A/5a)
- b) toute expression traduisant le sentiment de vivre une défaite, de subir un échec. (A/5b)
- c) toute expression traduisant le rejet, le dénigrement, la haine de soi-même. (A/5c)
- d) toute expression autre que a, b, c mais se rapportant directement à l'impuissance et à la perte de pouvoir. (A/5d)

**6. AUTRE**

Toute expression traduisant une dimension intrapersonnelle du vécu affectif autre que celles répertoriées dans les cinq catégories antérieures. (A/6)

## Annexe II

### GRILLE DE CODIFICATION DES AFFECTS

#### DIMENSION INTERPERSONNELLE

<b>1. DÉPENDANCE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) toute expression traduisant une recherche d'amour et d'affection. (B/1a)</li> <li>b) toute expression traduisant une recherche de soutien, de prise en charge. (B/1b)</li> <li>c) toute expression traduisant une recherche de considération et de valorisation. (B/1c)</li> <li>d) toute expression traduisant une recherche de solidarité. (B/1d)</li> <li>e) toute expression autre que a, b, c, d mais se rapportant à la dépendance. (B/1e)</li> </ul>
<b>2. AGRESSIVITÉ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) toute expression traduisant la colère, la rage, l'agressivité. (B/2a)</li> <li>b) toute expression traduisant du ressentiment, de la rancune, des reproches, des critiques. (B/ 2b)</li> <li>c) toute expression traduisant du rejet et de la haine. (B/2c)</li> <li>d) toute expression autre que a, b, c mais se rapportant à l'agressivité. (B/2d)</li> </ul>
<b>3. ISOLEMENT</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) toute expression traduisant une fermeture, une méfiance affective. (B/3a)</li> <li>b) toute expression traduisant une fuite et un évitement des autres. (B/3b)</li> <li>c) toute expression autre que a, b mais se rapportant à l'isolement. (B/3c)</li> </ul>
<b>4. AUTRE</b>	Toute expression traduisant une dimension interpersonnelle du vécu affectif autre que celles répertoriées dans les trois catégories antérieures. (B/4)

### **Annexe III**

#### **LA PERTE D'UNE SÉCURITÉ**

C'est la peur de perdre, ou d'avoir perdu, une sécurité d'ordre affectif qui émergerait principalement dans cet état de crise. Les sentiments de rejet et d'abandon sont les plus difficiles à vivre pour la personne qui se sent incapable d'accepter le fait ou simplement la perspective d'une séparation. Le choc de la solitude, l'angoisse et le fait de paniquer, la perte de l'objet d'attachement affectif entraîne une sensation de grande vulnérabilité. Elle se sent incapable de s'assumer en dehors de l'amour qu'elle craint d'avoir perdu, elle a le sentiment que le rejet affectif ne pourra pas être surmonté.

Cela l'entraîne, sur le plan interpersonnel, à rechercher à tout prix un soutien affectif et une protection. Elle peut refuser la rupture et s'accrocher affectivement au partenaire; elle peut être aussi portée à le remplacer à tout prix pour échapper à la solitude ou chercher à être prise en charge émotivement par autrui.

**Annexe IV****LA PERTE D'UN DROIT**

La conviction de perdre une satisfaction légitime ferait naître chez la personne le sentiment de vivre une injustice profonde. Dans ce type de crise, la personne est persuadée d'être la victime, soit d'autrui, soit des circonstances de la vie, et refuse d'accepter la situation. Le rejet et l'abandon engendrent moins l'insécurité affective que l'apitoiement personnel et la frustration d'être privée d'un droit fondamental. Le sentiment de responsabilité personnelle est tenu; la personne se sent plutôt incomprise dans ce besoin comme dans ses intentions, lésée et trahie dans ses attentes face à l'autre.

Tout cela crée énormément de rancune et de ressentiment envers la partenaire. Ainsi, sur le plan interpersonnel, ses attitudes sont caractérisées par une agressivité souvent intense et insurmontable envers la personne considérée responsable de la crise, et d'autre part par une recherche d'appui et de solidarité chez les gens enclins à lui confirmer qu'elle a raison de se percevoir comme une victime.

**Annexe V****LA PERTE D'UNE VALORISATION**

Le sentiment de perdre une certaine image de soi, valorisante aux yeux des autres, constituerait la spécificité de ce type de crise. Ce qui est difficile à vivre dans la rupture, plus que l'éclatement du lien affectif comme tel, c'est la hantise du jugement social et les sentiments d'exclusion et d'inutilité accompagnant le rejet. Ce sentiment de dévalorisation s'ajoute à des sentiments de honte, d'infériorité et de culpabilité engendrés principalement par la peur du jugement extérieur. Il entraîne une perte de motivation, une paralysie de l'action, la personne se percevant inférieure et diminuée.

Dans ses relations interpersonnelles, la personne cherche alors à éviter la confrontation avec les gens avec qui elle pourrait ressentir de l'humiliation, tout en cherchant auprès d'autres une forme de considération qui lui permette d'atténuer son sentiment de dévalorisation.

**Annexe VI****LA PERTE D'UN IDÉAL**

C'est la perte de croyance dans un objectif fondamental, en l'occurrence la force du lien sentimental, qui serait au cœur du bouleversement émotionnel dans ce type de crise. L'éclatement du rêve et la perte ressentie par rapport à l'idéal affectif entraînent des sentiments de déception et d'amertume. Mais la désillusion peut aller au-delà de la perte de confiance dans les sentiments d'autrui et englober la perte de croyance dans ses propres sentiments et perceptions; ce qui est atteint, en dernier ressort, c'est la possibilité de croire en quelque chose. C'est pourquoi, contrairement à ce qui se passe dans la crise de l'injustice, c'est surtout face à soi-même que le sentiment de trahison est vécu. Non seulement la perte d'une image valorisante de soi est-elle ressentie, mais un ébranlement au niveau du sens de l'identité globale se produit, l'individu se jugeant rétrospectivement naïf dans ses attentes et son évaluation du monde en général, et de lui-même en particulier. De cette perte de croyance en soi émerge les sentiments de confusion, de doute, d'incertitude. La culpabilité se présente non pas comme une peur du jugement extérieur, mais liée au sentiment d'avoir failli dans l'atteinte de son idéal.

La désillusion se répercute au niveau interpersonnel par une attitude principalement teintée de retrait, de fermeture, et de méfiance affective. Le doute de soi est projeté sur autrui et rend la communication et la confiance difficiles.

**Annexe VII**  
**LA PERTE D'UN POUVOIR**

Dans ce type de crise, c'est surtout le sentiment d'impuissance qui serait dévastateur sur le plan émotionnel. La situation est principalement vécue comme un échec personnel : l'individu se voit obligé de faire face à ce qu'il interprète comme une défaite, alors même qu'il s'est toujours refusé d'admettre des limites à son pouvoir. Il sent qu'il perd, sans se résoudre, une position de force qu'il croyait assurée; il voit lui échapper un contrôle qu'il voudrait continuer d'exercer, mais sans y parvenir. Plus que le sentiment d'une dévalorisation ou d'une incertitude face à lui-même, c'est la conviction de sa propre nullité qui l'habite. Son impuissance se traduit alors par des sentiments de haine, de dénigrement et de vengeance tournés tant vers autrui que vers lui-même.

Ses attitudes au niveau interpersonnel sont reliées à ce refus de perdre et à sa hantise de la faiblesse; s'il peut adapter des comportements de dépendance extrême envers son partenaire, c'est plus dans le but de retrouver sur lui une forme de domination que par dépendance sentimentale. Advenant l'échec de cette tentative, son sentiment d'impuissance s'exprime souvent sous forme de rejet violent au niveau verbal et physique.

## Annexe VIII

### Canevas d'entrevue semi- structuré

#### La crise

Qu'est-ce qui vous amène à consulter?

Depuis combien de temps vivez-vous cette situation?

Y a-t-il des facteurs ou événements qui ont pu contribuer ou déclencher la situation que vous vivez?

Quels sont les sentiments qui vous habitent par rapport à cette situation, ou par rapport à votre conjoint?

Avant cette « crise », vous considériez-vous satisfaits de votre situation conjugale?

Quels sentiments éprouviez vous à cette période?

Quelles étaient les « zones » qui accrochaient?

Ont-elles changé ? Se sont-elles détériorées?

#### L'histoire conjugale

Comment vous êtes-vous connus?

Qu'est-ce qui vous a attiré chez l'autre?

Qu'est-ce que vous aimiez particulièrement de l'autre?

Est-ce encore présent?

Pourquoi ces points étaient-ils si importants pour vous?

À cette époque, quelle était votre conception de l'amour? De la vie de couple?

Est-ce que l'amour et la vie de couple étaient des choses importantes pour vous? Si oui, ou si non, pourquoi?

**L'histoire personnelle**

Parlez-moi un peu de votre famille... Nombre de frères ou de sœurs, rang occupé dans la famille.

Quels rapports entreteniez-vous entre vous?

Quel genre d'enfant étiez vous?

Comment avez-vous perçu la vie de couple de vos parents?

Sont-ils toujours vivants?... Ensemble?

**Avant de conclure**

Considérez-vous que vous êtes en crise?

Avez-vous déjà pensé à vous séparer?

Quelles sont vos attentes en venant consulter?

**Annexe IX****Formulaire de consentement**

JE-----

ET

JE-----

Consentons à ce que soit enregistré (audio) notre première rencontre avec Mme Sylvie Vaillancourt aux fins d'une recherche universitaire portant sur les sentiments amoureux. Nous sommes informés que le contenu de cet entretien sera traité de façon confidentielle, et éthique, et qu'il nous est possible de nous retirer en tout temps de cette recherche si tel était notre désir.