

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À TROIS-RIVIÈRES

MÉMOIRE

PRÉSENTÉ À

L'UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À TROIS-RIVIÈRES

COMME EXIGENCE PARTIELLE

DE LA MAÎTRISE EN PSYCHOLOGIE

PAR

KARINE ROUSSY

SOUTIEN DANS LA POURSUITE DES PROJETS DE RETRAITE

ET SATISFACTION CONJUGALE

NOVEMBRE 2001

2116

Université du Québec à Trois-Rivières

Service de la bibliothèque

Avertissement

L'auteur de ce mémoire ou de cette thèse a autorisé l'Université du Québec à Trois-Rivières à diffuser, à des fins non lucratives, une copie de son mémoire ou de sa thèse.

Cette diffusion n'entraîne pas une renonciation de la part de l'auteur à ses droits de propriété intellectuelle, incluant le droit d'auteur, sur ce mémoire ou cette thèse. Notamment, la reproduction ou la publication de la totalité ou d'une partie importante de ce mémoire ou de cette thèse requiert son autorisation.

Ce document est rédigé sous forme d'un article scientifique, tel qu'il est stipulé dans les règlements des études de cycles supérieurs (art. 16.4) de l'Université du Québec à Trois-Rivières. L'article a été rédigé selon les normes de publication d'une revue reconnue et approuvée par le Comité des Études de cycles supérieurs en psychologie. Le nom du directeur de recherche pourrait donc apparaître comme co-auteur de l'article soumis pour publication.

Sommaire

Cette recherche s'intéresse à l'influence du soutien conjugal dans la poursuite des projets de retraite sur la satisfaction à la retraite et sur la satisfaction conjugale. Les 100 retraités devaient évaluer le soutien qu'ils reçoivent de la part de leur conjoint lors de la réalisation de leurs projets personnels. Les régressions ont démontré que la perception de la disponibilité du soutien conjugal, la capacité de réaliser des projets de retraite et le soutien conjugal dans la poursuite de ces projets explique 36% de la variance de la satisfaction à la retraite et 71% de la variance de la satisfaction conjugale. Le soutien conjugal dans la réalisation des projets de retraite est donc un élément important à considérer dans l'évaluation du degré de satisfaction à la retraite et de satisfaction conjugale.

Abstract

The purpose of this research was to study the influence of spousal support in the pursuit of retirement goals on retirement satisfaction and spousal satisfaction. The 100 retirees had to evaluate the support they received from their spouse for the realization of their personal projects. Regression analyses demonstrated that availability of spousal support, capacity to realize one's projects and spousal support to these projects accounted 36% of the variance of retirement satisfaction and 71% of spousal satisfaction. Spousal support in the realization of retirement projects is a very important element to consider in the evaluation of retirement and spousal satisfaction.

Table des matières

Contexte théorique.....	1
La retraite.....	1
La retraite et le couple.....	2
La retraite et la satisfaction conjugale	2
Importance du soutien conjugal	4
Buts personnels et bien-être	5
Buts personnels et retraite	7
Objectifs	8
Hypothèses.....	9
Méthode	10
Participants	10
Instruments de mesure	11
Déroulement.....	14
Résultats.....	14
Discussion	21
Références	29
Tableaux et Figure	35

Remerciements

L'auteur désire exprimer sa gratitude à sa directrice de recherche, Madame Sylvie Lapierre, Ph.D., professeure au Département de psychologie de l'Université du Québec à Trois-Rivières, pour son assistance constante et judicieuse, pour son soutien et pour sa grande disponibilité.

L'auteur désire également remercier les associations de retraités de la région de Québec pour l'aide qu'elles ont fournie au niveau du recrutement des participants. Plus particulièrement, Monsieur Roland Langevin de l'Association des Retraités et Retraitées du Développement des Ressources Humaines du Canada et Monsieur Maurice Morand de l'Association des personnes retraitées du Ministère de l'Éducation du Québec. De plus, un remerciement spécial à Messieurs Maurice Roussy, Jacques Pagé, Jean-Claude Bouchard, Hugues Turgeon, Alain Cantin, Pierre Champagne, Jean Gravel ainsi qu'à Mesdames Liette Grenier et Johanne Bédard pour leur aide au niveau du recrutement des participants.

Enfin, l'auteur désire remercier Monsieur Michel Alain, Ph.D., professeur au Département de psychologie de l'Université du Québec à Trois-Rivières, pour ses précieux conseils au niveau des analyses statistiques ainsi que Monsieur Stéphane Gravel pour sa patience et son soutien durant la réalisation de cette recherche.

En raison des programmes d'incitation à la retraite et du vieillissement de la population, la retraite est devenue un événement qui touche de plus en plus de personnes. En 1994, la population canadienne comptait 11,2% de retraités (Monette, 1996). Les données les plus récentes estiment à 133 000 le nombre de personnes qui ont pris leur retraite au Canada durant l'année 2000 (Statistique Canada, 2001). En 1997, au Québec, il y avait 67 414 nouveaux bénéficiaires de la Régie des Rentes et on estime qu'en 2025, il y en aura 1 983 600 (Régie des Rentes du Québec, 1999), mais ces chiffres ne tiennent pas compte des personnes qui prennent leur retraite avant l'âge de 60 ans puisque ceux-ci n'ont pas accès à la rente. Néanmoins, on sait que la retraite tend à se prendre de plus en plus jeune. Ainsi, en 1994, avant les mises à la retraite massives des employés du gouvernement, l'âge moyen de retraite des hommes était déjà de 61,4 ans et de 58,5 ans pour les femmes (Monette, 1996).

Actuellement, la retraite est définie comme étant un statut acquis à la suite de services rendus sur le marché du travail et caractérisée par une réduction ou une cessation de l'emploi rémunéré et par un changement dans la source de revenus et habituellement de son montant (Maheu, 1986). La majorité des auteurs s'entendent pour dire que la retraite est une transition importante de la vie de l'individu puisqu'elle entraîne plusieurs changements qui exigent des ajustements au niveau de la vie conjugale, sociale et familiale (Plamondon & Plamondon, 1982). Pour plusieurs personnes, le travail constitue le pôle organisateur des principales activités de la vie (Plamondon & Plamondon, 1982);

la perte de celui-ci a donc un impact sur l'organisation du temps et oblige l'individu à redéfinir et à restructurer ses buts (Atchley, 1976; Bédard, 1994; Robichaud, Maltais, & Larouche, 2001).

La retraite est aussi une nouvelle étape de la vie de couple à laquelle chacun des deux individus doit s'adapter. Plamondon et Plamondon (1982) ont identifié trois principaux changements dans la relation de couple lors de la mise à la retraite. En effet, il semble que cette période provoque des modifications au niveau des rôles, de l'aménagement spatio-temporel (partage du temps libre et de l'espace à l'intérieur du domicile) et de la communication. Caradec (1996) ajoute que ces modifications sont toutefois influencées par les attentes de chacun à l'égard du temps qu'il désire partager avec le conjoint lors des activités de retraite. Par exemple, certains individus désirent faire des activités extérieures (attitude centrifuge), tandis que d'autres préfèrent les activités à la maison (attitude centripète). De plus, il y a des gens qui préfèrent adopter des attitudes indépendantes, c'est-à-dire faire des activités sans leur conjoint, tandis que d'autres préfèrent adopter des attitudes fusionnelles, et ainsi partager leur temps et leurs intérêts avec leur conjoint (Caradec, 1996). Il faut noter que lorsque les attitudes et les préférences des conjoints sont similaires, la période d'adaptation se réalise plus aisément tandis que si les attitudes sont opposées, les conflits peuvent surgir. Dans ce cas, une négociation entre les partenaires au niveau de la réalisation des activités de retraite sera nécessaire.

Certaines études ont démontré que la satisfaction conjugale au moment de la retraite

est plutôt élevée. Par exemple, dans l'étude d'Atchley et Miller (1983), 70% des couples retraités sont extrêmement satisfaits de leur mariage, 27% sont satisfaits et seulement 3% sont insatisfaits. Toutefois il n'y a pas de différence significative au niveau de la satisfaction maritale entre les couples retraités et des couples du même âge sur le marché du travail. Vinick et Ekerdt (1989) ont, pour leur part, démontré que la retraite peut même augmenter la satisfaction conjugale. Ils ont trouvé que 60 % des personnes interrogées durant leur première année de retraite disent que la qualité de leur vie de couple est meilleure depuis la retraite. Toutefois, 10 % mentionne qu'elle est pire. Des problèmes de communication et de distribution de tâches et de rôles sont souvent cités comme source de conflits dans ces cas.

Higginbottom, Barling et Kelloway (1993) ont aussi étudié les relations entre l'expérience de la retraite et la satisfaction matrimoniale. Toutefois, ils observent que ce n'est pas la retraite comme événement de vie qui exerce une influence sur la satisfaction matrimoniale, mais la qualité de l'expérience de la retraite. Cette qualité de l'expérience de la retraite est évaluée à partir de quatre éléments, soit la pression financière, l'organisation du temps, le sentiment d'avoir des buts qui donnent un sens à sa vie et la présence de contacts interpersonnels. Les résultats démontrent que la qualité de l'expérience de la retraite influence directement la satisfaction à l'égard de la retraite et indirectement la satisfaction conjugale alors que la satisfaction à l'égard de la retraite influence directement la satisfaction conjugale.

Lors d'une étude effectuée auprès de couples retraités, Szinovacz (1980) observe de

son côté que la réduction du stress lié au travail et l'engagement dans des activités communes satisfaisantes améliorent souvent les relations conjugales. Elle a aussi démontré que des couples peuvent être satisfaits de leur retraite même s'ils continuent à fonctionner selon un mode indépendant. Ce qui est alors essentiel au bien-être des deux époux, c'est que chacun soutienne et respecte les activités de l'autre.

Importance du soutien

Le concept de soutien social se définit par l'existence ou la disponibilité de personnes sur lesquelles l'individu peut compter, dont il se sent aimé, apprécié et qui se soucient de lui (Sarason, Levine, Basham, & Sarason, 1983). Ces auteurs ont mentionné que ce soutien se compose de deux éléments de base, soit : la perception d'un nombre suffisant de personnes pour apporter le support désiré et la satisfaction à l'égard du soutien reçu. Le soutien social est une excellente ressource pour passer à travers les périodes de crise ou de transition de la vie (Sarason, Sarason, & Pierce, 1990). Ruehlman et Wolchik (1988) ont, quant à elles, démontré que le soutien de l'entourage dans la poursuite des buts est associé au bien-être psychologique tandis que la nuisance d'autrui (entrave, absence de soutien ou soutien négatif) dans la poursuite des buts est associée négativement au bien-être psychologique.

Dans le contexte du couple à la retraite, ce soutien et ce respect sont d'autant plus importants que la majorité des membres du couple ne prennent pas leur retraite

simultanément (O’Rand, Henretta, & Krecker, 1992). En effet, seulement 22% des retraites sont synchronisées, c’est-à-dire que les époux prennent leur retraite au même moment tandis, que 63% des retraites sont asynchronisées. Les couples qui prennent une retraite synchronisée sont caractérisés par une similitude dans leurs styles de vie familiale et professionnelle. Habituellement, les retraites synchronisées sont prises par choix, alors que les retraites asynchronisées sont souvent prises pour des raisons de santé ou à cause d’obligations familiales et économiques. Dans ce contexte, l’adaptation peut être plus difficile et le soutien plus nécessaire (O’Rand et al., 1992).

Buts personnels et bien-être

Étant donné que la présente recherche met l’emphase sur les projets personnels au moment de la retraite, il est essentiel de bien définir cette notion avant d’explorer les différents résultats des travaux qui se sont penchés sur la question.

Les buts sont des représentations mentales chargées de valeurs et d’affects (Emmons, 1986; Nuttin, 1985; Pervin, 1993), qui permettent à l’individu de se projeter dans l’avenir (Markus & Ruvolo, 1989). Bien que les auteurs emploient différents termes pour parler des buts personnels : perspectives d’avenir (Nuttin, 1980), projets personnels (Little, 1983), soi possible (Markus & Ruvolo, 1989), “life tasks” (Cantor & Langston, 1989), la majorité des recherches en gérontologie ont bien démontré que la présence de buts personnels est reliée à l’estime de soi, au sens à la vie (Reker, Peacock, & Wong, 1987),

au bien-être (Lapierre, Bouffard, & Bastin, 1997) et à la satisfaction de vie (Brunstein, 1993; Emmons, 1986; Rapkin & Fisher, 1992; Ruehlman & Wolchik, 1988). Les buts personnels sont donc de bons prédicteurs du bien-être psychologique (Lecci, Okun, & Karoly, 1994; Rapkin & Fisher, 1992; Robbins, Lee, & Wan, 1994). De plus, la présence et la réalisation de buts personnels favorisent les sentiments d'intégration et de continuité nécessaires pour traverser les différentes étapes de la vie (Robbins et al., 1994).

Certaines dimensions des projets personnels auraient une influence sur le sentiment de bien-être et sur la satisfaction de vie. Ainsi la poursuite de buts importants, plaisants, qui représentent un défi, qui comportent peu de difficultés et pour lesquels les personnes ont du soutien de l'entourage est associée à un haut niveau de satisfaction de vie (Palys & Little, 1983; Little & Chambers, 2000). Ruehlman et Wolchik (1988) ont aussi vérifié l'influence des caractéristiques des buts sur la satisfaction de vie. Elles ont demandé aux participants d'identifier quatre projets personnels et de les évaluer selon les 17 caractéristiques de la matrice des projets personnels de Little (1983). À la suite d'une analyse factorielle, ces caractéristiques ont pu être regroupées en trois facteurs : la maîtrise, la tension et l'implication. Les résultats ont démontré que le bien-être psychologique est associé à un haut niveau de maîtrise et d'implication à l'égard des projets et à un bas niveau de tension (stress, difficulté). De plus, elles ont démontré que les trois facteurs sont responsables de 25% de la variance totale du bien-être psychologique et de 23% de la variance de la détresse psychologique. Selon ces auteures, la maîtrise peut générer un sentiment plus grand d'efficacité ou de compétence,

tandis que la tension à l'égard des buts peut imposer une menace à l'estime de soi et ainsi avoir un impact sur l'état psychologique. En fait, quand le succès semble plus évident (haute maîtrise et faible tension), la personne peut vivre un plus grand bien-être psychologique. Emmons (1997) ajoute que les buts clairs, réalistes et non conflictuels favoriseraient le bien-être psychologique et diminueraient la détresse psychologique. Les caractéristiques des buts sont donc des prédicteurs importants du bien-être (Lapierre, Bouffard, & Dubé, sous presse).

Bien que peu de recherches aient étudié les liens entre les projets personnels et la retraite, la plupart d'entre elles démontrent l'importance des buts lors de cette période de la vie. Par exemple, Robbins et al. (1994) mentionnent que la combinaison de buts stables et significatifs chez les retraités est un élément crucial pour la satisfaction de vie. Payne, Robbins et Dougherty (1991) ont, pour leur part, démontré que les retraités qui étaient peu impliqués dans la poursuite de projets de retraite étaient beaucoup plus critiques envers eux-mêmes, insatisfaits et demandaient davantage de support émotionnel de leur entourage. Dans leur étude, Trépanier, Lapierre, Baillargeon et Bouffard (sous presse) ont démontré que la présence d'obstacles dans la réalisation des projets de retraite est associée à des sentiments dépressifs et à de faibles niveaux de satisfaction de vie, d'estime de soi et de bien-être psychologique. De leur côté, Smith et Robbins (1988) affirment que la difficulté à s'engager dans des buts et à maintenir la motivation nécessaire pour poser des gestes concrets lors de la poursuite des projets est reliée au retrait social, à la dépression et à une faible estime de soi. Ils considèrent que les gens

instables dans la poursuite de leurs projets sont moins aptes à faire face aux transitions de vie comme la retraite, car ils n'ont pas de regard concret vers l'avenir. La poursuite de projets personnels exige donc une contribution active de la part de la personne retraitée, mais est aussi influencée par les personnes significatives qui entourent l'individu (Little, 1983).

Dans ce contexte et suite aux résultats de recherche d'Higginbottom et al. (1993) et de Ruehlman et Wolchik (1988), il serait intéressant de vérifier si le soutien reçu de la part du conjoint lors de la poursuite des projets de retraite influence la satisfaction à la retraite et la satisfaction conjugale. De plus, étant donné que plusieurs études ont démontré que certains aspects des projets influencent le sentiment de bien-être, la satisfaction de vie et la satisfaction à la retraite, il serait intéressant de vérifier si certaines caractéristiques des projets ont un effet sur les relations probables entre le soutien conjugal et le degré de satisfaction conjugale.

Objectifs

Cette étude vise donc à examiner les liens entre plusieurs variables : la perception de la disponibilité du soutien conjugal, la capacité à réaliser des projets de retraite, le soutien reçu par le conjoint dans la poursuite des projets de retraite, la satisfaction à la retraite et la satisfaction conjugale. L'étude tient compte aussi des caractéristiques des buts

(importance, difficulté, stress, défi...) et de leur effet modérateur sur la satisfaction conjugale étant donné que les caractéristiques des projets sont des prédicteurs importants du bien-être.

Hypothèses

À partir des résultats des études d'Higginbottom et al. (1993) et de Ruehlman et Wolchik (1988), il est possible de faire les trois hypothèses suivantes :

1. La perception de la disponibilité du soutien conjugal, la capacité à réaliser des projets de retraite et le soutien conjugal dans les projets de retraite influencent la satisfaction à la retraite.
2. La perception de la disponibilité du soutien conjugal, la capacité à réaliser des projets de retraite et le soutien conjugal dans les projets de retraite influencent la satisfaction conjugale.
3. La satisfaction à la retraite explique une part significative de la variance de la satisfaction conjugale.

Méthode

Participants

L'échantillon est composé de 100 individus (58 hommes et 42 femmes) provenant principalement de la ville de Québec et des environs. Ils ont d'abord été recrutés à partir d'associations de retraités de la région de Québec par le biais de lettres les invitant à participer à une recherche sur la retraite (6 participants). D'autres ont été recrutés à partir d'annonces dans les journaux de la région (18 participants) et plusieurs ont été recrutés par référence d'autres personnes (76 participants). Tous les participants sont à la retraite depuis moins de deux ans ($M = 13,5$ mois, $\underline{É.T.} = 6,30$), et sont âgés entre 48 et 69 ans ($M = 57,5$ ans, $\underline{É.T.} = 4,35$). Ils ont pris leur retraite en moyenne à 56,5 ans ($\underline{É.T.} = 4,35$). Ils vivent avec le conjoint qu'ils avaient lors de la prise de leur retraite et sont en moyenne mariés depuis 30,7 ans.

Le niveau de scolarité moyen est de 11,94 années ($\underline{É.T.} = 3,46$) et au niveau financier, 8% des participants déclaraient avoir un revenu actuel inférieur à 10 000 \$, 13% entre 10 000 \$ et 19 999 \$, 17% entre 20 000 \$ et 29 999 \$, 45% entre 30 000 \$ et 39 999 \$ et 17%, un revenu supérieur à 40 000 \$. Ils provenaient donc de différents milieux socio-économiques. Aucun participant n'exerçait de travail rémunéré au moment de l'expérimentation et leur revenu provenait d'une rente de l'employeur et/ou de la Régie des Rentes du Québec.

Instruments de mesure

Les participants ont d'abord complété un questionnaire d'ordre socio-démographique. Ensuite, la satisfaction à la retraite a été évaluée par le questionnaire “ Expérience de la retraite ” (Bouffard & Lapierre, 2001) qui permet de faire l'évaluation du vécu de retraite. Ce questionnaire comporte 14 énoncés avec lesquels les participants indiquaient leur degré d'accord ou de désaccord sur une échelle de type Likert en sept points (1 = pas du tout à 7 = tout à fait). Le coefficient de consistance interne, obtenu auprès de 104 retraités, indique un alpha de 0,89. Un score élevé indique que l'individu vit positivement sa vie à la retraite.

Le questionnaire “ Processus de réalisation des projets de retraite ” (Bouffard & Lapierre, 2001) comporte 21 items qui évaluent la capacité de la personne d'élaborer, de planifier et de poursuivre ses projets. C'est le score global de ce questionnaire qui est utilisé dans la présente recherche afin de mesurer la capacité de l'individu à réaliser ses projets de retraite. Les participants évaluent sur une échelle de type Likert en sept points (1 = pas du tout à 7 = tout à fait), leur degré d'accord avec les énoncés. Le coefficient de consistance interne est de 0,85.

La perception de la disponibilité du soutien conjugal a été mesurée à l'aide de l'Inventaire modifié des relations interpersonnelles de Tilden (1987). Cet inventaire de 39 items, doté de propriétés psychométriques robustes (Tilden, 1987), utilisant une échelle de type Likert en cinq points (1 = fortement en désaccord à 5 = fortement

d'accord " pour les 22 premiers items et 1 = jamais à 5 = très souvent pour les items subséquents), contient trois sous-échelles de 13 items chacune mesurant la perception de la disponibilité du soutien, la réciprocité et les conflits. Seul le score mesurant la perception de la disponibilité du soutien conjugal est utilisé dans la présente recherche. Les scores pour chacune des sous-échelles peuvent varier de 13 à 65, le maximum indiquant un degré élevé de disponibilité, de réciprocité ou de conflit. Le coefficient alpha de Cronbach est de 0,71 et varie de 0,68 à 0,80 pour chacune des sous-échelles.

Le soutien conjugal dans les projets de retraite a été évalué par l'Inventaire de support social de Ruehlman et Wolchik (1987) qui, grâce à 20 items, évalue le support (10 items) et la nuisance (10 items) du conjoint lors de la réalisation des projets de l'individu. Sur une échelle de 0 à 6, les individus indiquent leur degré d'accord avec les items décrivant le comportement de soutien de leur conjoint vis-à-vis leurs trois projets les plus importants pour eux. Le score de support et le score de nuisance peuvent varier de 0 à 60 pour chacun des projets. Le coefficient alpha pour l'échelle de support est de 0,88 et de 0,85 pour l'échelle de nuisance. Ce questionnaire a été traduit dans le cadre de cette recherche. Les coefficients alpha pour la version traduite sont respectivement de 0,93 et 0,86 pour l'échelle de support et pour l'échelle de nuisance. Par contre, seul le score mesurant le soutien conjugal dans la poursuite des projets de retraite est utilisé pour vérifier les hypothèses et le modèle de la présente recherche.

La matrice des projets personnels (Little 1983, Little & Chambers, 2000) a été ensuite complétée par les sujets afin d'évaluer chacun des trois projets personnels en fonction des

caractéristiques suivantes : importance du but, plaisir relié au but, difficulté du but, contrôle, stress, effort, conflit avec les projets du conjoint, appui social disponible pour réaliser le projet, appui conjugal, défi, obstacle, temps consacré au but, contraintes financières, compétence face au projet, probabilité de réalisation du projet. Les sujets utilisent une échelle de 0 à 10 (0 = pas du tout à 10 = tout à fait) pour évaluer chacune des caractéristiques.

Enfin, l'Échelle d'ajustement dyadique de Spanier (1976), traduite en français par Baillargeon, Dubois et Marineau (1986), est utilisée pour évaluer la satisfaction conjugale. Cette échelle de 32 items permet d'évaluer quatre dimensions de l'ajustement de couple soit le consensus (13 items), la satisfaction (10 items), la cohésion (5 items) et l'expression affective (4 items). Les échelles utilisées pour évaluer les items de ce questionnaire varient d'une question à l'autre. Pour les questions de 1 à 22 ainsi que les questions 25 à 28 et 32, les participants répondent sur une échelle allant de 0 à 5. Les questions 23 et 24 doivent être évaluées sur une échelle de 0 à 4. Les questions 29 et 30 offrent le choix entre 0 et 1 et finalement la question 31 propose une échelle allant de 0 à 6. Le score total peut varier de 0 à 151. C'est le résultat global qui est utilisé comme mesure de satisfaction conjugale. Le coefficient alpha de la version francophone est de 0,91 pour le score total d'ajustement dyadique.

Déroulement

Cent vingt-huit personnes ont été contactées par téléphone, et cent personnes ont accepté de participer à cette recherche. Tous les participants furent rencontrés individuellement pour répondre aux questionnaires. Les rencontres duraient environ une heure et se faisaient habituellement au domicile du retraité. Les participants étaient avisés que l'expérimentation était effectuée en toute confidentialité et répondait aux règles d'éthique et de la déontologie. Ils ont tous signés un formulaire de consentement avant de procéder à la passation des questionnaires.

Résultats

Avant de présenter les résultats obtenus, il serait intéressant de décrire le type de projets mentionnés par les participants. Étant donné que chaque retraité devait identifier trois projets personnels, nous avons obtenu un ensemble de 300 aspirations. De tous les projets mentionnés par les retraités, cinq catégories ressortaient plus fréquemment que d'autres. Ainsi 51% des projets étaient reliés à des activités de loisirs (voyage, sport, bricolage, quille, lecture, chasse, pêche, camping), 17.7% étaient reliés à la poursuite de cours (langues, cuisine, peinture, informatique, mécanique, horticulture), 12% faisaient référence à des réalisations personnelles (bénévolat, écriture, démarrer une compagnie), 9.3% réfèrent aux relations interpersonnelles (aider la famille, les enfants, passer du

temps avec les amis) et 6.7% à la maison (rénovations, aménagement, construction).

Ces trois projets personnels étaient ensuite évalués sur une échelle de 0 à 10 selon les 15 caractéristiques suivantes : importance ($M = 7,99$, $\underline{E.T.} = 1,29$), plaisir ($M = 8,40$, $\underline{E.T.} = 1,51$), difficulté ($M = 3,27$, $\underline{E.T.} = 2,28$), contrôle ($M = 7,52$, $\underline{E.T.} = 1,57$), stress ($M = 1,49$, $\underline{E.T.} = 1,78$), effort ($M = 3,80$, $\underline{E.T.} = 2,47$), conflit conjugal ($M = 1,20$, $\underline{E.T.} = 1,84$), appui social ($M = 6,57$, $\underline{E.T.} = 3,09$), appui conjugal ($M = 7,95$, $\underline{E.T.} = 2,38$), défi ($M = 4,98$, $\underline{E.T.} = 3,11$), obstacle ($M = 3,08$, $\underline{E.T.} = 2,43$), temps ($M = 4,75$, $\underline{E.T.} = 1,72$), contraintes financières ($M = 2,47$, $\underline{E.T.} = 2,63$), compétence ($M = 8,83$, $\underline{E.T.} = 1,30$) et la probabilité de réalisation ($M = 9,13$, $\underline{E.T.} = 1,37$).

Le Tableau 1 présente les moyennes et les écarts types des variables impliquées. Les résultats indiquent que l'ensemble de l'échantillon est très satisfait de son vécu de retraite, qu'il est capable de réaliser ses projets de retraite, qu'il considère que le soutien de son conjoint est disponible et qu'il a du soutien de la part de son conjoint dans la poursuite de ces projets de retraite et finalement les résultats indiquent que les retraités sont satisfaits de leur vie conjugale.

Voir Tableau 1

Les corrélations présentées au Tableau 2 démontrent que toutes les variables indépendantes (perception de la disponibilité du soutien conjugal, capacité à réaliser des projets de retraite, soutien conjugal dans la poursuite des projets de retraite) sont liées positivement et significativement aux variables dépendantes (satisfaction à la retraite et satisfaction conjugale).

Voir Tableau 2

Des analyses de régression ont été effectuées afin de vérifier si les hypothèses formulées se confirment ou non. Elles ont été effectuées en deux parties. La première permet de vérifier si les variables étudiées expliquent une part significative de la satisfaction à la retraite tandis que la deuxième permet de vérifier si ces mêmes variables expliquent une part significative de la satisfaction conjugale.

Satisfaction à la retraite

La première hypothèse de cette recherche stipulait que la perception de la disponibilité du soutien conjugal, la capacité à réaliser des projets de retraite et le soutien conjugal dans les projets de retraite influençait la satisfaction à la retraite.

L'analyse de régression montre que la perception de la disponibilité du soutien conjugal n'explique pas la variation de la satisfaction à la retraite ($t(96) = .52$, n.s). Par

contre, les régressions ont démontré que la capacité à réaliser des projets à la retraite explique significativement une part de la satisfaction à la retraite ($t(96) = 5.75, p < .001$). Les résultats démontrent aussi que le soutien conjugal dans les projets de retraite explique significativement la variation de la satisfaction à la retraite ($t(96) = 2.38, p < .05$). Ces trois variables (la perception de la disponibilité du soutien conjugal, réalisation des projets et soutien conjugal dans les projets) expliquent 36% de la variance de la satisfaction à la retraite. Cette contribution est significative ($F(3, 96) = 18.11, p < .001$). (La Figure 1 fait voir les coefficients acheminatoires)

Satisfaction conjugale

La deuxième hypothèse prétendait que la perception de la disponibilité du soutien conjugal, la capacité à réaliser des projets de retraite et le soutien conjugal dans les projets de retraite influençait la satisfaction conjugale.

L'analyse de régression indique que la perception de la disponibilité du soutien conjugal explique une part significative de la satisfaction conjugale ($t(95) = 10.27, p < .001$) alors que ce n'est pas le cas de la capacité à réaliser des projets de retraite ($t(95) = 1.58, n.s.$). Néanmoins, l'analyse de régression démontre que le soutien conjugal dans la poursuite des projets de retraite explique significativement une partie de la satisfaction conjugale ($t(95) = 4.27, p < .001$).

Enfin, la troisième hypothèse n'est pas confirmée puisque la satisfaction à la

retraite n'explique pas de façon significative la satisfaction conjugale ($t(95) = 1.27, n.s.$). La perception de la disponibilité du soutien conjugal, la capacité de réaliser des projets de retraite, le soutien conjugal dans la poursuite des projets de retraite et la satisfaction à la retraite explique 71% de la variance de la satisfaction conjugale. Cette contribution est significative à l'explication de la satisfaction conjugale ($F(4, 95) = 57.23, p < .001$). (La Figure 1 fait voir les coefficients acheminatoires)

Voir Figure 1

Influence des caractéristiques des projets

Une série d'analyses de régression hiérarchique a été effectuée afin de vérifier l'effet modérateur des caractéristiques des projets sur les relations entre le soutien conjugal lors de la poursuite des projets de retraite et la satisfaction conjugale. Afin d'éliminer le plus possible l'effet de multicolinéarité, les variables ont été centrées pour cette série de régressions. Les résultats indiquent que trois des caractéristiques interagissent avec le soutien pour influencer significativement la satisfaction conjugale.

Les analyses indiquent que le soutien conjugal dans la poursuite des projets de retraite explique à lui seul 36% de la variance de la satisfaction conjugale ($F(1, 98) = 55.82, p < .001$). La caractéristique " difficulté " ajoute 2% à l'explication de la variance de la satisfaction conjugale mais ce 2% est non significatif ($F(1, 97) = 2.53, n.s$), tandis que

l'interaction ajoute un autre 2% dont la contribution à la variance de la satisfaction conjugale est significative ($F(1, 96) = 3.90, p < .05$). Les trois facteurs expliquent donc ensemble 40% de la variance du score de satisfaction conjugale.

La caractéristique “ conflit avec les projets du conjoint ” ajoute quant à elle un 8% significatif à l'explication de la variance de la satisfaction conjugale ($F(1, 97) = 13.71, p < .001$). L'interaction du soutien conjugal dans la poursuite des projets de retraite et de la caractéristique “ conflit avec les projets du conjoint ” ajoute un 3% à l'explication de la variance de la satisfaction conjugale. Cette contribution est significative ($F(1, 96) = 5.77, p < .05$). Les trois facteurs expliquent ensemble 47% de la variance du score total de la satisfaction conjugale.

Enfin, la caractéristique “ probabilité de réalisation ” ajoute 3% à l'explication de la variance de la satisfaction conjugale ($F(1, 97) = 4.18, p < .05$) tandis que l'interaction entre la probabilité de réalisation et le soutien ajoute un 5% supplémentaire dont la contribution est significative ($F(1, 96) = 7.83, p < .01$). Les trois facteurs expliquent 44% de la variance du score de la satisfaction conjugale.

L'ensemble de ces résultats indiquent que l'interaction de chacune de ces trois caractéristiques avec le soutien conjugal influence significativement la satisfaction conjugale. Lorsqu'une interaction entre deux variables continues est significative, Cohen et Cohen (1983) recommandent d'analyser les effets simples en examinant le comportement d'une des variables à des niveaux fixes. Par convention, les niveaux fixés sont d'un écart type inférieur à la moyenne et d'un écart type supérieur à la moyenne.

Cette façon de faire permet de vérifier les effets modérateurs que l'une des variables interactives (dans le cas présent, l'effet de la caractéristique du projet) est susceptible d'avoir sur l'autre.

L'examen des effets simples pour des niveaux fixés de difficulté révèle que lorsque les projets sont de niveau de difficulté élevé, le soutien du conjoint prédit de façon positive et significative la satisfaction conjugale ($b = .40, p < .001$), mais pas dans le cas de projets dont le niveau de difficulté est faible ($b = .19, n.s.$).

Pour les niveaux fixés de conflit avec les projets du conjoint, l'examen des effets simples révèle que lorsque la personne considère que le conflit avec les projets du conjoint est élevé, la relation entre le soutien et la satisfaction conjugale est plus forte ($b = .38, p < .001$) que lorsque le conflit est faible ($b = .19, p < .05$). Ainsi, ces coefficients révèlent que les pentes résultant des deux analyses sont similaires, mais que la pente résultant de la considération d'un fort conflit avec les projets du conjoint est plus accentuée.

Enfin, pour les niveaux fixés de probabilité de réalisation des projets, l'analyse des effets simples révèle que lorsque la personne considère que la probabilité de réalisation du projet est faible, le soutien s'accompagne de plus de satisfaction conjugale ($b = .99, p < .001$) que lorsque le niveau de probabilité de réalisation du projet est élevé ($b = .77, p < .001$). Ainsi, bien que les pentes résultant des deux analyses soient similaires, la pente résultant de la considération d'une faible probabilité de réalisation du projet est plus accentuée; ce qui démontre une relation plus forte.

Discussion

Les types de projets entretenus par les retraités rencontrés sont semblables à ceux exprimés par les 147 participants de l'étude de Trépanier et al. (sous presse). Ainsi dans les deux études, les activités de loisirs sont dominantes dans les projets de retraite. Ce type d'aspiration peut s'expliquer par le fait que les participants étaient tous à la retraite depuis en moyenne treize mois, période de plaisir et de vacances pour eux. Toutefois, la catégorie reliée à la poursuite de cours est nettement supérieure (17,7%) à l'étude de Trépanier et al. (sous presse) (7,9%), tandis que la catégorie se référant à la poursuite de réalisations personnelles est inférieure (12%) à cette même étude (21,5%). Les retraités rencontrés dans le cadre de la présente étude accordent donc beaucoup d'importance aux activités de loisirs et à la formation. Les ressemblances au niveau des données socio-démographiques des échantillons expliquent la similitude des types de projets. Les participants avaient environ le même âge (57,5 ans ; Trépanier : 58,5 ans) et étaient à la retraite depuis environ un an et demi (13,5 mois ; Trépanier : 16,6 mois). Des différences marquées entre les deux échantillons se situaient au niveau du revenu des répondants et au niveau de leur scolarité. Les participants de l'étude de Trépanier et al. (sous presse) avaient des revenus financiers et des niveaux de scolarité nettement supérieurs à ceux de la présente étude. Cela peut donc justifier la différente répartition des projets dans les catégories.

Cette recherche avait pour objectif d'étudier le rôle de la satisfaction à la retraite et du soutien offert par le conjoint dans la poursuite des projets de retraite sur le niveau de satisfaction conjugale. Pour ce faire, trois hypothèses ont été élaborées à partir des études d'Higginbottom et al. (1993), de Ruehlman et Wolchik (1988) et de diverses études sur les buts.

Les résultats ont indiqué que la capacité à réaliser des projets à la retraite et le soutien reçu du conjoint dans la poursuite des projets de retraite expliquent un pourcentage de la variance de la satisfaction à la retraite. La réalisation des buts est donc un élément crucial dans l'explication du degré de satisfaction à la retraite. Il est donc important de favoriser l'élaboration, la planification et la poursuite des projets au moment de la retraite afin d'augmenter le niveau de satisfaction de vie, mais il est également important que la personne reçoive du soutien de la part de son conjoint lors de la réalisation de ses projets afin de maintenir la satisfaction à l'égard de la retraite.

Quant à la disponibilité du soutien conjugal, elle ne semble pas influencer la satisfaction à la retraite. Il faut noter que le questionnaire utilisé n'évalue pas spécifiquement la disponibilité du conjoint à aider la personne à la retraite dans un contexte de réalisation de ses projets, seul l'Inventaire de support social de Ruehlman et Wolchik (1987) évalue le soutien conjugal dans le cadre des projets personnels. Il semble donc que ce ne soit pas le soutien en lui-même qui favorise la satisfaction à la retraite, mais bien un soutien qui permet la réalisation des projets significatifs aux yeux de l'individu. De la même manière, ce sont les deux variables mesurant le soutien

(disponibilité du soutien conjugal et soutien conjugal dans la poursuite des projets de retraite) qui influencent la satisfaction conjugale alors que la réalisation des projets et la satisfaction à la retraite n'y semblent pour rien.

Ces données vont dans le même sens que les résultats de la recherche de Szinovacz (1980) qui indiquent que ce qui est important pour les membres du couple, c'est que chacun soutienne et respecte les activités de l'autre. Avec les modes de vie indépendants auxquels les gens sont habitués durant leur vie sur le marché du travail, il est important qu'ils puissent continuer de jouir d'une certaine liberté lorsqu'ils passent à la retraite et de développer des activités personnelles qui leur permettront d'échanger entre eux lorsqu'ils se retrouvent au domicile. Ils peuvent choisir des projets individuels ou des projets communs, mais ce qui importe c'est que chacun des membres du couple soutienne l'autre dans ses choix. La satisfaction conjugale se trouve donc améliorée par la présence de soutien conjugal mutuel.

Contrairement aux résultats d'Higginbottom et al., (1993), la capacité de réaliser des projets de retraite et la satisfaction à la retraite n'influencent pas significativement la satisfaction conjugale. Ces résultats opposés peuvent s'expliquer par le fait que la satisfaction à la retraite et la capacité à réaliser des buts sont évalués de façons différentes dans les deux études. Contrairement à la présente étude, Higginbottom et al., (1993) évaluent la satisfaction à la retraite par un questionnaire qui la mesure de façon multidimensionnelle (satisfaction face aux activités de retraite, la santé et les relations

avec les gens). Il est donc possible qu'une ou plusieurs de ces dimensions justifient le lien obtenu entre la satisfaction à la retraite et la satisfaction conjugale. Pour ce qui est de la capacité d'élaborer des buts, ils évaluent plutôt le degré de signification de l'activité aux yeux de l'individu à la retraite. Ils n'évaluent pas réellement la capacité de l'individu à élaborer, à planifier et à poursuivre des projets tel qu'il a été fait dans la présente recherche.

Bien qu'il y ait une corrélation positive significative entre la satisfaction à la retraite et la satisfaction conjugale, tout comme l'ont observé Higginbottom et al., (1993), le degré de satisfaction à la retraite n'explique pas une part significative de la satisfaction conjugale. Il est possible que la période d'adaptation du couple aux changements occasionnés par la retraite soit terminée. En effet, 95% des participants de la présente étude affirment être très satisfaits de leur relation conjugale, mais que les premiers mois de retraite furent très difficiles pour le couple. Il semble que la relation conjugale fut difficile à cause de problèmes de communication et de distribution de tâches. Ils mentionnaient même que la distribution des tâches et la restructuration des projets étaient source de conflit entre eux et leur(e) conjoint(e). Une étude longitudinale, débutant au moment de la prise de la retraite, permettrait sans doute de mieux observer la variation de l'impact de la satisfaction à la retraite sur la satisfaction conjugale lors de la période d'adaptation. Vinick et Ekerdt (1989) avaient démontré que la retraite pouvait améliorer la satisfaction conjugale, mais ils avaient rencontré les sujets durant leur première année de retraite; période pendant laquelle l'adaptation se fait habituellement.

Ruehlman et Wolchik (1988) ont démontré de leur côté que le soutien de l'entourage dans la poursuite des buts est associé au bien-être psychologique. Les mêmes résultats sont obtenus dans la présente recherche puisque le soutien conjugal dans la poursuite des projets de retraite est lié positivement à la satisfaction à la retraite et à la satisfaction conjugale et explique une part significative de ces deux variables. Cette observation suggère de favoriser le développement des projets personnels et le soutien conjugal dans la réalisation de ces projets afin d'assurer le bien-être et la satisfaction matrimoniale au cours de la retraite.

Finalement, cette recherche avait pour objectif de vérifier si les caractéristiques des buts pouvaient influencer la relation entre le soutien conjugal au niveau des projets de retraite et la satisfaction conjugale. Seulement trois caractéristiques interagissent avec le soutien pour influencer la satisfaction conjugale. Ces résultats vont dans le même sens que ceux des recherches antérieures qui mentionnent que les caractéristiques des projets influencent le bien-être psychologique et la satisfaction de vie (Palys & Little, 1983, Ruehlman & Wolchik, 1988, Emmons, 1997, Robbins et al., 1994). Ainsi les retraités qui poursuivent des projets qu'ils considèrent difficiles et qui bénéficient du soutien de la part de leur conjoint sont davantage satisfaits de leur relation conjugale. De plus, ceux qui se sentent soutenus même si leurs projets entrent en conflit avec ceux du conjoint ou qui se sentent soutenus lorsque leurs buts leur semblent difficilement réalisables sont aussi plus satisfaits de leur relation de couple. La satisfaction conjugale est donc en

partie expliquée par l'interaction du soutien conjugal avec certaines caractéristiques des projets (le niveau de difficulté du projet, la présence de conflit avec les projets du conjoint et la probabilité de réalisation du projet).

Étant donné l'importance d'avoir des projets au moment de la retraite et d'être soutenu par le/la conjoint(e) lors de leur réalisation, il serait intéressant de développer des programmes de gestion des buts personnels spécifiques aux couples à la retraite.

L'équipe de recherche du Laboratoire de gérontologie de l'Université du Québec à Trois-Rivières expérimente depuis quelques années un programme de gestion des buts auprès des retraités qui tient compte de l'élaboration, de la planification et de la poursuite des buts au moment de la retraite (Dubé, Bouffard, Lapierre, & Labelle, 2000). Ce programme a été conçu comme une intervention cognitive comportementale de groupe pour des individus à la retraite, les membres d'un couple étant placés dans des groupes différents; mais il pourrait être intéressant de l'adapter aux couples dont au moins l'un des deux membres est à la retraite.

Il aurait été intéressant de pouvoir tenir compte du sexe de la personne à la retraite, de la durée de retraite, et de la synchronisation ou non de la prise de la retraite, mais le nombre de participants (N=100) ne permettant de retenir que 4 variables pour la réalisation des analyses statistiques. Il a donc été décidé d'approfondir le modèle d'Higginbottom et al., (1993) en précisant la variable évaluant les buts et en ajoutant le soutien conjugal lors de la poursuite des projets de retraite.

Malgré ces limites, il est intéressant de noter que les résultats de la présente étude sont tout de même très facilement généralisables à la population étant donné que le recrutement a permis de rencontrer des gens de tous les milieux et d'obtenir un échantillon diversifié.

Pour les recherches subséquentes, il serait intéressant de vérifier si la nuisance d'autrui dans les projets de retraite aurait l'effet contraire du soutien conjugal sur la satisfaction à la retraite et sur la satisfaction conjugale. Le questionnaire de Ruehlman et Wolchik (1988) nous donne une mesure de soutien et de nuisance sociale, donc il serait possible d'ajouter cette variable au modèle et de vérifier si l'absence de soutien amènerait une insatisfaction à la retraite et face à la vie de couple. Il pourrait aussi être intéressant de tenir compte des attitudes des conjoints (centrifuge, centripète, fusionnel, indépendant) tel que mentionné par Caradec (1996). En recrutant plus de participants, il serait possible de mettre le soutien conjugal dans la poursuite des projets de retraite en lien avec les différentes attitudes des conjoints et ainsi vérifier leur influence sur les niveaux de satisfaction. De plus, il serait intéressant pour les recherches futures d'évaluer le niveau de satisfaction conjugale des couples avant la retraite pour voir l'impact réel de cette transition sur la satisfaction conjugale. Il peut toutefois être difficile de recruter des personnes insatisfaites de leur relation conjugale qui acceptent de participer à ce genre d'étude. Finalement, il faut noter que le soutien conjugal à l'égard des projets de retraite peut comporter plusieurs dimensions, comme le soutien instrumental et émotif. Il serait

donc intéressant dans des recherches ultérieures de tenir compte des différentes dimensions du support social afin de déterminer s'il y a des dimensions qui ont plus d'impact que d'autres sur les niveaux de satisfaction. Cela permettrait de guider les intervenants dans leur travail auprès des retraités et les aiderait à identifier les dimensions qui ont un impact réel sur la satisfaction de vie et sur le bien-être du couple. Plusieurs éléments peuvent donc être ajoutés à cette recherche. L'exploration du soutien conjugal n'est qu'à ses débuts en ce qui concerne la période de la retraite.

Références

- Atchley, R.C. (1976). The sociology of retirement. Cambridge, MA: Shenkman.
- Atchley, R.C., & Miller, S.J. (1983). Types of elderly couples. Dans T.H. Brubaker (Éd.), Family relationships in later life. Beverly Hills, CA : Sage.
- Baillargeon, J., Dubois, G., & Marineau, R. (1986). Traduction française de l'Échelle d'ajustement dyadique. Revue canadienne des sciences du comportement, 18, (1), 25-34.
- Bédard, R. (1994). Modifier la structure psychologique de sa vie pour une meilleure préparation à la retraite. Revue canadienne du vieillissement, 13, (2), 288-296.
- Bouffard, L., & Lapierre, S. (2001). Expérience de la retraite. Document inédit. Université du Québec à Trois-Rivières.
- Bouffard, L., & Lapierre, S. (2001). Processus de réalisation des projets de retraite. Document inédit. Université du Québec à Trois-Rivières.
- Brunstein, J.C. (1993). Personal goals and subjective well-being: A longitudinal study. Journal of Personality and Social Psychology, 65, (5), 1061-1070.
- Cantor, N., & Langston, C.A. (1989). Ups and Downs of Life Tasks in a Life Transition. Dans L. A. Pervin (Éd.), Goal Concepts in Personality and Social Psychology (pp. 211-241). Hillsdale, NJ : Erlbaum.
- Caradec, V. (1996). Le couple à l'heure de la retraite. Rennes: Presses Universitaires de Rennes.

- Cohen, L.S. & Cohen, P. (1983). Applied multiple regression : Correlation analysis for behavioral sciences. New-Jersey : Lawrence Erlbaum.
- Dubé, M., Bouffard, L., Lapierre, S., Labelle, R., (2000). Le bien-être psychologique par la gestion des buts personnels : Une intervention de groupe auprès des retraités. Revue québécoise de psychologie, 21, (2), 255-280.
- Emmons, R.A. (1986). Personal strivings : An approach to personality and subjective well-being. Journal of Personality and Social Psychology, 51, 1058-1068.
- Emmons, R.A. (1997). Les buts personnels, le bonheur et le sens à la vie (L. Bouffard, Trans.). Revue québécoise de psychologie, 18, (2).
- Higginbottom, S.F., Barling, J., & Kelloway, E.K. (1993). Linking retirement experiences and marital satisfaction : A mediational model. Psychology and Aging, 8, 508-516.
- Lapierre, S., Bouffard, L., & Bastin, E. (1997). Personal goals and subjective well-being in later life. The International Journal of Aging and Human Development, 45, 287-303.
- Lapierre, S., Bouffard, L., & Dubé, M. (sous presse). Les buts personnels et le bien-être psychologique : Revue de recherche. Bulletin de psychologie.
- Lecci, L., Okun, M.A., & Karoly, P. (1994). Life regrets and current goals as predictors of psychological adjustment. Journal of Personality and Social Psychology, 66(4), 731-741.

- Little, B. R. (1983). Personal projects : A rationale and method for investigation. Environment and Behavior, 15, 273-309.
- Little, B. R., & Chambers, N.C. (2000). Analyse des projets personnels : Un cadre intégratif pour la psychologie clinique et le counselling. Revue québécoise de psychologie, 21(2), 153-190.
- Maheu, C. (1986). La retraite : essai de définition. Les publications du Québec. Collection étude et recherche no 2.
- Markus, H., & Ruvolo, A. (1989). Possible selves : Personalized representations of goals. Dans L. A. Pervin (Éd.), Goal Concepts in Personality and Social Psychology (pp. 211-241). Hillsdale, NJ : Erlbaum.
- Monette, M. (1996). Les nouveaux parcours entourant la retraite au Canada. Ottawa : Statistique Canada.
- Nuttin, J.R. (1980). Motivation et perspectives d'avenir. Louvain : Presses universitaires de Louvain.
- Nuttin, J.R. (1985). Théorie de la motivation humaine. Paris : PUF
- O'Rand, A.M., Henretta, J.C., & Kreckler, M.L. (1992). Family pathways to retirement. Dans M. Szinovacz, D.J. Ekerdt, & B.H. Vinick (Éds), Family and Retirement (pp. 81-98). Newbury Park, California: Sage.

- Palys, T.S., & Little, B.R. (1983). Perceived life satisfaction and the organization of personal project systems. Journal of Personality and Social Psychology, 44, 1221-1230.
- Payne, E.C., Robbins, S.C., & Dougherty, L. (1991). Goal directedness and older adults adjustment. Journal of Counseling Psychology, 38 (3), 302-308.
- Pervin, L.A. (1993). Motivation et volition. Revue québécoise de psychologie, 14(2), 115-131.
- Plamondon, G., & Plamondon, L. (1982). Les éléments de la crise de la retraite. Dans M. Aumond (Éd.), Éléments de gérontologie (tome 1), (pp. 201-222). Montréal
- Rapkin, B.D., & Fisher, C. (1992). Personal goals of older adults: Issues in assessment and prediction. Psychology and Aging, 7, 127-137.
- Reker, G.T., Peacock, E.J., & Wong, P.T.P. (1987). Meaning and purpose in life and well being: A life-span perspective. Journal of Gerontology, 42, 44-49.
- Régie des rentes du Québec (1999). Statistiques concernant les nouveaux bénéficiaires de la régie des rentes (Information téléphonique).
- Robbins, S.B., Lee, R.M., & Wan, T.H. (1994). Goal continuity as a mediator of early retirement adjustment: Testing a multidimensional model. Journal of Counseling Psychology, 41, 18-26.
- Robichaud, S., Maltais, D., & Larouche, G. (2001). Les jeunes retraités : Entre l'enchantement et le désenchantement. Nouvelles pratiques sociales, 13(2), 79-93.

- Ruehlman, L.S., & Wolchik, S.A. (1988). Personal goals and interpersonal support and hindrance as factors in psychological distress and well-being. Journal of Personality and Social Psychology, *55*, 293-301.
- Sarason, I.G., Levine, H.M., Basham, R.B., & Sarason, B.R. (1983). Assessing social support : The social support questionnaire. Journal of Personality and Social Psychology, *44*(1), 127-139.
- Sarason, B.R., Sarason, I.G., & Pierce, G.R. (1990). Traditional views of social support and their impact on assessment. Dans B.R. Sarason, I.G. Sarason, & G.R. Pierce (Eds.). Social Support: An Interactional View (pp. 9-25). New York : John Wiley.
- Smith, L.C., & Robbins, S.B. (1988). Validity of the goal instability scale (modified) as a predictor of adjustment in retirement-aged adults. Journal of Counseling Psychology, *35*(3), 323-329.
- Spanier, G.B. (1976). Measuring dyadic adjustment : New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. Journal of Marriage and the Family, *38*, 15-28.
- Statistique Canada, (2001). Statistiques concernant le nombre de personnes à la retraite. Bureau régional de Statistique Canada. Courriel : jacques.gagne@statcan.ca.
- Szinovacz, M. (1980). Female retirement : Effects on spousal roles and marital adjustment. Journal of Family Issues, *3*, 423-438.
- Tilden, V. (1987). Interpersonal relationships inventory. Portland: School of Nursins, Oregon Health Sciences University.

Trépanier, L., Lapierre, S., Baillargeon, J., & Bouffard, L. (sous presse). Tenacité et flexibilité dans la poursuite de projets personnels : Impact sur le bien-être à la retraite. Revue canadienne du vieillissement.

Vinick, B.H., & Ekerdt, D.J. (1989). Retirement and the family. Generations, 13, 53-56.

Tableau 1

Moyennes et écarts types des variables psychologiques

	<u>M</u>	<u>ÉT</u>
<u>Variables psychologiques</u>		
Satisfaction à la retraite (sur 7)	6.07	.71
Capacité à réaliser des projets de retraite (sur 7)	5.50	.78
Disponibilité du soutien conjugal (sur 5)	4.09	.58
Soutien conjugal dans la poursuite des projets (sur 6)	4.38	.88
Satisfaction conjugale (sur 5)	3.61	.55

Tableau 2

Analyses de corrélations entre la perception de la disponibilité du soutien conjugal, la capacité de réaliser des projets de retraite, le soutien conjugal dans les projets de retraite, la satisfaction à la retraite et la satisfaction conjugale (N=100)

	Satisfaction à la retraite	Satisfaction conjugale
Perception de la disponibilité du soutien conjugal	.27 **	.80***
Capacité à réaliser des projets de retraite	.55***	.27**
Soutien conjugal dans la poursuite des projets de retraite	.36***	.60***
Satisfaction à la retraite		.25**

**p <.01

***p <.001

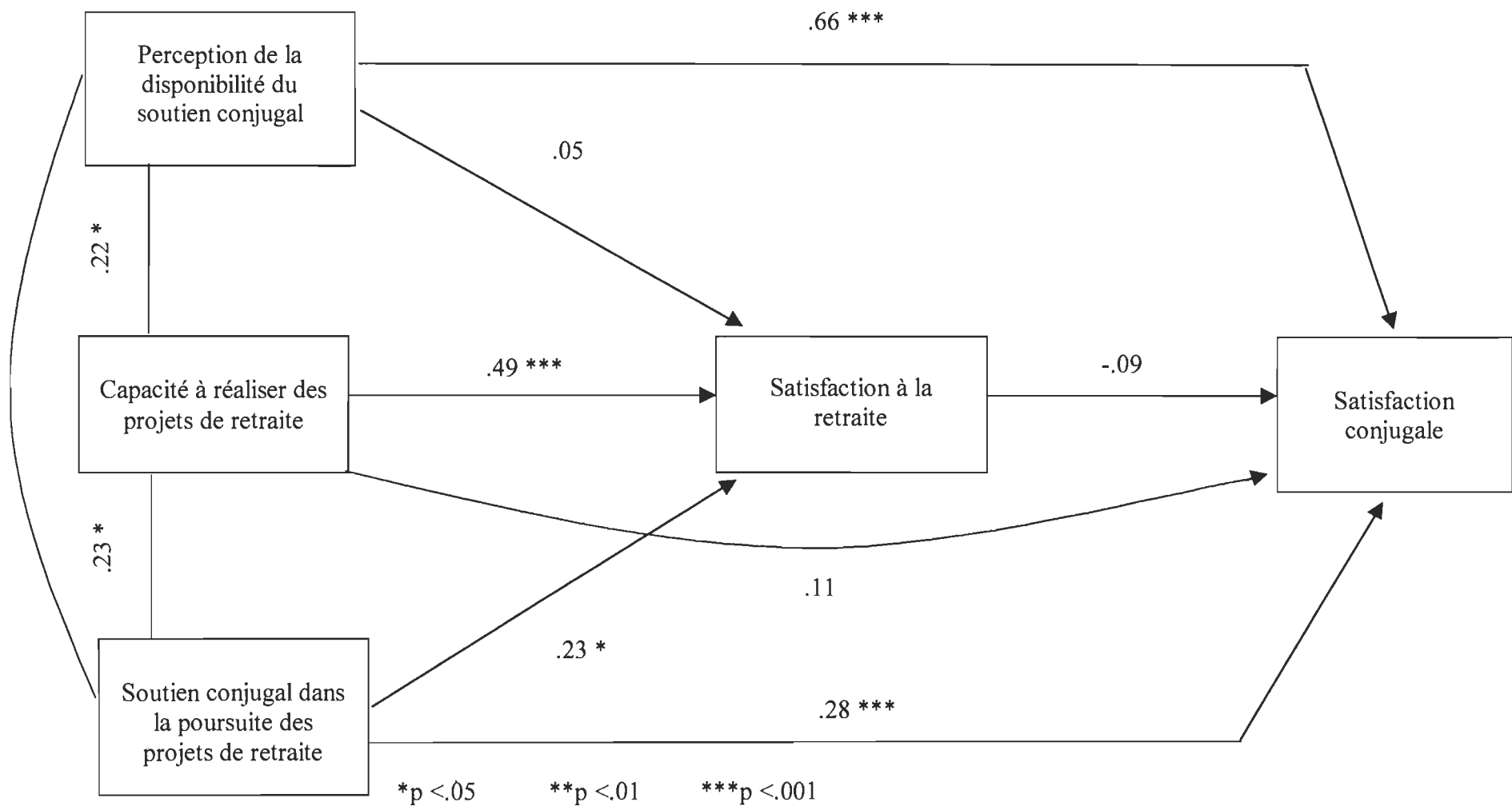


Figure 1. Coefficients acheminatoires de la satisfaction de retraite et de la satisfaction conjugale.