

DÉPARTEMENT DE SERVICE SOCIAL
Faculté des lettres et sciences humaines
Université de Sherbrooke

Regard psychosocial sur les relations amoureuses :

Recherche d'identité, transformation des rôles
et réalités masculines

Gilles Goyer

Essai présenté à la Faculté des lettres et sciences humaines
En vue de l'obtention du grade de
Maître ès arts (M.A.) en service social

Sherbrooke, 2012

L'amour n'est pas une simple possession.
S'aimer, c'est surtout se soutenir l'un
l'autre dans l'épreuve, s'endurer dans les
imperfections communes. Se sacrifier;
c'est savoir grandir ensemble.

Harry Bernard

Table des matières

Remerciements	6
Introduction.....	7
Chapitre 1 : Définition de la relation amoureuse.....	11
1. La relation amoureuse et la recherche d'identité	11
1.1 Une question de terminologie	11
<i>Une relation</i>	<i>11</i>
<i>L'amour.....</i>	<i>12</i>
1.2 Démystifions la relation amoureuse.....	13
<i>L'amitié opposée à l'amour</i>	<i>13</i>
<i>La formation d'une relation amoureuse</i>	<i>14</i>
1.3 Union, mariage et relation amoureuse.....	16
1.4 L'aspect juridique de l'union intime	18
1.5 Les déterminants de la relation amoureuse	20
<i>Les déterminants familiaux, environnementaux et sociaux</i>	<i>20</i>
<i>Les déterminants individuels.....</i>	<i>21</i>
1.6 Les pressions pour la relation amoureuse	21
<i>L'individualisme</i>	<i>22</i>
<i>Le travail.....</i>	<i>24</i>
<i>La famille élargie et le réseau social.....</i>	<i>25</i>
<i>Le processus migratoire pour les communautés culturelles.....</i>	<i>26</i>
<i>La problématique de genre</i>	<i>28</i>
<i>La dualisation dans la relation amoureuse</i>	<i>30</i>

Chapitre 2 : De la rupture amoureuse et de la transformation des rôles	35
2.1 Le stress pour les partenaires dans la relation amoureuse	36
2.2 L'étape avant la rupture	38
<i>L'érosion</i>	<i>39</i>
<i>L'évitement.....</i>	<i>39</i>
2.3 L'annonce de la rupture.....	40
<i>Pour la personne qui laisse.....</i>	<i>40</i>
<i>Pour la personne qui est laissée</i>	<i>40</i>
2.4 La rupture amoureuse pour un homme	41
2.5 Les impacts de la rupture amoureuse.....	44
<i>La dimension affective, cognitive, physiologique et comportementale.....</i>	<i>45</i>
<i>La dimension environnementale</i>	<i>45</i>
<i>La dimension du genre.....</i>	<i>46</i>
<i>La dimension existentielle.....</i>	<i>46</i>
<i>La dimension relationnelle</i>	<i>47</i>
<i>La dimension normative.....</i>	<i>47</i>
2.6 Les effets de la rupture amoureuse	48
<i>La détresse sociale.....</i>	<i>48</i>
<i>La colère</i>	<i>49</i>
<i>Le sentiment d'abandon.....</i>	<i>50</i>
<i>Le lien d'attachement.....</i>	<i>51</i>
<i>La honte</i>	<i>52</i>
2.7 La rupture amoureuse en lien avec la socialisation masculine.....	54
<i>La socialisation masculine et la honte.....</i>	<i>58</i>

Chapitre 3 : L'intervention liée aux réalités masculines	61
3.1 L'intervention sociale	64
3.2 La demande d'aide	66
<i>Quelques pistes pour faciliter la demande d'aide</i>	<i>69</i>
<i>Les éléments à prendre en considération dans la demande d'aide</i>	<i>70</i>
3.3 Les différents besoins	71
3.4 L'intervention spécifique aux hommes.....	72
3.5 L'acteur de changement social	77
<i>Le fonctionnement social</i>	<i>78</i>
<i>Le contrôle social.....</i>	<i>79</i>
3.6 Mémento	80
Conclusion	86
Bibliographie	89
ANNEXE 1.....	95

Remerciements

Je tiens tout d'abord à remercier mon directeur d'essai, monsieur Roch Hurtubise, pour sa grande patience, son encadrement et ses informations pertinentes qui ont su alimenter et diriger ma réflexion. Pour les conversations animées, pour l'accessibilité à un horaire de travail flexible, pour le partage sur l'intervention, mais surtout pour son amitié : merci à Yves C. Nantel. Grâce à ses encouragements, j'ai pu « rester fort dans l'épreuve ». Merci aux collègues du **SERVICE D'AIDE AUX CONJOINTS (SAC)** : vos bons mots et « tapes dans le dos » m'ont donné des ailes. Un merci spécial aux participants qui ont alimenté par leurs expériences personnelles ma réflexion. Merci également à ma famille, pour leurs encouragements, leurs inquiétudes sur ma santé physique et mentale et pour leurs expériences sur les relations amoureuses; je suis privilégié de faire partie de cette belle famille. Merci à ma gang de chums qui me suit depuis belle lurette, vous avez pris soin de moi en endurant mes états d'âme, mes impatiences, mes découragements; vous m'avez donné, par votre soutien moral, de l'énergie. Pour terminer, un merci spécial à Brent, sans qui ce projet n'aurait pas existé. Merci pour ta patience, pour tes découragements qui m'ont permis de mettre de côté ma tendance « obsessive », pour ta flexibilité et pour tout ce que tu as pris en charge afin de me permettre durant les weekends d'étudier. Thank you, thank you and thank you!

Introduction

Combien de fois me suis-je fait demander lors de réunions familiales « à quel moment j'allais me trouver une personne à aimer » ou « comment je faisais pour vivre sans avoir personne à mes côtés ». De plus, lorsque nous regardons la télévision, combien de fois recevons-nous des messages sur le bonheur que démontrent les personnes en relation amoureuse? Ainsi, les médias envoient souvent des messages soutenant que pour être une personne accomplie, il faut être en relation de couple. Par ces messages, de nombreuses personnes sont prêtes à faire des concessions sur leur idéal et à endurer bien des inconvénients pour éviter de se retrouver seules, car elles ne peuvent supporter la solitude. Parfois vivre seul c'est craindre l'abandon.

La spécificité de la relation amoureuse captive particulièrement mon attention par le fait que 87 % des hommes en difficultés que je rencontre dans le cadre de mon travail, au Service d'aide aux conjoints (SAC)¹, vivent une rupture amoureuse (41 %) ou des conflits de couple (46 %), en plus de ceux qui vivent une problématique de jalousie (4 %) et de violence conjugale (9 %) (Rapport annuel 2010-2011).

La souffrance que les hommes peuvent vivre lors d'une rupture amoureuse et la recherche d'aide pour ceux-ci sont le moteur de cet essai. En effet, comprendre la souffrance pour mieux intervenir est l'objectif premier de cette rédaction. Sachant que la souffrance peut être physique ou mentale et que l'attitude des individus peut varier énormément, selon qu'ils estiment qu'elle est légère ou sévère, évitable ou inévitable, utile ou inutile, méritée ou non, choisie ou non voulue, acceptable ou inacceptable et ayant des conséquences mineures ou graves. La rupture amoureuse sera l'élément utilisé pour réfléchir sur la souffrance des hommes en associant la rupture amoureuse à une perte d'identité, de statut et de rôle, en plus de causer une désorganisation qui a des impacts sur la personne, son environnement, sa famille et son réseau.

¹ Fondé en 1986, le SERVICE D'AIDE AUX CONJOINTS est un organisme sans but lucratif s'adressant aux hommes vivant des difficultés conjugales dans une perspective d'intervention, de sensibilisation, de responsabilisation et de prévention de la violence conjugale.

L'intervention auprès des hommes me préoccupe puisque je suis confronté quotidiennement à la difficulté de rejoindre cette population et de l'amener à s'engager dans une démarche d'aide. Quoique cela tende à se modifier, les hommes, par leur socialisation, n'ont pas appris à exprimer leur peur, leur tristesse, leur vulnérabilité et, conséquemment, à demander de l'aide lorsqu'ils ont mal. De plus, le fait que certains hommes sont généralement réfractaires à l'idée de consulter et que leur motivation pour qu'ils s'impliquent dans une démarche d'aide est relativement faible attire mon attention. Il m'importe en tant que travailleur social de saisir les difficultés des hommes et de prêter attention aux souffrances sous-jacentes, de réfléchir aux réalités sociales vécues par les hommes et de découvrir les meilleures avenues de solution à leurs difficultés.

Je ne pouvais pas réfléchir sur la rupture amoureuse sans me questionner en premier sur la raison à vouloir être en relation amoureuse. Est-ce un coup de foudre, l'amour, un choix plus ou moins raisonné ou toutes ces réponses qui font qu'une personne entre en relation amoureuse? Ainsi, la relation amoureuse relève pour certaines personnes une banale simplicité ou d'une extrême complexité et pour d'autres les deux. La recherche d'une identité pour les membres lors d'une relation amoureuse est selon moi sous-jacente dans une relation amoureuse et ne se fait pas sans douleur à divers degré et intensité. De plus, l'évolution des rapports sociaux de sexe dans nos sociétés modulent la manière d'être en relation amoureuse. Cet essai me permet d'approfondir mes connaissances par une recension des écrits sur la relation amoureuse, la rupture amoureuse et l'intervention auprès des réalités masculines.

Le premier chapitre est consacré à la relation amoureuse. En effet, la relation amoureuse est l'expression du désir et de son irrésistible attirance par l'autre, idéalement de manière réciproque. Cependant, il arrive, selon la trajectoire des individus, que les rapports entre les partenaires dans la relation amoureuse soient tendus, car ils sont influencés les individus, la famille et les médias. Seront ensuite discutées les épreuves que les individus rencontrent dans la relation entre les partenaires.

Le deuxième chapitre traitera de la rupture amoureuse, plus précisément pour un homme. Si la majorité des hommes finit par bien s'adapter après quelques années, plusieurs traversent une période difficile à la suite d'une rupture. En effet, souvent lors d'une rupture amoureuse douloureuse ou tumultueuse, l'homme est porté à se replier sur lui-même ou à faire des actions qui peuvent avoir des conséquences malheureuses pour lui et les autres. Depuis maintenant sept ans que je travaille auprès des hommes, je constate que la détresse ou le désespoir que ceux-ci peuvent vivre lors d'une rupture amoureuse est à prendre en considération. Le rapport Rondeau (2004) stipule que les hommes séparés ont un degré élevé de détresse psychologique et sont plus déprimés, dépressifs, anxieux et consomment plus d'alcool, de drogues et de jeux compulsifs. D'ailleurs, les recherches tendent également à démontrer que les hommes sont en général plus affectés que les femmes durant une rupture et ont davantage de difficulté à s'ajuster (Audet et coll. 2007 qui cite Baum, 2003; Sweeney, 2002). Mon objectif est de réfléchir au fait que la rupture amoureuse est susceptible de causer des pertes ou des transformations de l'identité, de statut et de rôle, en plus de causer une désorganisation.

Le dernier chapitre, quant à lui, sera consacré à l'intervention auprès des hommes. En effet, selon le rapport Rondeau (2004), il importe que le secret sur la souffrance des hommes soit levé et une plus grande importance est accordée aux multiples facettes de la détresse chez les garçons et les hommes : les données recueillies dans ce rapport mettent à l'avant-plan les problèmes liés à la demande d'aide des hommes et à la socialisation masculine ainsi que le manque d'adaptation des services aux réalités masculines. D'ailleurs, une réalité s'impose de plus en plus, à savoir que ce sont les hommes qui enregistrent dans plusieurs domaines le plus de malaises, vivent le plus de difficultés et présentent le plus de vulnérabilités aux plans de la santé et du comportement. L'intervention sociale auprès des hommes devrait reconnaître la diversité des masculinités et aider les hommes à déterminer l'impact qu'ont les valeurs sociales, culturelles et politiques dominantes sur leur vécu personnel et leur relation. Elle peut également aider les hommes à sortir de leur isolement en favorisant le développement de

solidarités et en encourageant les hommes à participer activement à leur collectivité en fonction de la diversité des besoins, valeurs, intérêts et aspirations.

Je souhaite, en tant que travailleur social, ne pas rester étranger à ces préoccupations, à ce mouvement social sur la condition masculine qui est en émergence.

C'est donc dans le but d'acquérir et d'approfondir des connaissances qui permettront d'intervenir plus adéquatement et d'améliorer le bien-être des hommes que j'ai mené cette étude. L'une des idées directrices qui inspire cette réflexion est une zone de tension ou de fragilité susceptibles d'affecter les hommes de manière précise. Ces tensions sont souvent liées à une transformation du rôle masculin traditionnel. Ces tensions peuvent, dans certains cas, devenir une source de détresse psychosociale importante qui, si mal contenue par l'environnement social direct, peut menacer le bien-être, voire l'intégrité de l'individu ou de la famille.

Chapitre 1 : Définition de la relation amoureuse

1. La relation amoureuse et la recherche d'identité

Lorsque nous parlons des relations amoureuses de manière informelle entre amis, les commentaires négatifs et positifs abondent sans retenues. En effet, ceux-ci vont de « Tu es mieux de rester seul, c'est trop compliqué » et « Ne dis rien, fais ce qui t'es demandé, c'est mieux pour le couple » ou « C'est le mieux qui aurait pu m'arriver, cela a changé ma vie ». De plus les individus en couple ont souvent leur opinion quant aux ingrédients à connaître pour le bon fonctionnement ou les freins de la relation amoureuse. Chacun y va de sa petite recette magique ou de son épisode dramatique. Chaque personne, selon son expérience, pourrait ajouter une panoplie d'informations pertinentes afin d'expliquer le fonctionnement de la relation amoureuse. De plus, la relation intime du XXI^e siècle est en pleine redéfinition : on rejette la conception traditionnelle du mariage, mais on continue de différentes façons, à valoriser les relations intimes. Malgré les difficultés rencontrées dans la vie à deux, la relation amoureuse semble encore aujourd'hui un style de vie privilégié et valorisé qui pour plusieurs constituerait la meilleure stratégie pour augmenter les probabilités de bonheur à long terme.

1.1 Une question de terminologie

Pour débiter, il est nécessaire de fournir quelques précisions quant aux différents termes de la relation amoureuse afin de mieux saisir l'importance de ceux-ci.

Une relation

Une relation est une interaction, une liaison entre des personnes. Une relation permet d'avoir une interaction avec des valeurs de respect, d'égalité et d'équité entre les individus. Une relation, selon Le Nouveau Petit Robert (2001), est un rapport entre deux personnes, entre deux choses, considérées respectivement l'une à l'autre.

L'amour

L'origine de l'amour demeure obscure, selon Kaufmann (2010), et serait une invention historique et insérée selon des représentations communes à l'ensemble de la société pour nous permettre de communiquer. L'amour est une construction sociale avec des schémas de société pour nous permettre de posséder un mode de pensée et un langage communs, et ce afin de parler de notre couple et de nos émotions. Selon Kaufmann (2010) :

L'amour tel que nous le connaissons aujourd'hui a été en partie fabriqué par le roman. Il résulte largement d'une mise en scène sociale opérée par des instruments puissants, diffusant la propagande universelle pour la romance : pièces de théâtre, feuilletons, chansons. Et, à partir des débuts du XXe siècle, par la presse féminine un « mythe réalisé ». Car, au début l'amour est plus une histoire qu'une réalité, il est devenu peu à peu une histoire qui se réalise, qui entre concrètement dans la vie de chacun d'entre nous (p.37).

D'ailleurs, l'amour désigne un sentiment d'affection et d'attachement envers un être ou une chose, qui pousse ceux qui le ressentent à rechercher une proximité, pouvant être physique, spirituelle ou même imaginaire, avec l'objet de cet amour, et à adopter un comportement particulier, quelques fois plus ou moins rationnel. De plus, selon son concept général, l'amour renvoie la plupart du temps à un profond sentiment de tendresse envers une personne. Cette conception particulière de l'amour comprend un large éventail de sentiments différents, allant du désir passionné et de l'amour romantique, à la tendre proximité sans sexualité de l'amour familial ou de l'amour platonique, et à la dévotion spirituelle de l'amour religieux. L'amour sous ces diverses formes agit comme un facteur majeur dans les relations sociales et occupe une place centrale dans la psychologie humaine et sociale (Duvigaud, 1990).

Le verbe aimer, quant à lui, peut renvoyer à une grande variété de sentiments, d'états et de comportements, allant d'un plaisir général lié à un objet ou à une activité, à une attirance profonde ou intense pour une ou plusieurs personnes. Cette diversité d'emplois et de significations du mot le rend difficile à définir de façon universelle, même en le comparant à d'autres états émotionnels (Kaufmann, 2010).

1.2 Démystifions la relation amoureuse

Une relation amoureuse est, par définition, une relation entre deux ou plusieurs personnes basée sur une attirance. Dans la culture occidentale, la relation amoureuse implique des codes spécifiques (Saint-Valentin, reproduction, etc.), comme dans chaque civilisation humaine. La relation amoureuse est l'expression du désir et de son irrésistible attirance par l'autre, idéalement de manière réciproque. De plus, pour rester en amour, il faut que les partenaires changent, évoluent et se transforment ensemble, sans se perdre de vue. La relation amoureuse doit aussi être pigmentée de surprises, de risques, d'incertitudes et de découvertes, tout comme la vie en générale (Clair, 2007).

Il faut également être capable de vivre dans l'intimité d'une relation et être prêt à se dévoiler, à se révéler à l'autre. Ainsi, la relation entre deux individus correspond à un idéal de relation sexuellement et émotionnellement égalitaire au sein de laquelle comptent avant tout l'autonomie individuelle, la qualité des échanges et l'intensité émotionnelle, en plus d'inscrire la rupture amoureuse comme un horizon possible dès le début. Ce faisant, la relation amoureuse dépend de la satisfaction et des récompenses qui résultent de la relation elle-même (De Singly, 2003).

L'amitié opposée à l'amour

L'amitié et l'amour constituent deux modalités du lien social qui représentent des points communs. La rencontre amicale et la rencontre amoureuse sont toutes deux susceptibles de provoquer une transformation du « soi intime » (Caradec, 2003). Ainsi, les grands amours sont des moments d'enthousiasme au cours desquels l'individu se transforme et subit une mutation intérieure. Par contre, ces deux types de relations sociales sont différents. L'amour (le choc amoureux) est un sentiment entier, violent qui se joue dans le registre de l'extraordinaire et qui marque une rupture avec la tranquillité quotidienne et suppose extase et tourment. Pour Caradec, l'amitié est un sentiment qui a horreur de la souffrance, n'est jamais conflictuel et ne provoque ni anxiété, ni tension.

La formation d'une relation amoureuse

Remarquant que les partenaires d'une relation amoureuse d'aujourd'hui ne disposent pas de mêmes repères que les partenaires d'hier en matière de répartition des tâches et des rôles, Kaufmann (2010) expose un déroulement qu'il appelle «cycle conjugal» pour la formation d'une relation amoureuse. Ce cycle comprend trois étapes. Précédent ces trois étapes, on retrouve la période de séduction ; c'est le temps des entrevues, de l'expérimentation, de l'observation et des prises de décision concernant la poursuite de la relation amoureuse. C'est la période où les partenaires se rencontrent, se découvrent et s'inscrivent dans la relation en tant que partenaires sexués. L'essentiel est investi dans la relation qui unit les deux personnes.

Ainsi, les trois étapes du «cycle conjugal» se déroulent comme suit :

- Le «temps des découvertes» est le moment où le lien amoureux naissant est comme hors du temps et ne vit que le présent. L'essentiel est investi dans la relation qui unit les partenaires, après le coup de foudre (moment intense où deux personnes se regardent et se sentent en pure harmonie). Ce temps de découvertes correspond fondamentalement à celui d'un avenir possible et d'une identité différente. Cette période provoque un bouleversement des repères de l'identité. L'autre est un étranger étrangement familier, rapidement reconnu comme un intime potentiel.
- Le «temps de l'ambiguïté» se décrit par l'histoire de la relation qui s'écrit à deux. En fait, les deux personnes cherchent à vivre avant tout la relation de personne à personne, l'aventure de la redéfinition mutuelle des identités, idéalement sous la forme d'une histoire d'amour. L'enjeu est l'installation d'une flexibilité et de la définition d'un certain nombre de règles. Ce deuxième temps est ambigu, car les deux partenaires n'ont pas conscience du processus d'installation conjugale.

Ils n'ont pas conscience que les évènements de la vie commune vécus dans l'apparente libre inventivité de la relation naissante dessinent en fait

les premiers traits d'un cadre enfermant l'avenir
(Kaufmann, 2010 p.69).

Ce moment permet également de mettre une étiquette à son vis-à-vis, de le classer dans une catégorie définissant ses attentes, son comportement, son langage, pour s'adapter à lui. L'autre fait de même et les deux acteurs règlent l'interaction à partir de la connaissance rapidement accumulée de ce qui est l'autre, de ce qui doit être dit et de la manière de la dire.

Dans les deux premières étapes, chacun des deux partenaires a cherché à se sentir en accord avec lui-même dans le moi conjugal en formation. Ce faisant, des règles d'interaction, des systèmes d'habitudes ont été élaborés, aussi près que possible des comportements hérités et des attentes de l'un et de l'autre.

- Le «temps du confort» quant à lui est défini par des partenaires qui sont devenus si bien dessinés et déterminés par les rôles domestiques, qu'ils n'ont plus qu'à se laisser accomplir. « Les partenaires sont définis par ce qu'ils définissent ». En outre, ce moment est un confort identitaire par ce que l'on sait désormais, qui l'on est, ce que l'on peut attendre et ce qui devrait être fait à l'avenir.

D'ailleurs, ce qui est nouveau dans la relation amoureuse actuelle est que cette phase du «cycle conjugal» est plus ou moins longue, plus ou moins négociée ou négociable pour la définition des rôles de chacun. Cette définition faisant l'objet d'une négociation et non d'une acceptation en référence à une division des tâches préétablie socialement. Par conséquent, chaque personne avec ses atouts culturels, économiques et sociaux cherche à construire son identité personnelle par le biais du projet de la relation amoureuse (Kellerhals et *coll.* 2008).

Lors des discussions avec mon entourage (toujours de manière informelle), il en ressort que l'important dans les pensées pour une relation amoureuse équilibrée est le lien interpersonnel, la qualité, l'authenticité, la satisfaction retirée par chacun, de ce que l'autre lui apporte et de la relation amoureuse dans laquelle ils sont.

1.3 Union, mariage et relation amoureuse

Quel lien peut-on faire entre mariage, union civile, union libre et relation amoureuse? D'ailleurs, ces types de relation ne font pas que référence à la relation amoureuse (dynamique relationnelle); ils font plutôt référence aux différentes formes d'union possible entre deux individus. Historiquement, le mariage n'était pas lié à l'existence du sentiment amoureux entre les époux. Il y a quelques décennies à peine, la cohabitation ou l'union libre (le fait de vivre ensemble sans être marié) était impensable. Par contre, elle a gagné en popularité. En effet, selon l'Institut de la statistique du Québec, plus de 11 % des États-Uniens, 18 % des Français et 16 % des Canadiens vivent ainsi. Cependant, c'est au Québec et en Suède qu'il y en aurait le plus, soit près de 30 %. La cohabitation est surtout le fait des jeunes de 25 à 39 ans, dont 20 % seraient des couples homosexuels (Dallaire, 2011).

Les formes d'« officialisation » de la relation amoureuse se sont considérablement transformées. La vie commune d'un homme et d'une femme non mariés n'est plus considérée aujourd'hui, de façon générale, comme un acte répréhensible en Suisse et au Québec. D'après les données recueillies lors d'une enquête sur la famille en Suisse (Charton, 2001), plus de la moitié des personnes interrogées pensent en effet que le mariage n'est pas plus favorable ou plus défavorable à une vie de couple heureuse qu'une autre forme d'union. Les répondants sont également d'avis que le mariage ne permet pas d'être mieux considéré dans la société. Toutefois, près de 70 % des individus ne sont pas d'accord ou pas du tout d'accord pour considérer le mariage comme une institution périmée, et estiment comme défavorable ou très défavorable le fait de ne pas être marié pour avoir des enfants. Ainsi, bien que la vie en couple hors mariage soit désormais acceptée par la société, certains couples en font un mode de vie permanent. Par contre, le mariage semble rester la condition nécessaire à la naissance des enfants (Charton, 2001; Dallaire, 2011).

Selon Dallaire (2011), une nouvelle forme d'union amoureuse fait lentement son apparition : les VCCS, pour vivant chacun chez soi. Les Anglo-saxons les appellent des

LAT, pour "living apart together". En effet, ils seraient 8% en France et au Canada et 14% en Angleterre, âgés de 18 à 79 ans. Toujours selon Dallaire, cette réalité était plutôt le fait des jeunes dans les années 1980, mais aujourd'hui, on les rencontre souvent chez les plus de 55 ans et chez les familles monoparentales. Par conséquent, le fait de vivre chacun chez soi permet de trouver un équilibre entre les besoins d'intimité et d'indépendance, tout en ayant une vie sexuelle active avec un partenaire privilégié et exclusif.

Aujourd'hui, la relation amoureuse se compose au pluriel : elle est mariée ou en union libre, elle est hétérosexuelle ou de même sexe, elle est parentale, elle est séparée, parfois remariée et souvent en recomposition familiale. La relation amoureuse est longtemps apparue comme une institution socialement construite, que ce soit d'un point de vue légal (code juridique, droit de la famille), économique (statut social, reproduction des classes) ou idéologique (la religion, le patriarcat). La grande diversité de la relation amoureuse contemporaine remet en cause ces analyses traditionnelles sans les faire entièrement disparaître (Dandurand et *coll.* 2008).

Ceci contribue à me questionner sur le rôle d'amant/ maîtresse ou sur l'adultère (terme employé en cas de mariage et que la loi utilise en cas de divorce pour faute) / infidélité (le fait de tromper la personne avec qui l'on a une relation amoureuse). Ce sujet reste encore tabou et les hommes comme les femmes préfèrent en général rester discrets à ce sujet. Le fait pour un partenaire dans la relation amoureuse d'avoir des relations au-delà de la sexualité avec une personne autre que son partenaire peut-il être considéré comme étant une relation amoureuse ? Pour certains, les êtres humains ne sont pas monogames par nature. Je ne veux pas dire par là que la polygamie est naturelle ou qu'il soit normal que nous entretenions plusieurs relations amoureuses en même temps. Non, certainement pas ! Je veux tout simplement souligner que nous vivons généralement plusieurs relations amoureuses au cours d'une même existence. Et que, par conséquent, notre partenaire ou nous-mêmes pourrions très bien un jour être attiré (e) par quelqu'un d'autre et vivre plus d'une relation amoureuse au même moment.

1.4 L'aspect juridique de l'union intime

Nous ne pouvons passer sous silence l'aspect juridique d'une union entre partenaires qui constituent toujours une forme de reconnaissance sociale de la relation amoureuse. Dans la littérature juridique la lecture des différentes définitions du mot conjoint (le mot partenaire n'est pas mentionné) permet de définir une constante. Dans tous les cas, on se réfère au concept de vie maritale sans le définir comme relation amoureuse. Par contre, il est stipulé que la vie maritale existe lorsque deux personnes, pour des motifs intimes, affectifs, amoureux et sexuels, décident de faire vie commune et de s'unir comme s'il y avait eu mariage. Si les motifs sont subjectifs, certains critères objectifs permettent de l'établir. Ainsi, la notion de vie maritale, selon le Ministère de la Justice (2009), renvoie à un tout composé de trois éléments, soit la cohabitation, le secours mutuel et la commune renommée (enquête, preuve fondée non sur les faits, mais sur des témoignages qui relèvent de l'opinion commune).

D'ailleurs, au Québec, les partenaires tant hétérosexuels qu'homosexuels peuvent choisir de faire vie commune dans le cadre d'un mariage, d'une union civile ou d'une union de fait. Or, nombreux sont ceux et celles qui optent pour l'union de fait, que l'on nomme aussi parfois « union libre » ou « concubinage ». En 1995, environ 60 % des personnes âgées de 25 à 39 ans vivent ou avaient vécu en union de fait. Et cette proportion ne cesse d'augmenter : en 1996, 798 785 individus vivaient maritalement avec une autre personne sans être mariés ou unis civilement à celle-ci alors qu'on en comptait 1 011 930 en 2001. Puisque l'union de fait constitue le modèle conjugal privilégié, surtout au début de la vie de l'union ensemble, c'est celui à l'intérieur duquel naît un nombre de plus en plus élevé d'enfants. Depuis 1995, plus de 50 % des naissances enregistrées au Québec sont intervenues hors mariage, et ce taux a même atteint 59,2 % en 2003 (Ministère de la Justice, 2009).

Au cours des trente dernières années, l'union de fait est devenue un phénomène social que le législateur québécois ne pouvait plus ignorer. En effet, hier considérée contraire à l'ordre public, aujourd'hui forme courante d'union intime, l'union de fait (ou libre) est

acceptée dans la société québécoise et fait partie de ses mœurs. Si ce statut est socialement reconnu comme une alternative au mariage, le législateur n'en fait pas la même lecture et adopte une attitude pour le moins ambiguë par rapport à celui-ci. En effet, tantôt il reconnaît aux conjoints de fait hétérosexuels, et depuis peu homosexuels, des droits et obligations identiques aux personnes mariées, alors que dans d'autres cas il ignore totalement cette situation de fait au nom du respect de l'autonomie de la volonté. Selon lui, il est parfois jugé inopportun d'accorder aux conjoints de fait les mêmes droits ou de les assujettir aux mêmes obligations que les couples mariés (Ministère de la Justice, 2009). Cette division du droit qui s'élargit sans cesse ne peut que contribuer à créer une grande confusion et un fossé entre le droit commun (ensemble des règles juridiques s'appliquant généralement à toute situation qui n'est pas soumise à des règles spéciales ou particulières) et le droit statuaire (le droit matériel ou écrit qui régit les droits et obligations de ceux qui y sont soumis). Puisque l'union intime ne correspond plus à une forme unique, devient plus difficile d'en saisir la logique pour le système judiciaire. Pensons à l'histoire de Lola et Éric :

Dans un jugement très attendu et lourd de conséquences pour les couples conjoints de fait au Québec, la Cour d'appel de la province donne en partie raison à Lola. Cette mère de trois enfants réclamait à la fois une pension alimentaire pour elle-même et l'accès au patrimoine considérable de son ex-partenaire de vie. Dans son jugement, la Cour d'appel statue que Lola peut effectivement obtenir, de son ex-conjoint, une pension alimentaire pour elle-même. Le jugement invalide de ce fait un article du Code civil du Québec, l'article 585, en vertu duquel des conjoints de fait ne peuvent réclamer une pension alimentaire pour eux-mêmes en cas de rupture. Pour les juges de la Cour d'appel, cet article est inconstitutionnel et contrevient à la Charte canadienne des droits et libertés (Radio-Canada, régions/Montréal, 2010-2011).

1.5 Les déterminants de la relation amoureuse

Plusieurs déterminants exercent une influence sur l'identité et sur la manière dont les individus entrent en relation amoureuse. Nous savons que les déterminants sociaux sont les conditions dans lesquelles les individus naissent, grandissent, vivent, travaillent et vieillissent ainsi que les stratégies mises en place pour y faire face. Tandis que les déterminants familiaux ont une importance capitale pour le développement de la personnalité, et comme intermédiaire entre l'enfant, la culture et la société. En effet, la famille représente le premier lieu social et le premier cadre de référence par rapport auquel l'enfant se conçoit et se structure. Quant aux déterminants environnementaux, ceux-ci englobent les influences qui nous rendent semblables à autrui, de même que les expériences qui font de nous des êtres uniques (Organisation mondiale de la santé, 2011).

Les déterminants familiaux, environnementaux et sociaux

Les modèles de relations amoureuses véhiculés dans la famille immédiate ou élargie, dans le quartier, dans les médias, dans l'ensemble de la société ou dans la culture d'origine, jouent un rôle extrêmement important dans la manière dont l'individu va établir sa relation avec l'autre.

En effet, une société qui banalise la violence et le sexisme ne favorisera évidemment pas l'établissement de relations harmonieuses et égalitaires, ni chez les jeunes, ni chez les adultes. En revanche, dans une société où la culture reconnaît à tous des droits et des pouvoirs égaux et qui préconise des valeurs de respect de l'autre, de tolérance, de solidarité et d'acceptation de la différence, il sera plus facile de concrétiser son désir de vivre des rapports harmonieux et égalitaires. De plus, l'amour romantique est présenté de façon magistrale par les grands dramaturges européens, de la Renaissance au XIXe siècle ; pensons notamment à Shakespeare, Racine et Molière. En outre, selon la littérature, le théâtre et la musique, l'amour romantique est porté au plus haut des espoirs au XIXe siècle. Au XXe et XXIe siècle, les médias ont fait du romantisme un raz-de-marée qui habite l'imaginaire de l'humanité entière ; pensons entre autres au film *Ghost*, *Dirty Dancing*, *Titanic*, *Romeo et Juliette*, *Nothing Hill*, *Pretty Women* et dernièrement

Sexe entre amis (*Sex with Benefits*). Par conséquent, les médias modulent, inspirent et façonnent la manière de voir l'amour entre deux individus, en plus de projeter un idéal des relations amoureuses (Gauthier, 2002).

Les déterminants individuels

Le tempérament, la personnalité, la capacité d'empathie ou d'autonomie, le sens du partage et du respect de l'autre, leur attitude par rapport à la violence, les habiletés sociales, les habiletés à résoudre des conflits, l'estime de soi et le développement sexuel vont également contribuer à déterminer la qualité de la relation amoureuse. Par exemple, si la relation amoureuse sert à combler des manques affectifs profonds ou à satisfaire des besoins de contrôle ou de domination, elle ne pourra être ni harmonieuse ni égalitaire. De la même façon, un jeune qui manque d'empathie aura de la difficulté à comprendre les besoins et les attentes de l'autre et, lorsqu'il y a présence de violence, il sous-estimera les conséquences des gestes posés (Audet, 2008).

1.6 Les pressions pour la relation amoureuse

Il s'agit ici de démontrer comment les défis de la relation amoureuse s'ancrent dans les méandres de sa personnalité et de sa construction sociale (relation avec les autres), en partant du principe qu'on ne peut pas penser à l'individu, son identité, sa personnalité et ses conduites indépendamment de ses relations sociales. La société prescrit à l'individu de construire sa propre identité qui se développe dans l'échange avec les personnes les plus proches; c'est principalement cette exigence identitaire qui entre parfois en tension avec le couple et que la relation amoureuse est vue comme insatisfaisante parce que s'opposant à la réalisation de l'individu.

Il arrive que nous prenions conscience qu'il existe un décalage entre l'idéal prôné et la réalité concrète. Par ce fait, l'amour devient un mythe réalisé. En effet, la représentation idéale de l'amour et la façon dont chacun le vit peuvent varier selon plusieurs aspects (culturel, individuel, familial, environnemental). Les principaux bouleversements qui

influent la relation amoureuse sont liés à la contraception, à la modification des rapports hommes/femmes et aux nouveaux modes de vie de couple (Kellerhals et *coll.* 2008; Genest Dufault, 2007; Nantel, 2002). De surcroît, le degré d'harmonie d'un couple ou sa longévité tiendrait plus à la qualité de la relation amoureuse qu'à une série de contingences sociales ou conventionnelles. D'ailleurs, la relation amoureuse demeure aujourd'hui un phénomène complexe et pour tomber amoureux, il faut d'abord se connaître et s'aimer soi-même. Selon Lemieux (2003) :

La nouvelle régulation découlant des milieux professionnels et de l'état providence, la complexité des relations entre le privé et le public et la transformation des rapports de genre vers l'équité introduisent un chaos normal dans les relations amoureuses (p.60-61).

Ce faisant, voici quelques aspects auxquelles doivent faire face les partenaires de la relation amoureuse et qui auront un impact positif ou négatif sur le lien relationnel qu'ils développeront.

L'individualisme

Dans les journaux, dans les revues dites « féminines » ainsi que dans les conversations quotidiennes entendues un peu partout, le terme « individualiste » est évoqué pour caractériser la société d'aujourd'hui et l'aire du temps actuel. De plus, on assiste à un processus général de renforcement progressif des individus relativement au groupe d'appartenance, du droit des hommes, des femmes, et des enfants également en plus de conscientiser à décider eux-mêmes de leurs corps, idées et besoins. Ils veillent à ce que leur épanouissement et leur liberté individuels ne soient pas trop sacrifiés. Ils veulent préserver des territoires personnels, une certaine intimité personnelle et cherchent à inventer des formes de relation amoureuse qui respectent leur revendication de rester libre. Dans *individualisme et lien social*, Peto (2010) qui cite Taylor (2008), parle ainsi de l'individualisme comme :

Nous vivons dans un monde où les gens peuvent choisir leur mode de vie, agir conformément à leurs convictions, en somme, maîtriser leur existence d'une foule de façons dont

nos ancêtres n'avaient aucune idée. Désormais, notre système judiciaire protège ces droits (p.1).

Dans la société d'aujourd'hui, l'individualisme correspond à une organisation sociale au profit de l'individu et ses aspirations personnelles en première ligne dans la communauté sociale. Dans un sens plus psychologique, ceci correspond à la tendance des individus à agir dans le but d'atteindre le bien-être personnel. Dans ce type de comportements, l'autre est un « outil » permettant l'atteinte du bonheur. De plus en plus de personnes appliquent ce mode d'organisation sociale dans leur vie de couple. La relation amoureuse n'est alors plus composée de deux personnes qui forment un *nous*. Le principal but est de se satisfaire soi-même (De Singly, 2003).

Ce mode de fonctionnement nous entraîne à n'accepter aucune frustration ou aucun refus de la part de l'autre. La patience nécessaire et essentielle dans la relation amoureuse devient problématique. Dans la majorité des cas, la faute est constamment rejetée sur l'autre, sans remise en question de soi-même. Un certain égoïsme s'installe et rend impossible la communication et la compréhension dont les partenaires ont besoin pour s'épanouir. Cette manière de vivre la relation amoureuse est indéniablement le reflet de tout cet individualisme, véhiculé par les informations, les magazines et productions cinématographiques. Dans la société actuelle, les partenaires de la relation amoureuse sont tellement en quête d'indépendance, d'autonomie et d'épanouissement personnel qu'ils en oublient l'autre. Ainsi, qu'il y ait relation amoureuse ou non, la liberté et l'individualisme prennent doucement le dessus et offrent le choix d'une vie plus adaptée à son quotidien, voire à sa propre vision de la relation amoureuse (Peto, 2010).

Il n'existe pas de relation amoureuse miracle ou de relations auxquelles on peut se référer pour construire la sienne. Plusieurs études tendent à faire penser que l'individualisme social est l'une des causes du déclin de cette relation dans nos sociétés. Toutefois, n'est-il pas possible d'être épanoui à la fois seul et dans sa relation amoureuse? Évidemment, chaque personne a besoin de s'épanouir et de vivre pour elle-même, mais il ne faut pas oublier la troisième entité: la relation amoureuse et son bien-être.

Le travail

Selon Beaujouan (2009) qui cite Ekert-Jaffé et Solaz (2001) et Prioux (2005) : « l'entrée dans l'âge adulte, la situation d'emploi et vie de couple sont fortement liées et le chômage retarde la formation de la première union » (p.264). De plus, il mentionne que les attentes sociales des hommes et des femmes concernant la vie conjugale et carrière professionnelle sont différentes, et l'ordre sexué se réaffirme notamment au travers de la division du travail une fois le couple formé. La situation d'activité des hommes n'est sensible ni à leur situation familiale, ni à la présence d'enfants, contrairement à celle des femmes (Charton, 2001). Ces dernières s'arrêtent plus fréquemment de travailler en présence d'enfants et elles occupent plus souvent des emplois à temps partiel : le lien des femmes à leur emploi semble donc se distendre une fois qu'elles ont formé une famille. De surcroît, l'absence sur le marché du travail des femmes déstabilise peu la relation amoureuse : aucun lien n'apparaît entre une situation d'emploi instable de la femme et le divorce, alors que les relations amoureuses auxquelles l'homme connaît une longue période de chômage semblent plus exposées à la rupture. On remarque donc un décalage important entre les discours sur l'égalité des sexes et la réalité des comportements des partenaires, encore empreints du modèle de l'« homme gagne-pain ».

Hernandez (2007) souligne que les nombreux obstacles limitant l'accès à l'emploi peuvent entraîner chez les hommes immigrants un sentiment d'échec par rapport à leurs responsabilités de pourvoyeur et de protecteur. Ainsi, la difficulté d'accès à l'emploi, qui est un élément très important selon les constructions culturelles pour l'affirmation et la valorisation, peut faire naître chez l'homme immigrant le sentiment de ne pouvoir faire vivre convenablement les membres de sa famille, de faillir à ses responsabilités liées aux rôles de pourvoyeur et de protecteur. Par conséquent, de ne plus « être un homme ». Ainsi, il peut arriver pour l'homme, dont les aspirations les plus grandes sont d'assurer le bien-être de la famille et de profiter des mêmes possibilités que les Canadiens de souches (Hernandez, 2007 qui cite Bibeau et coll. 1992), que cette situation puisse affecter profondément son identité, son estime de soi, sa qualité de père (Bérubé, 2004) ainsi que sa relation amoureuse au point de provoquer des conflits et une rupture, voire un

déséquilibre mental (Hernandez, 2007 qui cite Beiser et *coll.* 2003; Austin et Este, 1999). Ainsi, l'homme immigrant subit la perte d'un statut social qui est porteur d'une identité dans son milieu d'origine et pour son entourage. En outre, selon Kaufman (2010), si un homme et une femme qui se ressemblent s'assemblent (homogamie), la femme épouse généralement un homme dont le statut social est un peu plus élevé que le sien, ce qui explique qu'aux deux extrêmes, la rencontre soit problématique : les hommes les plus défavorisés et les femmes les plus aisées se marient difficilement.

La famille élargie et le réseau social

Même si les prérequis de la relation amoureuse sont fondés sur l'intimité, les membres de l'entourage de chaque partenaire peuvent favoriser cette intimité pour la relation amoureuse ou, au contraire, exercer une grande force de nuisance. De plus, la rencontre de l'autre est un moment d'idéalisation de l'autre et de soi-même. Il existe un pacte inconscient et mutuel fondé en grande partie sur les missions, dont chacun se croit investi par la famille d'origine (Vinois, 2005). Une relation amoureuse est l'union de deux cultures, à des niveaux divers ; il y a choc de culture des valeurs, des habitudes, etc. Parfois, la conjugalité est examinée sous l'angle de codes sociaux et des arrangements familiaux qui laissent peu de place aux individus et encore moins aux sentiments amoureux (Lemieux, 2003).

Le réseau social et la parenté permettent aux individus dans la relation de se sentir plus entourés, plus animés et plus sécurisés. En effet, ceux-ci permettent de créer un « réseau tampon » en permettant de mieux endurer les difficultés conjugales et d'être moins victimes de la routine. Ainsi, les individus qui ont peu d'amis ou de parents et qui ont peu d'occasions de rencontres, en plus d'avoir peu d'affection réciproquement de la parenté et peu de soutien matériel ou psychologique, portent un jugement plus sévère ou plus insatisfaisant sur leur relation (Kellerhals et *coll.* 2008).

Le processus migratoire pour les communautés culturelles

Les recherches portant sur l'impact de l'immigration offrent rarement un portrait du vécu particulier des hommes (Hernandez, 2007). Ce faisant, ces études ont l'avantage de nous renseigner sur la modification partielle des rôles et du partage des tâches au sein des ménages immigrants, ce qui aide à mieux comprendre les difficultés et les tensions qui peuvent y survenir. Ainsi, la problématique d'intégration familiale engendre des dynamiques conflictuelles au sein du système familial qui se manifeste par des problèmes de discipline avec les enfants, de conflits de valeurs dans la relation amoureuse et par des situations de crises familiales. Pour d'autres familles, le réajustement des règles et des rôles dans la famille devient une épreuve croissante au fur et à mesure que s'accumulent les exigences de la nouvelle société. Cette épreuve peut s'accompagner de toutes sortes d'affects négatifs tels que l'angoisse, le stress, l'insécurité, l'humiliation, la colère, la dépression et un sentiment de rejet pour certains membres de la famille, dont les hommes (Legault, 2000). De plus, la question de transformation des rôles dans la famille est un aspect sensible au processus d'adaptation, car les règles et les rôles familiaux correspondent souvent au noyau rigide de la culture, surtout pour les immigrants issus de sociétés basées davantage sur le collectif et sur l'interdépendance des relations que sur l'individualisme et l'autonomie de chacun.

Un isolement social, pour certaines familles, s'installe et se manifeste par un renforcement de l'intimité et par des liens de dépendance. Il en ressort une perturbation de l'équilibre, de l'harmonie et des relations existantes à l'intérieur du système familial. En outre, la transformation des rôles peut donner lieu à des conflits ouverts entre les partenaires et entre les générations, au point de provoquer, parfois, de la violence conjugale, familiale (Barudy, 1992) ou une rupture.

Plusieurs études établissent un lien direct entre le bouleversement des rôles et des statuts selon le genre et le « taux particulièrement élevé de divorces chez les familles immigrantes au cours des premières années d'établissement » (Hernandez, 2007 qui cite Lanthier et Ross, 1995, p.32). Partout dans le monde, les constructions culturelles

élaborées à partir des différences biologiques entre les sexes semblent suivre un modèle similaire : « les hommes ont tendance à être socialisés vers des rôles liés à l'affirmation de soi où l'on valorise la performance et la dominance. Tandis que les femmes ont tendance à être socialisées vers des rôles liés à la conformité où l'on valorise plutôt la passivité et la soumission » (Hernandez, 2007 qui cite Berry et *coll.* 2002, p.52). Ainsi, cette perte de statut social risque de développer chez l'homme immigrant une des nombreuses problématiques sociales tels la toxicomanie, le suicide, l'itinérance, l'alcoolisme, la violence, conjugale, les sévices physiques, les déviances sexuelles ou encore les problèmes de jeux compulsifs. Non seulement ces diverses problématiques sont très présentes chez les hommes en général, mais elles sont significativement plus nombreuses que chez les femmes (Rondeau, 2004).

La remise en question de l'autorité paternelle, sur l'ensemble des membres de la famille, peut affecter l'homme de manière fort négative. Par exemple, il peut ressentir de la rage, du désespoir et être tenté de se replier sur lui-même (Legault et *coll.* 2008). Cette réaction est particulièrement fréquente si ce dernier est porteur de valeurs patriarcales où l'homme se doit d'être fort et de subvenir aux besoins de la famille. En plus d'une remise en question de son autorité, l'immigration oblige l'homme à redéfinir son identité en tant que père. Cela représente tout un défi, car il doit concilier à la fois les rôles et les valeurs inhérents à sa culture tout en incorporant ceux de la société d'accueil. Une étude qui s'intéresse à des pères dans Lacharité et *coll.* 2009 illustre bien le réajustement des rôles vécus par les hommes immigrants. Selon celle-ci, les femmes de ces hommes considèrent que le processus migratoire oblige les hommes immigrants à se redéfinir en tant qu'homme, mais également en tant que père.

En effet, cette redéfinition de soi permet de reconnaître, de nommer et de partager les valeurs, les besoins et les attentes de l'individu en lien avec lui-même, l'autre et la relation amoureuse de manière réciproque. Une négociation doit s'amorcer pour que les partenaires dans la relation amoureuse trouvent un langage commun à leur relation amoureuse. La communication, le respect, l'écoute, la reconnaissance, le partage et la

confiance sont les prémisses qui servent pour établir une relation amoureuse (Bérubé, 2004).

La problématique de genre

Clair (2007), mentionne que l'expérience de la relation amoureuse est traversée par la problématique de genre. En effet, à l'adolescence, l'entrée dans la vie amoureuse hétérosexuelle est un révélateur de la façon dont les filles et les garçons en présence de leur corps au travers de leur projection dans la vie de couple, se construisent en tant que filles et garçons. Le genre est lui-même un enjeu de distinction de stigmatisation par le reste de la société. Qu'il découle de filles ou de garçons, le discours sur les expériences féminines et masculines supposées de l'amour est toujours organisé par cette polarisation.

Dès l'adolescence, il y a recherche, entre autres, parmi les pairs du même âge, d'une identité. Les enjeux psychosociaux qui en découlent à ce moment sont la recherche de frontières personnelles parmi une série de rôles possibles, une exploration puis une adoption de ceux qui conviennent le mieux (Cloutier, 1996). En effet, toujours selon Cloutier (1996) qui cite Erikson, le défi est d'établir une identité personnelle en évitant la diffusion des rôles. De plus, la présence dans l'environnement de points de repère pour établir l'histoire ou la tradition personnelle pour aider le jeune joue un rôle important. Ainsi, le groupe de pairs constitue un milieu très favorable pour expérimenter des rôles, pour représenter les images différentes et en connaître l'effet social à l'intérieur de relations interpersonnelles réelles. D'ailleurs, les premiers amours, toujours selon Cloutier (1996) qui cite Erikson, sont des passages utiles pour « tester le moi. »

De surcroît, la comparaison entre filles et garçons est fréquente et engendre souvent le même constat : « les garçons, ce n'est pas pareil que les filles ». Selon Clair (2007), lorsqu'une fille exprime un désir sexuel comparable au désir d'un garçon, elle a droit à plusieurs préjugés ou étiquettes. De plus, si un garçon démontre un intérêt à prendre soin de son habillement ou de sa peau, il fait aussi face à ces préjugés. Si la norme de la liberté individuelle semble s'imposer, reste que, ce faisant, une fille s'expose au risque d'être

étiquetée. Une fille n'a pas le droit de désirer : elle doit accueillir en fin de compte le désir masculin (lorsqu'il s'exprime dans un cadre légitime), mais ne peut le susciter, car, alors, elle « provoque », elle « allume ». Les filles doivent être en position défensive; dès qu'elles sortent de cette posture, leur sexualité devient active et donc dangereuse (Clair, 2007). Par conséquent, toute sortie du rôle assigné est condamnée par la morale sexuelle locale (confortée par une moralité sexuelle largement convergente à l'échelle de la société). Selon Clair (2007) :

Le discours de la complémentarité concerne donc que la démesure sexuelle « naturelle » des garçons, expression centrale de leur virilité, soit socialement rendue possible par la réserve sexuelle des filles, elle aussi naturalisée. C'est pourquoi l'ensemble du groupe social veille à ce que la moralité féminine soit dans son ensemble préservée et que toute défaillance ou tout signe perçut de défaillance soit condamné (p.148).

Afin que le couple fonctionne aux yeux des individus, mais surtout auprès des jeunes, il convient que chacun reste « dans son genre », ce qui renforce sa propre appartenance de genre. Ainsi, l'expérience amoureuse participe à la consolidation entre sexe et genre. De Singly (2003) mentionne que « c'est d'affirmer une identité conforme aux définitions standard du « masculin » et du « féminin » s'ils ou elles souhaitent avoir une chance que leur offre rencontre une demande ». Ceci vaut plus particulièrement pour les adolescents(e)s, dans la perspective de « faire couple », d'apporter à l'entité « conjugale » des caractéristiques spécifiques à leur appartenance de genre (p.82).

Le choix du partenaire est, en effet, fortement tributaire de la conformité à ce qui est considéré comme proprement féminin ou proprement masculin, c'est-à-dire ce qui est considéré comme fondamentalement différent : plus l'individu sera proche dans ses mots, ses gestes et sa réputation de la définition typique du genre auquel il appartient, plus son ou sa partenaire se sentira confortée dans sa propre définition identitaire. Par conséquent, le processus de socialisation, selon Dulac (2002), favorise le maintien des normes sociales et encadre les relations au sein de la société. Les modèles sont souvent proposés par l'entremise de rôles valorisés et nécessaires dans l'organisation de la relation

amoureuse et chacun peut tenter de répondre à ces archétypes (Nantel, 2002). D'ailleurs, le couple peut permettre de favoriser un épanouissement personnel, une stabilité affective, sexuelle et financière ainsi que confirmer la réussite de l'intégration sociale et de la quête du bonheur. Cependant, selon Nantel (2002) :

Les relations de couple sont inévitablement interpellées par les enjeux majeurs présents dans le contexte social. La dualisation des rapports conjugaux. La confrontation des modèles idéalisés et la méprise sur le partage de privilèges caractérisent fréquemment les discours présentant les réalités conjugales de notre époque (p.5).

La conformité aux représentations associées à l'appartenance de genre est nécessaire pour se voir reconnaître une quelconque valeur sur le marché amoureux (et par extension matrimoniale), et donc pour être en mesure de se reconnaître à soi-même une quelconque valeur sociale (Clair, 2007).

La dualisation dans la relation amoureuse

Pour certains auteurs les rapports intimes s'effectueraient sous un mode de dualisation : le pouvoir, le mieux-être, la liberté, le partage des responsabilités financières et des tâches, de même que les choix de vie vers un projet sont souvent déterminés et débattus comme des négociations concentrées et des enjeux associés à des problèmes sociaux (Nantel et coll., 2002). Ainsi, la dualisation conduit généralement à l'impasse dans la lutte des individualités, car elle a pour but de défendre des intérêts, des perceptions, des désirs, des besoins et des quêtes de sens. De plus, la lutte dans la relation amoureuse s'effectue selon un éventail de moyens et d'armes correspondant généralement aux caractéristiques attribuées aux genres. L'intensité du combat varie et l'utilisation de la violence est socialement condamnée et dénoncée (Nantel, 2002). Par conséquent, l'implication des hommes est souhaitée dans la sphère domestique et auprès des enfants, mais souvent sous la supervision de la femme qui est traditionnellement responsable de cette sphère. Il mentionne également que « le rôle de pourvoyeur est largement suscité dans une société de consommation où les enfants ont parfois l'allure et les exigences de la royauté » (p.9).

Les partenaires partagent un certain nombre d'idéaux ou d'attentes élevées concernant les rôles déterminés de la relation amoureuse auquel la société les a préparés. Ainsi, se conformer aux expressions de la féminité et de la masculinité permet aux partenaires de faciliter le processus de construction conjugale (Henchoz, 2009). Le rôle masculin de pourvoyeur principal des revenus est perçu « comme un bon pourvoyeur des revenus étant un homme qui gagne bien sa vie, mais surtout prêt à partager les fruits de son travail ». Ainsi, un homme qui adopte le comportement masculin socialement attendu va corroborer les attentes de nombreuses femmes et ainsi pousser leur intérêt pour la relation. En outre, l'association entre féminité et responsabilité domestique et familiale semble être moins présente au début de la relation conjugale, mais elle devient plus prégnante avec la parentalité. Ceci maintient alors le fait que la sphère familiale est toujours sous la responsabilité de la mère.

Conséquemment, l'intériorisation des rôles sexuels fait en sorte que les hommes développent une identité de position doublée de la crainte de l'intimité tandis que les femmes développent une identité relationnelle doublée de la crainte de séparation (Dulac, 2003). Selon Dulac, il mentionne que l'intimité et l'amour sont biaisés, car ils sont appuyés sur les styles féminins. De plus, les standards de l'intimité seraient construits à partir des comportements féminins. En ce qui concerne la relation conjugale, les hommes expriment leur intimité en faisant l'amour, en donnant des présents et en effectuant des tâches domestiques. Tandis que les femmes expriment leur affectivité en formulant des compliments et en parlant de leur sentiment. De plus, les hommes évitent les relations intimes, car elles jouent sur leurs sentiments de virilité plus particulièrement sur les dimensions de contrôle et d'indépendance, qui a pour effet de confirmer ce que le système de croyances commun auquel filles et garçons adhèrent, ne serait-ce pour être cohérent, les uns aux autres (Clair, 2007).

La société est régie selon un système de valeurs à travers lequel nous percevons et acceptons le monde, qui explique et justifie un ordre sociopolitique existant ou propose et suggère des stratégies pour son maintien ou sa réalisation. Ainsi, la division et la

complémentarité des rôles sont en fonction du sexe. Les hommes héritent du rôle de protecteur et de pourvoyeur tandis que les rôles des femmes sont concentrés autour de la maternité et des soins.

D'ailleurs, selon Dulac (2003), les hommes sont perçus selon le modèle masculin conservateur, comme étant compétitifs entre eux, indépendants et aimant prendre des risques. Ils sont également les initiateurs des relations sexuelles, sont socialement et politiquement plus influents que les femmes et ont besoin d'emplois qui leur permettent d'affirmer leur masculinité afin d'avoir le sentiment de participer à la société. Ils sont également méfiants par rapport à l'expression émotionnelle et ont tendance à dépendre des femmes pour la satisfaction de leurs besoins affectifs. Dans un même ordre d'idées, Belony (2007) précise que « certaines femmes sont victimes de violence conjugale, car la modification des rôles, des statuts et des perceptions de l'homme et de la femme vers une vision plus égalitaire n'est pas sans entraîner des conflits » (p. 26). Gascon (2002) mentionne :

L'intégration de caractéristiques et d'idéaux stéréotypés, maintenant les hommes et les femmes dans des rôles complémentaires, limite l'expression de l'humanité autant des hommes que des femmes. Cette socialisation a des croyances voulant que chacun des sexes doive se limiter aux pensées, aux émotions, aux comportements et aux rôles qui sont associés à son genre. Ainsi, chacun des sexes ne semblant alors présenter que la moitié des caractéristiques humaines (p.103).

De plus, pour ajouter une complexité à la dualisation dans la relation amoureuse s'ajoute le fait que dans notre pays, la famille n'est pas du domaine privé; l'état peut donc s'ingérer s'il y a motif par la loi (Boisson, 2007). Il peut ainsi poser des actions concrètes sur la cellule familiale (des actions en lien avec la violence conjugale, le placement des enfants, etc.). Par conséquent, ceci engendre un duel entre les familles et les structures organisationnelles. De plus, les deux partenaires voudraient être reconnus par l'autre dans leurs différences, dans leurs goûts, dans leurs capacités propres, dans leurs manques spécifiques : ils revendiquent leur autonomie. En même temps, ils aspirent à vivre avec

l'autre dans un monde satisfaisant, disponible, où il n'y aurait ni limites, ni manques; dans un monde que nous qualifions de fusionnel (Bédard, 1998).

Par contre, Caradec (2003) mentionne que l'union amoureuse dans les couples âgés se caractérise par la ressemblance des conjoints, la tempérance des caractères et des humeurs, en plus de rechercher la proximité des goûts, car elle est censée faciliter l'harmonie intime et éloigner les conflits. D'ailleurs, c'est souvent de façon consciente que les futurs partenaires s'efforcent, avant de s'engager dans la relation, de discuter afin d'évaluer la proximité de leurs goûts. En effet, la discussion est la recherche de savoir si le nouveau partenaire partage la façon d'être et les manières de voir son partenaire. C'est pourquoi il joue davantage un rôle de confirmation de son identité que de révélation d'aspects inexplorés de sa personnalité. Par conséquent, le nouveau partenaire, loin d'être seulement un ami, permet de vivre une expérience sentimentale restée inconnue et de découvrir une dimension de soi-même demeurée dans l'ombre.

Selon Kellerhals et *coll.* (2008) :

Le projet du couple dépend du rapport de pouvoir égalitaire ou non que construisent les « dots » sociales de chacun des conjoints : dépendance mutuelle ou indépendance, négociation libre ou sous contrainte, socialisation des rôles féminin et masculin se jouent beaucoup autour de ce rapport. Il s'agit alors de montrer comment le projet conjugal et l'identité sociale des personnes se construisent l'un par l'autre (p.10).

Nous vivons dans un monde où interagissent un grand nombre de systèmes de valeurs avec des spécifications assez précises pour chacun sur les relations amoureuses allant du plus conservateur, avec une nette définition des rôles masculin et féminin, jusqu'au plus libéral, où les repères sont peu nombreux, mouvants ou en voie d'élaboration. Par conséquent, de plus en plus de personnes réalisent que la relation amoureuse est possible à certaines conditions et requiert un minimum d'investissement personnel de la part des individus concernés et de leur environnement. De plus, elle suppose que les manques

importants ont été en grande partie comblés ou les graves blessures (de l'enfance ou autres) ont trouvé une réponse adéquate et sont à peu près guéries.

Nous avons regardé, clarifié et compris les dynamiques relationnelles amoureuses et ce qui peut les influencer. Si la négociation s'avère lourde et pénible, le quotidien devient lui-même pesant et conflictuel et peut conduire à la rupture. En effet, les motifs principaux de conflits dans la relation amoureuse sont la difficile gestion des différences entre les partenaires et le désenchantement amoureux. Cette différence entre les partenaires se traduit en opposition d'intérêts personnels entre les individus, en divergences sur le projet conjugal ou en contrariété ressentie dans les grincements du quotidien (Kaufmann, 2010).

La prochaine partie abordera la rupture amoureuse toujours en fonction du lien entre les individus. En effet, le lien relationnel est un cadre prescrit aux acteurs et définit leur identité lors d'une rupture amoureuse ; une transformation des rôles leur est alors imposée qui se fait, parfois, avec difficulté et intensité pour certaines personnes.

Chapitre 2 : De la rupture amoureuse et de la transformation des rôles

Ce chapitre abordera la rupture amoureuse subie par des hommes. En effet, les hommes sont davantage quittés que les femmes, environ les deux tiers selon Santé et service sociaux (2004). De plus, selon Boisson (2007), le taux de femmes qui entreprennent le divorce se situe entre 48% et 70%. D'ailleurs, les recherches tendent également à démontrer que les hommes sont en général plus affectés que les femmes durant une rupture et ont davantage de difficultés à s'ajuster (Audet et coll. 2007 qui cite Baum, 2003; Sweeney, 2002). L'objectif est de démontrer que la rupture amoureuse cause une perte de l'identité, d'un statut et de rôle, en plus de causer une désorganisation laquelle exerce tout un impact sur la personne, son environnement, sa famille et son réseau.

Avant les années 1970, le divorce était une réalité peu présente au Québec. La fin d'une relation amoureuse étant surtout associée au décès d'un des conjoints. Durant les trente dernières années, cette réalité a changé du tout au tout et la séparation a progressivement remplacé le veuvage comme cause première de la dissolution d'une relation (Genest, 2007 qui cite Baillargeon et coll. 2004). La réalité de la rupture amoureuse s'explique, en partie, par l'apparition de nouvelles technologies de contraception provenant de l'influence du mouvement féministe, mais également de profonds changements de valeurs sociales comme la baisse de l'influence religieuse et l'essor de l'individualisme.

En effet, l'ampleur de la rupture amoureuse dans les pays occidentaux est plus particulièrement marquante par son évolution. La rupture amoureuse, particulièrement le divorce, et la rupture d'union de fait sont aujourd'hui largement répandues. Au Québec, on estime que trois couples sur cinq (60%) qui s'unissent se sépareront avant le décès de l'un des deux conjoints.

Selon Audet et coll. (2006) :

La hausse spectaculaire du nombre de divorces au cours des 35 dernières années a eu des conséquences importantes sur les individus, la famille et la société. La rupture amoureuse

est considérée comme un des stress les plus importants par son ampleur, son intensité et sa durée (p.138).

Contrairement à la relation amoureuse d'autrefois, la relation amoureuse d'aujourd'hui n'est plus institutionnelle, mais plutôt émotionnelle. Ce besoin de réalisation individuelle entraîne les individus à mener un combat pour être épanouis, même s'il faut être heureux aux dépens du bonheur de l'autre. On répète souvent que notre société se caractérise par un individualisme radical et que toute la vie de l'individu serait centrée sur la poursuite de ses désirs. Par cette manière de pensée individualiste, l'humain oublie qu'il a besoin d'avoir un sentiment d'appartenance à l'autre et à la collectivité pour se définir.

2.1 Le stress pour les partenaires dans la relation amoureuse

Le haut niveau de stress que vivent les partenaires dans la relation amoureuse, à savoir l'ensemble des tensions ou contraintes qui s'expriment dans les différents problèmes qu'ils dénombrent, en plus de la recherche de leur mode de cohésion et d'équilibre ont un impact sur la dynamique relationnelle. En effets, multiples perturbations ou phénomènes tels le chômage, la précarité financière, les poursuites civiles et criminelles, la migration, etc. affectent et ont un impact sur l'équilibre affectif de chacun des partenaires dans la relation amoureuse, en plus du niveau de ressources pour y faire face, lesquelles sont affectées. Ces phénomènes peuvent parfois s'accroître en raison d'un climat économique défavorable remettant souvent en cause les aménagements de la relation amoureuse. Ce faisant, on peut prétendre que ces facteurs externes viennent s'ajouter aux causes internes qui ont pour conséquence de mettre de l'imprévisibilité et de l'ambiguïté dans la relation amoureuse et accroissent et compliquent le processus d'adaptation des partenaires de la relation (Kellerhals et *coll.* 2008).

Afin que le couple puisse poursuivre l'objectif commun de la relation amoureuse, quelques pistes sont à considérer afin que chaque partenaire dans la relation amoureuse puisse mettre en place pour gérer le haut niveau de stress. Cette démarche permet un

partage de l'information (établir une communication), d'avoir une vision d'ensemble du stress et d'élaborer des stratégies communes pour y faire face.

Par ce fait, Kellerhals et *coll.* (2008) parlent de six procédés pour la gestion du stress afin de mettre en lumière les divergences à prendre en considération entre les partenaires dans la relation amoureuse :

- Les démarches « cognitives » qui visent notamment à augmenter l'information et à recadrer la signification d'un événement.
- Les démarches « émotionnelles » qui consistent en l'expression de ses propres sentiments, l'attention manifestée envers les sentiments d'autrui et la lutte contre les émotions destructrices.
- Les démarches « relationnelles » qui visent à augmenter la cohésion du groupe, à accroître la flexibilité des rôles et habitudes ainsi qu'à augmenter la collaboration.
- Les démarches « communautaires » qui tentent de faire intervenir les ressources du réseau de parenté et de mobiliser les ressources institutionnelles et communautaires.
- Les démarches « spirituelles » qui mettent en jeu le système de croyances des partenaires ou de l'environnement.
- Les démarches de « développement » qui veulent renforcer l'aptitude des individus à l'autonomie et à l'indépendance.

Par conséquent, ces étapes sont utiles pour établir une sorte de bilan du mode d'action des partenaires et de pointer ce qui peut être amélioré. En plus, elles permettent de prendre connaissance des ressources qui sont le plus souvent utilisées pour gérer le stress et celles qui sont négligées. Ainsi, l'adaptation est possible lorsque les personnes disposent en elles-mêmes et dans leur environnement, de suffisamment de ressources pour composer avec une situation problématique ou un événement stressant (Audet, 2009).

Par contre, la décision de rompre la relation amoureuse est souvent basée sur un sentiment que la relation amoureuse ou les projets entre les partenaires ne font plus de

sens et que ce sens devra maintenant être trouvé ailleurs et autrement (Audet et *coll.* 2007). Exposons quelques informations afin de mieux clarifier et comprendre ce qui se passe dans la relation amoureuse avant la rupture. Nous restons toujours sur le lien relationnel entre les individus.

2.2 L'étape avant la rupture

Que ce soit la personne qui laisse ou la personne qui est laissée, le désenchantement fait partie de cette étape. Ce sont les conflits répétitifs ou majeurs qui semblent insolubles pour les partenaires qui aboutissent à ce désenchantement. En effet, que ce soit un événement majeur, l'absence de nouveau projet, la difficulté à concilier travail-famille-couple et individu ou autres situations, cela a un impact sur l'avenir de la relation. Durant cette étape, un partenaire ou les partenaires se questionnent à savoir s'ils vont pouvoir régler ces problèmes et être capables de continuer à vivre à deux. Une période de réflexion s'amorce pour les membres de la relation amoureuse. Par contre, ceux-ci continuent à croire que les choses pourront se régler. Cette période en est une de déception que les deux traversent quand l'un ou l'autre prend conscience que l'autre ne peut réparer ou poursuivre ce qui s'est passé dans l'enfance. Ainsi, la personne vit une déception, une trahison selon Vinois et *coll.* (2005).

Par ce fait, à ce moment, une forme de détresse s'amorce pour les individus qui forment la relation et une période de questionnement, d'incertitude par rapport à la survie de la relation s'installe. Durant ce moment, la personne cherche à clarifier, préciser ou rechercher des informations permettant d'apporter une vision éclairée de la situation, avant de prendre une décision lourde de conséquences. De plus, durant cette période plusieurs moyens sont utilisés pour régler les problèmes dans la relation amoureuse et le recours à des professionnels de la relation d'aide, le réseau social ou ses propres moyens sont utilisés. Si rien n'est fait à ce moment pour résoudre les problèmes, ils s'accroîtront, car la survie de la relation en dépend. C'est le système d'alarme qui est allumé, car

quelque chose indique que la relation amoureuse ne fonctionne plus. Audet (2006), identifie deux moments clés : l'érosion et l'évitement.

L'érosion

L'érosion se traduit selon Audet (2006) par une diminution de l'espoir sur l'avenir de la relation amoureuse. À ce moment, les partenaires sont désespérés de résoudre leurs différends. Il en résulte des crises, des reproches continuels au partenaire ainsi que des demandes de changement à répétition qui dégradent la relation amoureuse afin de démontrer le désespoir que chacun vit. Par ces faits, les membres de la relation amoureuse se sentent moins près l'un de l'autre et recherchent le besoin de prendre une certaine distance. Ainsi, ils s'éloignent physiquement et psychologiquement par réflexe de protection (Audet, 2006). Cette érosion se traduit aussi par le fait que les individus qui composent la relation amoureuse se sentent mal à l'aise en présence de l'autre et ont l'impression de ne plus s'aimer. Les rapprochements sont brefs et nourrissent l'illusion que les choses vont s'arranger, par elles-mêmes.

L'évitement

C'est la période qui se caractérise par une certaine préservation de l'espoir. En effet, les individus continuent de vivre une relation amoureuse qui ne leur convient plus et dans laquelle chacun souffre. L'espoir de la relation est à son minimum et chacun hésite à mettre un terme à la relation (Audet, 2006). C'est aussi la période où les partenaires utilisent la fuite que ce soit dans le travail, le sport, les amis ou avoir des relations extraconjugales, en plus de voir apparaître des éléments de dépression. Le malaise entre les partenaires est intense.

L'évitement de la fin de la relation peut se faire sur une longue période jusqu'au moment où l'un des deux conjoints n'en pourra plus de souffrir ou de vivre en colocataires dans un climat de tension. La décision de rompre peut aussi émerger soudainement comme la goutte qui fait déborder le vase, car la dynamique relationnelle va à l'encontre de l'entente, s'il y a lieu, prise au départ de la formation de la relation amoureuse. Cette prise de décision s'amorce parfois avec doutes et incertitudes. Ce stade est le symbole de

la fin d'un lien insatisfaisant, d'une attente, d'une complicité, d'un désir, d'une façon d'être ensemble, de certaines attitudes ou d'un projet commun. Par ceci, c'est le sentiment de perte de son rêve ou de l'idéal de la relation amoureuse pour les deux membres. Par conséquent, on assiste à la perte d'idéalisation de l'autre et de soi-même (Vinois et *coll.* 2005).

2.3 L'annonce de la rupture

Pour la personne qui laisse

Selon le *Guide pour homme en rupture de couple* (2007), la personne qui laisse éprouve de la culpabilité ou de la honte et des stratégies sont mises en place pour réduire son malaise tel : blâmer, accuser, faire des reproches, se convaincre que l'autre est moins que rien, se justifier, fuir l'autre, manifester de la colère, du mépris, de l'indifférence ou encore minimiser sa décision, être conciliant, protéger l'autre, faire des cadeaux, s'oublier dans le travail, le sport, valider sa décision auprès des autres. Audet (2006) mentionne que le « quitteur » va mettre à l'épreuve son idée de quitter en utilisant ces stratégies pour dissiper les doutes qui le font hésiter, ce qui aura comme conséquences d'augmenter ou diminuer le malaise. En plus de la honte, la culpabilité, les doutes, la peur, le sentiment d'échec et la remise en question, des valeurs sont les obstacles à vaincre pour prendre une décision éclairée. Par conséquent, les motifs de rompre la relation amoureuse seront propres au « quitteur ».

Pour la personne qui est laissée

Celle-ci ressent un sentiment de rejet et d'abandon et pour contrer le sentiment de blessure des stratégies sont utilisées comme la colère, la rage, la dépression, la négation de la rupture, les efforts pour reconquérir l'autre, l'anxiété, la consommation d'alcool ou de drogues, des idéations suicidaires ou d'homicides, harceler l'autre, être en attente, oublier, tenter de comprendre, espérer, trouver une personne pour recevoir l'appui et être confirmé ou faire des efforts pour contrôler l'autre ou l'agresser. Parfois, il est possible que ces stratégies soient restreintes pour chercher à entreprendre de nouvelles relations

afin de passer par-dessus ces malaises ou blessures (*Guide pour homme en rupture de couple*, 2007; Audet, 2006).

L'annonce de la rupture pour le « quitté » amène la personne à être dans un état de choc par une réaction brusque et intense du corps qui est soumis à de lourdes décharges physiologiques en plus de l'état psychologique qui est atteint. Le choc, selon Audet (2006), est une réaction instinctive à la menace de perdre l'être aimé et son amour. Cela, parfois, envoie la personne à sa peur de petit enfant d'être abandonnée ou rejetée par ses parents. La rupture ébranle sa sécurité émotionnelle et la personne se sent alors vulnérable. Le choc éveille des peurs très profondes qui paralysent momentanément la personne. L'intensité et la durée du choc varient d'un individu à l'autre selon sa personnalité, le contexte et la manière dont l'annonce de la séparation est faite. La phase de rupture serait plus difficile pour le « quitté » (Audet, 2006 qui cite Montbourquette, 1994 et Québec, Santé et Services sociaux, 2004).

Le fait que les hommes soient moins souvent à l'origine des ruptures est d'abord à considérer. D'ailleurs, les hommes auraient moins conscience ou auraient conscience plus tard que les femmes que la relation amoureuse est en difficulté. Ils commencent également le deuil plus tardivement, car les femmes assument traditionnellement la fonction expressive dans la famille. En ce sens, ces dernières sont dans une certaine mesure responsables de l'expression de leur détresse et de celle de leur partenaire masculin. Enfin, les hommes doivent vivre concrètement la rupture pour commencer le deuil, alors que les femmes peuvent le faire en ayant connaissance de la séparation (Genest Dufault, 2007 qui cite Baum, 2003).

2.4 La rupture amoureuse pour un homme

Selon l'Institut de la statistique du Québec sur les mariages et divorces, il semble que la tendance soit au rapprochement entre le nombre de mariages et le nombre de divorces. En 1980, le Québec comptait 44 849 mariages comparativement à 13 899 divorces. En 2006,

on dénombrait 23 439 mariages et 15 423 divorces en 2005. Toujours selon la même source, les relations d'union libre et de conjoints de mêmes sexes sont aussi répertoriées. De plus, on compte davantage de mariages de conjoints de même sexe masculin que féminin; le nombre d'hommes qui se sont mariés est légèrement supérieur au nombre de femmes. De plus, au recensement de 2006, les couples mariés qui avaient récemment mis fin à leur relation ont déclaré avoir vécu en moyenne 14,3 années ensemble comparativement aux partenaires en union libre seulement 4,3 années. Ces chiffres sont pour le Canada au complet; le Québec, quant à lui, se distingue par la plus forte proportion de personnes ayant connu la rupture d'une union libre (Institut de la statistique du Québec, 2011; Statistique Canada, 2011). Bien que la possibilité de rupture ait souvent été évoquée plusieurs mois à l'avance par les femmes, elle présente dans plusieurs cas un caractère d'immédiateté pour les hommes qui n'avaient pas prêté foi à ces propos ou les avaient pris à la légère (Rondeau, 2004). Ainsi, le comité de la santé mentale du Québec mentionne que les hommes en rupture sont considérés comme un groupe à haut risque de vivre de la détresse psychologique (Rotermann, 2007). Dans le 2/3 des décisions sans appel de séparation, les personnes laissées sont des hommes.

Nous savons tous que la rupture amoureuse déstabilise la personne sur plusieurs dimensions : affective, organisationnelle, relationnelle, juridique et normative (Audet et coll. 2007). Selon les personnes, la déstabilisation sera plus ou moins accentuée d'une dimension à l'autre. Lorsqu'il y a une rupture, la personne qui la vit manifeste un besoin affectif. Nous entendons par ce besoin de diminuer la douleur ou les tensions, de se remettre sur pied, de se stabiliser, de passer au travers, de recevoir du support, de parler et de briser l'isolement. La rupture amoureuse est considérée comme un facteur prédisposant, voire précipitant de suicide et d'homicide. Le taux de suicide des hommes est généralement quatre fois plus élevé que celui des femmes, et chez les hommes séparés, il est cinq fois plus élevé que celui des hommes mariés (Audet, 2008 qui cite St-Laurent et Bouchard, 2004; Houle, 2005).

Si la majorité des hommes finissent par bien s'adapter après quelques années, plusieurs traversent une période difficile à la suite d'une rupture (Audet, 2007). En effet, certaines personnes seront capables d'organiser leur vie, d'exercer leurs responsabilités sociales et de développer leur potentialité tant et aussi longtemps qu'elles seront reliées aux communautés « organiques » de la société (famille, communauté locale) et qu'elles auront des soutiens environnementaux appropriés (Audet, 2009). Par contre, pour d'autres, la rupture amoureuse est une réalité qui commande une attention particulière compte tenu de ses effets sur la santé et sur l'adoption de comportements à risque. En effet, certains hommes ont des périodes de trous noirs où ils vivent des pertes de contact avec le réel, des trous de mémoire, de la torpeur et de l'engourdissement (Audet, 2008 qui cite Dulac, 1986). Dans le rapport Rondeau (2004), il est mentionné que « Les hommes séparés ont un degré élevé de détresse psychologique et les pères sont plus déprimés (Shapiro et Lambert, 1990), dépressifs, anxieux et apathiques (Hertherington, Cox, Cox, 1976), consomment plus d'alcool, de drogues, de jeu compulsif et souffrent plus de malnutrition que les pères mariés » (Annexe 2 :26).

Un certain nombre d'hommes en rupture amoureuse ne semblent pas répondre de manière émotionnelle à la perte, mis à part la colère. Ainsi, ils vivent leur deuil sur le plan cognitif en s'efforçant de comprendre ou de rationaliser la perte. La manière utilisée à exprimer la perte se fait intérieurement. Par contre, la manière dont ils agissent en réaction à la perte se fait dans l'action par le travail, dans l'activité physique, dans les recours juridiques ou dans l'alcool et la drogue. D'autres, par contre, s'investissent dans une autre relation amoureuse et certains utilisent le retrait social, l'esquive, la résistance ou la résignation pour faire face à la rupture (Audet, 2009).

Regardons plus spécifiquement les attitudes en général des hommes concernant leur mode de fonctionnement envers soi et leur communauté. Les écrits stipulent que les hommes « traditionnels » sont ceux qui cherchent à correspondre aux stéréotypes masculins comme avoir l'air toujours fort, avoir l'air de contrôler, tout savoir, tout réussir, être invulnérable, etc. Ce qui fait en sorte que les hommes demandent de l'aide le

plus tardivement possible et en période de crise (Dulac, 2003). Par conséquent, ceci explique que les exigences de la demande d'aide des hommes sont contradictoires aux stéréotypes de la masculinité. Ainsi, le fait de demander de l'aide implique de dévoiler sa vie privée, de renoncer au contrôle et de montrer sa vulnérabilité, alors que la masculinité traditionnelle exige le contraire. Ainsi, les hommes se retrouvent en conflits de valeurs entre ce qu'ils sont, le fonctionnement de la société et les exigences de la relation d'aide.

La littérature suggère que la rupture amoureuse met fin à une relation entre les partenaires et déclenche ainsi un processus de deuil et de réorganisation qui s'étend sur plusieurs années (Audet, 2006 qui cite Karzlow, 1981; Lyon, Silverman, Howe, Bishop et Armstrong, 1985; Pledge, 1992). Ainsi, le deuil est une réaction naturelle à la perte du lien privilégié avec le partenaire. Observons les impacts occasionnés par la rupture amoureuse qui se retrouvent d'ordre individuel, selon le genre, existentiel et spirituel, en plus de déstabiliser la dimension affective, environnementale, normative et relationnelle.

2.5 Les impacts de la rupture amoureuse

La rupture amoureuse affecte les conjoints sur plusieurs plans et de nombreux auteurs s'entendent pour affirmer que la façon de vivre ou d'exprimer la rupture amoureuse peut être différente selon que l'on est un homme ou une femme (Baum, 2003). Ces différences seraient associées entre autres aux rôles et codes sociaux traditionnels associés au genre (Martin et Doka, 2000 dans Genest Dufault, 2007). Ainsi, ce n'est pas tant le fait d'être né homme ou femme qui prédisposerait à un type d'expérience de rupture amoureuse, mais plutôt celui de s'être construit, ou d'avoir été socialisé comme homme ou femme. Ainsi, la rupture amoureuse a des impacts qui se retrouvent dans plusieurs sphères de vie.

Au niveau individuel, les impacts de la rupture amoureuse peuvent se trouver de l'ordre financier, sur la stabilité affective, le sentiment d'appartenance (famille, amis et voisins), sur la santé mentale et physique, sur le mode de vie et le lieu d'attache (environnement, garage, quartier...). Les impacts individuels se manifestent aussi sur la pensée (scénarios,

valeurs, croyances, les attentes...), sur l'agir (réagir, comportements, fuite, créativité, attendre...), sur le ressenti (émotions, impuissance, frustrations, sentiments) et les symptômes physiques (insomnie, ulcère, angoisse, confusion, asthme, migraines...). De plus, les impacts de la rupture se manifestent par le lien d'attachement (développement affectif et sentiment de sécurité), sur l'identité sociale (rôle, idéaux, normes...) et sur l'identité personnelle (qualités, compétences et habiletés...) (Guide pour homme en rupture de couple 2^e édition (2007)).

Regardons maintenant plus en détail ces impacts sous différentes dimensions. D'ailleurs, ces dimensions sont imbriquées les unes dans les autres et peuvent expliquer que la déstabilisation ou le déséquilibre de la personne lors d'une rupture amoureuse perturbe plusieurs dimensions ce qui peut rendre, parfois, l'intervention difficile.

La dimension affective, cognitive, physiologique et comportementale

Selon Audet et ses collaborateurs (2007) qui cite Bilodeau (2005), «Les logiques endogènes correspondent aux façons de penser, de sentir et d'agir d'une personne» (p.117). Par conséquent, la dimension affective englobe les émotions et les sentiments (le désarroi, la peur, la tristesse, la colère, l'impatience, l'ennui, le désir, l'amour, la culpabilité, la honte, le mépris, la révolte, etc.) ainsi que les manifestations cognitives (compréhension de la rupture, pensée à l'égard de sa valeur et de celle des autres, idées suicidaires et d'homicide, etc.), physiologiques (maux de ventre, de tête, insomnie, etc.) et comportementales (consommation abusive, actes violents à l'égard de soi et d'autrui, gestes suicidaires et d'homicide, sexualité à risque ou absente, etc.) en réaction à la rupture amoureuse. D'ailleurs, l'intensité et la durée de ces différents symptômes varient d'une personne à l'autre. Plus les symptômes sont intenses et durables, plus le fonctionnement de la personne se dégrade.

La dimension environnementale

Cette dimension indique que les conditions objectives de vie correspondent à l'âge, au sexe, au revenu, au logement et à toute autres caractéristiques permettant de décrire

l'individu, son milieu de vie, ses conditions matérielles et financières (Audet, 2009). Ainsi, cette dimension rend compte des changements qui s'opèrent dans les conditions de vie pendant la rupture amoureuse. D'ailleurs, ceux-ci sont les plus souvent atteints avant la rupture amoureuse et s'amplifient lors de la rupture amoureuse.

La dimension du genre

Les impacts selon le genre se retrouvent sur le lien avec les enfants, les liens sociaux sur le sentiment d'échec et la perte de valorisation. L'idée derrière cette dimension est que les caractéristiques différentes des deux genres, masculin et féminin, impliqueraient l'attribution de rôles, droits et devoirs distincts dans la société. En effet, une construction « genrée » de la société qui attribue un caractère, un rôle, des prédispositions physiques et affectives selon le sexe (Gascon, 2000 ; Nantel et coll. 2002). La notion de sexe n'est alors plus une notion de sexe biologique (mâle et femelle), mais également une construction sociale du genre féminin et du genre masculin limitant par le fait même le développement de l'individu sur les plans personnel, affectif, professionnel, familial et social.

La dimension existentielle

Les impacts existentiels et spirituels sont la raison d'être, le sens de la vie et les illusions comme la prise de conscience de ses anxiétés et de l'impact de ces anxiétés dans sa vie, comme des anxiétés non conscientisées qui amènent souvent l'individu à adopter des modalités de fonctionnement rigides et non adaptées à ses besoins actuels. La dimension existentielle, c'est aussi le rapport qu'entretient tout être humain avec le mystère de sa propre existence, sur le fait de son existence (je n'ai pas choisi de naître) ni sur les conditions de son existence (je n'ai pas choisi d'être homme ou femme, beau ou laid, avec telles ou telles aptitudes...). Cela signifie qu'un jour, cette existence, la mienne, prendra fin, indépendamment de ma maîtrise ou de ma volonté. Donc, avec la finitude de sa condition. C'est pourquoi le besoin le plus profond en l'homme est un besoin existentiel : celui de se sentir accueilli au monde, dans ce monde où il est jeté (Audet, 2009 ; Caradec, 2003). Le fait qu'une personne ne se sente pas en lien dans une relation

significative perturbe sa sécurité émotionnelle et celle-ci se sent alors vulnérable. Ainsi, en résulte un choc qui éveille des peurs très profondes qui paralysent momentanément la personne. Le choc, selon Audet (2006), est une réaction instinctive à la menace de perdre l'être aimé et son amour.

La dimension relationnelle

La rupture amoureuse engendre un bouleversement et une transformation majeure du réseau social de la personne. En effet, les interactions sont rompues ou deviennent plus distantes (conjoint, belle-famille et enfants), d'autres deviennent plus intenses (amis, parenté et enfants) et enfin, de nouvelles relations se développent (nouveaux amis, nouveaux amants ou conjoints), en plus de mettre en relief la relation que la personne peut vivre avec elle-même (Nantel, 2002).

La dimension normative

En outre, nous ne pouvons passer sous silence la dimension normative que l'individu peut vivre et qui reflète l'ensemble des conduites, des croyances et des valeurs d'une société. Cette dimension rend aussi compte de l'impact de la rupture sur l'identité de la personne (rôles de conjoint et de parent, identité sexuelle, etc.) et le sens qu'elle donne à la vie (Audet, 2009). Le questionnement sur la relation amoureuse peut concerner la capacité d'être en couple, à prendre sa place, à être un bon partenaire et à trouver quelqu'un avec qui réussir une relation amoureuse. Il peut y voir un questionnement sur le rôle parental comme le désir de demeurer parent, l'évaluation des habiletés parentales, de ce qui peut être apporté d'unique aux enfants. Le questionnement sur l'identité sexuelle peut porter sur l'orientation sexuelle, sur la capacité à correspondre aux attentes propres à son sexe. Quant au questionnement sur le sens à la vie, il peut désigner des liens entre les projets de relation amoureuse, de la famille, sur l'avenir et sur le legs qui sera laissé aux descendants en plus du souvenir qu'on laissera, sur la capacité de vivre heureux et sur l'atteinte de ses buts.

Une rupture amoureuse déséquilibre fortement le « système client » nécessitant une adaptation dans plusieurs dimensions (Audet, 2009). Pour ce qui est de l'environnement, il influence entre autres les capacités d'adaptation. En somme, la rupture amoureuse est un processus naturel de deuil et de réorganisation qui s'étale dans le temps et qui comporte plusieurs étapes. De plus, l'intensité de la rupture varie d'un individu à l'autre, chacun vivant à son rythme et résolvant dans un ordre qui lui est propre les enjeux qui se rattachent aux différentes étapes (Audet, 2006). Par contre, avant de pouvoir se réorganiser, il est important de démystifier les effets émotionnels lors d'une rupture amoureuse.

2.6 Les effets de la rupture amoureuse

Tel que mentionné ci-dessus, les hommes sont en général plus affectés que les femmes durant une rupture amoureuse et ont davantage de difficulté à s'ajuster. Essayons de mettre en mots les sentiments que peut vivre un homme en rupture amoureuse. Ces quelques effets sont ceux le plus souvent rencontrés, lors des rencontres de suivi individuel ou de groupe au Service d'aide aux conjoints (SAC) : précisons que 41% des hommes rencontrés sont en rupture de couple (Rapport annuel, 2010-2011).

La détresse sociale

Lorsque nous pensons à la détresse sociale, il nous vient en tête que c'est l'un des événements les plus médiatisés récemment. Pensons à « l'affaire Turcotte ». En effet, à la suite d'une rupture, ce père de famille a tué ses 2 enfants et tenté de s'enlever la vie. Ici, le but n'est pas de faire le procès de la décision du jury, mais plutôt de regarder l'impact de la rupture amoureuse. La rupture amoureuse (entre les partenaires) et familiale que celui-ci a vécue l'a amené à vivre un désespoir et à commettre un geste irréparable. Les émotions qui surgissent durant la détresse vécue font ressortir de la rage, de la colère, de la jalousie et des peines profondes; l'intensité des émotions peut amener certains individus à commettre des gestes extrêmes. Ainsi, cette histoire nous apprend qu'il ne

faut jamais banaliser la rupture amoureuse et son impact sur l'état émotionnel et mental des gens qui la vivent.

La détresse sociale est une pauvreté chronique et globale qui, à force d'humilier, d'isoler et de gruger sur la dignité humaine, engendre une forme de désespoir qui amène la personne à contribuer, bien malgré elle, au cercle vicieux de l'exclusion sociale. La détresse sociale cause un désarroi, un sentiment de grande solitude et d'abandon (Bédard, 1998). L'exclusion sociale correspond à un manque d'appartenance, au fait de ne pas être accepté et reconnu. Les gens qui sont socialement exclus sont plus vulnérables économiquement et socialement et, par conséquent, ont tendance à vivre des expériences amoindries dans la vie. Le comportement des individus est une lutte désespérée pour conserver un minimum de dignité humaine.

La colère

Les réactions relativement à la prise de conscience que la relation de couple est vraiment terminée varient d'un individu à l'autre. Certains vont ressentir beaucoup de colère, déprimer ou se culpabiliser. D'autres vont se réorganiser ou faire du déni. L'étape de la colère se caractérise par des émotions plus ou moins intenses de colère ou de tristesse. Cette étape permet d'exprimer une bonne partie des émotions que la rupture suscite en soi. La personne ouvre toutes grandes les soupapes qui avaient été fermées auparavant. Cette épuration émotionnelle est particulièrement importante dans le processus de deuil. Celle-ci permet au corps de retrouver son équilibre et à la personne de faire place à autre chose que le couple et la famille ont connu (Audet et coll. 2007).

Pour certains hommes, le moyen utilisé pour extérioriser leur souffrance se fait par le biais de la colère et l'agressivité. Le travail à faire est d'identifier le besoin sous-jacent (affectif, cognitif, comportemental, physiologique, etc.) à cette émotion en réaction à la rupture amoureuse. L'objectif est pour mieux comprendre les logiques de penser, de sentir et d'agir de la personne (Audet et coll. 2007) et intervenir en conséquence. En effet, en occultant cette réalité, nous maintenons l'homme dans une exclusion sociale, ce

qui, par conséquent, peut le pousser à l'extrême comme vers le suicide, homicide ou filicide.

Contrairement aux femmes, certains hommes en situation de rupture se concentrent sur l'action et moins sur les émotions. Cela peut se traduire par une augmentation des activités particulièrement sociales, comme l'investissement auprès de nouvelles partenaires intimes. L'investissement accru dans le travail est aussi commun, tout comme la gestion du stress par l'automédication ou la consommation d'alcool. D'ailleurs, le manque de reconnaissance sociale des pertes vécues par les hommes lors d'une rupture amoureuse pourrait expliquer cette tendance à affronter les pertes par l'action et peut influencer la manière de vivre la rupture amoureuse.

Le sentiment d'abandon

Le sentiment d'abandon s'installe quand la personne croit qu'elle va perdre les gens aimés et qu'elle vit un isolement affectif et qu'elle appréhende la solitude. De plus, la personne croit qu'elle ne pourra plus retrouver la personne aimée et est convaincue qu'elle est destinée à rester seule. Ce sentiment vous précipite dans le désespoir.

Selon Klosko et *coll.* 1995, un sentiment de panique émerge du désespoir. Cette anxiété qui se transforme en panique, ou inversement, peut durer des heures, des jours mêmes. La perte d'intimité ou de la relation est ce qui terrifie le plus la personne, car elle engendre une perte de contact. La solitude est omniprésente et la tristesse s'installe, car ces personnes se croient sincèrement incapables de vivre seules et requièrent un guide dans toutes leurs activités quotidiennes. De plus, le sentiment d'abandon pour certaines personnes est dû à l'instabilité causée par l'expérience affective qui a été rompue. Ainsi, ces personnes ne supportent pas d'être séparées des personnes qui leur sont chères en raison de ce qu'elles ressentent en leur absence. Par conséquent, cette perte de contact précipite la personne dans le néant. En effet, l'abandon se manifeste, car il y a perte d'un guide, d'une orientation, d'une source de référence en plus de la perte d'amour, d'affection et d'un lien. Par conséquent, la personne doit faire face par l'abandon à vivre

de l'isolement et à négocier avec l'intimité. Par ceci, il faut entendre l'intimité avec soi qui a été souvent négligée au profit de l'intimité avec autrui (Klosko et *coll.* 1995).

Combien d'hommes éprouvent les besoins et les préoccupations de l'autre personne comme aussi importantes que les siennes et supposent la capacité pour ceux-ci de se relier aux espoirs et aux craintes les plus profondes de l'autre personne au détriment des siens. Par ce fait, cela ne maintient-il pas un idéal conservateur de la relation amoureuse ? En effet, pour un homme, sa source de valorisation et son identité à travers sa relation et sa famille sont maintenus et valorisés. Pour les femmes, l'affirmation de l'autonomie et de l'individualité remet en question le modèle plus traditionnel du couple. Les pertes présentes rappellent souvent les pertes passées et la rupture amoureuse peut rappeler la séparation d'avec la mère dans l'enfance et ainsi être davantage chargée émotionnellement (Dufault, 2007 qui cite Baum, 2003).

Le lien d'attachement

La théorie du lien d'attachement, selon Lapointe et *coll.* (1994) qui cite Bowlby (1979), stipule que la nature et la qualité des premiers liens affectifs développés durant l'enfance se répercutent sur le développement de la personnalité et sur la formation des modèles cérébraux ou des représentations cognitives de soi et des autres. De plus, ces modèles cérébraux précoces tendent à persister tout au cours de la vie et ils guident les attentes, les perceptions et les comportements des individus dans leurs relations ultérieures. Lapointe et ses collègues (1994) mentionnent également selon les travaux d'Hazan et Shaver (1987), que les trois types d'attachement s'appliquent aussi au mode d'interaction d'adulte en relation intime. Par conséquent, il y a trois styles d'attachement distincts dans les relations amoureuses :

1. **Sécurisant** : Les personnes dont le style d'attachement est sécurisant décrivent leur relation amoureuse comme étant heureuse, amicale et imprégnée de confiance. Ils ont une image positive d'eux-mêmes et font confiance aux gens.
2. **Anxieux\ambivalent** : Les personnes éprouvent des sentiments de détresse et d'ambivalence à l'égard de leur relation amoureuse, une attirance sexuelle

extrême, un grand besoin de s'accrocher à l'autre, de la jalousie, des fluctuations émotionnelles, des doutes et des préoccupations exagérées pour le (la) partenaire. De plus, ils reconnaissent avoir des doutes sur eux-mêmes et ils se sentent sous-estimés.

3. **Évitant** : Ces personnes font preuve de distance émotionnelle et d'un manque de confiance vis-à-vis leur partenaire. Elles éprouvent également de la jalousie et des fluctuations émotionnelles en plus de dire qu'elles sont plus autosuffisantes et affirment ne pas vraiment avoir besoin d'autrui.

Par conséquent, cette recherche mentionne également que certaines études (Kobak et Hazan, 1991; Simpson, Rholes et Nelligan, 1992) indiquent, relativement aux conjoints, que le style d'attachement sécurisant est associé à la présence d'interactions plus constructives en situation de résolution de problèmes, à une plus grande propension chez la femme à chercher du support chez son conjoint et à une plus grande tendance chez l'homme à prodiguer du support à sa partenaire lorsque celle-ci se trouve en situation de stress. De plus, les problèmes conjugaux peuvent être le reflet de déficits structuraux ou fonctionnels dans l'un des sous-systèmes d'attachement. Ils peuvent également traduire le jeu de dynamismes précis des styles d'attachement des conjoints qui contribuent au maintien d'interaction dysfonctionnelle, telle qu'observée dans les couples où sévissent des problèmes de violence conjugale.

La honte

La honte est décrite comme une émotion interpersonnelle. Elle signale que quelque chose ne va pas entre nous et les autres. La personne a un sentiment d'être un échec, elle croit qu'il y a quelque chose de fondamentalement déficient en elle, en plus de se sentir inquiète de ses défauts. La personne se perçoit comme n'étant pas assez bonne et capable de réaliser ses projets dans la vie. Cette personne ne se sent pas aussi intelligente, attrayante et intéressante que les autres. De plus, celle-ci a peur d'être abandonnée, elle s'estime indésirable et sans grande valeur; elle pense donc que les autres l'abandonneront s'ils réalisent qu'elle est loin d'être parfaite (Montigny, 2004). Selon le Petit Robert (2000), la honte est définie comme suit :

Le sentiment pénible de son infériorité, de son indignité ou de son humiliation devant autrui, de son abaissement dans l'opinion des autres (p.1232).

Par conséquent, la honte est un sentiment dont la formation est principalement sociale. En effet, celle-ci est liée au regard des autres, au sentiment d'être différent d'autrui, d'y être abaissée dans l'opinion des autres et est causée par un effondrement relativement à l'idéal du Moi. De plus, cette émotion renvoie la personne à son indignité et à son invalidation et arrive par l'humiliation qui est toujours un moyen de renforcer l'autorité. Cette forme de pouvoir dévalorise, invalide et exclut l'autre. Ainsi, la personne humiliée intériorise le regard malveillant d'autrui et reprend pour elle-même le jugement dévalorisant qui lui est envoyé (Montigny, 2004). Elle se mésestime, perd sa dignité, sa valeur et le respect d'elle-même. C'est cette perte qui fait mal. La personne honteuse recherchera des moyens pour arrêter, réparer ou se sortir de la situation et elle se sentira plus honteuse si elle n'a pas le contrôle de la situation. De surcroît, elle se croit responsable de cette situation difficile et elle est envahie par le sentiment d'être fautive.

La honte qui est nourrie par soi-même se transforme graduellement en haine de soi. La personne ne voit plus sa bonté et sa beauté, étant concentrée sur sa méchanceté intérieure. Elle ne parvient pas à contre balancer sa honte par des messages intérieurs lui disant qu'elle est un être humain bon et estimable.

Par contre, la honte n'est pas qu'une émotion négative. Elle est en premier lieu un élément essentiel de la croissance humaine. Montigny (2004) qui cite Patton (1985) mentionne :

Qu'une personne habillée de cette honte « saine » se sent protégée contre l'envahissement des autres, de l'environnement et même de l'idéal du moi tyrannique. Ainsi cette honte parle de nos limites et de nos frontières (p. 47).

Nous avons présenté quelques effets possibles que peut ressentir un homme suite à une rupture amoureuse. Il est intéressant de comprendre et saisir la rupture amoureuse dans une approche de la socialisation masculine. La socialisation est le processus par lequel l'individu apprend et intériorise la culture de son groupe; cela lui permet de former sa propre personnalité au sein du groupe, ce qui lui permet de vivre en société. C'est une évidence, mais c'est indispensable à moins de vivre en ermite. En fait, tout le monde a besoin de se socialiser. Cela permet de vivre avec les autres, de s'intégrer au monde dans lequel il vit. Dès l'enfance, on est socialisé par sa famille, par l'école, les amis, etc. La socialisation ne standardise pas totalement. Tout au long de sa vie, l'homme évolue; sa personnalité sociale aussi évolue.

En travaillant auprès des hommes, cela m'a mené à vouloir mieux comprendre comment ceux-ci sont en lien envers eux-mêmes, mais aussi avec leur partenaire, leur famille et leur environnement. Par conséquent, leur socialisation. Cette expérience me permet aussi de faire une interrogation concernant mon positionnement par rapport à la socialisation ainsi que mes propres liens que je peux tisser autour de moi. Suis-je comme tous les hommes? Est-ce que toutes les pommes sont rouges? Je suis conscient que la base est une pomme, mais il y a des variétés différentes avec des goûts différents et des formes différentes, et ce selon la trajectoire respective de chacune.

2.7 La rupture amoureuse en lien avec la socialisation masculine

Chercher à comprendre la socialisation masculine peut permettre d'offrir des pistes de réflexion et d'intervention auprès des hommes qui déploient leurs détresses à travers des gestes, parfois aussi inattendus que spectaculaires (Gay, 2008). Les hommes arrivent parfois difficilement à composer avec les émotions qui les mettent en contact avec leur vulnérabilité et ce malaise que vivent les hommes est aussi présent du côté des établissements leur venant en aide (Dulac, 2002). Le courant idéologique qui représente le plus la sous-culture masculine est celui du culturalisme.

En effet, par ce courant idéologique, les hommes se retrouvent en conflits de valeurs entre ce qu'ils sont et ce qu'est le fonctionnement de la société et les exigences de la relation d'aide. Les hommes traditionnels et la société moderne sont caractérisés par une diversité et une hétérogénéité de valeurs, qui aboutit, parfois, à des divergences qui sont source de problèmes sociaux (Tremblay et *coll.* 2002 qui cite Blum, 1970, p.103; Rubington et Weinberg, 1989, p.89).

Une grande partie de ce qu'est devenu l'homme « traditionnel » provient de son éducation et de sa socialisation typiquement masculine. Rappelons que l'homme « traditionnel » réfère aux hommes «qui cherchent à correspondre aux stéréotypes masculins comme avoir l'air toujours fort et avoir l'air de contrôler, tout savoir, tout réussir, être invulnérable» (Brooks ,1998 dans Audet, 2008). Ainsi, l'homme « traditionnel » a appris à refouler ses émotions et ne sait pas décoder les signes de malaises et les mettre en lien avec les situations et en ressortir des solutions efficaces (Audet, 2008). Les exigences de la masculinité traditionnelle sont également contradictoires avec les exigences requises par les milieux de la thérapie. La socialisation des hommes serait une des difficultés pour ceux-ci à aller se chercher de l'aide. Ainsi, le mode traditionnel de socialisation des hommes serait, selon certains auteurs, à l'origine d'un grand nombre de problèmes. Selon Nantel (2002) :

Le processus de socialisation favorise le développement d'une identité en accord avec les caractéristiques attribuées aux genres et limitant l'expression de l'humanité autant des hommes que des femmes. La fabrication sociale des hommes possède ses prémisses, ses injonctions, son code de la masculinité et ses moyens de régulation permettant l'intégration des modèles sociaux [et]... une identité masculine bien intégrée se doit de maintenir et de présenter une image d'indépendance et d'invulnérabilité. [...] Ainsi, le processus de socialisation est un moyen favorisant l'aliénation et l'intériorisation de l'auto aliénation pour maintenir une image d'invulnérabilité et d'indépendance (p.2-3).

Malgré cette difficulté à demander de l'aide, l'homme « traditionnel » est reconnu pour être affecté par de nombreuses problématiques sociales. De plus, selon différents

intervenants en travail social et selon de nombreuses recherches en sciences sociales, il est démontré que les hommes sont touchés par de nombreuses problématiques, telles que la toxicomanie, le suicide, l'itinérance, l'alcoolisme, la violence conjugale faite par les hommes, les sévices physiques, les déviances sexuelles ou encore les problèmes de jeux compulsifs (Rondeau, 2004). Non seulement les hommes sont mêlés dans ces diverses problématiques, mais de plus, ils y sont significativement plus nombreux que les femmes.

Ainsi, la socialisation rejoint l'idéologie culturalisme par les modèles de comportements adoptés par cette sous-culture et par le fait que ces modèles correspondent à une véritable structure, un ensemble modèle ayant sa propre culture, sa propre logique, un mode de vie transmissible de génération en génération (Gay, 2008). La socialisation est un processus évolutif et continu qui part de l'enfance dont l'importance est capitale pour la croissance de la personne et sur la qualité des liens que l'enfant tissera avec le monde extérieur. Ce lien est prodigué par les parents, l'école et les pairs. De plus, selon Gay (2008) qui cite De Gaulejac (1999), « la famille est un lieu privilégié, nécessaire à la constitution du social, à la fabrication de l'être humain et de sa socialisation » (p.19). Ainsi, l'individu se construit par rapport à autrui et en interaction avec ce dernier. De plus, le processus de socialisation n'est pas un phénomène neutre, il répond aux contingences d'un contexte au sein duquel l'objet de la socialisation doit apprendre à s'adapter.

En outre, toujours selon Gay (2008) qui cite Préjean (1994), « le sexe est à la base d'un code fondamental avec lequel s'accorde l'élaboration des interactions et les structures sociales, code qui établit également les conceptions que les individus se font de leur nature humaine » (p.23). Ainsi, les normes sociales qui construisent un homme et une femme sont différentes notamment en ce qui concerne la relation au pouvoir et l'expression des émotions. Par conséquent, la socialisation masculine est un processus d'apprentissage qui amène l'homme à se situer dans une dynamique de domination Hook (2004) dans Gay (2008) :

La socialisation masculine permettrait d'engendrer de petits guerriers. De plus, Hook qualifie « la socialisation comme

étant un processus de mutilation émotionnelle, privant l'homme d'éprouver d'autres émotions que la colère (p.24).

De plus, la construction de l'identité masculine serait un processus qui permettrait davantage d'identifier ce qui est proscrit, mais ne permettrait pas de connaître les comportements qui sont à adopter en plus des attentes qui ne sont pas clairement définies, voire contradictoires. Selon Dulac (2002), « des études récentes indiquent que les hommes sont plus sévèrement punis que les femmes lorsqu'ils adoptent un comportement qui dévie du rôle prescrit socialement » (p.19). Ainsi, la socialisation masculine ne permettrait que d'exercer des comportements qui sont cohérents avec la représentation sociale de la masculinité. L'inexpressivité des émotions ne permettrait à l'homme que d'exprimer la colère en situation de vulnérabilité.

Deslauriers et *coll.* (2010) qui citent Hayes et Mahalik (2000) mentionnent que les conflits de rôle de genre chez les hommes sont associés aux problèmes de comportement, à la perte du sentiment de bien-être, à une faible estime de soi, à une faible capacité de vivre une intimité concrète et à un niveau élevé d'anxiété en plus de troubles dépressifs et à une consommation abusive d'alcool. De plus, les hommes qui ont davantage de conflits de rôle de genre ont moins tendance à rechercher de l'aide psychologique que d'autres hommes.

Par contre, la socialisation amène des dimensions positives pour les hommes. En effet, l'insistance sur les rôles de pourvoyeur et de protecteur favorise le sens de la responsabilité, notamment du sacrifice pour le bien-être de la famille (Turcotte et *coll.* 2002). De plus, la famille constitue souvent une valeur importante sur laquelle les hommes misent, car leur lien d'attachement aux enfants est notable (Legault et *coll.* 2008). En outre, le contrôle de soi représente une force importante pour passer par-dessus le stress intense et la peur de prendre des décisions qui ont un impact déterminant pour la suite des événements. De surcroît, la loyauté et l'investissement dans les engagements représentent une autre valorisation de la socialisation masculine (Gay, 2008). En effet,

plusieurs hommes se donnent comme code d'honneur de respecter leurs engagements en y mettant toutes leurs énergies.

Il y a donc dans la socialisation des codes ou normes qui sont transmis par une société à un individu selon son genre et qui permettent de régulariser un fonctionnement. Ainsi, pour un homme en rupture amoureuse en lien avec la socialisation, le phénomène de honte prend de l'importance, car celui-ci ne satisfait pas les attentes émises à son égard. Regardons plus en profondeur cette notion de honte.

La socialisation masculine et la honte

La difficulté de la part de l'homme à exprimer des sentiments se rattache à de la peur, de la tristesse, des blessures et de la honte. Les effets de la honte peuvent être dévastateurs. D'ailleurs, la honte est générée en fonction d'une déviation perçue et ressentie d'une norme socialement déterminée. Selon Dulac (2002), « la honte est un sentiment inhérent à la masculinité parce qu'il est lié à la performance ainsi qu'à la capacité ou à l'incapacité de résoudre lui-même ses problèmes » (p.68). De plus, la honte est présente pour les hommes qui se retrouvent en situation où ils ont l'impression de ne pas avoir atteint les standards sociaux qu'ils croient que les autres attendent d'eux.

Ce sentiment d'origine sociale représente une invalidité, une image négative de soi renvoyée par autrui et la peur du jugement de l'autre ou d'une réprobation sociale. Ainsi, la honte touche la personne dans son droit fondamental d'exister, dans son identité (Deslauriers et coll. (2010) citent De Gaujelac (1989)). Par conséquent, les actes parfois spectaculaires de violence représentent une forme de revanche pour se sortir de la honte que les hommes ressentent. Les hommes qui n'ont pas appris à envisager un point de vue plus critique par rapport à leur idéal type risquent de se retrouver dans une situation de vulnérabilité importante et un sentiment profond de honte risque de s'implanter à mesure qu'ils se rendent compte de leurs incapacités à atteindre cet idéal type.

Nous ne pouvons parler de la honte sans ajouter l'attitude d'hostilité que certains hommes peuvent utiliser. L'hostilité n'est pas vraiment une émotion; c'est une attitude (à être) alimentée par une émotion. Dans le cas de l'hostilité, il s'agit d'une tendance à être agressif, à être en colère.

En fait, la personne hostile est insatisfaite, ce qui l'amène à éprouver de la colère à cet état. Mais elle s'efforce de camoufler cette émotion sans y parvenir tout à fait. Elle ne réussit pas parce que sa colère est trop grande ou, le plus souvent, parce qu'elle ne souhaite pas réellement l'abandonner ou lâcher prise (Montigny, 2004). Cette colère se transporte alors dans ses gestes et son expression, sans se manifester clairement ou directement. L'hostilité témoigne de la colère, mais aussi du refus de l'assumer ouvertement. En effet, la personne retient son expression par peur des conséquences qui pourraient survenir si elle l'affichait clairement. Au fond, elle cherche à dissimuler sa colère soit parce que cette émotion est elle-même illégitime à ses yeux, soit parce qu'elle estime qu'elle n'est pas tout à fait justifiée dans la situation actuelle (Montigny, 2004). Prenons comme exemple le partenaire laissé qui réagit avec hostilité à la séparation, décidée par l'autre partenaire; il pourrait ne pas vouloir montrer toute la détresse qui l'habite depuis qu'il a subi ce rejet, et ce parce qu'il craint d'être trop vulnérable devant cette personne qu'il considère maintenant comme un ennemi. Mais il pourrait aussi n'être aucunement surpris par le geste de son partenaire qui, par ses propos ou son attitude, lui démontre depuis longtemps son insatisfaction dans la relation. Il était conscient, lui aussi, de la situation conflictuelle qui les éloignait progressivement. Il savait, lui aussi, que leur relation était en déséquilibre. Dans ce cas, il lui serait difficile de considérer sa colère comme légitime. Il préfère se déculpabiliser en rendant le partenaire complètement responsable de son malheur. Il choisit l'hostilité qui le soulage partiellement.

L'hostilité est toujours dommageable pour la relation, particulièrement parce qu'elle rend difficile une validation dans la réalité. La peur d'accepter sa colère amène l'individu nécessairement à la nier et à jeter le blâme sur celui qui le dénonce.

Nous avons regardé, clarifié et compris la rupture amoureuse de manière générale et spécifique pour un homme. La prochaine partie abordera les réalités masculines en relation d'aide. En effet, l'intervention doit s'attarder à comprendre pourquoi et comment adapter les services aux hommes, peu importe ce qu'ils vivent (rupture amoureuse, dépression majeure, crise, etc.). Le rajustement de l'organisation des conditions favorisant l'aide auprès des hommes par des intervenants qui sont à l'aise de travailler avec cette clientèle va permettre à ces hommes de se sentir reconnus, entendus et motivés à vouloir être aidés. En outre, le rajustement devra permettre de décoder les signes de détresse et d'intervenir en situation de crise dans un contexte de rupture de couple.

De plus, en matière d'organisation des services, la priorité doit être accordée aux personnes qui présentent un indice élevé de détresse psychologique (Audet, 2006 qui cite Massé, Poulin, Dassa, Lambert, Bélair, Battaglini, 1998). Les hommes et les femmes doivent avoir la possibilité de recourir à des services adaptés à leurs besoins spécifiques. La complexité de la rupture amoureuse conduit les intervenants et les organisations à collaborer et à s'intéresser à un minimum de connaissances de cette réalité. Ainsi, il est important dans la demande d'aide de porter une attention particulière à l'évaluation des différentes dimensions d'une personne en plus de favoriser la reconnaissance des impacts et effets dans un contexte de non-violence, avec le souci de la sécurité de toutes les personnes concernées par la rupture amoureuse.

Chapitre 3 : L'intervention liée aux réalités masculines

L'idée d'inclure dans cet essai une partie sur l'intervention liée aux réalités masculines a émergée suite à des rencontres avec d'autres intervenants de la relation d'aide qui s'interrogeaient sur les meilleures interventions auprès des hommes. Ceux-ci se disaient non outillés et peu formés pour intervenir auprès de cette clientèle. Mais en premier lieu, cette partie me permet de faire un retour sur ma trajectoire personnelle et professionnelle relativement à l'intervention auprès des hommes.

Voilà maintenant plus de sept ans que j'interviens auprès des hommes. Lorsque je suis arrivé à l'organisme Service d'aide aux conjoints (SAC) après plusieurs années d'intervention auprès des parents (majoritairement les mères), je fus déstabilisé par le manque de références théoriques (outre celles déjà étudiées dans le passé) et d'outils d'intervention à favoriser auprès de cette clientèle. La déstabilisation se situait, entre autres, au niveau de la relation entre l'intervenant et le participant (la dynamique relationnelle) ainsi qu'au niveau du lien de confiance qui semblait parfois difficile à établir. Ainsi, lors de mes rencontres, je me retrouvais parfois impuissant devant un homme en demande d'aide, car je considérais que je n'avais pas accès à sa réelle demande (en lien avec la manière de la faire) et à ses besoins. Mes ressources en intervention se situaient en lien avec les femmes. Par exemple, le fait de poser une seule question générale me donnait droit à un énoncé sur la problématique vécue par celle-ci. Par contre, pour les hommes, l'accessibilité à leurs émotions en lien avec la problématique vécue était plus difficile. Est-ce parce qu'ils ne sont pas en contact avec leurs émotions ou qu'ils n'ont pas les outils nécessaires, outre de dire s'ils vont bien ou mal, pour les nommer? Ainsi, je pensais que ces hommes étaient irresponsables et qu'ils ne voulaient pas prendre leurs responsabilités en main. Parfois, je pouvais adopter à ce moment une attitude passive ou culpabilisante.

Aujourd'hui, l'intervention auprès des hommes regroupe une multitude de sujets que de nombreux auteurs ont déjà analysés. C'est ainsi que j'ai voulu me pencher sur

l'intervention liée aux réalités masculines. De plus, le rapport Rondeau (2004) « *Les hommes : s'ouvrir à leur réalité et répondre à leurs besoins* » exprime que l'interdit sur la souffrance des hommes est levé et une plus grande importance est accordée aux multiples facettes de la détresse chez les garçons et les hommes. En fait, les données recueillies mettent à l'avant-plan les problèmes liés à la demande d'aide des hommes et à la socialisation masculine ainsi que le manque d'adaptation des services aux réalités masculines. D'ailleurs, une croyance s'impose de plus en plus, à savoir que ce sont les hommes qui enregistrent dans plusieurs domaines le plus de malaises, vivent le plus de difficultés et présentent le plus de vulnérabilités aux plans de la santé et du comportement. Selon Rondeau (2004) :

Cela, il faut le dire et l'affirmer sans réserve. La réalité est que lorsqu'on compare les choses en ce qui concerne les besoins, les hommes sont, plus que les femmes, en situation de difficulté sur le plan de la santé physique, de la santé mentale et du comportement. [...] À cela s'ajoute le fait que les hommes d'aujourd'hui sont plus vulnérables que leurs pères à cause de l'évolution qui a marqué nos sociétés et qui les a fragilisés (p.5).

Par conséquent, j'ai voulu creuser sur les réalités masculines en relation d'aide et amener une meilleure compréhension des différentes dynamiques afin d'améliorer les services offerts auprès de la clientèle masculine. Par ce fait, cela va dans le même univers de ce que Dulac (2002) mentionne:

L'intervenant qui a le sentiment de déployer plus d'effort afin d'atteindre les hommes devrait être soutenu par son organisation et bénéficier de formation ou de supervision adéquate, car il ne fait aucun doute que la culture des services est largement façonnée par les caractéristiques féminines, notamment en raison de la féminisation de la pratique et des clientèles (p.160).

Ainsi, nous, les intervenants, devons chercher à comprendre et adapter l'intervention en fonction du malaise des hommes qui consultent. Dans le texte : *Adaptation du processus d'intervention aux besoins spécifiques des hommes traditionnels vivant une rupture amoureuse*, l'auteur Steve Audet (2008) mentionne que Brooks (1998) expliquent que les

exigences de la thérapie sont incompatibles avec le « code de la masculinité traditionnelle ». Ainsi, demander de l'aide place les hommes ou certains hommes en contradiction avec le code traditionnel de la masculinité, c'est-à-dire l'invulnérabilité, le fait de régler tout soi-même, etc. Ils ont alors l'impression de se trahir ou de ne pas avoir réussi à être un « vrai homme ».

De plus, l'agencement actuel des programmes d'intervention ne permet pas toujours d'examiner et de tenir compte de la réalité masculine en intervention. En effet, dans la plupart des cas, les établissements du réseau ou du milieu communautaire semblent peu portés ou équipés pour revoir et réfléchir à l'adoption de services en fonction des besoins de la clientèle masculine (Dulac, 2002). De ce fait, il faut remanier l'offre de services en intervention afin qu'il soit le plus près possible et davantage connecté aux réalités sociales, économiques, démographiques et politiques des hommes et ainsi mieux répondre aux exigences d'un changement social (Deslauriers et *coll.* 2010).

Par conséquent, nous devons en tant qu'acteurs de changement social amener une nouvelle perspective pour que chaque individu, qu'importe le genre, reçoive de l'aide avec un principe d'efficience. D'ailleurs, ce principe vise à atteindre des cibles précises par l'usage optimal des ressources disponibles, permettant ainsi le développement et l'augmentation des capacités collectives et individuelles (Morin, 2010). Par ce fait, l'efficience requiert de prendre les ressources qui sont présentes dans le milieu, en plus de celles de la personne, et de les utiliser le plus adéquatement possible pour soutenir les individus dans leur réalité et faire émerger les potentialités (les multiples qualités, aptitudes et forces) en eux.

Tout d'abord, il est nécessaire de fournir quelques précisions sur l'intervention sociale afin de mieux saisir l'importance que celle-ci exerce sur la manière d'intervenir et afin d'analyser et mieux gérer la complexité des situations sociales et culturelles des situations problématiques. Ainsi, l'intervention sociale met en perspective, à travers des questions,

les préoccupations et difficultés vécues des personnes rencontrées en fonction de leurs demandes, besoins et attentes.

S'intéresser aux réalités masculines en relation d'aide commence par un désir de connaître, comprendre et clarifier l'intervention sociale. En effet, celle-ci est la source de toute relation d'aide et permet d'agencer toute la démarche pour qu'elle soit conforme entre le professionnel de la relation d'aide et la personne aidée.

3.1 L'intervention sociale

L'intervention sociale permet d'interroger les valeurs sociales, religieuses et culturelles liées à la socialisation, qui imposent une identité stéréotypée qui normalise des comportements, des malaises et des contraintes, en plus de maintenir cette socialisation. De plus, celle-ci doit s'inscrire dans des remises en question de ces valeurs et normes sociales pour réduire les rapports de domination (Nantel, 2002). Elle demande également de se situer dans un lien de partenariat, d'échange d'informations et de complémentarité par rapport aux autres ressources. D'ailleurs, l'intervention sociale valorise l'émergence d'une identité humaine propre à soi par le respect de soi et des autres, par l'authenticité, par l'affirmation de son identité propre et par la valorisation personnelle. De surcroît, elle permet de se recentrer sur l'étude des comportements observables.

L'intervention sociale doit outiller la personne afin qu'elle puisse retrouver une emprise sur sa vie en utilisant l'« empowerment ». En effet, l'« empowerment » vise à accroître l'autonomie des individus qui vivent une réalité sur laquelle ils ont perdu une emprise, en les aidant à prendre en charge leur vie et leur destinée (Amiguet et *coll.* 2004). Elle va permettre d'augmenter le pouvoir de la personne qui consulte en l'aidant à développer des habiletés de communication, d'affirmation, de négociation et de gestion de conflits (Amiguet et *coll.* 2004). De plus, l'intervention sociale va outiller la personne à être davantage en contact avec elle-même et autrui. Par conséquent, l'intervention sociale permettra également de développer une meilleure connaissance de soi, des autres et des

structures organisationnelles et politiques. Par ce fait, elle va permettre à la personne d'analyser sa situation et agir en anticipant les gains et les risques (Dorvil, 2007).

L'intervention sociale permet de favoriser des contacts entre des personnes qui vivent des situations semblables, de façon à promouvoir une collaboration entre elles et favoriser une remise en question des structures qui les affectent. Par conséquent, celle-ci doit favoriser la collectivisation des difficultés afin de permettre aux individus de déterminer les conditions physiques, les pensées, les comportements et les sentiments qu'ils partagent, ouvrant ainsi le passage à une empathie sociale avec les pairs vivant une situation semblable (Gascon, 2000). L'intervention sociale permet aussi la sensibilisation des ressources existantes aux particularités spécifiques des individus, en plus de favoriser le développement de ressources adaptées aux besoins et à la réalité de ces personnes. En outre, elle doit aider les personnes à modifier leurs systèmes de croyances malsains et à transiger avec leurs émotions douloureuses. Par ce fait, l'intervention sociale va permettre de refaire une nouvelle perception de l'individu, qui va au-delà des rôles traditionnels (Monk, 1997; Nantel et coll. 2002). De surcroît, elle doit comprendre les effets des conditions de travail et de vie sur les comportements personnels et les relations interpersonnelles, en plus d'établir un lien entre les difficultés que les personnes vivent et leurs conditions de vie déterminées par une idéologie dominante ou par l'organisation du travail (Beauchamp et coll. 2008).

D'ailleurs, pour qu'une intervention sociale soit efficace, elle nécessite d'être basée sur la confiance mutuelle de préférence, plutôt que sur la méfiance. Elle doit également dégager une acceptation du client plutôt que de mettre celui-ci sur la défensive en le blâmant. Elle veillera à être ouverte et prudente dans ce qu'elle avance plutôt que d'être rigide et autoritaire.

Avant d'entreprendre une intervention sociale efficace, il est nécessaire et préférable de comprendre, clarifier et travailler la demande d'aide avec la personne qui est rencontrée. En effet, la tâche de la demande d'aide est le réflexe premier à effectuer pour le type

d'intervention à favoriser ainsi que la manière pour la mettre en place. D'ailleurs, il m'est déjà arrivé de m'être retrouvé en intervention sans avoir compris la demande initiale de la personne aidée.

3.2 La demande d'aide

La demande de recherche d'aide dépend d'un ensemble de facteurs personnels et sociaux. En effet, selon Turcotte et *coll.* (2002), la recherche d'aide est influencée à la fois par le milieu social, par les antécédents sociaux et personnels ainsi que par les ressources disponibles. Tel que le mentionnent Amiguet et ses collègues (2004), « la demande d'aide est le moteur central de toute relation d'aide et d'introspection » (p.131). En effet, la demande sert de point de départ pour un travail de réflexion, de transformation, de désir de prendre du recul et de changement. Par contre, il arrive parfois que la demande soit peu claire et précise, ce qui aura un impact sur les interventions à effectuer auprès de la personne aidée. D'ailleurs, il est important pour tout professionnel de la relation d'aide de prendre le temps de bien clarifier la demande. Cela permet notamment de vérifier si l'offre vient de la personne elle-même, de regarder si c'est une commande qui vient d'un tiers ou un mandat ordonné par une instance. Quel que soit le but de la demande, l'intervenant, par la clarification de la demande, cherche à comprendre ce que l'on attend de lui, en plus de savoir comment il va pouvoir ou devoir intervenir (Amiguet et *coll.* 2004). Le fait de travailler la demande permet de créer un espace qui permet l'exploration et qui aide à mobiliser la personne aidée comme une personne ressource. Cela permet aussi de la mettre en position de collaboration.

Turcotte et *coll.* (2002) utilisent le modèle de Gross et Mc Mullen (1983) pour décomposer le processus qui conduit à une demande d'aide : 1) la perception de la situation comme étant un problème nécessitant une aide extérieure, 2) la décision de supporter les conséquences du problème, de le régler seul ou de solliciter de l'aide et 3) la mise en place de stratégies permettant d'obtenir de l'aide espérée. Par ce modèle, la décision de demander de l'aide découle de l'évaluation que fait la personne rencontrée de sa réalité, de ses expériences antérieures, des informations normatives, du jugement des

autres et de la comparaison sociale. D'ailleurs, les recherches démontrent que la sollicitation de l'aide auprès des professionnels survient habituellement pour donner suite à des démarches effectuées auprès d'amis, de membres de la famille et de ressources de la communauté (Turcotte et *coll.* 2002 qui citent Cantin, Rinfret-Raynor et Fortin, 1994, p. 76).

Par contre, le fait de demander de l'aide peut impliquer une forme de dépendance à l'égard de l'aidant et se situe donc en contradiction avec l'autonomie (faire face seul à ses difficultés) enseignée auprès des garçons. D'ailleurs, certains hommes ont tendance à moins dévoiler leur intimité, leurs caractéristiques négatives et sont habituellement moins outillés pour faire une demande d'aide. D'autres le font de manière agressive ou avec peu de mots, alors que certains tentent de contrôler le processus ou encore remettent en question la compétence de l'intervenant. Selon Dulac (2002) :

Les hommes interagissent, parfois, avec les organismes d'aide de manière virile, ce qui revient à dire de manière quasi non conforme aux attentes et aux normes du système et des organisations vouées à aider les personnes (p.161).

Pour diverses raisons, les hommes, selon Deslauriers et *coll.* (2010), se perçoivent négativement lors de certaines situations où ils ont l'impression de ne pas avoir atteint les standards sociaux qu'ils croient ou que les autres attendent d'eux. Ainsi, lors d'une difficulté quelconque, les hommes ont tendance à s'évaluer comme « inadéquats », « incorrects », « vilains » ou « malades ». L'émotion qui domine alors est la honte. Ainsi, les obstacles de la honte génèrent divers mécanismes de défense qui peuvent être nuisibles sur le plan de la demande d'aide, entre autres. Dans un contexte de honte, certains hommes ont tendance à chercher à restaurer une facette de leur image de masculinité dans la façon de demander de l'aide. Par contre, selon Whitaker (1987 dans Turcotte et *coll.* (2002)), la demande d'aide est « moins réfractaire et marquée chez les hommes avec une vision moins marquée du rôle masculin ». Selon Turcotte et *coll.*, plus la personne a une perspective de contrôle et de confiance interne élevée, plus elle est

capable de se dévoiler et plus elle démontrera une attitude positive à l'égard de la demande d'aide.

D'ailleurs, le processus de clarification de la demande avec la personne rencontrée devient une activité intentionnelle et orientée vers un but précis. En effet, la recherche de solutions pour la situation rencontrée par la personne aidée permet de répondre aux critères de logique personnels et de faire des choix réalistes et compréhensibles au rayonnement des exigences et préférences de la personne rencontrée (Turcotte et *coll.* 2002). Ainsi, l'homme qui consulte est partie prenante de la solution et du processus d'aide.

En effet, l'homme qui consulte est sollicité pour la définition commune du problème et pour les pistes de solution, ce qui l'amène à être en interaction humaine, selon la théorie de l'échange. Celle-ci a pour effet d'apporter des bénéfices et des coûts pour le demandeur. La théorie de l'échange social, selon Turcotte et *coll.* (2002), mentionne que chaque acteur regarde les coûts et les bénéfices dans la relation d'aide. Par ce fait, l'homme qui consulte recherchera les interactions qui procurent des bénéfices et aura tendance à éviter les situations et les comportements « coûteux ». Ces bénéfices peuvent se retrouver en lien avec leurs besoins, lesquels seront énumérés plus loin.

Par contre, les coûts d'une demande d'aide peuvent être plus considérables que le fait de recevoir un bénéfice et créent un sentiment d'obligation envers la personne qui consulte. En effet, ces personnes peuvent développer un sentiment d'obligation plus marqué lorsqu'elles sollicitent la demande d'aide elles-mêmes. Cette théorie d'obligation, selon Turcotte et *coll.* (2002), exige une forme de remboursement. Ce sentiment d'obligation est influencé par la perception qu'a la personne aidée de « 1) la motivation de l'aidant, 2) l'importance des bénéfices et des coûts de l'échange pour chaque partie, 3) l'attribution de la responsabilité de l'action de l'aidant et 4) la similitude de sa situation relativement à d'autres personnes de son entourage » (p.9).

Lors de différentes conversations avec mes collègues de travail et selon Deslauriers et *coll.* (2010); Turcotte et *coll.* (2002); Dulac (2002) voici les pistes d'intervention qui permettent d'améliorer la demande d'aide des hommes tout en respectant l'intégrité de l'individu dans ce qu'il est, ce qu'il a vécu, ce qu'il vit et dans son idéal.

Quelques pistes pour faciliter la demande d'aide

1. Établir un contact personnalisé

- Savoir qui est la personne qui est rencontrée, son identité et se centrer sur son agir;
- Les conditions pour établir le contact;
- Accueil, confiance, respect du rythme, respect des efforts;
- Clarifier les rôles, compétences, travail, statut, liens avec les enfants;
- Évaluer les sources de valorisation (argent, paraître, faire, savoir);
- Identifier les activités, loisirs, passe-temps, intérêts;
- Évaluer les référents identitaires (modèles, croyances, rôles, symboles).

2. Vérifier l'ampleur des détresses/souffrances

Les conditions pour atteindre ces objectifs :

- Clarifier le degré d'isolement (famille d'origine, camarades, amis, confidentes);
- Clarifier les habitudes de consommation ou dépendance;
- Identifier les pertes (rôle, idéal, argent, liens affectifs, habitudes de vie) et le sens de ces pertes;
- Connaître les problèmes et les actions tentées;
- Évaluer le risque d'homicide et de suicide;
- Préciser les besoins de définir une vision commune des problématiques;
- Partager la complexité et les éléments précis de la situation présentée.

3. Se centrer sur le présent

Les conditions pour atteindre cet objectif :

- Situer la rencontre dans le temps et un processus;
- Devenir l'extérieur ;

- Partager mes impressions, mes sentiments, mes doutes, mes expériences;
- Illustrer ma compréhension, ma vision de la situation;
- Évaluer des actions à court terme, fournir des coordonnées de référents ou des outils;
- Nourrir l'espoir.

Les éléments à prendre en considération dans la demande d'aide

Ce que les lectures mentionnent en lien avec la demande d'aide et les réalités masculines est qu'il est plus difficile pour un homme de livrer ses sentiments et ses émotions que pour une femme. L'homme est davantage tenté d'exposer ses réussites et ses qualités afin de redorer son image puisqu'il est trop difficile pour ce dernier d'admettre et d'exprimer ses difficultés et ses faiblesses. Nous savons également que certains hommes bénéficient d'une éducation reliée à une image de la virilité et de la force de caractère. Par conséquent, cela amènera celui-ci à entrer en relation d'aide dans un mode plus agressif; malheureusement pour lui, ce tempérament est peu accepté par l'intervenant et le système institutionnel en général. Ainsi, cela peut être facile de tomber dans la prémisse que l'homme est en position de gérer sa vie et a les moyens de s'en sortir seul et que les ressources mises en place doivent être utilisées par les plus démunis et les plus défavorisés! Par ce fait, en réprimant le comportement agressif, l'intervenant se prive des messages sous-jacents qui expriment ces sentiments (Dulac, 2002).

Regardons maintenant les besoins qui se cachent derrière la demande d'aide. D'ailleurs, ces besoins servent à reconnaître la personne en fonction d'où elle se situe « psycho socialement » concernant la problématique vécue, en plus de permettre d'effectuer une intervention centrée sur le besoin de la personne et non uniquement sur celui de l'intervenant et de l'établissement communautaire ou institutionnel. En effet, selon moi, les différents besoins sont à considérer pour une intervention adéquate. Par contre, pour la prochaine section, nous nous attarderons uniquement sur les besoins de la personne aidée.

3.3 Les différents besoins

Le besoin est une sensation de manque, de privation, d'insatisfaction qui pousse à accomplir des actes perçus comme nécessaires, voire indispensables. D'ailleurs, le besoin ne fait surface que lorsqu'il est en souffrance et son intensité varie d'un moment à l'autre et selon les personnes avec qui nous sommes en contact. Les besoins importants inassouvis donnent souvent lieu à une inquiétude obsédante et à des comportements récurrents menant inévitablement à une situation à risque.

Le résultat de ces agissements ou comportements est de faire disparaître cette sensation de manque qui provoque, entre autres, de l'anxiété, de l'angoisse, du désespoir, de la colère et de l'agressivité. Lorsqu'une personne établit un besoin et est en mesure de décrire la chose ou l'action qui peut y répondre, on parle alors d'attente (espérance, opinion qu'on a conçue de quelqu'un ou de quelque chose). Ainsi, l'attente sert à répondre au manque afin de satisfaire le besoin.

Depuis ses débuts, le Service d'aide aux conjoints (SAC), organisme communautaire intervenant auprès des hommes en difficultés conjugales dans la région de Montréal, insiste beaucoup sur la demande d'aide auprès de sa clientèle. En effet, ceci sert à bien cibler le besoin qui s'y rattache et le type d'intervention à favoriser dans leur service psychosocial. D'ailleurs, cet organisme prend le temps nécessaire lors des rencontres auprès de sa clientèle pour clarifier la demande dans tous les types d'interventions offerts. La clarification de la demande permet à l'établissement de répartir les besoins de la personne selon cinq catégories spécifiques (voir annexe 1, p. 95).

Par ce fait, le besoin exprimé par les participants permet d'adapter la diversité des services afin d'agir en amont, d'intervenir en matière de prévention et de répondre aux besoins les plus pressants ainsi que d'ouvrir les portes pour une intervention future centrée sur les autres besoins.

De plus, l'organisme, à travers les années, a su moduler ses services pour répondre aux différents besoins des hommes. En effet, dès l'appel téléphonique de la personne qui consulte, ses besoins sont répertoriés. Les besoins des hommes sont analysés régulièrement afin de garder un œil ouvert aux réalités immédiates que ceux-ci peuvent vivre et permettre d'adapter les services. Aussi, selon le besoin, différentes possibilités d'intervention sont offertes en tenant compte de la réalité vécue de la personne, en plus de répondre aux exigences d'un processus de changement social.

3.4 L'intervention spécifique aux hommes

Nous ne pouvons passer sous silence l'intervention spécifique aux hommes en lien avec la socialisation. En effet, nous savons que les hommes se retrouvent en conflits de valeurs entre ce qu'ils sont et ce qu'est le fonctionnement de la société et les exigences de la relation d'aide (Dulac, 2003). Le fait de savoir et comprendre l'impact de la socialisation sur un individu permet de mieux saisir les attitudes et comportements de certains hommes lors de la relation d'aide.

Les hommes dits « traditionnels » (Tremblay et *coll.* 2002) sont reconnus pour avoir de la difficulté à demander de l'aide auprès des professionnels en relation d'aide ou même en lien avec leur santé physique. Demander de l'aide signifie pour ces hommes d'avouer une certaine faiblesse ou un manque de contrôle par rapport à une situation, ce qui est précisément en opposition avec leurs exigences de la masculinité traditionnelle : « demander de l'aide place les hommes en contradiction avec le code de masculinité traditionnelle » (p.17). Ce phénomène engendre souvent de la honte de la part des hommes et explique cette difficulté à demander de l'aide. En effet, cette honte engendre chez les hommes un sentiment de faiblesse, d'incompétence et vient les mettre devant le constat de leur incapacité d'être à la hauteur des attentes sociales (Turcotte et *coll.* 2002). Par le fait de demander aux hommes d'aller chercher de l'aide, on leur demande du même coup de ne pas suivre leur mode de socialisation typiquement masculine, mais plutôt

d'adhérer aux comportements reliés aux exigences de la relation d'aide (révélation de l'intimité, partage d'une difficulté, interaction avec un inconnu, etc.).

De plus, ces derniers peuvent entrer en relation d'aide dans un mode plus agressif, car ils sont mal dans leur peau (Tremblay et *coll.* 2002). Malheureusement pour eux, ce tempérament est peu accepté par certains intervenants et par certains systèmes organisationnels. Par conséquent, cela provoquera chez les intervenants un sentiment de peur qui les empêchera de se consacrer à la détresse qui se cache derrière les comportements des hommes et de bien saisir les besoins sous-jacents qui s'y rattachent. En réprimant ce comportement, les intervenants se privent des messages sous-jacents qu'expriment les sentiments (Dulac, 2002). Ce mode de communication est tout à fait différent de celui de la femme et est plus difficile à accueillir en intervention. Sans les outils et les techniques adéquates pour faire face à cette agressivité, les intervenants peuvent favoriser l'effet contraire de l'intervention et l'homme peut se sentir rejeté. Cela engendrera donc d'importantes conséquences pour l'intervention. Toutefois, nous aurions intérêt à savoir comment accueillir cette agressivité à défaut de l'interdire dans nos milieux de pratique ou d'encourager les hommes à la contenir: Selon Dulac (2002) :

Il faut donc utiliser les résistances et les mécanismes de défense comme des occasions de créer un lien thérapeutique durable. Entre autres, respecter le rôle de la colère dans la vie des hommes (p.162).

Pour les hommes dont l'expression des émotions est difficile, on doit les aider à développer le vocabulaire émotionnel et des mécanismes pour mieux définir les émotions au fur et à mesure qu'elles surviennent. On doit aussi partir des faits (par des questions factuelles) pour toucher et avoir accès aux émotions vécues par ceux-ci. L'intervention doit aider les hommes à modifier leurs systèmes de croyances malsains et à composer avec leurs émotions douloureuses. Par ce fait, l'intervention va permettre à l'homme de refaire une nouvelle perception de lui-même, qui va au-delà des rôles traditionnels (Nantel, 2002). En outre, elle doit comprendre les effets des conditions de travail et de vie sur les comportements personnels et les relations interpersonnelles, en plus d'établir un

lien entre les difficultés que les hommes vivent et leurs conditions de vie déterminées par une idéologie dominante ou par l'organisation du travail (Monk, 1997).

L'intervenant doit se questionner, s'il y a lieu, à savoir si les établissements communautaires et institutionnels sont ouverts pour laisser une place aux hommes dans l'intervention et plus particulièrement, pour faciliter leur participation dans l'intervention. Les intervenants qui ne sont pas habitués d'intervenir auprès des hommes, mais surtout relativement à leur agressivité ou leur colère, sont parfois déstabilisés par ce phénomène. Il est donc important pour les intervenants de bien le comprendre. Selon Dulac (2002) :

Il faut réaliser que les clients masculins n'attaquent pas l'intégrité des intervenants. Ce qui est remis en cause serait plutôt la logique et l'ordre des services; parce que la culture des hommes est bien différente de la culture de l'aide (p.160).

Cela démontre qu'il est d'autant plus important que les intervenants soient formés et outillés adéquatement afin de bien accueillir les hommes en détresse, de répondre à leurs besoins et de les guider vers des pistes de solutions adéquates à leurs situations. En fait, le comportement d'une personne est souvent révélateur des mécanismes de défense. Tous ces comportements renvoient aux craintes et à l'angoisse de la personne relativement à un univers inconnu qui lui fait peur (Dulac, 2002).

L'intervention auprès des hommes, selon Dulac (2003), ne doit pas être perçue comme un obstacle à l'adaptation, mais, au contraire, comme une occasion de changement, une manière émergente avec laquelle on doit travailler pour faire avancer et faciliter le processus d'adaptation qui peut être long, complexe et non linéaire. De plus, la reconnaissance de leur réalité ne doit pas conduire à un relativisme culturel excessif faisant abstraction des enjeux de l'adaptation. Il s'agit au contraire d'amener ces hommes à s'adapter à leur nouveau contexte, tout en reconnaissant et en respectant les étapes, les stratégies et les rythmes associés au processus d'adaptation (Audet, 2008).

Par conséquent, intervenir auprès des hommes requiert d'établir des nuances, car plusieurs différences existent au sein de la population masculine (Gay, 2008), ce qui n'exclut pas tous les hommes qui ressentent certaines pressions pour se conformer à des modèles dominants. De plus, travailler auprès des hommes nécessite de faire un effort pour comprendre les effets de la socialisation masculine et féminine sur eux, mais aussi sur nous, en tant qu'intervenants. D'ailleurs, il faut voir les hommes comme des personnes avec tout leur potentiel humain (Turcotte et *coll.* 2002) et ce, dans toutes les sphères de la vie, autant dans leurs relations que dans le travail plutôt que de les voir comme des êtres diminués et déconnectés d'une partie d'eux-mêmes. Ainsi, il faut combattre les images populaires et les préjugés défavorables, à la fois sur le plan personnel et sur le plan professionnel, qui nous amènent à mettre derrière les difficultés vécues par les hommes. Cela réfère aussi au principe de base de l'intervention sociale qui est de faire la différence entre la personne et ses comportements et accepter l'individu sans jugement.

De plus, au cours de la relation d'aide, l'intervenant veillera à composer avec certains éléments culturels (la trajectoire, la signification) concernant l'homme ou, du moins, avec la manière dont lui et les autres membres de sa famille perçoivent son rôle. Notamment, avant de remettre en question l'usage de son autorité, il est important de considérer d'abord les règles qui la rendent légitime, lesquelles sont partiellement intériorisées par les enfants eux-mêmes (Cohen-Émerique, 1993). Par exemple, auprès des familles de certaines communautés ethnoculturelles, il est préférable de ne pas confronter directement le père afin d'éviter que le déshonneur retombe sur toute la famille (Cohen-Émerique, 1993). De plus, dans certaines situations, il faudra éviter la discussion trop ouverte, égalitaire et intime avec les enfants; celle-ci correspondant à un revirement de l'ordre familial institué et à une attaque directe contre son autorité (Hernandez qui cite McGoldrick et *coll.* 1996). Enfin, il faut être prudent avant de signaler des enfants de familles immigrantes à la Direction de la protection de la jeunesse (DPJ) pour éviter de disqualifier de manière brutale les parents. L'intervention conjugale et familiale se situe toujours dans une perspective de rééquilibrer une communication réciproque, de

réadapter un ordre fonctionnel, en tenant compte le plus possible des valeurs et des règles de fonctionnement de chacun des microsystèmes impliqués (Cohen-Émerique, 1993).

Comme la socialisation masculine favorise le pouvoir et le contrôle, si l'on ne veut pas susciter les mécanismes de défense, on doit laisser du pouvoir au participant sous la forme de choix positifs qui l'aideront à transformer ses comportements inadéquats, sans toutefois lui enlever le pouvoir de choisir (Turcotte et *coll.* 2002). De plus, il faut porter une attention particulière à la protection des personnes en évaluant le risque de suicide, homicide et filicide en mettant en place les mesures nécessaires, s'il y a lieu, pour tout le monde.

La relation sur laquelle il est possible d'intervenir, dans le but de favoriser les liens des hommes, est celle que nous établissons nous-mêmes avec les participants masculins. La prise de contact et l'accueil demeurent particulièrement fondamentaux pour soutenir ou anéantir une relation d'aide. L'établissement d'un lien de confiance et d'une relation dialogique permet un échange dans un processus de développement. Les principaux objectifs du lien entre l'homme et l'intervenant sont : agir pour favoriser la confiance, connaître et apprendre ensemble, partager la solution au problème, partager le contrôle de l'entrevue et maintenir un état ouvert de réciprocité (Turcotte et *coll.* 2002).

Deslauriers et ses collaborateurs (2010) résument bien les 10 éléments clefs qui doivent être pris en considération pour l'intervention auprès des hommes : 1) être sensible aux dimensions de genre, 2) voir les hommes comme des êtres humains d'abord, 3) porter une attention particulière à nos contre-transferts, 4) reconnaître l'inconfort dans la demande d'aide et être attentif au premier contact, 5) soutenir, responsabiliser, donner du pouvoir et protéger, 6) proposer un cadre d'intervention structuré tout en maintenant l'accent sur les émotions, 7) s'appuyer sur les forces du client pour contrer la honte, 8) briser l'isolement affectif, 9) adapter les services, agir rapidement et être proactif et 10) prendre soin de soi comme intervenant (p.128-132).

3.5 L'acteur de changement social

Les éléments discutés ci-dessus m'amènent à prendre en considération le changement social auprès des hommes. En effet, intervenir auprès des hommes permet d'interroger les valorisations, les contraintes et les inconvénients de devoir se conformer à des rôles restrictifs (Beauchamp, 2008). Par conséquent, l'homme peut devenir un acteur de changement social visant à se redéfinir, à redéfinir ses rôles et ses relations. D'ailleurs, l'intervention doit favoriser la pratique du lien de collaboration et la réalisation d'une affirmation réciproque (Nantel et *coll.* 2002).

De plus, Deslauriers et *coll.* (2010) mentionne que :

L'enquête coopérative (EC) met l'accent sur la perception subjective et pose le client dans un rapport de collaboration, ayant davantage d'importance dans un rapport de collaboration que les données et les seuls faits. De plus, au lieu de confronter le client directement, elle sollicite sa contribution pour arriver à une compréhension approfondie et partagée de sa situation (p.136).

L'intervention sociale auprès des hommes permet de reconnaître la diversité des masculinités et d'aider les hommes à déterminer l'impact qu'ont les valeurs sociales, culturelles et politiques dominantes sur leur vécu personnel et leur relation. Elle peut également aider ceux-ci à sortir de leur isolement en favorisant le développement de solidarités et en encourageant les hommes à participer activement à leur collectivité en fonction de la diversité des besoins, valeurs, intérêts et aspirations.

L'intervention permet aussi de travailler sur l'individu et ses comportements, de revoir les privilèges et les coûts (Monk, 1997) de la socialisation selon le genre, en plus de faire une remise en question de l'idéologie dominante basée sur l'homophobie, le racisme, la complémentarité des sexes, le sexisme, l'âgisme, etc. En outre, l'intervention doit promouvoir la réalisation de réelles collaborations d'ordre individuel, conjugal, professionnel ou institutionnel qui permettent le développement de solidarités communautaires, collectives et sociales (Nantel et *coll.* 2002).

L'intervention sociale auprès des hommes est nécessaire, car elle interroge l'image associée aux rôles masculins ainsi que les rapports sociaux basés sur l'individualisme, la productivité et les valeurs dominantes (Monk, 1997; Nantel et coll. 2002). De plus, elle permet de développer une vision englobant les diverses masculinités en considérant la diversité des modèles masculins. En outre, l'organisation de service doit élargir l'offre de services pour les hommes au-delà du traitement afin de répondre aux différents besoins des hommes (Gascon, 2000). Par conséquent, on doit orienter notre pratique sociale dans un esprit de changement social allant dans le sens d'une réduction de l'aliénation en fonction du genre et d'une plus grande égalité entre les hommes et les femmes et des groupes d'hommes entre eux. Par ce fait, le changement social favorise la pratique du lien de collaboration et la réalisation d'une affirmation réciproque.

Le fonctionnement social

Il y a lieu de se poser cette question : est-ce que nous privilégions parfois le fonctionnement social au lieu de favoriser les individus à être des acteurs de changement social, surtout auprès des hommes? D'ailleurs, il importe de souligner que le fonctionnement social est la capacité de la personne (d'un groupe ou d'une collectivité) à jouer son rôle au sein de la société. Celui-ci, réfère à la réalisation de divers rôles sociaux, à la capacité d'un individu d'organiser sa vie quotidienne, à la gamme de comportements observés (gestes, paroles, attitudes), aux processus mentaux et aux modèles appris en plus des perceptions construites ainsi qu'aux valeurs reçues et choisies par un individu dans sa recherche de réciprocité avec son environnement (OTSTCFQ, 2011). Par conséquent, l'intervention sociale sert à diriger l'individu dans la norme de société.

En outre, l'intervention sociale cherche à rétablir le fonctionnement social d'une personne (d'un groupe ou d'une collectivité) quand la réciprocité entre la personne et son environnement est en déséquilibre et est devenue dysfonctionnelle. Elle vise également à améliorer le fonctionnement social lorsqu'une personne (un groupe ou une collectivité) désire rendre plus satisfaisante une situation, selon ses aspirations individuelles ou celles

de sa collectivité. Croyant en la valeur intrinsèque de la personne, en son droit à s'autodéterminer et son aspiration à l'autonomie, l'intervention sociale vise, par ses activités professionnelles, à mettre en place des conditions favorisant les capacités des personnes, des groupes et des collectivités à réaliser leurs potentialités et aspirations et à répondre à leurs besoins psychosociaux et communautaires, et ce par des interactions sociales satisfaisantes (OTSTCFQ, 2011) et selon l'idéologie dominante. Par conséquent, en utilisant le fonctionnement social, la priorité en intervention est de travailler auprès de l'aidé à ce que celui-ci s'intègre dans des cadres et normes précis en plus de remplir les attentes et objectifs prévus selon son rôle.

Le contrôle social

L'intervention sociale devient du contrôle social lorsqu'elle désigne l'ensemble des pratiques sociales, formelles ou informelles, qui tendent à produire et à maintenir la conformité des individus aux normes de leur groupe social : argument de la cohésion sociale pour les uns, il est un instrument de domination pour les autres. De plus, le contrôle social tend à définir et à prévenir la déviance. Il contribue à l'intégration des individus et à la cohésion du groupe. L'intériorisation du contrôle social est le fruit d'une socialisation (Deslauriers, 2010). En effet, les normes et les valeurs auxquelles les individus sont appelés à se conformer sont souvent celles d'un ou plusieurs groupes sociaux dominants qui se définissent comme normaux. Ainsi, le contrôle social apparaîtra comme une entreprise d'imposition de normes promues par des créateurs de moral, comme un travail de production et reproduction d'une idéologie dominante.

En travaillant auprès des hommes à être des acteurs de changement social, ceux-ci seront la force et le moteur du changement social. Le changement est, selon le sociologue Guy Rocher dans Beauchamp et *coll.* (2008), « toutes transformations observables et vérifiables dans le temps qui affecte d'une manière qui n'est pas provisoire la structure ou le fonctionnement d'une collectivité et qui en modifie le cours de son histoire » (p.1). Par ce fait, les intervenants et les personnes aidées seront des acteurs motivés par des enjeux, des valeurs, des idéologies et des intérêts communs pour exécuter un changement qui

affecte les représentations, les mœurs et qui touche les conditions ou les modes de vie, ou encore l'univers psychosocial de quelques individus seulement.

Par contre, pour faire suite aux conversations animées avec monsieur Yves C. Nantel, coordonnateur général de l'organisme Service d'aide aux conjoints, il est utopique que tous les hommes soient des acteurs de changement social à cause du coût de la nouvelle identité qui amène une marginalisation. De plus, cette nouvelle identité subit la pression au nom de la régulation sociale. Afin de contrer la pression, les participants devront développer des solidarités sociales pour que la régulation sociale se module. De plus, l'intervention sociale n'est pas sans soulever des contradictions et dilemmes importants dans son activité concrète auprès des intervenants. En effet, à quel moment la protection d'un client devient-elle une forme de contrôle plus subtile, une sorte de paternalisme ou de maternage à son égard ? Comment protéger le client sans affaiblir son pouvoir ? Comment discuter avec le client du rapport qu'il croit avoir avec sa situation et de la définition qu'il en donne, sans lui imposer sa réalité ? Que faire devant un client qui refuse de remettre en question son pouvoir et qui insiste pour que l'intervenant maintienne le sien ? Comment conserver une crédibilité et ne pas provoquer la désorganisation du client, si l'on met ouvertement en doute notre compétence devant lui ? Comment intervenir auprès d'un genre (masculin ou féminin) quand les structures organisationnelles favorisent et protègent l'autre genre ?

3.6 Mémento

En guise de complétude, mon expérience, en tant qu'intervenant, m'a permis de mettre en lien le regard psychosocial des relations amoureuses selon différentes approches et concepts, mais surtout d'être concerné aux réalités masculines en relation d'aide. Voici les grandes lignes maitresses que je considère comme essentielles pour une intervention efficace auprès des hommes, en plus de mettre en lumière la recherche du lien relationnel qui est l'idée principale qui relie les trois chapitres.

En effet, lors de la relation amoureuse, rechercher le lien avec l'autre est nécessaire, mais avant toute chose il est important de conscientiser l'individu à concevoir un lien avec soi. Par contre, intervenir sur le rapport à soi en premier devient un défi auprès des hommes, car la socialisation masculine fait en sorte que la relation à soi est souvent refoulée, parce qu'elle est considérée comme féminine et que cette fragmentation semble empêcher plusieurs hommes de développer leur capacité d'être en relation de façon égalitaire puisqu'ils deviennent incapables de se situer dans leur relation.

La recherche d'identité à travers la relation amoureuse se doit de commencer par la découverte de soi. En effet, cette découverte de soi permet de reconnaître, de nommer et de partager les valeurs, les besoins et les attentes de l'individu en lien avec lui-même, l'autre et la relation amoureuse de manière réciproque. Par la suite, une négociation doit s'amorcer pour que les partenaires dans la relation amoureuse trouvent un langage commun à leur relation amoureuse. La communication, le respect, l'écoute, la reconnaissance, le partage et la confiance sont les prémisses qui servent pour établir une relation amoureuse.

Lors de la rupture amoureuse, c'est la transformation du lien relationnel avec l'autre et avec soi qui est à négocier tout comme le sens de la perte et son intensité. De plus, la rupture amoureuse amène une situation de détresse plus ou moins intense qui occasionne parfois des situations de dangerosité.

En effet, la rupture amoureuse est une réalité qui commande une attention particulière compte tenu des effets sur la santé émotionnelle et physique et sur l'adoption de comportements à risque. De plus, il ne faut pas oublier les règles de la masculinité qui limitent les hommes dans l'expression de leur détresse. Remettre ou installer les liens avec un réseau aidant et la communauté pour briser l'isolement reste un défi pour l'intervention auprès des hommes. La perte de la personne aimée laisse un vide immense dans les moyens habituellement choisis par les hommes pour répondre à leurs besoins affectifs. En situation de rupture, ils se retrouvent donc isolés avec un réseau social qui ne

leur permet pas souvent d'obtenir l'aide nécessaire. Cette faiblesse de leur réseau et les caractéristiques de leur socialisation ouvrent la porte à une difficulté personnelle le plus souvent exprimée par les hommes : la solitude.

Quant à l'intervention, plus précisément auprès des hommes, elle repose en premier lieu à créer le lien de confiance afin de permettre la révélation pour que la personne soit entendue, reconnue et validée. Avant de favoriser l'établissement du lien de confiance, il est nécessaire de négocier d'égal à égal avec les hommes. En effet, nous ne sommes pas là pour les prendre en charges ni faire le travail à leur place et ainsi de risquer de les déposséder davantage de leur capacité à se responsabiliser.

En tant qu'intervenant, il ne faut pas rester uniquement sur la problématique ou le symptôme que peut vivre l'homme, mais plutôt être capable d'avoir une vision plus large; avoir un regard social de la problématique. En effet, il faut travailler auprès de l'homme pour qu'il soit en contact avec lui-même ce qui aura un impact sur sa relation, sa famille et son environnement. Ainsi, l'intervention va permettre de les sensibiliser à leurs différents besoins, à prendre du recul relativement à ses difficultés, retrouver ses habiletés personnelles, faire l'apprentissage de nouvelles perceptions et développer de nouvelles connaissances.

Le but est de solliciter la collaboration et de mettre à contribution leur potentiel de changement. Les hommes sont mis à contribution en vue de transformer leurs difficultés relationnelles en occasion de changement personnel. Par conséquent, l'intervenant doit déceler le niveau de stimulation pour que celui-ci déploie ses habiletés pour une transformation, tout d'abord des comportements, ensuite des liens sociaux et pour terminer les conditions sociales. Le cadre de l'intervention se doit d'être accueillant, structuré, dynamique, sécurisant et respectueux, ce qui permet d'accompagner l'homme avec attention dans l'actualisation de sa créativité et ses habiletés pour établir un processus de changement. La stimulation et la motivation de l'individu sont des éléments

qui contribuent à la naissance d'une relation d'aide et pour que celui-ci soit un acteur de changement social.

L'intervention est basée sur la sécurité de la personne, la responsabilisation des hommes à l'égard de leurs comportements et de leur vie en général, tout en préconisant la promotion de rapports égalitaires. Tout au long de l'intervention, il est fondamental de nous assurer de la sécurité de toutes les personnes en cause, celle du ou de la partenaire, de l'ex-partenaire, des enfants, d'autres membres de la famille, de l'entourage, des intervenants, etc. Il est aussi essentiel d'assurer la sécurité de l'homme lui-même, particulièrement dans les situations où la honte et la détresse induisent des idées suicidaires, des scénarios d'homicide ou filicide.

Par conséquent, la responsabilisation des hommes à l'égard de leurs comportements vise à les amener librement à reconnaître et à assumer les gestes inappropriés qu'ils commettent pour répondre à leurs besoins socioaffectifs. Ainsi, il est nécessaire d'aider ces hommes à faire des choix éclairés parmi plusieurs possibilités qui s'offrent à lui et en le conscientisant des conséquences pouvant s'y rattacher. Avec la notion de choix, l'intervenant responsabilise cette personne par rapport à ceux-ci, tout en étant un guide pour lui. La responsabilisation signifie aussi que chaque homme assume les conséquences de ses comportements et que chacun possède les compétences personnelles pour considérer les informations reçues et effectuer ses choix. Lors des interventions, travailler la collaboration et réduire les luttes de pouvoir sont primordiales ce qui aura un impact sur ses liens relationnels et son environnement.

De plus, intervenir auprès des hommes demande d'être au clair avec ses réactions personnelles relativement à la problématique vécue. Cette problématique, par son positionnement moral, peut susciter un désir d'aider ou de punir la personne demandant de l'aide. Je suis tenu à développer ma capacité de responsabilisation personnelle dans mes comportements de relation aux autres, et ce afin d'être à même de saisir l'influence de mon expérience personnelle dans ma pratique. Je m'accorde aussi la responsabilité

d'avoir le désir sincère d'aider et de tenter de le faire de manière dont ils souhaiteraient eux-mêmes être aidés, et ce sans porter de jugement de valeur. Ainsi, mon travail consiste à créer un lien pour s'approcher du participant là où il en est et l'accompagner à son rythme dans ses besoins. Ainsi, le défi premier est d'entrer en lien relationnel avec ces hommes.

D'ailleurs, ce que les hommes retiennent de leur démarche d'aide, c'est l'impression d'avoir cheminé, d'avoir acquis des connaissances (des trucs, des outils) et de se découvrir en tant qu'individu. Selon Turcotte et *coll.* (2002) :

Plusieurs hommes mentionnent qu'ils ne voient plus la vie de la même façon depuis leur thérapie; ils sont plus positifs, ont davantage confiance en eux et se sentent assez fort pour passer à travers des moments difficiles ... et que lorsque ça ne va pas il ne faut surtout pas hésiter à demande de l'aide (p.84).

L'intervention sociale auprès des hommes commence par la prise de contact et l'accueil qui sont particulièrement essentiels pour soutenir ou anéantir une relation d'aide. De plus, l'établissement d'un lien de confiance et d'une relation dialogique permet un échange dans un processus de croissance. Les hommes reflètent les principales qualités qu'ils apprécient d'un intervenant, soit la franchise, l'ouverture, l'écoute, l'honnêteté, l'intérêt, l'égalité, le respect et la flexibilité. Ils apprécient également la qualité du lien, les tentatives de collaboration pour trouver conjointement la définition du problème et l'aide reçue pour décrire leurs idées, sentiments et comportements. Il apparaît important de travailler de manière à reconnaître concrètement les besoins et les réalités des hommes qui font face à différentes difficultés.

Par conséquent, le lien relationnel en intervention amène : 1) l'individu à être davantage en contact avec lui-même et les autres, et à développer une meilleure connaissance de soi, des autres, des structures et des politiques, 2) à augmenter le pouvoir de l'individu en l'aidant à développer des habiletés de communication, d'affirmation, de négociation et de gestion de conflits, 3) à développer l'autonomie des individus qui vivent une réalité sur

laquelle ils ont perdu une emprise en aidant ceux-ci à prendre en charge leur vie et leur destinée, 4) un changement social en transformant les structures qui sont la source de la réalité des personnes afin de rendre les structures économiques, sociales et politiques plus humaines et mieux adaptées aux personnes, 5) un questionnement des valeurs sociales et culturelles liées à la socialisation masculine qui impose une identité stéréotypée en plus de normaliser des comportements, des malaises et des contraintes et de poursuivre cette socialisation, 6) une responsabilisation de faire de meilleurs choix pour la personne, pour la relation en plus de revoir les injonctions religieuses, sociales et culturelles qui modulent le fonctionnement des individus, 7) à développer des rapports plus égalitaires par des habiletés de collaboration avec ses proches, son réseau social et sa communauté et 8) à favoriser la personne pour qu'elle soit un agent de changement social par la complémentarité des genres, dans des rapports entre les hommes et femmes égalitaires.

En outre, le lien va aussi envers la communauté pour conscientiser et sensibiliser à préserver une ouverture d'esprit pour l'ensemble des populations et tiens compte des diverses relations de pouvoir et des multitudes sources idéologiques d'aliénations qui affectent les relations entre les hommes. Il est possible d'aider les hommes de diverses masculinités à être plus près d'eux-mêmes, plus près des autres et de leurs collectivités.

En dernier lieu, l'idéologie d'intervention repose sur des valeurs morales d'égalité et de responsabilité. L'égalité favorise les rapports les plus égalitaires possible entre les individus, incluant l'intervenant, le personnel et le participant, qui se caractérisent par un partage de toute information ou connaissance pertinente. De plus en intervention l'intégrité de la personne est une valeur essentielle. Cette intégrité que je définis par la possibilité pour un être humain d'être un tout cohérent qui est en lien avec lui-même, les autres et sa communauté doit être aussi physique que psychologique. Ce qui demande un respect, une reconnaissance, une écoute en plus d'un soutien moral de ce qu'il est, de ce qu'il a vécu, de ce qu'il vit et de son idéal. Avec l'intégrité de la personne se rajoutent l'égalité, la justice sociale en plus de la sécurité et de la protection.

Conclusion

Dans la partie relation amoureuse, nous avons vu quelques définitions techniques de mots différents qui permettront de se questionner et discuter sur la vision de couple selon les trajectoires respectives et parvenir ainsi à trouver une vision commune d'être en relation amoureuse. Nous avons aussi regardé les différents éléments (le regard psychosocial social en 2011 de la relation amoureuse, les déterminants individuels, familiaux, sociaux et environnementaux) qui peuvent influencer la manière de former une relation amoureuse. De plus, quelques pressions (les médias, l'individualisme, le travail, la famille élargie, le processus migratoire, la problématique de genre et la dualisation) furent développées, lesquelles ont comme mission de mettre des bâtons dans la relation de couple et d'empêcher les individus de vivre la relation amoureuse comme dans un film de Walt Disney.

La relation amoureuse vue selon des symboles déterminés implique l'assimilation de schèmes corporels et d'attitudes culturelles qui sont censés inspirer ses conduites futures. Est-ce que cette manière de se socialiser fait de l'individu une sorte de personne déterminée par ses expériences passées ou par son groupe auquel il appartient ? Est-il un acteur libre de ses choix et responsable de ses actes ? En effet, la socialisation et la recherche d'identité privilégient les expériences passées et les fondements initiaux imposés par la culture du groupe social d'origine. Un individu peut apprendre et intérioriser les valeurs d'un groupe auquel il aimerait appartenir et celui-ci devient alors le groupe de référence. Ainsi, la façon dont les individus forment leur relation amoureuse est-elle consciente ou inconsciente et elle répond à quoi et à qui? Il en ressort que les individus doivent travailler ensemble dans la même équipe (avec les mêmes règles de jeu), avoir des objectifs communs (regarder dans la même direction) concernant la relation de couple et faire ensemble régulièrement des mises au point. En conséquence, les êtres qui acceptent de vivre une relation amoureuse doivent éviter de tenter d'assimiler l'autre, de se posséder l'un l'autre, de se dominer réciproquement ou de fusionner l'un dans l'autre. Ils doivent mutuellement se motiver à atteindre leur idéal propre, à exprimer leur amour, à devenir pleinement eux-mêmes, à accepter

intégralement leur liberté, à se connaître eux-mêmes à travers eux-mêmes, à s'accomplir dans leur totalité. Les éléments nécessaires pour une vie de couple harmonieuse doivent se bâtir avec un équilibre et un partage de confiance, de liberté, de complicité et d'amour/tendresse.

Dans la rupture amoureuse, nous avons vu quelques éléments (la colère, le sentiment d'abandon, le lien d'attachement et la socialisation masculine) qui font en sorte que les hommes ressentent parfois de la détresse quand ils sont laissés. Au préalable, nous avons vu quelques étapes (le désenchantement, l'évitement, l'érosion et l'annonce de la rupture) qui surviennent avant la rupture amoureuse pour la personne qui laisse et celle qui est laissée, en plus des impacts de la rupture amoureuse et des impacts vécus par celle-ci. En effet, la plupart du temps, les hommes vivent seuls leurs difficultés, car ils n'ont pas, quoique cela cherche à se modifier, par leur socialisation, appris à exprimer leur peur, tristesse, souffrance et vulnérabilité. En effet, une rupture amoureuse, pour certains hommes, fait vivre une douleur par la perte d'une identité et de rôles et ceux-ci ont de la difficulté à s'y retrouver. Celui qui se sentait homme du fait d'être un amant conquérant et protecteur est pris en partie pour sa difficulté à partager le pouvoir et souvent aussi pour son manque de tendresse et ses lacunes dans l'expression de son affectivité selon des attentes dites « féminines ». Cela se reflète aussi sur l'homme qui se sentait homme et bon père de famille du fait qu'il assurait la survie de sa famille par son travail et ses investissements physiques dans la maison, dans les transports et autre. Cette partie amène à mettre en mots le mal-être et le désarroi des hommes contemporains en situation de rupture amoureuse. Par conséquent, ce travail permettra, je l'espère, de se défaire d'un des préjugés envers les hommes « qu'ils n'ont pas d'émotions »!

La dernière partie, quant à elle, s'est consacrée à l'intervention sociale auprès des réalités masculines. Celle-ci est essentielle, car elle interroge l'image associée aux rôles masculins ainsi que les rapports sociaux basés sur l'individualisme, la productivité et les valeurs dominantes. De plus, il faut développer une vision englobant les diverses masculinités et considérer la diversité des modèles masculins. De plus, l'organisation de

service doit élargir l'offre de services pour les hommes au-delà du curatif afin de répondre aux différents besoins des hommes. En outre, celle-ci doit orienter la pratique sociale dans un esprit de changement social allant dans le sens d'une réduction de l'aliénation en fonction du genre et d'une plus grande égalité entre les hommes et les femmes et des groupes d'hommes entre eux.

Bibliographie

1. Almeida, D.M.; McGonagle, K.A.; Cate, R.C.; Kessler, R.C.; Wethington, E. (2002). *Psychosocial Moderators of Emotional Reactivity to Marital Arguments: Results from a Daily Diary Study*. *Marriage & Family Review*, Vol. 34 (1/2) p. 89-113.
2. Amato, P.R., Hohmann-Marriot, B. (2007). *A Comparison of High- and Low-Distress Marriages that End in Divorce*. *Journal of marriage and Family*, p. 621-638
3. Amiguet, O., Julier, C. (2004). *L'intervention systémique dans le travail social*. Les éditions IES, 351 p.
4. Audet, S. (2009). *Faciliter l'ajustement des hommes en rupture amoureuse par le renforcement de leurs stratégies d'adaptation*. *Intervention* n° 131, p. 212-221.
5. Audet, S. (2008). *Adaptation du processus d'intervention aux besoins spécifiques des hommes traditionnels vivant une rupture amoureuse*. *Intervention* n° 128, p. 99-109.
6. Audet, S., Lavallée, M., Tremblay, H., Saint-Pierre, R. (2007). *La rupture amoureuse le modèle d'intervention écosystémique développé par AutonHomme*. *Intervention* n° 126, p. 116-126.
7. Audet, S. (2006). *La rupture amoureuse : vision contemporaine d'un processus de deuil et de réorganisation*. *Intervention* n° 125, p. 138-148.
8. Barudy, J. (1992) *Migration politique, migration économique : une lecture systémique du processus d'intégration des familles migrantes*. *Santé Mentale au Québec*, Vol. 17 n°2, p. 47-70
9. Baum, N. (2003). *The Male Way of Mourning Divorce: When, What, and How*. *Clinical Social Work Journal*, Vol. 31, n°. 1, p. 37-50.
10. Beauchamp, C, Gauthier, M. (2008). *Présentation du texte de Guy Rocher « L'idéologie du changement comme facteur de mutation sociale*. *Sociologies* [en ligne], Découvertes / Redécouvertes, Guy Rocher, mis en ligne le 28 octobre 2008, Consulté le 17 décembre 2011.
URL: <http://sociologies.revues.org/index2313.html>
11. Beaujouan, E. (2009). *Se remettre en couple : contrastes hommes-femmes*. Dans Ariane Pailhé et Anne Solaz ; *Entre famille et travail*, La Découverte « Recherches », p. 259-284.

Bibliographie

12. Bedard, J. (1998). *Famille en détresse sociale. Repères d'action, tome 1. Du social au communautaire*. Édition Anne Sigier, p. 17-43.
13. Bérubé, L. (2004). *Parents d'ailleurs, enfant d'ici. Dynamique d'adaptation du rôle parental chez les immigrants*. Presse de l'Université du Québec, 250 p.
14. Boisson, M. (2007). *Les politiques sociales et l'amour*. CNAF | Informations sociales 2007/8 - n° 144, p. 8-21.
15. Canada, Organisation mondiale de la santé [en ligne], http://www.who.int/social_determinants/fr/ (page consultée le 10 novembre 2011)
16. Canada, Statistique Canada. [En ligne], 5 septembre 2011, <http://www.statcan.gc.ca/start-debut-fra.html> (page consultée le 5 septembre 2011).
17. Caradec, V. (2003). *Le "Soi intime" à la lumière de la recomposition conjugale tardive*. Sociologie et sociétés, vol. 35, n° 2, p. 97-120.
18. Charton, L., Wanner, P. (2001). *La première mise en couple en Suisse : choix du type d'union et devenir de la cohabitation hors mariage*. Population, 2001/4 Vol. 56, p. 539-567. DOI : 10.3917/popu.104.0539
19. Cicchelli-Pugeault, C. (2004). *Couple et évolution de la condition féminine : un mauvais ménage?* Recherches familiales, 2004/1 N°1, p. 125-136.
20. Clair, I. (2007). *La division genrée de l'expérience amoureuse. Enquête dans des cités d'habitat social*. Sociétés & Représentations, 2007/2 n° 24, p. 145-160. DOI: 10.3917/sr.024.0145
21. Cloutier, R., Roy, J. (2004). *Les vulnérabilités masculines. Une approche biopsychosociale*, Montréal, Éditions de l'Hôpital Sainte-Justine (CHU mère-enfant) Service social, vol. 51, n° 1, 2004, p. 7-9.
22. Cloutier, R. (1996). *Psychologie de l'adolescence : 2^e édition*. Gaëtan Morin éditeur, 326 p.
23. Cohen-Émérique, M. (1993). *L'approche interculturelle dans le processus d'aide*. Santé mentale au Québec, vol. 18, n° 1, 1993, p. 71-91.
24. Dallaire Y. (2011). *Le couple a-t-il un avenir?* Journal 24H, mardi 12 juillet 2011.
25. Dandurand, R.B., Hurtubise, R. (2008). *Diversité des familles- variabilité du couple*. Enfance, famille, Générations, No 9, p.1-10.

Bibliographie

26. Deslauriers, J.M., Tremblay, G. Genest Dufault, S., Blanchette, D., Desgagnés, J.Y. (2010). *Regards sur les hommes et les masculinités*. Les presses de l'Université Laval, 410 p.
27. De Singly, F. (2003). *Intimité conjugale et intimité personnelle : à la recherche d'un équilibre entre deux exigences dans les sociétés modernes avancées*. Sociologie et sociétés, vol. 35, n° 2, p.79-96.
28. Dorvil, H. (2007). *Théorie et méthodologies de l'intervention sociale*. Tome IV. Presse de l'Université du Québec. 455 p.
29. Dulac, G. (2003). *Masculinité et intimité*. Sociologie et sociétés, vol. 35, n° 2, p. 9-34.
30. Dulac, G. (2002). *Les paradoxes et biais qui marquent l'intervention auprès des hommes*. Intervention, n°116, p. 158-166.
31. Duvigaud, J. (1990). *La genèse des passions dans la vie sociale*. PUF, ISBN : 2-45-042635-2.
32. Féres-Carneiro, T., Santiago de matos, M. (2008). *Relations amoureuses à l'adolescence: une étude sur des jeunes appartenant aux couches populaires cariocas*. Dialogue, 2008/1 n° 179, p. 103-110. DOI : 10.3917/dia.179.0103
33. Gauthier, P. (2002). Le couple du XXI^e siècle. Conférence donné lors de l'ouverture du colloque organisé par la Société Québécoise des Psychothérapeutes professionnels-les, Université du Québec Montréal, le 7 décembre, 14 p.
34. Gay, E. (2008). *La socialisation masculine et la problématique de violence une question d'identité?* Mémoire présenté à la Faculté des Lettres et Sciences humaines, Service social, Université de Sherbrooke, 177 p.
35. Gascon, E. (2000). *L'intervention structurelle auprès des hommes en situation de divorce*. Université de Montréal, 2000, 24 p.
36. Genest-Dufault, S. (2007). *Rupture amoureuse chez les jeunes hommes : masculinités et deuil*. Intervention n° 127, p. 127-135.
37. *Guide pour homme en rupture de couple 2^e édition* (2007). Service d'aide aux conjoints (SAC), 63 p.
38. Henchoz, C. (2009). *Le trésor conjugal : analyse du couple par son argent*. Département des sciences de la société, Université de Fribourg, 1700 Fribourg

Bibliographie

- (Suisse), Éditeur : Faculté de droit, Université de Montréal ISSN : 1708-6310 (numérique), 23 p.
39. Hernandez, S. (2007). *Les hommes immigrants et leur vécu familial : Impact de l'immigration et intervention*. Centre de santé et de services sociaux de la Montagne, Série de publication centre de recherche et de formation, n°15, 138 p.
 40. Huston, Ted L. (2009). *What's love got to do with it? Why some marriages succeed and other fail. Personal Relationships*, Printed in the United States of America. Copyright © 2009 IARR. 1350-4126/09, p. 301–327.
 41. Kaufmann, J.-C. (2010). *Que sais-je? Sociologie du couple*. Presse universitaire de France, 5^e éditions, 127 p.
 42. Kaufmann, J.-C. (2002). *Premier matin : Comment naît une histoire d'amour*. Armand Colin, 318 p.
 43. Klosko, J.S., Young, J. E. (1995). *Je réinvente ma vie*. Éditions de l'homme, 360 p.
 44. Lacharité, C. Gervais, C. De Montigny, F. Azaroual, S. Courtois, A. (2009). *L'expérience paternelle entourant la naissance d'un enfant : contexte social et pratique professionnelle*. *Enfance, famille, générations*, n°11, p. 25-43
 45. Lapointe, X., Lussier, Y., Sabourin, S., Wright, J. (1994). *Attachement et adaptation conjugale*. *Revue Canadienne des sciences du comportement*, volume 26, n° 4, p. 551-565.
 46. Legault, G., Rachédi, L. (2008). *L'intervention interculturelle*. Les Éditions de la Chenelière inc., Montréal, 305 p.
 47. Legault, G. (2000). *L'intervention interculturelle*. Montréal, Gaëtan Morin éditeur. 364 p.
 48. Lemieux, D. (2003). *La formation du couple racontée en duo*. *Sociologie et sociétés*, vol. 35, n° 2, 2003, p. 59-77.
 49. Manço, A. (2006). *Processus identitaires et intégration. Approche psychosociale des jeunes issus de l'immigration*. Paris, L'Harmattan, coll., Compétences interculturelles, 188 p.
 50. Monk, P. (1997). *Théorie structurelle du travail social; applications pratiques aux fins de la prise de conscience chez les hommes*, *Intervention*, n° 65, p. 125-134.

Bibliographie

51. Montigny, G. (2004). *La honte dans la famille dysfonctionnelle*. Les Éditions Le Passage, 132 p.
52. Morin, P. (Hiver 2010). *L'approche par les capacités*, SES-732, Université de Sherbrooke, p. 1-53.
53. Nantel, Y. C. (2002). *Au cœur de l'engrenage, Mieux se positionner face à ces hommes qui se retrouvent au centre des frictions entre des référents socioculturels, des pressions familiales et les transformations sociojudiciaires*. Actes du colloque « Entre les hommes et les services : un pont à bâtir », 14 p.
54. Nantel Y.C., Gascon, E. (2002). *Les difficultés masculines et l'intervention sociale : Une question de liens?*, revue intervention, n°116, p. 103-111.
55. Peto, D. (2010). *Individualisme et lien social : paradoxe ou opportunité pour des imaginations nouvelles?* 28 p. Lecture libre de François, de Singly 2005, l'individualisme est un humaniste. 125 p.
56. Québec, Institut de la statistique du Québec. [En ligne], 5 septembre 2011, <http://www.stat.gouv.qc.ca/> (page consultée le 5 septembre 2011).
57. Québec, Ministère de la Justice, [En ligne], Date de modification : 2009-07-3, www.justice.gc.ca (page consultée le 20 septembre 2011).
58. Québec, Ordre des travailleurs sociaux et des thérapeutes conjugaux et familiaux du Québec. [En ligne] http://www.optsq.org/fr/index_ordre_travailleursocial_profession.cfm, (page consultée le 20 octobre 2011).
59. Québec, Radio-Canada. [En ligne], <http://www.radio-canada.ca/regions/Montreal/2010/11/03/005-Lola-jugement-conjoint.shtml> (page consultée le 20 septembre 2011).
60. Rondeau, G. (2004). *Les hommes; s'ouvrir à leurs réalités et répondre à leurs besoins*. Ministère de la Santé et des Services sociaux, 49 p.
61. Rondeau, G. (2004). *Adéquation des services psychosociaux en regard des besoins particuliers des hommes*. Actes du colloque « Entre les hommes et les services : un pont à bâtir », op. Cit., 30 p.
62. Service d'aide aux conjoints, rapport annuel 2010-2011, [en ligne], http://www.serviceaideconjoint.org/documents-publications/rapport_annuel_2010_2011.pdf (page consultée le 25 août 2011).

Bibliographie

63. Tremblay, G., L'heureux, P. (2002). *L'intervention psychosociale auprès des hommes: un modèle émergeant d'intervention clinique*. Intervention n° 116, p.13-25.
64. Turcotte, D., Dulac, G., Lindsay, J., Rondeau, G., Turcotte, P. (2002). *Les trajectoires de demande d'aide des hommes en difficultés*. Collection Études et analyses, n°21, 122 p.
65. Vinois, P., Mongasson, L. (2005). *Rubrique- Peut-on Prévenir les ruptures du couple?* Informations sociales, 2005/2 n° 122, p. 112-113.

ANNEXE 1

Grille de cueillettes des besoins (2000)

Affectif	Diminuer la douleur ou les tensions, se remettre sur pied, se stabiliser, passer au travers, recevoir du soutien, parler, briser l'isolement.
Cognitif	Faire un choix, prendre une décision, trouver une direction, comprendre, se démêler, clarifier, éclairer
Apprentissage	Avoir de l'information, des outils, des moyens, des conseils, savoir quoi faire, développer des connaissances
Croissance	Changer un comportement, faire une démarche, un cheminement, augmenter son estime de soi, faire le deuil
Demande d'aide non précise	Être aidé, « on m'a dit que vous pouviez m'aider », demande d'information sur l'organisme

Source : Service d'aide aux conjoints (SAC), outil interne, consulté le 13 octobre 2011.