

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC

ESSAI PRÉSENTÉ À  
L'UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À TROIS-RIVIÈRES

COMME EXIGENCE PARTIELLE  
DU DOCTORAT EN PSYCHOLOGIE

PAR  
ISABELLE MARCHAND

LES REPRÉSENTATIONS D'ATTACHEMENT, LES MÉCANISMES  
D'ADAPTATION ET L'AJUSTEMENT DYADIQUE CHEZ DE JEUNES  
FEMMES EN RELATION DE FRÉQUENTATION

AVRIL 2013

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.

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À TROIS-RIVIÈRES

DOCTORAT EN PSYCHOLOGIE (D.PS)

PROGRAMME OFFERT PAR L'UNIVERSITÉ DU QUÉBEC  
À TROIS-RIVIÈRES

LES REPRÉSENTATIONS D'ATTACHEMENT, LES MÉCANISMES  
D'ADAPTATION ET L'AJUSTEMENT DYADIQUE CHEZ DE JEUNES  
FEMMES EN RELATION DE FRÉQUENTATION

PAR  
ISABELLE MARCHAND

---

Yvan Lussier, directeur de recherche

Université du Québec à Trois-Rivières

---

Daniela Wiethaeuper, évaluateuse

Université du Québec à Trois-Rivières

---

Claudia Savard, évaluateuse externe

Université Laval

## Sommaire

Cette étude a pour but de vérifier les contributions uniques et complémentaires des dimensions de l'attachement, des stratégies d'adaptation et des mécanismes de défense en vue de rendre compte de l'ajustement conjugal d'un échantillon de jeunes femmes, âgées de 18 à 25 ans. Cette étude s'est déroulée en deux temps à une année d'intervalle permettant la vérification de liens longitudinaux. Les participantes ont complété des questionnaires mesurant l'attachement adulte, les mécanismes de défense, les stratégies d'adaptation ainsi que l'ajustement dyadique. Les résultats font ressortir un lien positif entre, d'une part, l'anxiété d'abandon et l'évitement de l'intimité et, d'autre part, les mécanismes de défense immatures et les stratégies de distanciation/évitement. Les résultats d'une analyse de régression multiple permettent de conclure que les stratégies d'adaptation ont une contribution significative supplémentaire à la variance associée à l'ajustement des femmes au premier temps de l'étude, alors que l'apport des mécanismes de défense n'est pas significatif. Pour leur part, les mécanismes de défense matures au temps 1 constituent un facteur de protection pour la stabilité de la relation, en ce sens qu'ils sont reliés positivement à l'ajustement dyadique au temps 2. Ainsi, l'attachement, les mécanismes de défense et les stratégies d'adaptation sont toutes des variables qui, à leur manière, contribuent à rendre compte de la qualité de l'ajustement des femmes dans leur relation de couple.

## Table des matières

Sommaire .....	iii
Remerciements .....	vi
Introduction .....	1
Contexte théorique.....	5
Attachement .....	6
Attachement chez l'enfant.....	7
Attachement et ajustement conjugal chez l'adulte .....	9
Théorie de l'activation et désactivation du système d'attachement .....	15
Mécanismes d'adaptation.....	16
Stratégies d'adaptation .....	17
Mécanismes de défense .....	18
Relations entre les mécanismes de défense, les stratégies d'adaptation et le fonctionnement conjugal .....	23
Rôle de l'attachement, des mécanismes de défense et des stratégies d'adaptation dans la compréhension de l'ajustement conjugal .....	28
Hypothèses de recherche.....	31
Méthode .....	33
Participants .....	34
Déroulement .....	35
Instruments de mesure .....	36
Questionnaire de renseignements sociodémographiques.....	36
Questionnaire sur les expériences amoureuses.....	37
Questionnaire sur le style défensif.....	38
Questionnaire sur les stratégies d'adaptation .....	39

Échelle d'ajustement dyadique .....	40
Résultats .....	41
Analyses descriptives .....	42
Analyses statistiques .....	49
Vérification des hypothèses de recherche .....	49
Vérification de la question de recherche .....	55
Discussion .....	57
Analyses descriptives .....	58
Hypothèses de recherche .....	63
Forces, limites et recommandations .....	80
Conclusion .....	88
Références .....	91

### **Remerciements**

Je tiens d'abord à remercier mon directeur Yvan Lussier pour sa précieuse collaboration et ses encouragements. Un merci spécial à Carmen Lemelin pour m'avoir permis de poursuivre son étude sur le plan longitudinal. Je veux aussi remercier du fond du cœur mon conjoint, ma famille et mes amis pour leur appui inconditionnel, mais surtout pour avoir cru en mon potentiel. Je ne vous serai jamais assez reconnaissante de m'avoir accompagnée tout au long de ce merveilleux et laborieux périple.

## **Introduction**

Les théoriciens du développement sont d'avis que les êtres humains ont besoin de relations intimes pour survivre (Buss, 1994, cité dans Harvey & Wensel, 2006). Qu'il soit question des relations familiales, amicales, de travail ou de couple, toutes ont une fonction qui permet à un individu de faciliter sa survie. Actuellement, les relations de couple et familiales ne sont plus celles d'autrefois, les rôles sexuels ont évolué et le mariage ne connaît plus la même importance qu'auparavant (Collins & Madsen, 2006). L'institution religieuse n'ayant plus vraiment sa place, les valeurs familiales sont souvent relayées en arrière-plan au profit de la vie professionnelle de chacun des membres du couple (Collins & Madsen, 2006), ce qui laisse croire que les partenaires ne gèrent plus leur relation conjugale de la même façon (Blouin, 2008). En ce sens, les mécanismes visant à comprendre la régulation des relations de couple constituent un thème de recherche d'intérêt.

Lorsqu'il est question d'aborder la période de développement des jeunes adultes, il est difficile de ne pas aborder les relations amicales et amoureuses typiques à cette période d'âge (Collins & Madsen, 2006). Aujourd'hui, bon nombre d'adolescents et de jeunes adultes cherchent à demeurer libre sans vouloir la sécurité qui accompagne la relation de couple (Blouin, 2008). Il n'est plus nécessaire d'être engagé pour se fréquenter. Les jeunes adultes seraient moins sécurisés à l'idée d'être en couple et ils éprouveraient davantage d'incertitude envers les relations amoureuses que d'autres groupes d'âges (Boisvert, Ladouceur, Beaudry, & Freeston,

1999). Actuellement, les jeunes adultes sont ceux qui démontrent le plus de changements dans leurs comportements et leurs attitudes au sein de leurs relations amoureuses ou de fréquentation. Plus particulièrement, les jeunes femmes retiennent notre attention puisqu'elles sont souvent perçues comme le baromètre de la relation (Huston & Vangelisti, 1991). En effet, elles sont plus sensibles aux conflits et stresseurs dans la relation tout en étant plus démonstratives et disposées à parler de leurs réactions émotionnelles. Selon Klein et Jonhson (1997), les femmes vont tendre davantage à s'impliquer et s'engager dans les conflits du couple puisqu'elles ont appris à travers leur histoire sociale à être actives au sein de leurs relations interpersonnelles.

Parmi tous les travaux qui ont porté sur le couple, la théorie contemporaine de l'attachement amoureux est sans contredit l'une des perspectives les mieux documentées en vue d'expliquer les phases de développement et de régulation des relations de couple (Shaver & Mikulincer, 2006). De plus, les stratégies d'adaptation constituent des dispositifs pivots permettant de rendre compte des modalités de gestion des comportements entre partenaires à l'intérieur de la relation de couple. Les mécanismes de défense marquent quant à eux la personnalité et les interactions des conjoints. Ainsi, les mécanismes de défense de même que les stratégies d'adaptation (coping) font partie des mécanismes d'adaptation. L'objectif du présent travail consiste à examiner les contributions uniques et complémentaires des dimensions de l'attachement, des stratégies d'adaptation et des mécanismes de défense en vue d'expliquer l'ajustement conjugal d'un échantillon de jeunes femmes.

Cet essai doctoral comporte cinq sections. Dans un premier lieu, les théories de l'attachement, des stratégies d'adaptation et des mécanismes de défense sont présentées et examinées en lien avec la relation de couple. Puis, les hypothèses ainsi que les questions de recherche en lien avec le contexte théorique sont mises de l'avant. Dans une deuxième section, la méthode de recrutement des participantes et les instruments de mesure utilisés sont exposés. Par la suite, les résultats obtenus sont présentés et ensuite discutés dans une quatrième section. Enfin, la dernière section sera complétée par une conclusion et des pistes de réflexion pour de futures études seront discutées.

## **Contexte théorique**

Le présent chapitre se divise en cinq différentes sections. Chacune d'elle fait référence à la théorie puis aux études empiriques qui viennent la corroborer. Tout d'abord, l'attachement est la première variable exposée pour expliquer comment elle prend place chez l'enfant puis chez l'adulte. Ensuite, les mécanismes de défense et les stratégies d'adaptation (coping) seront présentés pour expliquer comment ultérieurement ils influeront l'ajustement dans le couple. Dans cette optique, une quatrième section sert à faire le lien entre l'attachement, les mécanismes de défense et les stratégies d'adaptation pour comprendre l'ajustement conjugal. Finalement, les hypothèses et questions de recherche sont présentées.

### **Attachement**

Une présentation succincte de la théorie de l'attachement ainsi que la description de quelques études empiriques en lien avec celle-ci sont primordiales afin de démontrer le rôle que joue ce concept dans la compréhension des relations de couple et particulièrement au niveau de l'ajustement des conjoints. Ensuite, il sera question de voir comment l'attachement chez l'adulte prend place pour finalement le mettre en lien avec les stratégies d'adaptation et d'ajustement dyadique. Chacune des sections comportera des études empiriques venant appuyer la théorie.

### Attachement chez l'enfant

La théorie de l'attachement chez l'enfant a été élaborée par Bowlby (1969;1982; cité dans Kobak & Duemmler, 1994). Celle-ci permet de rendre compte de la façon dont l'enfant développe et maintient sa première relation avec la figure qui lui donne les soins nécessaires à son bien-être. Bowlby soutient l'importance du lien émotionnel que développe un enfant envers sa première figure d'attachement ainsi que les conséquences importantes lorsque ce lien est interrompu (Kobak & Duemmler, 1994). La théorie de l'attachement chez l'enfant est à la base du développement des liens futurs de chaque individu avec autrui. Elle permet en grande partie de comprendre comment une personne se comportera et sera affectée au sein des relations ultérieures. Les parents et plus particulièrement la mère sont certainement les figures principales qui donneront les soins à l'enfant lorsqu'il en manifestera la demande. Selon la façon dont ces derniers répondront aux besoins de leur enfant, celui-ci développera un type d'attachement particulier.

Ce sont Ainsworth, Blehar, Waters et Wall en 1978 qui ont su identifier pour la première fois les trois différents types d'attachement chez l'enfant en situation de peur ou d'anxiété. Cette mise en contexte se réfère à la «situation étrangère». La mise en situation d'une expérience dite anxiogène a permis de classifier les enfants sous le type d'attachement qui convenait selon la façon dont ces derniers se comportent face à la mère (ou figure de soins). Le fait d'éprouver de l'anxiété ou une certaine incertitude faciliterait l'émergence des comportements d'attachement (Simpson & Rholes, 1994). La situation étrange est un dispositif d'observation se concrétisant à l'aide d'un scénario impliquant des épisodes de

séparations et de retrouvailles supposés engendrer une tension graduelle. Le but est d'observer comment s'organise l'enfant dans une situation étrange. Suite à l'observation et l'étude de deux dyades, Ainsworth et al. ont dégagé trois types de comportement d'attachement.

Il est possible d'identifier deux dimensions regroupant ces trois types d'attachement, la dimension de l'attachement sécurisé (type B) et celle de l'attachement non sécurisé (évitant; type A ou anxieux/ ambivalent; type C). Ainsi, la dimension sécurisée comprend un style d'attachement tandis que la dimension non sécurisée en regroupe deux. Toutefois, Main et Salomon (1986) font référence à un quatrième style d'attachement pouvant se retrouver sous la dimension de l'attachement non sécurisé soit le style désorganisé-désorienté (type D; cité dans Simpson & Rholes, 1994). Ce dernier style d'attachement permet, entre autres, de classer les enfants qui ne correspondaient pas aux catégories de base compte tenu de la diversité de leurs réactions et comportements.

La dimension de l'attachement sécurisé (type B) résulte en des comportements reflétant l'assurance où l'enfant exprime une satisfaction bien contenue au retour de la figure d'attachement et un besoin d'exploration opportun lors de l'absence de la mère (Simpson & Rholes, 1994). Pour la dimension de l'attachement non sécurisé, elle comporte des enfants n'exprimant pas le besoin de se rapprocher de la figure d'attachement sous la forme d'un contact direct ou d'un besoin de réconfort (attachement évitant ; type A; Simpson & Rholes, 1994). Il est aussi possible d'y inclure des enfants qui expriment un besoin de contact avec le

parent tout en tentant de le rejeter à la fois en exposant un manque important d'exploration (attachement anxieux/ambivalent ; type C; Simpson & Rholes 1994). De plus, certains enfants illustrent des conduites qui vont dans un sens opposé comme s'approcher de la figure de soins en regardant autre chose de l'environnement (attachement désorganisé-désorienté; type D). Ces enfants qui possèdent un attachement non sécurisé démontrent des affects variables et même dépressifs (Simpson & Rholes, 1994).

Ainsi, selon ses premières expériences relationnelles, l'enfant développe des représentations de lui-même ainsi que de ceux qui l'entourent, ce que l'on nomme modèles opérationnels internes (working models). Ils constituent une construction active de représentations mentales qui prennent forme sous la généralisation des expériences d'attachement développées avec la figure qui procure les soins. Ces représentations internes dirigent le comportement de l'enfant lorsqu'il entre en relation (Bowlby, 1969; Bretherton, 1985, cités dans Bodenmann, 2009). Celles-ci perdurent avec le temps tout en servant de base pour le développement de liens avec d'autres figures d'attachement tel qu'un partenaire dans une future relation amoureuse dans la vie adulte. Ils reflèteront les dimensions sécurisées ou non selon le style d'attachement développé.

### **Attachement et ajustement conjugal chez l'adulte**

La théorie de l'attachement permet de comprendre la qualité des liens émotionnels et sa formation au cœur des relations entre les individus à toutes les phases du développement (Shaver & Hazan, 1993). Selon Crowell et ses

collaborateurs (1998), les composantes du système d'attachement entre l'enfant et sa figure de soins sont aussi présentes dans le système d'attachement adulte entre les partenaires au sein d'un couple (Gallo & Smith, 2001; Lussier, Sabourin, & Turgeon, 1997; Stackert & Bursik, 2003). Il faut cependant préciser que selon la théorie de l'attachement chez l'adulte, la relation d'attachement développée avec le parent se distingue de la relation entre les partenaires du couple par la réciprocité qui la caractérise. L'étude de Kane et ses collaborateurs (2007) vient démontrer l'importance de cette réciprocité en montrant que les femmes sont moins satisfaites lorsque leur partenaire masculin fait preuve d'évitement dans leur type d'attachement. C'est donc dire que les partenaires s'influent l'un l'autre selon leur type d'attachement. Gallo et Smith (2001) ont montré que les types d'attachement respectifs des partenaires interagissent et s'influencent lorsque l'intimité et l'anxiété entrent en ligne de compte puisque ces dimensions retrouvées dans la relation de couple impliquent l'activation du système d'attachement adulte. En ce sens, la relation de couple implique que chacun des adultes puissent à la fois percevoir et donner du soutien à l'autre (Lafontaine & Lussier, 2003).

Les quatre types d'attachement chez l'adulte qui furent mis de l'avant par Bartholomew (1990) permettent de rendre compte de cette interaction entre les partenaires en ce qui concerne la présence à l'autre et le soutien mutuel. Le modèle de Bartholomew a pour assise la classification d'Ainsworth et ses collègues (1978), de laquelle découlent les premiers modèles de l'attachement adulte développés par Hazan et Shaver (1987) ainsi que Main et ses collègues (1985). Les quatre types d'attachement adulte relèvent d'une combinaison de comportements et d'affects

négatifs ou positifs en lien avec deux composantes principales qui sont l'anxiété d'abandon et l'évitement de l'intimité (Mikulincer & Shaver, 2007; Shaver & Mikulincer, 2008). La dimension de l'anxiété d'abandon révèle le degré auquel une personne craint d'être abandonnée, rejetée ou non aimée. La dimension de l'évitement de l'intimité reflète le degré auquel une personne évite l'intimité et l'interdépendance avec l'autre. Les personnes qui appartiennent au type d'attachement sécurisé montrent peu d'anxiété d'abandon et d'évitement de l'intimité (Kane, Jaremka, Guichard, Ford, Collins, & Freeney, 2007). Le style sécurisé témoigne d'adultes qui ont une perception positive d'eux-mêmes et des autres (Cann, Norman, Welbourne, & Calhoun, 2008; Lopez, Fuendeling, Thomas, & Sagula, 1997; Simpson & Rholes, 1994). Les adultes ayant un attachement sécurisé sont confortables et possèdent un équilibre évident avec l'intimité et l'autonomie. L'étude de Collins et Read (1990) sur l'attachement adulte et la qualité de la relation au sein de couples en fréquentation vient appuyer l'idée que les femmes qui ont un partenaire se sentant à l'aise avec l'intimité (attachement sécurisé) avaient une attitude plus positive par rapport à leur relation.

Pour les types d'attachement non sécurisés, ces personnes montrent de hauts niveaux d'anxiété et/ou d'évitement. Le style d'attachement préoccupé est caractérisé par un niveau d'évitement bas et un niveau d'anxiété élevé. À l'opposé des types d'attachement sécurisés, le type d'attachement anxieux/ambivalent (ou préoccupé) témoigne d'adultes qui ont une perception négative d'eux-mêmes, mais qui évaluent positivement autrui. Ces individus sont préoccupés par leurs relations de façon presque constante et ils ont de la difficulté à croire qu'ils ont une réelle valeur

et qu'ils sont dignes d'amour de la part d'autrui. Ils ont alors souvent peur d'être abandonnés par l'être aimé (Mikulincer & Florian, 1995; Simpson & Rholes, 1994). Frazier et ses collaborateurs (1996) montrent que les partenaires en relation de fréquentation ayant un attachement de type anxieux sont moins satisfaits conjointement. Freeney (1994) en vient à la conclusion que l'anxiété chez la femme réduirait la satisfaction des deux partenaires seulement si les époux sont inconfortables avec l'intimité. Selon Banse (2004), les partenaires qui sont en couple avec des individus appartenant au type d'attachement anxieux rapportent davantage d'expériences négatives que ceux qui sont avec un partenaire moins anxieux. Par contre, cette association est plus significative pour les hommes qui ont des partenaires féminines anxieuses (Kane et al., 2007).

Bartholomew distingue deux formes distinctes d'évitement qui font aussi partie de la catégorie non sécurisée de l'attachement : l'évitement défensif (style craintif) et le détachement social défensif (style autosuffisant). De hauts niveaux d'anxiété et d'évitement conduisent à un style craintif (Berant & Wald, 2009). Les adultes qui ont développé un style craintif possèdent une vision négative d'eux-mêmes et des autres. Selon Ainsworth et ses collègues (1978), ces personnes maintiennent des motifs conflictuels dans leurs tentatives de rapprochement ou de proximité avec les figures d'attachement. Elles évitent tant bien que mal les situations sociales ainsi que toutes formes d'interactions qui pourraient les exposer à un rejet éventuel (Simpson & Rholes, 1994). D'un côté, les personnes ayant un attachement évitant craintif cherchent à se rapprocher, cherchent une proximité avec l'autre, mais en même temps, ces efforts de rapprochement sont aussi associés à du rejet dans le passé

(Domingue & Mollen, 2009). Un haut degré d'évitement et une anxiété faible déterminent le style autosuffisant. Les adultes qui ont un style autosuffisant perçoivent autrui négativement mais ont une perception positive d'eux-mêmes. Afin de maintenir cette vision positive malgré les rejets passés, ils se distancient des autres émotionnellement. Au niveau conjugal, ces personnes ne souhaitent pas créer une relation de dépendance envers le partenaire et évitent ainsi l'intimité afin de se défendre contre cette possible dépendance. Ces individus ne s'impliqueront pas émotionnellement et vont adopter des comportements passifs dans la résolution de conflits (Beck & Clark, 2010; Collins & Freeney, 2000; Mikulincer & Florian, 1995; Shi, 2003). Pour Bartholomew (1990), ce type d'attachement non sécurisé révèle une personne ayant atteint un degré élevé d'autonomie et de sentiments de valeur personnelle au détriment de l'intimité.

L'étude de Shi (2003) montre que les dimensions de l'attachement adulte telles que l'évitement de l'intimité et l'anxiété d'abandon prédisent négativement les comportements de résolution de conflits et la satisfaction conjugale (Corcoran & Mallinckrodt, 2000; Feeney, 1999). De plus, tout comme chez l'enfant, les modèles opérationnels internes en lien avec le type d'attachement permettent de rendre compte de comment l'adulte entrera en relation avec autrui mais aussi avec son partenaire amoureux (Collins & Read, 1990; Kane et al., 2007; Shi, 2003). Ces modèles contiennent des informations épisodiques (événements vécus dans le passé), affectives (reviviscence d'un état affectif ancien) et sémantiques (ensemble des connaissances impersonnelles sur le monde) à propos de relations passées et d'événements interpersonnels (Simpson & Rholes, 1994). Les croyances, les valeurs

ainsi que les attentes par rapport aux relations sont teintées de ces expériences cumulatives (Simpson & Rholes, 1994; Soares, Fremmer-Bombik, Grossmann, & Silva, 2000). En ce sens, les souvenirs et les émotions associés aux relations passées viennent influencer les représentations internes. Ils sont constamment reconfirmés à travers les expériences de développement de l'individu (Collins & Madsen, 2006). Ils servent de filtres en quelque sorte qui permettront de guider les comportements et les expériences d'affection au sein d'une relation.

C'est en s'appuyant sur ses modèles internes qu'une personne pourra équilibrer ses besoins d'intimité et d'autonomie dans le couple. Les expériences d'attachement guident la perception qu'a l'individu et des autres ainsi que sa perception quant à la disponibilité du conjoint à sa capacité à donner du réconfort. Elles permettent aussi de se percevoir comme une personne qui mérite ou non l'amour et l'attention d'autrui (Gallo & Smith, 2001). Les études conduites par Cobb, Davila et Bradbury (2001), Collins et Freeney (2000) ainsi que celle de Simpson et ses collègues (1992) suggèrent que les perceptions de la relation qu'ont les partenaires avec des styles d'attachement différents sont importantes dans la détermination du degré par lequel le soutien sera offert. Les perceptions positives d'un partenaire qui est sécurisé résulteront en une amélioration de la relation en partie par son influence sur les interactions de soutien des membres du couple (Domingue et Mollen, 2009; Mikulincer & Shaver, 2006). L'attachement adulte prédit donc le fonctionnement en relations intimes et implique que les processus cognitifs auraient leur apport dans cette association.

### **Théorie de l'activation et désactivation du système d'attachement**

La théorie de l'activation et désactivation du système d'attachement témoigne bien de l'importance des modèles internes et est centrale pour comprendre comment l'attachement peut influencer les comportements et croyances d'une personne par rapport à elle-même et en regard des autres (Shaver & Mikulincer 2006; Sümer & Cozzarelli, 2004). L'évaluation de la proximité comme étant un élément viable ou essentiel dépend en bonne partie de l'histoire d'attachement de l'individu, de son tempérament ou des contextes dans lesquels il dépensera de l'énergie et cherchera activement la proximité, le soutien et l'amour. Le système d'attachement est activé sous la condition d'une menace car cette dernière provoque de l'anxiété ou de la peur chez l'individu qui normalement cherchera réconfort ou sécurité. Cette activation est manifeste sous la forme d'efforts afin d'aller chercher et de maintenir la proximité (intimité) réelle ou symbolique aux figures d'attachement externes ou internalisées (Shaver & Mikulincer, 2006). Selon Cassidy et Kobak (1988), les tentatives intenses de rapprochement sont qualifiées de stratégies d'hyperactivation du système d'attachement puisqu'elles impliquent une constante vigilance, d'intenses inquiétudes et des efforts pharamineux qui persistent jusqu'à temps que la figure d'attachement soit perçue comme disponible et qu'un sentiment de sécurité soit ressenti. Ces stratégies d'hyperactivation peuvent provoquer une dépendance trop importante entre les partenaires comme source de protection à l'intérieur de leur relation. En ce sens, l'individu qui utilise ces stratégies pourrait susciter l'implication du partenaire que ce soit par rapport à ses besoins d'être cajolé et soutenu à travers des réactions de contrôle ou par une demande envahissante (Shaver & Mikulincer, 2006).

À l'opposé, la désactivation du système d'attachement se traduit par une distanciation cognitive, émotionnelle et physique des autres. Elle permet d'exclure la menace chez la personne en supprimant les signaux en lien avec un attachement induisant une menace par les pensées et émotions qui s'y rattachent (Shaver & Mikulincer 2006; Sümer & Cozzarelli, 2004). Le rôle premier des stratégies de désactivation du système d'attachement est d'éviter la frustration et la détresse éventuelle qui résultent en la non disponibilité de la figure d'attachement. Entre autres, ces stratégies vont inclure le déni des besoins d'attachement, l'évitement de la proximité à l'autre et une démonstration d'indépendance dans les relations intimes (Shaver & Mikulincer, 2006).

Ainsi, puisque le système d'attachement est activé lorsque les membres du couple vivent des tensions, les partenaires useront la plupart du temps de mécanismes d'adaptation pour composer avec le conflit. Ces mécanismes sont en lien avec le type d'attachement des conjoints.

### **Mécanismes d'adaptation**

Les mécanismes d'adaptation regroupent les stratégies d'adaptation (coping) ainsi que les mécanismes de défense. Les stratégies d'adaptation sont des mécanismes davantage conscients et plus facilement identifiables tandis que les mécanismes de défense sont tantôt conscients tantôt inconscients selon leur degré de maturité. Ainsi les mécanismes d'adaptation permettent d'expliquer en grande partie

comment les membres du couple s'ajustent lorsqu'ils vivent un conflit ou une situation anxiogène.

### **Stratégies d'adaptation**

La qualité de la relation de couple n'est pas simplement déterminée par les difficultés entre les conjoints, mais aussi par la façon de composer avec les stress et les conflits vécus au sein du couple (Cohan & Bradbury, 1994; Shi, 2003). Pearlin et Schooler (1978) indiquent que l'efficacité des stratégies d'adaptation (ou coping) à l'égard du stress vécu est plus importante au sein du mariage que dans tout autre contexte social. De plus, la perception des femmes par rapport aux stratégies d'adaptation de leur partenaire aurait une influence positive sur la satisfaction qu'elles ont au sein de leur relation de couple (Ptacek & Dodge, 1995; Huston & Vangelisti, 1991). Les stratégies d'adaptation sont en quelque sorte des médiateurs entre les stresseurs conjugaux et la satisfaction rapportée au sein des mariages. Pour Folkman et Lazarus (1988) les stratégies d'adaptation guident l'évaluation que fera l'individu d'un facteur ou d'une situation de stress au sein du couple et déterminent aussi les perceptions de l'individu face à son ajustement au sein du couple. En fait, les stratégies d'adaptation se réfèrent, entre autres, au savoir procédural. Celui-ci s'organise autour de trois principales stratégies, dont la reconnaissance et la gestion des émotions, la recherche de soutien et la résolution avantageuse de problèmes (Shaver & Mickulincer, 2006). Epstein et Mieir (1989) qualifient comme façon constructive de s'ajuster, les tentatives actives de supprimer la source de détresse, de gérer la situation problématique et de restaurer la sérénité émotionnelle sans générer la présence d'effets négatifs.

En ce sens, les stratégies d'adaptation sont influencées par le style d'attachement de l'individu, les partenaires ayant un attachement sécurisé utilisent des stratégies de coping de réévaluation positive (modifier une menace en un défi) et de recherche de soutien social (aller chercher un soutien extérieur à la relation de couple afin de se faire une idée plus précise de la situation) tandis que les partenaires non sécurisées utiliseront le coping de distanciation/évitement (activités de substitution comportementales ou cognitives destinées à liquider la tension émotionnelle) (Bouchard & Thériault; 2003; Lussier, Sabourin et Turgeon, 1997). Plusieurs programmes de recherche convergent vers le même constat : selon la dimension de l'attachement qu'une personne adopte, elle utilisera des stratégies adaptatives ou non pour s'ajuster dans son couple (Harvey & Wensel, 2006).

Puisque les stratégies d'adaptation permettent de refléter comment les partenaires amoureux vont gérer leurs comportements au sein de leur relation de couple, il y a lieu de se demander si les mécanismes de défense peuvent aussi jouer un rôle identique. Sur le plan conceptuel, ils peuvent être apparentés aux stratégies d'adaptation.

### **Mécanismes de défense**

Dans les sections qui suivront, les définitions et théories en lien avec les mécanismes de défense seront présentées. Ensuite, il sera question de regarder comment les mécanismes de défense et le coping sont liés au fonctionnement conjugal à l'aide des études théoriques et empiriques.

Bon nombre d'auteurs ont donné une définition aux mécanismes de défense et leur ont attribué une fonction spécifique. À des fins pratiques, seulement quelques définitions seront présentées. Freud fut le premier en 1894 à décrire le concept de mécanismes de défense. Il publia par la suite son classique *The Interpretation of Dreams* (1900; 1956, cité dans Segal, Coolidge, & Mizuto, 2007). Il fut suivi par Anna Freud qui publia en 1936 *Le moi et les mécanismes de défense*, ouvrage qui fut d'une importance capitale à l'époque traçant des liens entre les mécanismes de défense et le caractère pathologique de ces derniers. De plus, Segal, dans *Introduction à l'œuvre de Mélanie Klein* (1946; 1980), eut son apport en indiquant que les mécanismes de défense étaient présents chez le nourrisson dès sa naissance et auraient pour fonction de le protéger. Il est pertinent d'ajouter que pour ces auteurs, les mécanismes de défense représentent parfois la base nécessaire à la construction psychique et peuvent, à la fois, occuper la fonction d'agents régulateurs importants de la personnalité.

D'autres auteurs se sont intéressés aux mécanismes de défense par la suite. Vaillant (1993) indique, quant à lui, qu'une défense peut être adaptative en permettant de favoriser un certain équilibre de la psyché tout comme l'adaptation d'un individu à son environnement. Il perçoit une défense comme «une métaphore qui décrit l'obscurcissement temporaire de la réalité par des pensées, des sentiments et des comportements» (Ionescu, Jacquet, & Lhote, 1997, p.25).

Si l'on se tourne vers le DSM-IV-TR (2000), les mécanismes de défense se réfèrent à des processus psychologiques prenant la forme d'automatismes qui protègent l'individu contre l'anxiété et la présence de perturbations internes ou externes représentants un danger quelconque en provoquant du stress (Segal, Coolidge, & Mizuno, 2007). Les mécanismes de défense auraient des fonctions de médiateurs au niveau de la réaction de l'individu aux sources de stress internes et externes ainsi qu'aux conflits à caractère émotionnel. Le DSM-IV (1994/1996) présente aussi une liste de 31 mécanismes de défense s'étalant sur un continuum, allant des mécanismes immatures ou mal adaptés, à ceux qui sont matures et adaptés. Le DSM-IV ne semble pas faire de différence entre mécanismes de défense et «coping» (adaptation) en utilisant les termes «style de coping» comme synonyme de mécanismes de défense, mais mentionne quand même qu'ils ne sont pas conscients la plupart du temps (Ionescu et al., 1997).

À la lumière de plusieurs définitions et d'une analyse de celles-ci, Ionescu et al. (1997) proposent la définition suivante : «Les mécanismes de défense sont des processus psychiques inconscients visant à réduire ou à annuler les effets désagréables des dangers réels ou imaginaires, en remaniant les réalités interne et/ou externe et dont les manifestations -comportements, idées ou affects- peuvent être inconscients ou conscients (p.27)».

Les mécanismes de défense, au même titre que les traits de personnalité, sont considérés comme stables et permettent de décrire les caractéristiques propres à chaque individu (Thériault, 2000). Afin de comprendre l'origine des mécanismes de

défense et leurs fonctions, il importe de souligner qu'il existe un continuum développemental des défenses (Cramer, 1991). De plus, il est pertinent de mettre en évidence l'existence de deux approches qui permettent de classer les mécanismes de défense matures et immatures.

La première approche permet de distinguer les défenses matures et immatures à travers le développement de l'individu sur une séquence temporelle. Ainsi, une personne déploiera d'abord des défenses immatures (à l'enfance) pour que ces dernières diminuent et soient remplacées par des défenses plus matures avec l'avancement en âge (Gallo & Smith, 2001; Segal et al., 2007; Vaillant, 1976). Les premières défenses chez l'enfant sont donc modifiées ultérieurement par l'interaction avec l'environnement, ce qui amène pour résultat des défenses plus matures et moins associées au tempérament inné de l'individu (Chabrol & Callahan, 2004; Cramer, 2006). Ceci dit, l'adulte peut tout de même utiliser des défenses immatures puisqu'il est possible qu'il ait rencontré des problèmes d'ordre affectif au cours de son développement et que ces dernières soient devenues un mode de réponses à certains stress. La seconde approche se réfère plutôt à une hiérarchie des défenses prenant pour compte le degré de complexité des mécanismes de défense. Les mécanismes de défense matures et immatures sont alors classés selon les caractéristiques qui les définissent.

Vaillant (1986) a développé un modèle hiérarchique des défenses dont s'inspirent en partie le DSM-IV (1994; 1996) et DSM-IV-TR (2000) pour classifier les mécanismes de défense matures et immatures (Perry, 2004). Toutefois, Perry

(1995) a développé un modèle plus complexe où sept niveaux de défenses sont présentés pour un total de 27 défenses dont les DSM-IV (1994) et DSM-IV-TR (2000) se sont aussi inspirés comme c'est le cas pour la classification de Vaillant (1986). Tout comme le modèle de Vaillant, celui de Perry se classe aussi selon la deuxième approche, celle qui se base sur la hiérarchisation des défenses.

Dans le cadre de cet essai, le *Défense Style Questionnaire* (DSQ) est l'instrument d'évaluation qui permet de mesurer et de catégoriser les mécanismes de défense utilisés par les jeunes femmes de l'échantillon. Le DSQ-40 permet de classer les mécanismes de défense selon trois facteurs désignés : matures, névrotiques et immatures (Grebot & Paty, 2010). Aux fins de cette étude, les défenses matures et névrotiques sont regroupées dans la catégorie mature. Il est alors possible de dénombrer huit mécanismes de défense matures (y compris les mécanismes névrotiques) définis au Tableau 1 et 12 défenses immatures définies au Tableau 2 (American Psychiatric Association, 2000 ; Chabrol & Callahan, 2004 ; Cyrilnik, 2002 ; Grebot & Paty, 2010; Ionescu, Jacquet, & Lhote, 1997 ; Perry, Guelfi, Despland & Hanin, 2004). Il est possible d'affirmer que le DSQ catégorise de façon hiérarchique les mécanismes de défense matures (incluant les mécanismes névrotiques) et immatures selon leur complexité.

En somme, peu importe l'approche employée pour catégoriser les mécanismes de défense, ils ont pour fonction de changer la façon dont une personne se sent, perçoit ou interprète une situation. En fait, ils modulent la réalité intérieure de l'individu, mais ne modifie pas ce qui fait partie de l'environnement externe d'une

personne. Lorsque les mécanismes de défense se mettent en branle avec succès, ils sont la plupart du temps le résultat d'une distorsion de la perception de la réalité (mécanismes immatures). Les mécanismes de défense ainsi que les stratégies d'adaptation sont utilisés par une personne pour s'adapter à des stress quotidiens (Chabrol & Callahan, 2004; Cramer, 2006). La sphère amoureuse de l'adulte est propice à vivre différents stress, ainsi une évaluation adéquate des mécanismes de défense peut contribuer à comprendre comment les partenaires s'ajusteront à ces stresseurs.

### **Relations entre les mécanismes de défense, les stratégies d'adaptation et le fonctionnement conjugal**

À l'intérieur de l'approche psychodynamique, les mécanismes de défense sont reconnus et étudiés depuis longtemps. Les défenses matures permettent de chasser les affects négatifs créés par la menace sans changer ou modifier notre perception de la réalité (Kwon, 2002). Par exemple, l'humour aurait sa part de contribution chez les couples satisfaits puisque ce mécanisme de défense mature peut être aidant dans des situations conflictuelles (Cann, Norman, Welbourne, & Calhoun, 2008). Ainsi, Vaillant (1992) aurait identifié les mécanismes de défense matures comme un prédicteur significatif de la stabilité conjugale. Les défenses immatures, quant à elles, peuvent amener une distorsion de la réalité afin de calmer la détresse encourue en situation de stress (cité dans Cramer, 1991) et sont associées à des difficultés relationnelles (Draguns, 2004; Ungerer, Waters, Barnett, & Dolby, 1997).

Tableau 1  
Présentation des mécanismes de défense matures

Mécanismes	Définitions
Sublimation	Pulsion agressive canalisée vers une autre voie acceptable
Humour	Réponse soulignant les aspects amusants et ironiques des conflits; dédramatisation
Anticipation	Prévoir une réponse adaptée au conflit ou aux facteurs de stress internes et externes en étant conscient à l'avance de ses propres réactions émotionnelles
Répression	Réponse aux conflits et stress en évitant volontairement de penser à des problèmes, affects, expériences pénibles ou désirs qui provoquent des émotions désagréables
Idéalisation	Attribuer de façon exagérée des qualités à autrui; ne voir que les bons côtés
Annulation	Utiliser des mots ou des comportements visant à annuler ou à compenser symboliquement des pensées, des sentiments ou des actes jugés inacceptables
Pseudo-Altruisme	Manipulation et contrôle de l'autre, formation réactionnelle contre l'agressivité ou satisfaction d'un masochisme moral
Formation réactionnelle	Substituer à un comportement, à des pensées ou à des sentiments personnels inacceptables d'autres qui leur sont opposés

Puisque le coping inclut des efforts conscients et inconscients afin de s'adapter, les mécanismes de défense et le coping ont donc des fonctions très semblables. Il est possible de définir la notion d'adaptation en termes quantitatifs (coping) et qualitatifs (défenses) (Kramer, 2010).

Tableau 2  
Présentation des mécanismes de défense immatures

Mécanismes	Définitions
Passage à l'acte	Comportement impulsif afin de diminuer une tension intérieure
Défenses passives-agressives	Exprimer la colère niée subtilement en utilisant des insinuations ou des comportements non-verbaux
Somatisation	Extérioriser un malaise d'ordre psychique de façon physique
Clivage	Séparer le moi ou l'objet puisqu'il y a présence d'une menace quand les deux partis coexistent
Fantaisie autistique	Fuite dans l'imagerie mentale afin de résoudre des conflits et de libérer des tensions
Déni	Réponse aux conflits et aux stress en refusant de reconnaître certains aspects douloureux de la réalité externe ou de l'expérience subjective
Projection	Attribuer à tort à l'extérieur de soi ou à autrui ses propres pensées, impulsions et sentiments
Rationalisation	Dissimuler les motivations réelles de ses propres pensées, actes ou sentiments, derrière des explications rassurantes, mais erronées, afin de se soustraire aux véritables motifs anxiogènes
Dévalorisation	Attribuer à une personne des défauts exagérés
Dissociation	Altération des fonctions de la conscience, du comportement sensori-moteur, de la mémoire ou de la perception de soi et de l'environnement
Déplacement	Transférer un sentiment ou une réaction d'un objet à un autre objet substitutif (habituellement moins menaçant)
Isolation	Supprimer un affect qui fait référence à une pensée problématique

Selon le modèle d'Haan (1977, 1982), le coping fait appel à un mécanisme qui suscite les processus secondaires permettant à une personne de faire des choix flexibles, d'utiliser à bon escient la modulation et l'expression des affects. Les défenses sont des mécanismes qui au contraire se réfèrent à des processus primaires en déformant la réalité en générant des modèles de fonctionnement rigides chez l'individu. Selon ce modèle, il existe trois degrés de fonctionnement de l'Ego. L'Ego (ou le Moi) représente la structure de la personnalité qui a pour fonction d'assurer les fonctions psychologiques conscientes et inconscientes qui permettent l'aménagement des pulsions ainsi que l'adaptation au monde externe (Racamier, 2007). Ainsi, à la rencontre d'un événement stressant, ce sont les stratégies d'adaptation qui seront d'abord utilisées afin de composer avec le stress. La personne utilise alors une stratégie plus consciente et qui est optimale afin de retrouver un état de calme. Si cette stratégie de coping échoue, c'est-à-dire que l'inconfort provoqué par le stress ne diminue pas suite à la stratégie de coping utilisée, ce sont les mécanismes de défense de l'individu qui se déployeront afin de diminuer la détresse chez la personne. Finalement, si ces deux étapes ne permettent pas de retrouver un certain équilibre interne, c'est l'échec de l'égo qui s'en suit (Kramer, 2010). Cet échec de l'égo consiste en l'incapacité de supprimer les troubles et rétablir l'intégrité du moi.

Toutefois, Chabrol et Callahan (2004) proposent un autre modèle séquentiel où cette fois-ci les mécanismes de défense précèdent les processus de coping. Selon ces auteurs, puisque la défense serait considérée comme étant liée de près à la personnalité selon la définition de Freud (1936, 1993), les processus de coping prendraient place suite à des tentatives d'ajustement à différents niveaux à l'aide de

mécanismes de défense jusqu'à épuisement de ceux-ci. Donc, afin de parvenir à une adaptation optimale, la personne ferait d'abord appel à des défenses matures (haut niveau de la hiérarchie) et éviterait en second lieu d'utiliser des stratégies de coping trop fréquemment puisque la surutilisation du coping peut devenir une défense en soi en raison du conflit interne qui la sous-tend (Chabrol & Callahan, 2004). Cette distinction est importante puisqu'elle permet de différencier les déterminants dans les processus adaptatifs. Ainsi, le coping est essentiellement déterminé par l'extérieur en lien avec les capacités d'adaptation de l'individu, à sa réalité externe, tandis que les défenses sont essentiellement déterminées par des dispositions internes selon la perception de la réalité de l'individu et la distorsion de cette dernière (Kramer, 2010). Les mécanismes de défense facilitent ou diminuent donc l'efficacité des stratégies de coping. Une stratégie adaptative de coping devrait être restreinte par les mécanismes de défense immatures qui la sous-tendent et potentialisée par les mécanismes matures. Si les mécanismes de défense sont matures, les stratégies de coping seront plus efficaces car il y aura moins de chance de distorsion de la réalité.

Ainsi, peu importe la séquence d'apparition, les défenses et le coping ont principalement la même fonction tout en étant de bons prédicteurs de l'ajustement conjugal chez les partenaires amoureux. En effet, le rôle des stratégies d'adaptation ou des mécanismes de défense est largement reconnu pour expliquer les variations observées dans l'ajustement personnel et dyadique (Bouchard & Thériault, 2003; Bullitt & Farber, 2002; Thériault, 2000).

Finalement, bon nombre d'études empiriques appuient le lien entre les stratégies de coping de réévaluation positive/recherche de soutien social, les défenses matures et un ajustement dyadique positif (Bouchard & Thériault, 2003). De l'autre côté, un faible ajustement dyadique est associé à des stratégies de coping telles que la distanciation et l'évitement et à l'utilisation de défenses immatures (Bouchard & Thériault, 2003; Bowman, 1990; Cohan & Bradbury, 1994; Ungerer, et al., 1997). Donc, les mécanismes de défense et les stratégies d'adaptation sont intimement liés tout en ayant des spécificités et auraient conjointement un impact sur l'ajustement conjugal (Bouchard & Thériault, 2003).

### **Rôle de l'attachement, des mécanismes de défense et des stratégies d'adaptation dans la compréhension de l'ajustement conjugal**

Puisque le système d'attachement est activé dans des conditions où il y a présence d'anxiété tout comme les mécanismes de défense ou d'adaptation apparaissent afin de gérer les stress internes et externes, il est donc pertinent de croire que lorsque les femmes vivent des tensions venant du couple lui-même (conflits) ou de l'extérieur, elles feront appel à leurs mécanismes de défense tout en voyant leur système d'attachement s'activer. La relation de couple étant propice à vivre différents facteurs de stress, elle constitue un terrain fertile à l'examen des contributions de l'attachement, des mécanismes de défense et des stratégies de coping pour mieux comprendre l'ajustement dyadique dans le couple.

D'ailleurs, les études montrent que selon le type d'attachement développé, l'utilisation de défenses matures ou immatures ainsi que l'usage de différentes

stratégies de coping seront utilisées chez les partenaires sous des conditions de menace et de stress (Steiner et al., 2007). Selon Sroufe et Waters (1977) ainsi que Goldberg (2000), la théorie de l'attachement permet de comprendre la portée des mécanismes de défense lorsque l'attention est principalement dirigée vers la régulation des affects.

Les résultats de l'étude de Fraley et Brumbaugh (2007) suggèrent que les personnes qui présentent un attachement évitant élevé (non sécurisé) auraient de la difficulté à se souvenir des informations qui se rattachent à leur système d'attachement dû à des manœuvres défensives qui préviennent l'encodage de l'information en lien avec ce système d'attachement.

Les défenses préventives typiques des personnes qui appartiennent à l'attachement de type évitant (non sécurisé) permettent de garder le système d'attachement désactivé. De plus, il est fort possible que les stratégies d'adaptation d'évitement-distanciation soient privilégiées pour cette raison puisque les personnes évitantes semblent ne pas être atteintes émotionnellement. Ces défenses préventives peuvent être fonctionnelles pour la personne qui présente un style d'attachement évitant de type défensif, mais laissera l'entourage et les partenaires de ces personnes inconfortables et insatisfaits (Fraley & Shaver, 1999). C'est donc dire que le type d'attachement évitant (non-sécurisé) laisse place à des défenses qui ont un lien négatif avec l'ajustement dyadique positif puisque ce type d'attachement est caractérisé par l'utilisation de défenses contre l'intimité tandis que la distance émotionnelle permet, dans ce cas, à l'individu de se protéger (Beck & Clark, 2010).

Dans le même ordre d'idées, selon Mikulincer et Orbach (1995), les personnes évitantes (attachement non-sécurisé) ont davantage recours à des défenses et ont une faible accessibilité à leurs souvenirs négatifs.

Somme toute, cela nous amène à comprendre qu'à la rencontre d'une situation stressante, les conjoints doivent s'ajuster. Selon Lopez, Fuendeling, Thomas et Sagula (1997), les personnes qui ont un attachement non sécurisé seraient moins résilientes et auraient davantage tendance à utiliser des stratégies défensives pour composer avec les tensions et conflits d'une relation (Siegel & Spellman, 2002). L'ajustement dyadique est alors régi par notre système d'attachement (modèles opérationnels internes) qui influe à son tour sur la stratégie de coping choisie ainsi que sur les mécanismes de défenses qui se déployeront. Si les défenses immatures, ainsi qu'un coping d'évitement-distanciation amènent un faible ajustement conjugal (Bouchard & Thériault, 2003; Steiner, Erickson, MacLean, Medic, Plattner, & Koopman, 2007; Thériault, 2000) et que le type d'attachement non sécurisé amène un résultat semblable (Harvey & Wensel, 2006), il est clair que ces trois variables contribueraient de façon significative et négativement à l'ajustement conjugal. De façon opposée, un attachement sécurisé, un coping de réévaluation positive/recherche de soutien social et des mécanismes matures prédiraient un meilleur ajustement dyadique au sein du couple (Bouchard & Thériault, 2003). Cette étude vise à vérifier la véracité de ces liens. De plus, elle propose d'examiner la nature de ces liens sur les plans transversal et longitudinal.

### **Hypothèses de recherche**

Cette section comprend cinq hypothèses permettant de vérifier les liens entre chacune des variables ainsi qu'une question de recherche afin d'examiner les contributions uniques et complémentaires de l'attachement, des mécanismes de défense et des stratégies d'adaptation (coping) permettant d'expliquer l'ajustement dyadique dans une portion longitudinale.

1. Il y a un lien positif entre, d'une part, l'anxiété d'abandon et l'évitement de l'intimité, et, d'autre part, les mécanismes de défense immatures, ainsi que le coping de distanciation-évitement (Bouchard & Thériault, 2003).
2. Il y a un lien négatif entre, d'une part l'anxiété d'abandon et l'évitement de l'intimité, et, d'autre part, les mécanismes de défense matures et le coping de réévaluation positive/recherche de soutien social (Beck & Clark, 2010; Bouchard & Thériault, 2003; Pietromonaco et al., 2004 cités dans Domingue & Mollen, 2009).
3. Plus les participants obtiennent des cotes élevées sur les mécanismes immatures et le coping de distanciation-évitement, moins leur niveau d'ajustement conjugal est élevé (Ungerer, Waters, Barnett, & Dolby, 1997; Thériault, 2000; Bouchard & Thériault, 2003; Siegel, 2006; Steiner, Erickson, MacLean, Medic, Plattner, & Koopman, 2007).
4. Plus les participants obtiennent des cotes élevées sur les mécanismes matures et le coping de réévaluation positive/recherche de soutien social, plus leur niveau

d'ajustement conjugal est élevé (Siegel 1992, 1999 cité dans Siegel, 2006; Steiner, Erickson, MacLean, Medic, Plattner, & Koopman, 2007).

5. Les stratégies d'adaptation tout en étant combinées à l'attachement expliqueraient mieux et de façon plus significative l'ajustement dyadique au sein du couple que les mécanismes de défense. L'attachement ayant été largement documenté représente une part non négligeable de l'ajustement des couples pouvant expliquer la satisfaction conjugale (Collins & Read, 1990; Kane, Jaremka, Guichard, Ford, Collins & Freeney, 2007; Shi, 2003). De plus, le coping serait plus facilement observable et mesurable par sa dimension davantage consciente et par le fait qu'il soit déterminé en grande partie par l'extérieur en se traduisant par les capacités d'une personne à s'adapter à sa réalité externe (Kramer, 2010). Tandis que les mécanismes de défense se manifestent davantage par des dispositions internes à travers la perception de la réalité de l'individu et ainsi la distorsion de cette même réalité (Kramer, 2010). Ainsi, les mécanismes de défense faisant appel et émergeant de dispositions internes sont plus difficilement mesurables et expliqueraient moins bien la variance de l'ajustement que le coping chez les couples.

Enfin, une question de recherche est formulée afin d'examiner la relation longitudinale entre l'attachement, les mécanismes de défense, les stratégies de coping et l'ajustement dyadique : Est-ce que l'attachement, les stratégies d'adaptation et les mécanismes de défense sont des déterminants significatifs de l'ajustement dyadique des femmes suite à une période d'une année.

## **Méthode**

À l'intérieur de cette section, il est question de présenter une description de la méthode utilisée lors de la réalisation de cette étude. D'abord, une description de l'échantillon de femmes ayant participé à l'étude sera présentée. Ensuite, la procédure d'échantillonnage sera décrite pour finalement arriver à une description des questionnaires utilisés ainsi que leurs propriétés statistiques.

### **Participants**

Lors de la première cueillette de données, l'échantillon comporte 358 femmes âgées de 18 à 25 ans. L'âge moyen des femmes de cet échantillon est de 20,64 ans ( $\bar{E}T = 2,11$ ). Elles sont hétérosexuelles et vivent présentement une relation conjugale ou elles en ont vécu une au cours de la dernière année. Elles sont donc ou ont été au cours de la dernière année mariées ou en relation de fréquentation. La majorité de ces jeunes femmes sont aux études à temps plein ( $n = 304$ ). Par contre, 18 d'entre elles sont présentement aux études à temps partiel et 35 ne sont plus ou pas aux études. La plupart des participantes ont un emploi soit à temps partiel ( $n = 184$ ) ou à temps plein ( $n = 38$ ), alors que 135 d'entre elles sont sans emploi. Elles ont en moyenne 14,2 années de scolarité ( $\bar{E}T = 1,98$ ). Notons que 13 des jeunes femmes n'ont pas terminé leur secondaire V, huit ont comme diplôme leur secondaire V général, 37 font, ont quitté ou ont terminé des études professionnelles, 217 font, ont quitté ou ont terminé des études collégiales et 79 font, ont quitté ou ont terminé des études universitaires. Elles ont un revenu moyen de 8 096 \$ ( $\bar{E}T = 5 327$ ). Ces participantes

ont choisi de participer à la présente étude sur une base volontaire. Elles ont été sélectionnées au sein de différentes institutions scolaires (universités, collèges, écoles professionnelles, éducation aux adultes, écoles pour décrocheur), auprès des employés du secteur privé (restaurants, boutiques et épiceries) et aussi dans des organismes de ressources communautaires (centre de santé des femmes, centre des femmes, centre d'aide contre la pauvreté des femmes) de la région Mauricie-Centre-du-Québec. Les jeunes filles qui font parties de l'étude sont en relation de fréquentation avec leur partenaire depuis en moyenne 25 mois ( $\bar{E}T = 20$ ). Pour la portion longitudinale de l'étude, les participantes ont été contactées de nouveau après une période d'une année pour remplir les questionnaires. Sur le nombre total de participantes, 208 femmes ont retourné leurs questionnaires complétés, ce qui correspond à 58,1%. Parmi celles-ci, 125 rapportent être avec le même partenaire amoureux, alors que 83 ont changé de partenaires.

### **Déroulement**

Les participantes ont été sélectionnées à partir de la population générale parmi des femmes de 18 à 25 ans de la Mauricie et du Centre-du-Québec. Des assistantes de recherche sont allées sonder différents milieux propices d'être fréquentés par des femmes de ce groupe d'âge (milieu scolaire, de travail et communautaire) dans le but de les rencontrer et de leur demander de répondre à une série de questionnaires auto-administrés portant sur la résolution de conflits conjugaux chez les femmes en relation de fréquentation. Ces questionnaires prennent en moyenne une heure à compléter. Concernant la sollicitation dans les milieux scolaires, elle se faisait dans les classes alors que pour les organismes

communautaires et dans les milieux de travail, les questionnaires étaient remis aux participantes par les intervenants et les employeurs. Le questionnaire était remis aux femmes, accompagné d'une lettre leur expliquant le but de l'étude, ainsi que d'un formulaire de consentement. Finalement, une enveloppe de retour affranchie leur était aussi fournie afin qu'elles puissent retourner le questionnaire. Après à un intervalle de deux semaines, un rappel téléphonique a été fait auprès des participantes qui n'avaient pas retourné leur questionnaire. Six cent dix questionnaires ont été distribués et 358 femmes ont répondu à l'étude pour un taux de participation de 58,69 %. Le questionnaire d'une des participantes n'a pas été retenu puisqu'elle n'avait pas encore atteint la majorité, soit ses 18 ans. Afin de remercier les femmes pour leur participation, elles ont pu percevoir un montant de 5.00\$. Une année plus tard, les participantes sont invitées par courrier à répondre aux mêmes questionnaires.

### **Instruments de mesure**

Les participantes ont rempli différents questionnaires, dont un questionnaire portant sur les renseignements sociodémographiques ainsi que les questionnaires évaluant l'attachement adulte, les mécanismes de défense, les stratégies d'adaptation ainsi que l'ajustement dyadique.

#### **Questionnaire de renseignements sociodémographiques**

Le Questionnaire de renseignements sociodémographiques comporte 30 questions au total. Toutefois, aux fins de la présente étude, les questions qui ont été retenues portent sur l'âge des participantes, le nombre d'années de scolarité, le statut

actuel (étudiant ou non), l'occupation d'un emploi, le revenu, le nombre de mois de fréquentation, le nombre de relations amoureuses sérieuses, les ruptures amoureuses et l'infidélité. Des échelles de types Likert sont utilisées pour certaines questions de même que des questions fermées (par ex. : oui ou non).

### **Questionnaire sur les expériences amoureuses**

Le Questionnaire sur les expériences amoureuses vise à évaluer l'attachement adulte. Il a été développé par Brennan, Clark et Shaver (1998) pour ensuite être traduit et adapté par Lussier (1998). Il comprend 36 items se partageant en deux dimensions : l'évitement de la proximité (18 items) et l'anxiété d'abandon (18 items). Tel que le montrent Mikulincer et Shaver (2007) ainsi que Shaver et Mikulincer (2008), ces deux dimensions permettent de comprendre comment l'attachement adulte se manifeste. En effet, selon Brennan, Clark et Shaver (1998), les différences individuelles qui permettent de classifier les individus selon leur type d'attachement peuvent se traduire selon le niveau d'anxiété de séparation ou d'évitement de l'intimité.

Le Questionnaire sur les expériences amoureuses nécessite que la personne réponde à des énoncés en indiquant à quel point elle se trouve en accord ou en désaccord avec chacun d'eux. L'échelle de type Likert se divise en 7 points allant de Fortement en désaccord (1) à Fortement en accord (7). Brennan, Clark, & Shaver, (1998) obtiennent un coefficient alpha de consistance interne de 0,94 en ce qui a trait à l'échelle de l'évitement et de 0,91 pour ce qui est de l'échelle d'anxiété. De plus, des coefficients de consistance interne de 0,88 (échelle d'évitement) et de 0,88

(échelle d'anxiété) sont retrouvés dans l'étude de Lafontaine et Lussier (2003). Dans la présente cette étude, les coefficients de fidélité sont de 0,90 pour l'échelle d'évitement et de 0,90 pour l'échelle d'anxiété.

### **Questionnaire sur le style défensif**

Le Questionnaire sur le style défensif (DSQ; Bond, 1986; Andrews, Singh, & Bond, 1993) est un questionnaire qui permet d'évaluer l'utilisation de mécanismes de défense par l'individu. Bond et ses collaborateurs (1983) ont développé ce questionnaire de mesures auto-rapportées contenant 67 items afin d'évaluer les possibles dérivés de la conscience à partir des mécanismes de défense. Une version révisée du questionnaire apparaît en 1986 et comprend plutôt 88 items se basant sur les mécanismes de défense présentés dans le DSM-III-R (Andrews et al., 1993). En 1993, ce sont Andrews, Singh ainsi que Bond qui mettent en place la version du questionnaire écourtée, le DSQ40 qui comprend désormais 40 items a été traduit en langue française par Tremblay et Sabourin en 1996. Cette version abrégée (DSQ40) d'Andrews et ses collaborateurs (1993) permet de diviser les mécanismes de défense selon les dimensions mature ou immature qui les caractérisent. Sous chacune des deux dimensions se trouvent différents mécanismes de défense. Les mécanismes de défense matures comprennent la sublimation, l'humour, l'anticipation, la répression, l'annulation, le pseudo-altruisme, l'idéalisation et la formation réactionnelle. Pour les mécanismes immatures, ils comprennent la projection, les défenses passives-agressives, le passage à l'acte (acting out), l'isolation, la dévalorisation, la fantaisie autistique, le déni, le déplacement, la dissociation, le clivage, la rationalisation et la somatisation.

Les participantes doivent encercler la réponse qui correspond le plus à leur opinion concernant chacun des énoncés. Leurs choix de réponses vont de «Fortement en accord» à «Fortement en désaccord» sur une échelle de 1 à 9. Les mécanismes de défense matures obtiennent un coefficient de consistance interne de 0,68. En ce qui concerne les mécanismes immatures, le coefficient est de 0,80 (Andrews et al., 1993). Dans la présente étude, un coefficient alpha de 0,64 est obtenu pour les mécanismes de défense matures et de 0,79 pour les défenses immatures.

### **Questionnaire sur les stratégies d'adaptation**

Le Ways of Coping Questionnaire (WCQ) a été construit par Folkman et Lazarus en 1988 et il comprend à la base 66 items qui sont cotés sur une échelle de type Likert qui se divise en quatre points («Pas utilisé» à «Beaucoup utilisé»; Bouchard, Sabourin, Lussier, Richer, & Wright, 1995). Les items du WCQ évaluent huit stratégies d'adaptation qui sont : la confrontation, la distanciation, l'auto-contrôle, la recherche de soutien social, l'acceptation des responsabilités, l'évitement, la résolution de problèmes et la réévaluation positive. En se basant sur l'étude de Folkman et ses collaborateurs (1986), les coefficients alphas (internes) obtenus pour cette étude sont de 0,59 pour la confrontation, 0,67 pour la distanciation, 0,60 pour l'auto-contrôle, 0,86 pour la recherche de soutien social, 0,58 pour l'acceptation des responsabilités, 0,70 pour l'évitement, 0,68 pour la résolution de problèmes, et enfin 0,78 pour la réévaluation positive.

Bouchard et al. (1995) ont produit une version abrégée du questionnaire à partir d'analyses factorielles réalisées auprès de 506 couples. Il comporte 21 items qui mesurent trois dimensions les plus significatives du WCQ original : la recherche de soutien social, la réévaluation positive ou résolution de problèmes ainsi que la distanciation ou évitement. Ces trois dimensions ont une bonne cohérence interne. Les coefficients obtenus pour la version abrégée du questionnaire sont de 0,85 pour la recherche de soutien social, 0,76 pour la distanciation/évitement et 0,80 pour la réévaluation positive/recherche de soutien social (Bouchard et al., 1995). Dans la présente étude, les coefficients sont de 0,80 pour la recherche de soutien social, 0,83 pour la distanciation/évitement et 0,84 pour la réévaluation positive.

### **Échelle d'ajustement dyadique**

L'Échelle d'ajustement dyadique a été construite par Spanier (1976). Elle est composée de 32 items qui fournissent un résultat global d'ajustement conjugal. La version abrégée de ce questionnaire a été développée par Valois, Sabourin et Lussier en 1998 (cité dans Sabourin, Valois, & Lussier, 2005) et comprend huit items qui permettent de sonder la perception des répondants par rapport à leur vie de couple. Sept des huit items sont cotés sur une échelle de type Likert qui se divise en 6 points (p., ex., allant de toujours en accord à toujours en désaccord). Un seul item se divise sur une échelle en sept points (extrêmement malheureux à parfaitement heureux). Dans la présente étude, le coefficient alpha est de 0,85. Dans la version abrégée, un point de rupture de 27 permet de différencier les conjoints satisfaits de leur relation de ceux qui sont insatisfaits (cette cote correspond au point rupture de 100 habituellement utilisée dans les études utilisant la version originale du questionnaire).

## **Résultats**

Cette section comprend des analyses descriptives, ainsi que des analyses statistiques qui seront utilisées pour vérifier les hypothèses ainsi que la question de recherche.

### **Analyses descriptives**

Dans un premier temps, les analyses descriptives permettent de présenter les moyennes et écart-types pour l'ajustement dyadique de l'échantillon de femmes aux temps 1 et 2 et de présenter l'échantillon en fonction des variables de l'attachement, des stratégies de coping et des mécanismes de défense. Dans un second temps, il y aura une présentation des différentes corrélations entre l'ajustement dyadique aux temps 1 et 2 et les différentes variables sociodémographiques de l'échantillon de notre étude. Finalement, les liens entre les variables d'attachement, de stratégies d'adaptation et de mécanismes de défense avec les variables sociodémographiques seront présentés.

D'abord, en ce qui a trait aux 150 femmes qui n'ont pas complété les questionnaires suite à la période d'une année, des analyses de comparaisons de moyennes montrent qu'elles ne diffèrent pas des 208 femmes qui ont complété les questionnaires dans une perspective longitudinale, et ce, pour l'ensemble des variables à l'étude (ajustement dyadique, attachement, stratégie d'adaptation et mécanismes de défense).

Au premier temps de l'étude, les participantes obtiennent une moyenne d'ajustement conjugal de 30,43 ( $\bar{E}T=6,07$ ). En appliquant le point de rupture, il est permis de constater que 21,6% ( $n = 71$ ) des répondantes présentent de la détresse conjugale alors que 78,4% ( $n = 258$ ) présentent un bon ajustement. Au bout d'une période d'une année, le score moyen des répondantes concernant la qualité de leur vie de couple augmente à 31, 68 ( $\bar{E}T=5,29$ ). Cela permet de constater que 12,8% ( $n = 26$ ) des femmes sont en détresse conjugale (ajustement dyadique faible) tandis que 87,2% des femmes ( $n = 177$ ) présentent un bon niveau d'ajustement au sein de leur couple. Il y a une augmentation de 8,8% des femmes qui sont plus satisfaites de leur relation de couple au bout d'une période d'une année. Par ailleurs, la corrélation entre l'ajustement dyadique au temps 1 et au temps 2 (intervalle d'une année) est de  $r(188)=0,57$ ,  $p = 0,001$ .

En ce qui concerne le questionnaire sur les expériences amoureuses qui mesure les deux dimensions de l'attachement (évitement de l'intimité et anxiété d'abandon), la moyenne des items a été calculée (le score maximum à chaque item est de 7). Une moyenne de 2,13 ( $\bar{E}T=0,89$ ) est retrouvée pour l'évitement de l'intimité. Les résultats indiquent aussi que 38,5% des femmes ( $n = 138$ ) ont obtenu un score au dessus de la moyenne. Pour la dimension de l'anxiété d'abandon, une moyenne de 3,58 ( $\bar{E}T=1,11$ ) est retrouvée. Une proportion de 48,3% des femmes ( $n = 173$ ) ont obtenu un score au dessus de la moyenne.

Pour le questionnaire portant sur les stratégies d'adaptation (coping), il mesure, quant à lui, les trois stratégies qui sont la recherche de soutien, la

réévaluation positive et l'évitement, la moyenne des items a été calculée (le score maximum à chaque item est de 3). La moyenne pour la stratégie de soutien est de 1,17 ( $\bar{E}T=0,63$ ). Une proportion de 45,1% des femmes ( $n = 161$ ) ont obtenu un score au dessus de la moyenne. Les résultats indiquent aussi que 11,5% des répondantes ( $n = 41$ ) utilisent «souvent» (score de 2) ou «beaucoup» (score de 3) la recherche de soutien comme stratégie d'adaptation alors que 88,5% des femmes ( $n = 316$ ) n'ont pas recours de façon significative (scores de 0 ou 1) à cette stratégie. Pour la stratégie de réévaluation positive, une moyenne de 1,25 ( $\bar{E}T=0,61$ ) est obtenue. Une proportion de 48,2% des répondantes ( $n = 172$ ) ont obtenu un score supérieur à la moyenne. De plus, les résultats présentés indiquent que 12,6% des répondantes ( $n = 45$ ) utilisent la réévaluation positive en tant que stratégie d'adaptation lors de conflits de couple (scores de 2 ou 3) tandis que 87,4% des femmes ( $n = 312$ ) y ont recours que de «temps en temps» ou pas du tout (scores de 0 ou 1). Finalement, pour la stratégie de coping d'évitement, une moyenne de 0,79 ( $\bar{E}T=0,67$ ) est obtenue. Une proportion de 43,7% des jeunes femmes ( $n = 156$ ) ont obtenu un score au dessus de la moyenne. Aussi, les résultats de l'analyse statistique démontrent que 7% des répondantes ( $n = 25$ ) utilisent cette stratégie «souvent» ou «beaucoup» (scores de 2 ou 3) en comparaison à 93% des jeunes femmes ( $n = 332$ ) qui utilisent l'évitement pour s'adapter de «temps en temps» ou jamais (scores de 0 ou 1).

Le dernier questionnaire, celui portant sur les mécanismes de défense (DSQ), permet de mettre en évidence l'utilisation des mécanismes de défense matures ou immatures chez les répondantes, la moyenne des items a été calculée (le score maximum à chaque item est de 9). Pour la dimension des mécanismes matures, la

moyenne est de 5,02 ( $\bar{E}T = 0,89$ ). Une proportion de 51,7% des femmes ( $n = 185$ ) ont obtenu un score supérieur à la moyenne. De plus, les résultats démontrent que 12,6% des répondantes ( $n = 45$ ) font appels à des mécanismes de défense matures (scores de 6 et plus) contre 87,4% des jeunes femmes ( $n = 313$ ) qui ne feraient pas appel à cette dimension des mécanismes de défense (scores de 1 à 5). Une proportion de seulement 0,3% des femmes ( $n = 1$ ) de l'échantillon utilisent les défenses matures (cotes de 8 et 9) de façon très importante. Pour la dimension des mécanismes de défense immatures, une moyenne de 3,59 ( $\bar{E}T=0,90$ ) est obtenue. Une proportion de 48,6% des femmes ( $n= 174$ ) ont obtenu un score au dessus de la moyenne. Les résultats indiquent qu'une proportion négligeable de seulement 0,6% des répondantes ( $n = 2$ ) ont recours de façon significative aux mécanismes de défense immatures (scores de 6 ou plus) contre une proportion de 99,4% ( $n = 356$ ) qui utiliseraient peu cette dimension des mécanismes de défense de façon significative (scores de 1 à 5).

Il est aussi intéressant d'aborder les différentes variables sociodémographiques du présent échantillon de femmes, telles que l'âge, le nombre d'années de scolarité, le statut actuel (étudiant ou non), la durée des fréquentations, le nombre de relations amoureuses sérieuses, les ruptures antérieures, l'infidélité du conjoint et l'occupation d'un emploi en lien avec les variables à l'étude. Les résultats laissent voir un lien significatif négatif entre l'âge et le niveau d'ajustement des femmes de l'échantillon. En effet, la corrélation  $r(321) = -0,13$ ,  $p = 0,02$  est significative. Ainsi, plus les femmes seraient âgées, moins elles feraient preuve d'un ajustement conjugal adéquat. De plus, les résultats indiquent un lien significatif négatif entre le nombre d'années de scolarité des femmes de l'échantillon et les

mécanismes de défense immatures avec une corrélation de  $r(344) = -0,17, p = 0,002$ .

Donc, plus les femmes ont d'années de scolarité cumulées, moins elles ont recours aux mécanismes de défense immatures. Dans le même sens, une corrélation négative significative est retrouvée pour le nombre d'années de scolarité cumulées des femmes et l'utilisation du coping d'évitement ( $r(344) = -0,12, p = 0,02$ ). Ainsi, plus les femmes seraient scolarisées, moins elles feraient appel à la stratégie de coping d'évitement.

Il y a un lien significatif négatif entre la durée des fréquentations et la dimension de l'attachement «évitement de l'intimité» ( $r(301) = -0,12, p = 0,03$ ). En effet, plus la durée de fréquentation du partenaire est élevée, moins les conjointes auraient recours à l'évitement de l'intimité dans leur attachement au partenaire. Aussi, les résultats indiquent que plus la durée de fréquentation est élevée, plus les femmes utilisent des stratégies de coping de réévaluation positive pour s'adapter aux difficultés rencontrées au sein du couple ( $r(301) = 0,17, p = 0,003$ ). En ce qui concerne le nombre de relations amoureuses sérieuses vécues, une corrélation positive significative est retrouvée pour l'anxiété d'abandon (dimension de l'attachement) ( $r(351) = 0,14, p = 0,007$ ). Ce résultat indique que plus le nombre de relations amoureuses sérieuses est élevé, plus les répondantes manifestent de l'anxiété d'abandon. Il en est de même pour les mécanismes de défense immatures ( $r(351) = 0,16, p = 0,003$ ). Ainsi, plus le nombre de relations amoureuses sérieuses augmente, plus elles auraient recours à des défenses immatures.

Les résultats des tests de comparaison de moyennes indiquent que les répondantes qui ne sont pas aux études font appel davantage aux défenses immatures ( $M = 3,96$ ;  $\bar{ET} = 1,05$ ), comparativement à celles qui sont aux études ( $M = 3,55$ ;  $\bar{ET} = 0,88$ ). Le test  $t$  est significatif ( $t(355)=0,53$ ,  $p=0,01$ ). Les répondantes qui n'ont pas d'emploi obtiennent une moyenne d'évitement de l'intimité comme dimension de l'attachement plus élevée ( $M = 2,32$ ;  $\bar{ET} = 0,99$ ) que celles qui occupent un emploi ( $M = 2,02$ ;  $\bar{ET} = 0,81$ ;  $t(242,36) = 3,01$ ,  $p = 0,003$ ). Les femmes qui ont déjà vécu une rupture avec leur conjoint actuel ( $n = 78$ ) obtiennent une moyenne d'ajustement conjugal plus faible ( $M = 28,23$ ;  $\bar{ET} = 5,91$ ) que celles n'ayant jamais quitté leur conjoint actuel ( $n = 249$ ;  $M = 31,43$ ;  $\bar{ET} = 5,80$ ;  $t(305) = 4,13$ ,  $p=0,001$ ). De plus, les femmes qui ont déjà quitté leur conjoint utilisent plus de stratégies d'adaptation de recherche de soutien pour faire face à leurs difficultés conjugales ( $M = 1,28$ ;  $\bar{ET} = 0,57$ ) que celles qui n'ont jamais quitté leur conjoint actuel ( $M = 1,11$ ;  $\bar{ET} = 0,6$ ;  $t(325) = -2,1$ ,  $p = 0,037$ ). Enfin, les résultats montrent que les répondantes qui ont déjà quitté leur conjoint utilisent en moyenne plus de stratégies d'évitement ( $M = 0,99$ ;  $\bar{ET} = 0,66$ ), comparativement à celles qui n'ont jamais quitté leur conjoint actuel ( $M = 0,68$ ;  $\bar{ET} = 0,62$ ;  $t(325) = -3,7$ ,  $p < 0,001$ ).

D'autres données sociodémographiques montrent que les répondantes ( $n = 46$ ) dont le conjoint leur a été infidèle rapportent plus d'anxiété d'abandon ( $M = 4,00$ ;  $\bar{ET} = 1,05$ ), comparativement à celles dont le conjoint leur a été fidèle ( $n = 274$ ;  $M = 3,49$ ;  $\bar{ET} = 1,08$ ;  $t(318) = -2,999$ ,  $p = 0,003$ ). Les jeunes femmes dont le partenaire aurait été infidèle obtiennent une moyenne d'ajustement conjugal moins élevée ( $M = 27,82$ ;  $\bar{ET} = 6,93$ ), comparativement à celles dont le partenaire leur

aurait été fidèle ( $M = 31,09$ ;  $\bar{ET} = 5,72$ ;  $t(302)=3,4$ ,  $p = 0,001$ ). Finalement, les jeunes femmes dont le partenaire aurait été infidèle rapportent une moyenne de stratégies de recherche de soutien plus élevée ( $n = 46$ ;  $M = 1,37$ ;  $\bar{ET} = 0,55$ ), comparativement à celles dont le partenaire aurait été fidèle ( $n = 274$ ;  $M = 1,12$ ;  $\bar{ET} = 0,64$ ;  $t(318) = -2,49$ ,  $p = 0,013$ ). Les jeunes femmes dont le partenaire aurait été infidèle utilisent plus de stratégies de réévaluation positive pour faire face à leurs difficultés conjugales ( $M = 1,41$ ;  $\bar{ET} = 0,60$ ), comparativement à celles dont le partenaire aurait été fidèle ( $M = 1,22$ ;  $\bar{ET} = 0,61$ ;  $t(318) = -1,99$ ,  $p = 0,047$ ). Enfin, les jeunes femmes dont le partenaire aurait été infidèle utilisent significativement plus de stratégies d'évitement ( $M = 0,97$ ;  $\bar{ET} = 0,6$ ), comparativement à celles dont le partenaire aurait été fidèle ( $M = 0,72$ ;  $\bar{ET} = 0,64$ ;  $t(318) = -2,40$ ,  $p = 0,017$ ).

Finalement, une analyse factorielle a été réalisée afin de vérifier si les stratégies d'adaptation et les mécanismes de défense mesurent des construits différents. L'analyse factorielle montre clairement que les items des deux questionnaires mesurent des concepts distincts. En ce qui a trait aux items de coping, 19 des 21 items se retrouvent dans trois facteurs, lesquels sont différents des mécanismes de défenses. Il y a seulement un item de coping (item 9) qui ne se retrouve pas dans un des facteurs de coping mais dans les facteurs de mécanismes de défense, alors qu'un autre item (item 5) a des pondérations à la fois dans un facteur de coping (0,45) et de mécanismes de défense (0,41). Enfin, il y a seulement 3 items sur 40 évaluant les mécanismes de défense (14, 17 et 19) qui se retrouvent dans le même facteur que les items du coping en même temps que dans des facteurs de mécanismes de défense. Toutefois, les pondérations sont plus élevées pour les items

17 et 19 dans les facteurs de mécanismes de défense. En somme, il y a lieu de considérer dans les analyses subséquentes les stratégies d'adaptation (coping) et les mécanismes de défense comme des concepts distincts.

### **Analyses statistiques**

Les quatre premières hypothèses seront soumises à des analyses de corrélation. La cinquième hypothèse portant sur l'apport additionnel des mécanismes de défense et des stratégies d'adaptation pour expliquer l'ajustement conjugal sera soumise à une analyse de régression multiple. Également, des analyses de régression multiples permettront de vérifier la composante longitudinale des liens entre l'ajustement dyadique, l'attachement, les stratégies d'adaptation et les mécanismes de défense. La mesure en deux temps à une année d'intervalle par l'administration des questionnaires rendra possible la vérification des liens longitudinaux.

### **Vérification des hypothèses de recherche**

La première hypothèse stipule qu'il y a un lien positif entre, d'une part, l'anxiété d'abandon et l'évitement de l'intimité, et, d'autre part, les mécanismes de défense immatures, ainsi que le coping de distanciation-évitement. Les résultats montrent la présence d'un lien significatif entre l'évitement de l'intimité et les mécanismes de défense immatures ( $r = 0,36, p = 0,001$ ). Le lien entre l'anxiété d'abandon et les mécanismes de défenses immatures est aussi significatif avec une corrélation de  $r(356) = 0,39, p < 0,001$ .

De plus, un lien significatif est trouvé entre la dimension de l'évitement de l'intimité et le coping d'évitement avec une corrélation  $r(355) = 0,34, p < 0,001$  tout comme entre l'anxiété d'abandon et le coping d'évitement avec une corrélation  $r(355) = 0,39, p < 0,001$ . En somme, il existe un lien positif entre, d'une part, l'anxiété d'abandon et l'évitement de l'intimité, et, d'autre part, les mécanismes de défense immatures, ainsi que le coping de distanciation-évitement. La première hypothèse est confirmée.

La deuxième hypothèse précise qu'il y a un lien négatif entre, d'une part l'anxiété d'abandon et l'évitement de l'intimité, et, d'autre part, les mécanismes de défense matures et le coping de réévaluation positive/recherche de soutien social. Les résultats montrent qu'il n'existe pas de lien négatif et significatif entre la dimension de l'évitement de l'intimité et les défenses matures avec un  $r(356) = 0,005, p = 0,93$ . Il n'y a pas non plus de lien significatif entre l'anxiété d'abandon et les défenses matures ( $r(356) = -0,070, p = 0,19$ ).

En ce qui a trait à la stratégie de réévaluation positive/recherche de soutien social, elle est mesurée en tant que variable à deux niveaux soit la réévaluation positive et la recherche de soutien social. D'abord, aucun lien négatif entre l'évitement de l'intimité et la recherche de soutien social n'est obtenu. Contrairement à l'hypothèse de recherche, c'est plutôt un lien significatif positif avec une corrélation de  $r(355) = 0,18, p = 0,001$  qui est obtenu. Ainsi, plus l'évitement de l'intimité est élevé, plus il y aurait une recherche de soutien social utilisée comme stratégie d'adaptation. Il n'y a pas de lien négatif significatif entre l'évitement de

l'intimité et les stratégies de réévaluation positive avec une corrélation de  $r(355) = 0,02, p = 0,70$ . De plus, contrairement à notre hypothèse, les résultats montrent un lien positif significatif entre, d'une part, l'anxiété d'abandon et les stratégies de recherche de soutien social avec un  $r(355) = 0,22, p < 0,001$  et d'autre part, l'anxiété d'abandon et le coping de réévaluation positive avec une corrélation  $r(355) = 0,13, p = 0,02$ . L'hypothèse d'un lien négatif entre, d'une part l'anxiété d'abandon et l'évitement de l'intimité, et, d'autre part, les mécanismes de défense matures et le coping de réévaluation positive/recherche de soutien social n'est donc pas retenue.

La troisième hypothèse énonce que plus les participantes obtiennent des cotes élevées sur les mécanismes immatures et le coping de distanciation-évitement, moins leur niveau d'ajustement conjugal est élevé. Les résultats montrent un lien négatif significatif entre les mécanismes de défense immatures et l'ajustement dyadique avec une corrélation de  $r(327) = -0,29, p < 0,001$ . Il existe aussi un lien négatif significatif entre le coping d'évitement et l'ajustement dyadique avec un  $r(327) = -0,51, p < 0,001$ . Donc, plus les participants obtiennent des cotes élevées sur les mécanismes immatures et le coping de distanciation-évitement, moins leur niveau d'ajustement conjugal est élevé. La troisième hypothèse est donc retenue. Au bout d'une période d'une année, les résultats montrent aussi un lien négatif significatif entre les mécanismes de défense immatures mesurés au temps 1 et l'ajustement dyadique mesuré au temps 2 avec une corrélation de  $r(201) = -0,23, p = 0,001$ . Il en est de même pour le lien entre les stratégies de distanciation-évitement mesurées au temps 1 et l'ajustement dyadique au temps 2 ( $r(201) = -0,26, p < 0,001$ ). Ainsi, plus les participantes obtiennent des cotes élevées sur les mécanismes immatures et le coping

de distanciation-évitement, moins leur niveau d'ajustement conjugal au bout d'une période d'une année est élevé.

La quatrième hypothèse stipule que plus les participants obtiennent des cotes élevées sur les mécanismes matures et les stratégies de réévaluation positive/recherche de soutien social, plus leur niveau d'ajustement conjugal est élevé. L'analyse de corrélations entre les mécanismes de défense matures et l'ajustement dyadique ne montre pas de lien positif significatif avec une corrélation de  $r(327) = 0,03, p = 0,65$ . De plus, les résultats montrent un lien négatif significatif entre les stratégies de recherche de soutien social et l'ajustement dyadique avec un  $r(327) = -0,30, p < 0,001$ , ce qui va à l'encontre de la quatrième hypothèse exposée. Ainsi, ces résultats reflètent que les stratégies de recherche de soutien social seraient associées négativement à l'ajustement dyadique. De plus, la quatrième hypothèse se trouve aussi infirmée en ce qui concerne le lien positif entre les stratégies de réévaluation positive et l'ajustement dyadique puisque la corrélation est négative et significative avec un  $r(327) = -0,15, p = 0,007$ . Il est aussi intéressant d'aller vérifier les liens entre ces variables mesurées au temps 1 et l'ajustement dyadique mesuré après une période d'une année. Les résultats démontrent que le lien positif entre les défenses matures et l'ajustement dyadique au temps 2 devient significatif avec un  $r(201) = 0,18, p = 0,001$ . En ce qui concerne le lien entre la stratégie de recherche de soutien social et l'ajustement dyadique au bout d'une année, aucun résultat significatif n'est retrouvé avec une corrélation de  $r(201) = -0,11, p = 0,104$ . Finalement, pour le lien entre le coping de réévaluation positive et l'ajustement dyadique, toujours dans une perspective longitudinale, c'est plutôt un lien négatif non significatif qui est retrouvé

avec une corrélation de  $r(201) = -0,03, p = 0,659$ . Donc, au bout d'une année de vie de couple, à la fois les stratégies de recherche de soutien social et les stratégies de réévaluation positive ne seraient plus significativement en lien avec l'ajustement des participantes.

La cinquième hypothèse vérifie si les stratégies d'adaptation, tout en étant combinées à l'attachement expliqueraient mieux et de façon plus significative l'ajustement dyadique que les mécanismes de défense. D'abord, les analyses corrélationnelles montrent que l'anxiété d'abandon ( $r(327) = -0,36, p < 0,001$ ) et l'évitement de l'intimité ( $r(327) = -0,61, p < 0,001$ ) sont reliés négativement à l'ajustement conjugal. Une première analyse de régression multiple a été effectuée. L'attachement est une variable ayant une contribution indéniable à la relation de couple, permet d'expliquer sans contredit une grande partie la variance dans l'ajustement des conjoints dans le couple. D'ailleurs, bon nombre d'études font état de sa pertinence et de son apport à l'ajustement dyadique (Collins & Read, 1990; Corcoran & Mallinckrodt, 2000; Feeney, 1999; Kane, Jaremka, Guichard, Ford, Collins & Freeney, 2007; Shi, 2003). Par conséquent, cette variable a été insérée en premier dans l'analyse de régression multiple. Les résultats montrent que les dimensions de l'attachement expliquent 41,9% de la variance observée dans l'ajustement dyadique ( $F(2, 326) = 117,46, p < 0,001$ ). Les stratégies d'adaptation apportent une contribution additionnelle significative de 7,1% à la variance de l'ajustement dyadique ( $\Delta F(3,323) = 14,93, p < 0,001$ ).

Plus précisément, lorsque toutes les autres variables contribuant à l'ajustement dyadique sont contrôlées, les contributions uniques des deux dimensions de l'attachement telles que l'évitement de l'intimité (Bêta = -0,46,  $t(323) = 10,52, p < 0,001$ ) et l'anxiété d'abandon (Bêta = -0,12,  $t(323) = 2,71, p = 0,007$ ) sont significatives. En ce sens, l'anxiété d'abandon et l'évitement de l'intimité expliquent significativement et négativement la variance observée au niveau de l'ajustement des répondantes. Les contributions uniques de deux des trois stratégies d'adaptation sont significatives. Il s'agit de la recherche de soutien (Bêta = -0,12,  $t(323) = 2,31, p = 0,02$ ) et des stratégies d'évitement (Bêta = -0,28,  $t(323) = 5,64, p < 0,001$ ). Ces résultats indiquent que les stratégies de soutien et d'évitement contribuent à expliquer négativement la variance dans l'ajustement dyadique.

Une deuxième analyse de régression multiple a été effectuée avec l'attachement et les mécanismes de défenses. Contrairement aux stratégies d'adaptation, l'apport additionnel des mécanismes de défense combinés aux dimensions de l'attachement ne permet pas d'augmenter significativement la variance expliquée ( $\Delta F(2, 324)=0,070, p = 0,933$ ). Le pourcentage de variance ajoutée est nul.

Ces deux analyses de régression multiple permettent de conclure que les stratégies d'adaptation ont un apport significatif supplémentaire à l'attachement pour expliquer la variance associée à l'ajustement conjugal tandis que les mécanismes de défense n'ajoutent aucune explication à cette variance. L'hypothèse 5 est alors retenue.

### **Vérification de la question de recherche**

Une question de recherche a été formulée afin d'évaluer si l'attachement, les stratégies d'adaptation et les mécanismes de défense peuvent être des déterminants significatifs de l'ajustement dyadique des femmes à la suite d'une période d'une année. La documentation scientifique ne permettait pas de formuler une hypothèse précise. Une seconde mesure soit un an suivant la première cueillette de données permet de vérifier la composante longitudinale des variables à l'étude dans la compréhension de l'ajustement dyadique au sein du couple. D'abord, les analyses corrélationnelles indiquent un lien négatif significatif entre l'évitement de l'intimité mesuré au temps 1 et l'ajustement dyadique mesuré une année suivant la première administration de questionnaires ( $r(201) = -0,40, p < 0,001$ ). Il en est de même pour l'anxiété d'abandon et l'ajustement dyadique avec une corrélation négative significative de  $r(201) = -0,26, p < 0,001$ . Ainsi, plus les partenaires démontrent de l'anxiété d'abandon ou de l'évitement de l'intimité au début de l'étude, moins elles sont ajustées dans leur relation de couple au bout d'une période d'un an.

Une analyse de régression multiple a été effectuée pour prédire les cotes d'ajustement conjugal obtenues au temps 2 de l'étude. Les variables prédictives au temps 1 de l'étude ont été entrées en suivant un ordre prédéterminé. D'abord, la variable d'ajustement conjugal au temps 1 a servi à prédire l'ajustement observé un an plus tard. Dans une deuxième étape, les variables d'attachement, ont été ajoutées. En utilisant la logique découlant des résultats de l'hypothèse cinq, les stratégies d'adaptation ont été entrées dans une troisième étape et les mécanismes de défense dans une quatrième étape.

Les résultats montrent que l'ajustement dyadique demeure significativement stable dans le temps, l'ajustement au temps 1 expliquant 31,9% de la variance observée dans l'ajustement au temps 2 ( $F(1,188) = 88,11, p < 0,001$ ). La contribution des variables d'attachement n'est pas significative ( $R^2 = 0,008, \Delta F(1,186) = 1,11, p = 0,33$ ), ni celle des variables de stratégies d'adaptation ( $R^2 = 0,003, \Delta F(1,183) = 0,26, p = 0,85$ ). Par contre, dans la quatrième étape, les mécanismes de défense ajoutent une contribution significative de 2,8% à la variance expliquée dans l'ajustement dyadique au temps 2 ( $\Delta F(2,181) = 3,88, p = 0,02$ ).

Un examen des contributions uniques montrent que l'ajustement dyadique au temps 1 est lié significativement et positivement à l'ajustement dyadique au temps 2 (Bêta = 0,481,  $t(181) = 5,86, p < 0,001$ ). Également, les mécanismes de défense matures apportent une contribution unique positive et significative (Bêta = 0,17,  $t(181) = 2,78, p = 0,006$ ). Les deux dimensions d'attachement, les trois stratégies d'adaptation et les défenses immatures ne montrent pas de contributions uniques significatives à l'ajustement dyadique dans le temps une fois l'effet des autres variables contrôlé. En somme, plus l'ajustement dyadique au temps 1 de l'étude est élevé, plus l'ajustement dyadique observé au temps 2 est également élevé. Dans le même sens, plus les femmes utilisent des mécanismes matures au temps 1 de l'étude, plus leur ajustement dyadique est élevé au temps 2.

## **Discussion**

L'objectif du présent travail consistait à examiner les contributions uniques et complémentaires des dimensions de l'attachement, des mécanismes de défense et des stratégies d'adaptation (coping) en vue d'expliquer la variance dans l'ajustement conjugal d'un échantillon de jeunes femmes selon une perspective transversale et longitudinale. Dans un premier lieu, une discussion des analyses descriptives permettra de mettre en lumière les principales caractéristiques de notre échantillon de femmes. Ensuite, la vérification des hypothèses de recherche sera discutée. Finalement, la discussion des forces, limites et points de rupture sera exposée.

### **Analyses descriptives**

Un examen des variables descriptives de l'échantillon a d'abord permis de constater qu'au premier temps de l'étude, il y a une minorité de femmes de l'échantillon qui présentent de la détresse conjugale. Donc, les résultats de l'étude s'appliquent davantage à des femmes qui affichent un bon niveau d'ajustement au sein de leur couple. Au bout d'une période d'une année, le score moyen des répondantes concernant la qualité de leur vie de couple augmente et le pourcentage de femmes qui sont satisfaites de leur relation de couple est encore plus élevé. Il est aussi possible de constater que plus le temps de fréquentation des partenaires augmente, plus les conjointes se disent satisfaites de leur vie de couple et elles rapportent avoir moins recours à l'évitement de l'intimité dans leur attachement au

partenaire. Dans le même sens, ces femmes ont davantage recours à des stratégies visant la réévaluation positive des problèmes pour s'adapter aux difficultés rencontrées au sein du couple. Ces résultats corroborent les études empiriques relevées dans la documentation qui appuient les liens positifs entre les stratégies de réévaluation positive/recherche de soutien social, les défenses matures et l'ajustement dyadique (Bouchard & Thériault, 2003). En ce sens, il serait plus facile pour les femmes du présent échantillon d'utiliser des stratégies d'adaptation conscientes telles que la réévaluation positive pour s'ajuster connaissant bien les ressources du couple et s'étant investies émotionnellement sur une plus longue durée de temps. De plus, ces stratégies leur permettent d'être davantage satisfaites de leur relation conjugale.

En ce qui a trait aux deux dimensions de l'attachement, les résultats démontrent qu'une minorité des femmes de l'échantillon présenteraient de l'anxiété d'abandon et de l'évitement de l'intimité, donc ces dernières auraient pour la plupart un attachement de type sécurisé, ce qui en principe contribue à un bon niveau d'ajustement conjugal (Bouchard & Thériault, 2003). D'autres études soutiennent cette affirmation en indiquant que les dimensions de l'attachement adulte telles que l'évitement de la proximité et l'anxiété d'abandon prédisent les comportements de résolution de conflits et la satisfaction conjugale (Corcoran & Mallinckrodt, 2000; Feeney, 1999; Shi, 2003). Cette satisfaction conjugale serait aussi en lien avec le type d'attachement du partenaire. En effet l'étude de Collins et Read (1990) sur l'attachement adulte et la qualité de la relation au sein de couples en fréquentation vient aussi corroborer le fait que les femmes qui ont un partenaire se sentant à l'aise

avec l'intimité (attachement sécurisé) étaient plus positives par rapport à leur relation. Il serait en ce sens intéressant d'approfondir ultérieurement notre recherche en tenant compte des types d'attachement des partenaires et leurs influences mutuelles en lien avec la satisfaction conjugale des femmes.

De plus, récemment, en 2012, des chercheurs de notre équipe (Brassard, Péloquin, Lussier, Sabourin, Lafontaine, & Shaver) ont pu déterminer des points de coupure de l'attachement à partir d'un important échantillon de 4184 adultes. En effet, Brassard et ses collaborateurs (2012) citent Mikulincer et Shaver (2007) en soulignant l'importance d'être prudents à l'égard des quatre styles d'attachement qui avaient été dégagés avec la version initiale du questionnaire de Brennan et al. (1998). En ce sens, les premiers points de coupure qui avaient été proposés pour déterminer les quatre types d'attachement n'étaient pas nécessairement fiables à des fins cliniques malgré ses bonnes propriétés psychométriques. Lorsque nous appliquons ces nouveaux points de coupure au présent échantillon, la plupart des répondantes sondées ont un style d'attachement de type sécurisé (42,2%) ou préoccupé (29,9%), tandis qu'une proportion négligeable (8,7%) de femmes ont un style d'attachement détaché. Une proportion de 19,3% des femmes se retrouvent dans le style d'attachement craintif. D'autre part, suite à une période d'une année, l'échantillon de répondantes est toujours principalement formé de femmes qui ont un type d'attachement sécurisé (48,3%) ou préoccupé (29%), tout en impliquant peu de répondantes qui se classent dans les catégories de l'attachement de type détaché (8,2%) ou craintif (14,5%).

Par ailleurs, les analyses descriptives montrent que les femmes qui cumulent plusieurs relations amoureuses sérieuses présenteraient davantage d'anxiété d'abandon et auraient aussi recours à des défenses immatures. Les croyances, les valeurs ainsi que les attentes par rapport aux relations sont teintées des expériences cumulatives des partenaires (Simpson & Rholes, 1994; Soares, Fremmer-Bombik, Grossmann, & Silva, 2000). En effet, dans la mesure où une jeune femme connaît un nombre important de ruptures, donc peu de stabilité conjugale, elle peut par la suite craindre de vivre à nouveau une éventuelle blessure émotive résultant d'un lien d'attachement fortement ébranlé.

L'infidélité que les femmes rapportent avoir subie dans leur relation est liée à davantage d'anxiété d'abandon. Il serait intéressant de savoir si cette anxiété, reflétant un attachement non sécurisé, est une cause ou une conséquence d'une trahison sentimentale de la part du conjoint, qui laisse place à plusieurs manifestations teintées d'insécurité. L'infidélité du conjoint est aussi reliée à l'utilisation de stratégies de recherche de soutien social plus élevée. De plus, il est possible de voir que ces femmes utilisent plus de stratégies de réévaluation positive pour faire face à leurs difficultés conjugales, comparativement à celles dont le partenaire aurait été fidèle. Ces stratégies d'adaptation permettent probablement aux jeunes femmes de calmer leur insécurité en ayant soit recours à une aide extérieure au couple ou en réévaluant la situation douloureuse d'une façon plus positive.

Finalement, les stratégies orientées vers l'évitement du problème et la recherche de soutien social sont aussi des stratégies d'adaptation utilisées par les

jeunes femmes de l'échantillon qui ont déjà quitté leur conjoint. Les stratégies d'adaptation sont en quelque sorte des médiateurs entre les stresseurs conjugaux et la satisfaction rapportée au sein des mariages. Pour Folkman et Lazarus (1988), les stratégies d'adaptation guident l'évaluation que fera l'individu d'un facteur ou d'une situation de stress au sein du couple et déterminent aussi les perceptions de l'individu face à son ajustement au sein du couple. Ainsi, ces femmes qui ont connu une insatisfaction conjugale importante peuvent effectivement éviter de faire face aux conflits et rechercher un soutien extérieur à la relation.

Deux dernières données sociodémographiques attirent notre attention, l'âge des femmes du présent échantillon et leur nombre d'années de scolarisation. Les résultats indiquent que plus les femmes seraient âgées, moins elles feraient preuve d'un ajustement conjugal adéquat. Il est alors possible de croire que plus les femmes avancent en âge, plus elles pourraient avoir des critères de satisfaction conjugale élevés et elles pourraient avoir davantage conscience des difficultés que présente leur couple, d'où leur moins bonne satisfaction à l'égard de leur vie conjugale. En ce sens, il est possible de penser qu'en ayant ciblé un échantillon de jeunes femmes, cela peut fort probablement expliquer en partie la grande proportion des répondantes de l'étude qui se disent satisfaites conjugalement. Pour le nombre d'années de scolarisation, les résultats suggèrent que plus les femmes sont scolarisées, moins elles ont recours aux mécanismes de défense immatures et moins elles feraient appel à la stratégie d'évitement. De telles données pourraient sûrement être intéressantes pour les cliniciens qui interviennent avec des femmes qui rapportent des difficultés conjugale et qui ont des caractéristiques sociodémographiques similaires.

### **Hypothèses de recherche**

Les études recensées montrent que dépendant du type d'attachement qui s'est développé entre les partenaires du couple, il y aura une nette préférence pour l'utilisation de défenses matures ou immatures ainsi que des stratégies d'adaptation spécifiques lorsque ces derniers vivront un conflit qui amène un certain niveau de tension dans le couple (Steiner et al., 2007). La qualité de la relation de couple est donc tributaire, non seulement de la quantité et de l'intensité des difficultés entre les conjoints, mais aussi de la façon dont ils vont composer avec les stress et les conflits vécus au sein du couple (Cohan & Bradbury, 1994; Shi, 2003). La présente étude corrobore cette affirmation en dégageant des relations entre chacune des variables à l'étude. D'abord, les résultats confirment la première hypothèse et montrent que les deux dimensions d'attachement (l'anxiété d'abandon et l'évitement de l'intimité) sont positivement liées aux mécanismes de défense immatures, ainsi qu'aux stratégies de distanciation-évitement. D'autres études ont obtenu des résultats similaires avec les mécanismes immatures (Harvey & Wensel, 2006). Il est possible de croire que pour les femmes affichant une insécurité d'attachement, le recours à une protection plus ou moins consciente comme par exemple le déni (refuser la réalité d'une perception vécue comme menaçante), la rationalisation (justifier logiquement son ressenti afin de se soustraire aux véritables motifs anxiogènes) ou la projection (attribuer à l'extérieur de soi ou à autrui des pensées, comportements et émotions; American Psychiatric Association, 2000 ; Chabrol & Callahan, 2004 ; Cyrilnik, 2002 ; Ionescu, Jacquet, & Lhote, 1997 ; Perry, Guelfi, Despland & Hanin, 2004) devient une façon de composer avec une anxiété d'abandon importante de même qu'une crainte à s'investir (évitement de l'intimité) dans une relation qui

pourrait les exposer à une éventuelle blessure. Ces mécanismes protecteurs sont toutefois inadaptés, car les défenses immatures ne permettent qu'un soulagement temporaire en diminuant l'impact du stress vécu chez les femmes et en supprimant aussi une partie des affects anxiogènes par une distorsion de la réalité vécue, sans gérer efficacement la situation.

Tout comme Pearlin et Schooler (1978), nous pouvons considérer que les personnes évitant l'intimité montrent une faible accessibilité à leurs souvenirs négatifs. Considérant que les mécanismes de défense sont des processus psychiques inconscients visant à réduire ou à annuler les effets désagréables des dangers réels ou imaginaires (Ionescu et al., 1997), ils ont une fonction protectrice dans le couple pour la personne qui craint l'intimité et/ou qui a peur d'être abandonnée.

En ce sens, il est possible de reprendre les analyses de corrélations portant sur les jeunes femmes de l'échantillon pour chacun des mécanismes de défense spécifiques, soit matures ou immatures, afin de vérifier lesquels pourraient servir de facteur protection. Les résultats permettent d'avancer qu'au bout d'une année de fréquentation, l'humour (réponse soulignant les aspects amusants et ironiques des conflits) revient comme stratégie d'adaptation reliée positivement à l'ajustement tout comme au premier temps de notre étude. De plus, nous pouvons constater que l'anticipation, prévoir une réponse adaptée au conflit en étant conscient à l'avance de ses propres réactions émotionnelles, de même que le pseudo-altruisme, la formation réactionnelle contre l'agressivité et la satisfaction d'un masochisme moral, sont aussi reliés à long terme à un bon niveau d'ajustement.

Du côté des défenses immatures, les analyses corrélationnelles montrent que le passage à l'acte (comportement impulsif afin de diminuer une tension intérieure), la fantaisie autistique (fuite dans l'imagerie mentale afin de résoudre des conflits et de libérer des tensions), le clivage (séparer le moi ou l'objet puisqu'il y a présence d'une menace quand les deux partis coexistent) de même que la somatisation (extérioriser un malaise d'ordre psychique de façon physique) sont aussi reliés à long terme à un ajustement déficient.

Par ailleurs au niveau des stratégies conscientes, Pearlin et Schooler (1978) indiquent que l'efficacité des stratégies d'adaptation à l'égard du stress vécu joue un rôle davantage central au sein du mariage, comparativement à tout autre contexte social. Les résultats de notre étude permettent de conclure tout comme l'étude de Bouchard et Thériault (2003) de même que celle de Lussier, Sabourin et Turgeon (1997) qu'un attachement non sécurisé est associé à l'utilisation de stratégies visant à se distancier des problèmes et à éviter de leur faire face. Évidemment, les partenaires féminines qui sont encore une fois inconfortables avec l'intimité ou qui présentent une importante anxiété d'abandon chercheront à s'ajuster aux inconforts suscités soit par leurs besoins non satisfaits ou soit par les demandes de leur partenaire amoureux. Elles chercheront à s'éloigner des facteurs anxiogènes résultant du conflit. Par exemple, pour les partenaires évitantes, ces stratégies auront une fonction de protection émotionnelle. En effet, ces stratégies préventives peuvent être fonctionnelles pour la personne qui présente un style d'attachement évitant (Fraley & Shaver, 1999). En ce qui a trait aux femmes vivant de l'anxiété d'abandon, elles ont

le réflexe de ne pas aborder les problèmes par peur que le conflit dégénère et qu'elles soient exposées à vivre le rejet de leur conjoint.

C'est donc dire que l'insécurité des femmes les amène à déployer des défenses immatures lorsqu'elles rencontrent un conflit et à avoir recours à l'utilisation de stratégies de distanciation qui ne leur permet cependant pas d'aborder directement les problèmes vécus dans leur couple (Bouchard & Thériault, 2003; Bowman, 1990; Cohan & Bradbury, 1994; Ungerer, et al., 1997).

Il en est autrement lorsque nous nous attardons à notre seconde hypothèse stipulant qu'il y a un lien négatif entre, d'une part, l'anxiété d'abandon et l'évitement de l'intimité, et, d'autre part, les mécanismes de défense matures et les stratégies de réévaluation positive/recherche de soutien social. Contrairement à ce qui avait été démontré dans les études portant sur l'attachement et l'utilisation des défenses (Beck & Clark, 2010; Bouchard & Thériault, 2003; Pietromonaco et al., 2004 cités dans Domingue & Mollen, 2009), les résultats de la présente étude ne permettent pas de conclure qu'il existe un lien significatif négatif entre l'évitement de l'intimité et le recours aux défenses matures. Pourtant, un type d'attachement sécurisé caractérisé par un faible niveau d'évitement de l'intimité devrait normalement conduire à un ajustement plus adapté (Harvey & Wensel, 2006), surtout lorsque nous considérons que les défenses matures permettent de chasser les affects négatifs créés par la menace sans changer ou modifier notre perception de la réalité (Kwon, 2002). De plus, les résultats montrent un lien non significatif entre l'anxiété d'abandon et les défenses matures. La relation entre les deux dimensions de l'insécurité d'attachement

et les mécanismes de défenses matures est probablement plus complexe qu'elle n'apparaît au premier regard. Serait-il possible que cette relation ne soit pas linéaire ? Par exemple, plus les femmes utiliseraient des mécanismes matures, moins elles auraient besoin d'éviter l'intimité avec leur conjoints, mais à partir d'un certain seuil l'utilisation des mécanismes matures seraient associés positivement à de l'évitement afin de leur permettre de se protéger dans une relation non satisfaisante pour elles. Le lien entre ces variables serait donc représenté par la forme d'un U. Ou encore serait-il possible que la relation entre l'insécurité d'attachement et les mécanismes matures soit modulée par la l'existence d'autres variables, comme par exemple, la présence d'enfants, l'engagement dans la relation ou la santé mentale ? Ces pistes de réflexion mériteraient d'être investiguées dans de prochaines études.

En ce qui a trait aux stratégies de réévaluation positive et de recherche de soutien social, d'abord, aucun lien négatif entre l'évitement de l'intimité et la recherche de soutien social n'est obtenu. Contrairement à l'hypothèse de recherche, c'est plutôt un lien significatif positif qui est obtenu. Ainsi, plus la dimension de l'attachement «évitement de l'intimité» est élevée, plus les femmes rechercheraient à être soutenues par leur entourage. Ce résultat mérite d'être discuté afin de comprendre comment les partenaires féminines peuvent en arriver à utiliser la recherche de soutien social malgré une grande prudence à s'investir émotionnellement dans leur couple. Dans cette optique, le fait d'aller chercher une aide extérieure à celle du couple pourrait être une forme de compromis. Avoir recours au soutien extérieur est moins impliquant que de devoir aborder directement le conflit avec leur conjoint. La recherche de soutien social serait alors une

alternative à s'investir profondément dans la relation elle-même en ayant recours à une solution externe au couple.

D'un autre côté, il n'y a pas non plus de lien négatif et significatif entre l'évitement de l'intimité et les stratégies de réévaluation positive. Pourtant, selon Bouchard et Thériault (2003), un attachement sécurisé, (représenté par un bas niveau d'évitement et un bas niveau d'anxiété) et un coping de réévaluation positive/recherche de soutien social prédiraient un meilleur ajustement dyadique au sein du couple. Il aurait intéressant de tenir compte de la nature et de l'intensité des conflits rencontrés par le couple, car elles pourraient être une réponse à l'absence de résultats. En effet, il se peut qu'en présence de conflits d'intensité mineure ou encore en présence de conflits ne touchant pas leur incapacité d'intimité, les femmes évitantes soient capables d'évaluer positivement leurs difficultés de couple.

De plus, contrairement à notre hypothèse, les résultats montrent un lien positif significatif entre, d'une part, l'anxiété d'abandon et les stratégies de recherche de soutien social et d'autre part, l'anxiété d'abandon et le coping de réévaluation positive. D'autres auteurs ont obtenu des résultats similaires (Beck & Clark, 2010; (Harvey & Wensel, 2006). L'anxiété d'abandon est principalement le résultat d'une insécurité affective qui comporte une recherche active de soutien chez le conjoint. Il se peut fort probablement que les conjointes qui font des efforts soutenus auprès d'un conjoint plus ou moins disponible puissent avoir recours à une stratégie de réévaluation positive afin de calmer leur anxiété en considérant davantage les aspects positifs de leur couple plutôt que ceux qui amènent un inconfort. Il en est de même

pour la recherche de soutien social qui permet encore une fois de trouver une source de réconfort à l'extérieur du couple en raison d'un conjoint qui peut se montrer plus distant ou encore parce que les manifestations d'amour de leur conjoint ne sont pas suffisantes pour combler leur anxiété et qu'elles ont besoin de rechercher une reconnaissance à l'extérieur. Les personnes manifestant de l'anxiété d'abandon ont un grand besoin d'être rassurées et toutes les formes de soutien seraient alors bienvenues.

Par ailleurs, le rôle des stratégies d'adaptation et des mécanismes de défense est largement reconnu pour expliquer les variations observées dans l'ajustement personnel et dyadique (Bouchard & Thériault, 2003; Bullitt & Farber, 2002; Thériault, 2000; Bouchard, Sabourin, Lussier, Wright, & Richer, 1998; Bouchard, Sabourin, Lussier, Richer, & Wright, 1995). En ce qui a trait à la troisième hypothèse énonçant que plus les participantes obtiennent des cotes élevées sur les mécanismes immatures et le coping de distanciation-évitement, moins leur niveau d'ajustement conjugal est élevé, elle a pris appui sur plusieurs études (Ungerer, Waters, Barnett, & Dolby, 1997; Thériault, 2000; Bouchard & Thériault, 2003; Siegel, 2006; Steiner, Erickson, MacLean, Medic, Plattner, & Koopman, 2007). Les présents résultats confirment cette hypothèse. Donc, plus les participants obtiennent des cotes élevées sur les mécanismes immatures et le coping de distanciation-évitement, moins leur niveau d'ajustement conjugal est élevé. Afin d'expliquer ces résultats, il est possible de penser qu'une défense immature comme, par exemple, l'isolation (supprimer un affect qui fait référence à une pensée problématique) ou l'utilisation de défenses passives-agressives (exprimer la colère niée subtilement en utilisant des insinuations

ou des comportements non-verbaux), puisse temporairement servir aux conjointes à abaisser leur niveau d'anxiété face à une difficulté conjugale sans pour autant permettre de régler explicitement la problématique afin de s'ajuster adéquatement dans leur relation. Il en est de même pour la stratégie de distanciation-évitement qui permet tout comme les mécanismes de défense immatures d'éviter de faire face directement au conflit. Elle favorise en quelque sorte la fuite de la problématique en prenant une distance ou en évitant la source anxiogène au sein du couple tout comme une personne le ferait avec une défense immature comme le déni qui est utile afin de s'éloigner d'une réalité menaçante. Les données recueillies constituent une preuve de plus que ces mécanismes d'adaptation (défenses immatures et coping de distanciation-évitement) qui permettent d'éviter de front une réalité anxiogène ne permettent pas un ajustement adéquat des femmes dans leur couple (Ungerer, Waters, Barnett, & Dolby, 1997; Thériault, 2000; Bouchard & Thériault, 2003; Siegel, 2006; Steiner, Erickson, MacLean, Medic, Plattner, & Koopman, 2007). Il serait intéressant de voir comment de tels mécanismes interagissent avec ceux utilisés par leur conjoint.

Au bout d'une période d'une année, les résultats montrent aussi un lien négatif significatif entre les mécanismes de défense immatures, les stratégies de distanciation-évitement et l'ajustement dyadique. C'est donc dire qu'à court terme, un ajustement conjugal déficient peut aussi être associé à une immaturité des défenses et des stratégies visant la distanciation et l'évitement des problèmes manifestés une année auparavant. Il y aurait donc une certaine stabilité au niveau d'un ajustement dyadique précaire lorsque les conjointes font appels à des défenses

immatures et des stratégies de distanciation-évitement. Il serait important de voir si l'ajustement se détériore à moyen et long terme. Ainsi, il serait possible d'évaluer la relation entre ces variables ainsi que la possibilité que les mécanismes de défense immatures et les stratégies de distanciation-évitement puissent être considérées comme des facteurs de risque à la détresse conjugale.

La quatrième hypothèse stipule que plus les participants obtiennent des cotes élevées sur les mécanismes matures et les stratégies de réévaluation positive/recherche de soutien social, plus leur niveau d'ajustement conjugal est élevé. D'abord, l'analyse de corrélations entre les mécanismes de défense matures et l'ajustement dyadique dans la présente étude ne montre pas de lien positif significatif, contrairement à ce que démontrent les recherches (Bouchard & Thériault, 2003). Une des explications probables pourrait reposer sur le type de défenses matures que les femmes du présent échantillon privilégient, si l'on s'appuie sur l'approche hiérarchique qui classe les défenses matures et immatures selon leur degré de complexité (DSM-IV, 1994; 1996; DSM-IV-TR, 2000; Perry, 2004). Par exemple, les défenses matures telles que l'humour (réponse soulignant les aspects amusants et ironiques des conflits) ou l'anticipation (prévoir une réponse adaptée au conflit en étant conscient à l'avance de ses propres réactions émotionnelles) permettent peut-être un ajustement significativement plus adapté, du fait qu'elles présentent un caractère moins complexe et plus conscient de la réalité extérieure que les défenses matures comme l'idéalisation (attribuer de façon exagérée des qualités à autrui) ou la suppression (rejet hors de la conscience volontairement des affects, expériences ou désirs qui provoquent de l'anxiété). Selon cette perspective, il

pourrait s'avérer intéressant d'identifier lesquels des mécanismes de défense matures sont davantage privilégiés par le présent échantillon de femmes dans différentes situations et interactions conjugales.

Les résultats montrent un lien négatif significatif entre les stratégies de recherche de soutien social et l'ajustement dyadique, ce qui va à l'encontre de la quatrième hypothèse exposée. Contrairement à ce que les recherches démontrent (Siegel 1992, 1999 cité dans Siegel, 2006; Steiner, Erickson, MacLean, Medic, Plattner, & Koopman, 2007), les résultats de notre étude montrent que plus les femmes ont recours à des stratégies de recherche de soutien social, moins elles rapportent une bonne satisfaction, cohésion, consensus et intimité dans leur couple. La quatrième hypothèse se trouve aussi infirmée en ce qui concerne le lien positif entre les stratégies de réévaluation positive et l'ajustement dyadique puisque la corrélation est négative et significative. Les présents résultats devront être répliqués par d'autres études.

Dans cette optique, il est possible que dans un contexte où la conjointe déploie des efforts soutenus auprès d'un conjoint plus ou moins disponible, elle puisse avoir recours à une stratégie de réévaluation positive afin de calmer son anxiété en considérant davantage les aspects positifs du couple plutôt que ceux qui amènent un inconfort, et que la recherche de soutien social permette aussi de trouver une source de réconfort à l'extérieur du couple. En ce sens, ces stratégies ne permettent probablement pas un ajustement adéquat. Selon cette interprétation, le fait de considérer plus particulièrement les côtés positifs de la relation afin de se

soustraire au caractère anxiogène des difficultés ne peut permettre de s'adapter réellement à ce qui nuit à la relation. Ces femmes préfèrent donc idéaliser d'une certaine façon la relation en ne cherchant pas réellement à s'ajuster à la difficulté. À ce titre, il serait intéressant de vérifier les contributions uniques d'une défense mature comme l'idéalisation et celle de la réévaluation positive dans l'ajustement conjugal, elles pourraient expliquer de façon semblable un faible ajustement conjugal. Il en est de même lorsque nous cherchons à expliquer comment la stratégie de recherche de soutien social est liée négativement à l'ajustement dyadique. En effet, cette stratégie permet, entre autres, de trouver une source de réconfort à l'extérieur du couple au détriment de l'ajustement des conjoints à même la relation conjugale, l'ajustement dyadique devenant ainsi inefficace. Ces relations, davantage contre-intuitives, devront faire l'objet d'une plus grande investigation.

Lorsqu'il est question de considérer les présents résultats dans une perspective longitudinale, c'est-à-dire au bout d'une période d'une année, les résultats démontrent que le lien positif entre les défenses matures et l'ajustement dyadique devient significatif. La durée d'une relation de couple peut effectivement donner la chance aux conjoints de mieux cerner les besoins de chacun et de s'y adapter différemment selon les stratégies d'adaptation qui ont fonctionnées ou non. La durée de la relation conjugale pourrait ainsi permettre de favoriser l'utilisation plus judicieuse de mécanismes de défense adaptatifs permettant un ajustement conjugal davantage satisfaisant. Par exemple, une défense mature comme l'anticipation (prévoir une réponse adaptée au conflit en étant conscient à l'avance de ses propres réactions émotionnelles) pourrait être davantage efficiente par son degré

moins complexe et plus mature dans la hiérarchisation des défenses pour s'ajuster aux difficultés du couple qu'un autre type de défense mature. Il est alors possible que la perspective du temps, donc la durée de la relation conjugale, puisse amener les conjointes à avoir davantage recours à des défenses plus adaptées à la réalité de leurs difficultés conjugales.

Toujours dans une perspective longitudinale, les liens négatifs entre les stratégies de recherche de soutien social et de réévaluation positive avec l'ajustement dyadique deviennent quant à elles non significatives avec le temps. Donc au bout d'une année de couple, il est possible de croire que l'impact négatif de ces stratégies de coping est moindre sur la qualité de l'ajustement conjugal. Considérant que l'impact du coping de distanciation-évitement est quant à lui significatif et négativement en lien avec l'ajustement dyadique des conjointes au bout d'une période d'une année, il serait intéressant de vérifier si ce type de coping deviendrait une stratégie de rechange à la recherche de soutien social ou à la réévaluation positive puisqu'il permettrait d'une certaine façon de fuir les difficultés dans la relation elle-même. Une analyse minutieuse des différents contextes relationnels dans lesquels chaque mécanisme est utilisé pourrait s'avérer intéressante dans la perspective longitudinale.

La cinquième hypothèse a permis de vérifier si les stratégies d'adaptation, tout en étant combinées à l'attachement permettaient d'expliquer une plus grande portion de la variance associée à l'ajustement dyadique que les mécanismes de défense. Cette dernière hypothèse s'est avérée juste. En effet, l'attachement est une

variable ayant une contribution indéniable à la relation de couple permettant d'expliquer sans contredit une grande partie la variance dans l'ajustement des conjoints dans le couple. D'ailleurs, bon nombre d'études font état de sa pertinence et de son apport à l'ajustement dyadique (Collins & Read, 1990; Corcoran & Mallinckrodt, 2000; Feeney, 1999; Kane, Jaremka, Guichard, Ford, Collins & Feeney, 2007; Mikulincer & Shaver, 2007; Shi, 2003). Les résultats vont dans ce sens en démontrant que les dimensions de l'attachement expliquent 41,9% de la variance observée dans l'ajustement dyadique des participantes, tandis que les stratégies d'adaptation apportent une contribution additionnelle significative de 7,1% à la variance de l'ajustement dyadique.

Plus précisément, lorsque les autres variables contribuant à l'ajustement dyadique sont contrôlées, les contributions uniques des deux dimensions de l'attachement telles que l'évitement de l'intimité et l'anxiété d'abandon sont significatives. En ce sens, l'anxiété d'abandon et l'évitement de l'intimité expliquent significativement et négativement la variance observée au niveau de l'ajustement des répondantes. L'étude de Shi (2003) appuie ce constat en soulevant que les dimensions de l'attachement adulte telles que l'évitement de la proximité et l'anxiété d'abandon prédisent les comportements de résolution de conflits et la satisfaction conjugale. Les contributions uniques de deux des trois stratégies d'adaptation sont aussi significatives. Il s'agit de la recherche de soutien et des stratégies d'évitement. En effet, selon Bouchard et Thériault (2003) et selon Lussier, Sabourin et Turgeon (1997), les partenaires ayant un attachement sécurisé utilisent, entre autres, des stratégies de recherche de soutien social, tandis que les partenaires non sécurisées

utiliseront le coping de distanciation/évitement. Par contre, les présents résultats indiquent que les stratégies de soutien et d'évitement contribuent tous les deux à expliquer négativement la variance dans l'ajustement dyadique. Nous pouvons en comprendre que la recherche de soutien social ne permet pas d'aborder directement le conflit tout comme c'est le cas pour la stratégie d'évitement. Une autre explication pourrait nous permettre de comprendre comment les stratégies de recherche de soutien peuvent expliquer négativement et significativement la variance dans l'ajustement conjugal. Lorsque nous considérons l'étude de Kramer (2010), nous pouvons supposer qu'une stratégie adaptative de coping peut être restreinte par des mécanismes de défense immatures qui la sous-tendent. Dans la mesure où les femmes de notre échantillon font appel à des mécanismes de défense immatures, les stratégies de coping qu'elles utiliseront, (p. ex., la recherche de soutien social) seront moins efficaces au niveau de l'ajustement dyadique car il y aura davantage de chance de distorsion de la réalité. De tels effets d'interaction entre le coping et les défenses immatures devront être scrutés minutieusement dans une future étude.

Contrairement aux stratégies d'adaptation, l'apport additionnel des mécanismes de défense combinés aux dimensions de l'attachement ne permet pas d'augmenter significativement la variance expliquée. Le pourcentage de variance ajoutée est nul. Ainsi, les stratégies d'adaptation ont un apport significatif supplémentaire à la variance associée à l'ajustement des couples tandis que les mécanismes de défense n'y ajoutent aucune explication à cette variance. Puisque les mécanismes de défense immatures sont corrélés négativement à l'ajustement dyadique, c'est donc dire qu'en tenant compte de l'attachement, les mécanismes

immatures se confondent aux manifestations de l'insécurité. Il serait intéressant de voir comment se manifeste l'évitement de la proximité au travers de mécanismes immatures, comme le déplacement, la dissociation, le clivage, la rationalisation, le déni et la dévalorisation. En effet, il se peut fort bien que ces mécanismes permettent aux conjointes de maintenir leur système d'attachement désactivé pour garder une distance émotionnelle face aux difficultés anxiogènes. Par exemple, la rationalisation servirait à justifier logiquement ses jugements, conduites et sentiments afin de se soustraire aux véritables motifs anxiogènes permet de préserver cette distance émotionnelle par une explication dite rationnelle des facteurs anxiogènes. De plus, il faudrait voir comment l'anxiété d'abandon fait appel à des mécanismes de dévalorisation, de projection, de passage à l'acte et d'attitudes passives-agressives. Effectivement, il est possible de croire que l'hyperactivation du système d'attachement par la recherche active d'un réconfort chez le partenaire liée la plupart du temps à une importante anxiété d'abandon puisse fort probablement amener les partenaires féminines à faire appel à des défenses immatures pour se protéger contre ce malaise résultant de l'absence d'un réconfort satisfaisant chez le conjoint. Par exemple, une façon de calmer cette détresse pourrait résulter en l'utilisation de la projection permettant d'attribuer à l'extérieur de soi ou à autrui des pensées, comportements et émotions.

Finalement, une question de recherche a été formulée afin d'évaluer si l'attachement, les stratégies d'adaptation et les mécanismes de défense peuvent être des déterminants significatifs de l'ajustement dyadique des femmes à la suite d'une période d'une année. Il faut prendre en considération que la documentation

scientifique ne permettait pas de formuler une hypothèse précise. Les résultats montrent que l'ajustement dyadique demeure significativement stable dans le temps, l'ajustement au temps 1 expliquant 31,9% de la variance observée dans l'ajustement au temps 2. La contribution des variables d'attachement n'est pas significative, ni celle des variables de stratégies d'adaptation. Par contre, il est possible de constater que les mécanismes de défense ajoutent une contribution significative de à la variance expliquée dans l'ajustement dyadique au temps 2.

Un examen des contributions uniques montrent que l'ajustement dyadique au temps 1 est lié significativement et positivement à l'ajustement dyadique au temps 2. Également, les mécanismes de défense matures apportent une contribution unique positive et significative. En effet, ces résultats corroborent ceux de Bouchard et Thériault (2003) qui soutiennent que les mécanismes matures prédiraient un meilleur ajustement dyadique au sein du couple. Notre étude, quant à elle, fait état de leur contribution unique après une année. Il est possible d'affirmer que les défenses matures telles que l'humour, l'anticipation et l'altruisme constituent des facteurs de protection de la qualité de la relation de couple chez les femmes du présent échantillon. Si la recherche pouvait corroborer des tels effets à plus long terme (p. ex., après plusieurs années de vive de couple), il serait possible de bonifier les programmes de prévention visant à contrer les problèmes conjugaux. Dans cette optique, il serait intéressant de favoriser une prise de conscience dans cette direction chez les couples et de leur enseigner l'utilité des mécanismes d'adaptation plus mature comme, par exemple, de prévoir une réponse adaptée aux conflits en leur permettant de comprendre à l'avance leurs propres réactions émotionnelles afin de

préserver leur satisfaction conjugale à long terme. À ce titre, ces mécanismes de défense matures feraient partie des pistes de solution qui pourraient être soulevées chez les couples.

Même si certaines corrélations sont significatives, les deux dimensions d'attachement, les trois stratégies d'adaptation et les défenses immatures ne montrent pas de contributions uniques significatives à l'ajustement dyadique dans le temps une fois l'effet des autres variables contrôlé. C'est donc dire que si on ne prenait pas en considération le niveau de satisfaction relationnelle des femmes au début de l'étude, les deux dimensions d'attachement seraient probablement associées au niveau d'ajustement des femmes dans leur couple. Des analyses supplémentaires confirment cette affirmation en démontrant que les dimensions d'attachement expliquent 18% de la variance de l'ajustement dyadique des femmes au temps 2 de l'étude, lorsque l'on retire les cotes d'ajustement dyadique au temps 1. Donc, la stratégie d'analyses utilisée en recherche favorise certains résultats, alors qu'en thérapie, le clinicien observera davantage l'effet individuel d'un facteur et conclurait probablement un lien entre les manifestations de l'insécurité dans l'attachement amoureux au début de la thérapie de couple et la capacité des gens à être plus heureux dans leur couple à la fin de la thérapie.

De plus, au bout d'une période d'une année, les résultats des corrélations montrent aussi un lien négatif significatif entre les mécanismes de défense immatures, les stratégies de distanciation-évitement et l'ajustement dyadique. C'est donc dire qu'à court terme, un ajustement conjugal déficient peut aussi être associé à

une immaturité des défenses et des stratégies visant la distanciation et l'évitement des problèmes manifestés une année auparavant. Il y aurait donc une certaine stabilité au niveau d'un ajustement dyadique précaire lorsque les conjointes font appels à des défenses immatures et des stratégies de distanciation-évitement. Il serait important de voir si l'ajustement se détériore à moyen et long terme. Ainsi, on pourrait évaluer la relation de cause à effet entre les variables et voir si les défenses immatures et les stratégies de distanciation-évitement peuvent être considérées comme des facteurs de risque de la détresse conjugale.

Toujours dans une perspective longitudinale, les liens négatifs entre les stratégies de recherche de soutien social et de réévaluation positive avec l'ajustement dyadique deviennent quant à elles non significatives avec le temps. Considérant que l'impact du coping de distanciation-évitement est quant à lui significatif et négativement en lien avec l'ajustement dyadique des conjointes au bout d'une période d'une année, il serait intéressant de vérifier si ce type de coping deviendrait une stratégie de rechange à la recherche de soutien social ou à la réévaluation positive puisqu'il permettrait d'une certaine façon de fuir les difficultés dans la relation elle-même. Une analyse minutieuse des différents contextes relationnels dans lesquels chaque mécanisme est utilisé pourrait s'avérer intéressante dans la perspective longitudinale.

### **Forces, limites et recommandations**

La présente étude comporte plusieurs forces. D'abord, l'échantillon choisi est assez homogène considérant le fait qu'il soit composé uniquement de femmes et que

la tranche d'âge visée par l'étude est restreinte à des jeunes femmes de 18 à 25 ans de la Mauricie et du Centre-du-Québec. À cet effet, Collins et Madsen (2006) mentionnent que les relations amoureuses font parties intégrantes du développement des jeunes adultes de cette catégorie d'âges, d'où l'importance de les étudier attentivement. L'échantillon compte également un nombre élevé de participantes, soit 358 femmes qui ont plusieurs caractéristiques communes. D'abord, elles ont toutes vécues une relation conjugale au courant de la dernière année ou sont présentement en relation de couple.

Une autre force de la présente étude consiste en l'utilisation de questionnaires standardisés afin de sonder le fonctionnement des répondantes. Effectivement, les questionnaires qui ont été retenus sont les plus utilisés pour sonder les variables de l'attachement (Brennan et al., 1998; Lussier, 1998), les stratégies d'adaptation (Bouchard et al., 1995), les mécanismes de défense (Andrews, Singh, & Bond, 1993; Tremblay & Sabourin, 1996) de même que l'ajustement dyadique (Sabourin et al., 2005; Spanier, 1976). Leurs qualités psychométriques ont été maintes fois démontrées.

De plus, le devis longitudinal utilisé constitue une autre force de l'étude. Nous avons examiné l'impact des variables d'attachement, de stratégies d'adaptation et de mécanismes de défense sur l'ajustement dyadique à deux reprises sur une période d'une année de relation de couple. Cela a permis de vérifier l'effet à plus long terme des différentes variables sur l'ajustement des femmes au sein de leur couple.

Aussi, la présente étude est assez innovatrice, puisque nous avons catégorisé les mécanismes d'adaptation en tenant compte de leur caractère davantage conscient et inconscient. En ce sens, les stratégies d'adaptation sont considérées comme des attitudes et des comportements plus disponibles à l'individu comme ressources pour s'adapter que les mécanismes de défense qui, tant qu'à eux, se déploient majoritairement lorsque l'individu se sent menacé tout en étant la plupart du temps plus ou moins conscients (Kramer, 2010).

Par ailleurs, un certain nombre de faiblesses inhérentes à l'étude doivent être discutées. Premièrement, étant donné les caractéristiques précises décrites ci-haut pour l'échantillon de femmes à l'étude, celles-ci deviennent une limite lorsqu'il est question de discuter de la généralisation des résultats à la population masculine. En effet, ayant un échantillon composé uniquement de femmes, nous pouvons difficilement considérer l'impact des variables à l'étude sur l'ajustement des hommes sachant que l'influence des comportements d'attachement de même que les stratégies d'adaptation peuvent différer de ceux de la population féminine (Klein & Jonhson, 1997). En ce sens, il est démontré que les femmes seraient davantage sensibles aux conflits et stresseurs dans la relation conjugale et se montrent pour la plupart plus démonstratives et disposées à exposer leurs réactions émotionnelles que les hommes. Pour les futures études, nous recommandons d'étudier les mécanismes d'adaptation chez les deux conjoints simultanément. Plus encore, il serait fort pertinent d'étudier l'impact de nos variables chez les couples homosexuels. Tel que nous l'avons discuté, les caractéristiques de l'attachement se déploient de façon différente selon le

sex du partenaire, ainsi la contribution du type d'attachement des partenaires de même sexe dans l'ajustement conjugal pourrait être un sujet de choix à approfondir (Green & Mitchell, 2002).

Une autre faiblesse repose sur l'utilisation de certains questionnaires abrégés pour sonder la population à l'étude. Ainsi, les versions écourtées des questionnaires de même que leurs traductions en langue française peuvent être considérées comme étant une limite de notre étude. En effet, la version abrégée et traduite en langue française du questionnaire portant sur les mécanismes de défense DSQ40 (Tremblay & Sabourin, 1996) a été retenue pour la présente étude. Il en est de même pour le questionnaire sur les stratégies d'adaptation (WCQ), la version abrégée mise de l'avant par Bouchard et ses collaborateurs en 1995 a été privilégiée. Également, la version abrégée de l'échelle d'ajustement dyadique de Valois, Sabourin et Lussier (1998) est celle qui a permis de sonder l'échantillon de femmes. Par contre, il faut préciser que les femmes à l'étude ont été recrutées sur une base volontaire, ainsi les versions abrégées permettaient de raccourcir le temps de passation des questionnaires et, par conséquent, de rejoindre plus facilement les femmes et d'obtenir ainsi un nombre relativement élevé de participantes. Il serait utile de reconduire l'étude avec les questionnaires complets pour s'assurer que les résultats obtenus ne soient pas attribuables à des informations plus limitées qui ressortent des questionnaires abrégés. Par ailleurs, en ce qui a trait au questionnaire d'attachement, il serait intéressant de confirmer si les points de rupture proposés par Brassard et ses collaborateurs (2012) pourront être répliqués par d'autres chercheurs de la communauté scientifique. Dans la mesure où ces points de coupure sont valides, il

serait intéressant de voir comment évoluent le coping ou les mécanismes de défense en fonction de chaque style ou encore de voir si un changement de style d'attachement dans le temps amène aussi un changement de mécanismes de défense ou de coping.

Une autre limite se trouve au niveau des questionnaires auto administrés. Cela implique que les répondantes devaient compléter elles-mêmes les questionnaires qui leur ont été remis, et ce, tout en ayant naturellement un regard davantage subjectif sur leurs habitudes comportementales ou affectives. Ainsi, elles ont pu utiliser la désirabilité sociale en voulant se montrer sous un meilleur jour ou encore en déformant inconsciemment leurs résultats qui auraient pu être différents si un observateur externe avait complété les mêmes questionnaires.

Il aurait été intéressant d'étudier les relations de couple des femmes sur une plus longue période. Le couple traverse différentes crises au cours de sa vie (Brok, 1992; Heyman, 1992) et il serait intéressant d'examiner comment les mécanismes d'adaptation conscients et inconscients se manifestent chez chacun des conjoints en fonction de ces crises développementales.

Par ailleurs, il est important de se questionner sur les applications des résultats de la présente recherche dans une perspective thérapeutique. En effet, la prise en charge thérapeutique du couple comprend, entre autres, l'importance de cerner les caractéristiques d'attachement des partenaires et de leurs mécanismes d'adaptation afin d'enrichir notre compréhension de l'ajustement de ces derniers

(Delage, 2009). Il serait fort intéressant d'entreprendre la même étude avec des gens en thérapie ou encore avec un échantillon présentant des problèmes de santé mentale, comme la dépression. Le présent échantillon étant principalement représenté par des femmes dites satisfaites conjugalement et sécurisées au niveau de leur attachement, il serait aussi intéressant de reprendre la même étude avec un échantillon de femmes présentant une faible satisfaction conjugale de même qu'un attachement non sécurisé pour en dégager des liens entre les variables à l'étude. Une plus grande détresse conjugale pourrait les amener à utiliser de façon significative d'autres mécanismes d'adaptation influençant leur ajustement.

Plus encore, la satisfaction conjugale peut être aussi influencée par l'âge des participantes de notre échantillon, il pourrait s'avérer intéressant de vérifier l'impact de l'âge d'un échantillon de femmes plus varié sur leur ajustement de même que le lien par rapport aux variables de notre étude.

Contrairement à ce qui avait été démontré dans les études portant sur l'attachement et l'utilisation des défenses (Beck & Clark, 2010; Bouchard & Thériault, 2003; Pietromonaco et al., 2004 cités dans Domingue & Mollen, 2009), les résultats de la présente étude ne permettent pas de conclure qu'il existe un lien significatif négatif entre l'évitement de l'intimité et le recours aux défenses matures. De plus, les résultats montrent un lien non significatif entre l'anxiété d'abandon et les défenses matures. La relation entre les deux dimensions de l'insécurité d'attachement et les mécanismes de défenses matures est probablement plus complexe qu'elle n'apparaît au premier regard. Serait-il possible que cette relation ne

soit pas linéaire ? Ou encore serait-il possible que la relation entre l'insécurité d'attachement et les mécanismes matures soit modulée par la l'existence d'autres variables, comme par exemple, la présence d'enfants, l'engagement dans la relation ou la santé mentale ? Ces pistes de réflexion mériteraient d'être investiguées dans de prochaines études.

D'un autre côté, il n'y a pas non plus de lien négatif et significatif entre l'évitement de l'intimité et les stratégies de réévaluation positive. Il aurait intéressant de tenir compte de la nature et de l'intensité des conflits rencontrés par le couple, car elles pourraient être une réponse à l'absence de résultats. En effet, il se peut qu'en présence de conflits d'intensité mineure ou encore en présence de conflits ne touchant pas leur incapacité d'intimité, les femmes évitantes soient capables d'évaluer positivement leurs difficultés de couple.

Il a été possible de démontrer que l'infidélité était associée à l'utilisation des stratégies de coping chez les femmes de notre échantillon. Il s'avèrerait aussi intéressant dans la perspective de recherches futures de vérifier comment l'infidélité des conjointes peut aussi avoir un impact sur le type de stratégies d'adaptation utilisées lors de difficultés conjugales.

Il serait intéressant d'approfondir ultérieurement notre recherche en tenant compte des types d'attachement des deux partenaires et leurs influences mutuelles en lien avec leur satisfaction conjugale sachant que le type d'attachement d'un conjoint

a un impact chez l'autre partenaire et sur sa façon de composer avec les stresseurs conjugaux.

## **Conclusion**

L'étude réalisée dans le cadre de cet essai doctoral se veut innovatrice. En effet, l'objectif du présent travail a permis d'examiner les contributions uniques et complémentaires des dimensions de l'attachement, des mécanismes de défense et des stratégies d'adaptation (coping) en vue d'expliquer l'ajustement conjugal d'un échantillon de jeunes femmes en relation de fréquentation. De plus, cette étude représente l'une des rares qui a permis d'évaluer si l'attachement, les stratégies d'adaptation et les mécanismes de défense peuvent être des déterminants significatifs de l'ajustement dyadique des femmes selon une perspective longitudinale. Les résultats obtenus grâce à ce travail contribuent grandement aux connaissances portant sur l'influence indéniable de l'attachement dans une perspective de relation conjugale. Plus encore, ils permettent aussi de considérer l'apport des mécanismes d'adaptation pour comprendre l'ajustement des partenaires qui influence à son tour la satisfaction conjugale. Selon les constats de l'étude, il est démontré que la qualité de la relation de couple est tributaire, non seulement de la quantité et de l'intensité des difficultés que peuvent vivre les conjoints, mais aussi de la façon dont les partenaires féminines vont composer avec les stress et les conflits vécus au sein du couple. En effet, les résultats confirment et montrent que les deux dimensions d'attachement (l'anxiété d'abandon et l'évitement de l'intimité) sont positivement liées aux mécanismes de défense immatures, ainsi qu'aux stratégies de distanciation-évitement. Quant aux stratégies de recherche de soutien social, elles sont utilisées chez les femmes qui présentent une insécurité affective (anxiété d'abandon et

évitement de l'intimité) importante. Ainsi, plus les femmes ont recours à des stratégies de recherche de soutien social, moins elles rapportent une bonne satisfaction, cohésion, consensus et intimité dans leur couple.

Toutefois, dans une perspective longitudinale, l'impact négatif des stratégies de soutien social et de réévaluation positive est moindre sur la qualité de l'ajustement conjugal, puisque la durée de la relation conjugale permettrait de favoriser l'utilisation plus judicieuse de mécanismes de défense adaptatifs permettant un ajustement conjugal davantage satisfaisant. De plus, la présente étude a permis de constater que plus l'ajustement dyadique au premier temps de l'étude est élevé, plus il est élevé suite à une période d'une année. Dans le même sens, plus les femmes utilisent des mécanismes matures au premier temps de l'étude, plus leur ajustement dyadique est élevé à long terme.

Sur le plan clinique et dans une perspective de thérapie conjugale, cet essai démontre l'importance de considérer le rôle de l'attachement et des mécanismes d'adaptation mature comme facteurs de protection de la satisfaction conjugale à court terme des femmes. Il reste à démontrer leurs rôles dans la régulation de la qualité de la vie de couple à moyen et à long terme, en plus de tester leur effet auprès des conjoints masculins ainsi qu'au niveau de l'inter influence entre les partenaires dans le couple.

## Références

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

American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4<sup>e</sup> éd.) Washington, DC : Auteur.

American Psychiatric Association. (1996). *DSM-IV : Manuel diagnostique et statistique de troubles mentaux* (4<sup>e</sup> éd.) (version internationale) (Washington, DC, 1995). Traduction française par J. D. Guelfi et al., Paris : Masson.

American Psychiatric Association (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4 éd. Revisée). Washington, DC : Auteur.

Andrews, G., Singh, M., & Bond, M. (1993). The defense style questionnaire. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 181, 246-256.

Banse, R. (2004). Adult attachment and marital satisfaction : Evidence for dyadic configuration effects. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21, 273-282.

Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147-178.

Beck, L.A., & Clark, M.S. (2010). Looking a gift horse in the mouth as a defense againsts increasing intimacy. *Journal of Experimental Social Psychology*, 46, 676-679.

Berant, E., & Wald, Y. (2009). Self-reported attachment patterns and rorschach-related scores of ego boundary, defensive processes, and thinking disorders. *Journal of Personality Assessment*, 91, 365-372.

Blouin, J. (2008, 20 et 21 Septembre). Amis le jour, amants la nuit : Le Québec des 18-30 ans, *Le Droit*, p. 7.

Bodenmann, G. (2009). *L'attachement*. Universitas Friburgensis. Document récupéré le 30 mai 2009 de [commonweb.unifr.ch/artsdean/pub/gestens/f/as/files/4660/9988\\_132918.pdf](http://commonweb.unifr.ch/artsdean/pub/gestens/f/as/files/4660/9988_132918.pdf)

Boisvert, J- M., Ladouceur, R., Beaudry, M., & Freeston, M. (1999). La perception de la vie de couple chez les thérapeutes conjugaux et dans la population québécoise. *Revue québécoise de psychologie*, 20(1), 27-42.

Bond, M. (1986). Defense Style Questionnaire. Dans G. E. Vaillant (Éd), *Empirical studies of ego mechanisms of defense* (pp.146-152). Washington, DC : American Psychiatric Press.

Bond, M. (1986). Defense style questionnaire. Dans G. E. Vaillant (Éd), *Empirical studies of ego mechanisms of defense* (pp. 251-267). Washington, DC : American Psychiatric Press.

Bouchard, G., Sabourin, S., Lussier, Y., Richer, C., & Wright, J. (1995). Nature des stratégies d'adaptation au sein des relations conjugales : Présentation d'une version abrégée du Ways of Coping Questionnaire. *Revue canadienne des sciences du comportement*, 27, 371-377.

Bouchard, G., Sabourin, S. Lussier, Y., Wright, J., & Richer, C. (1998). Predictive validity of coping strategies on marital satisfaction: *Cross-sectional and longitudinal evidences*. *Journal of Family Psychology*, 12, 112-131.

Bouchard, G., & Thériault, V. J. (2003). Defense mechanisms and coping strategies in conjugal relationships : An integration. *International Journal of Psychology*, 38, 79-90.

Bowman, M. L. (1990). Coping efforts and marital satisfaction : Measuring marital coping and its correlates. *Journal of Marriage and Family*, 52, 463-474.

Brassard, A., Péloquin, K., Lussier, Y., Sabourin, S., Lafontaine, M-F., & Shaver, P. R. (2012, Juillet). *Romantic Attachment in the Clinical and General Population: Norms and Cut-off scores for the ECR*. Communication orale présentée au Congrès de l'International Association for Relationship Research, Chicago.

Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. (1998). Self-report measurement of adult romantic attachment : An integrative overview. Dans J. A. Simpson & W. S. Rholes (Éds), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46-76). New York : Guilford.

Brok, A. J. (1992). Crises and transitions: Gender and life stage issues in individual, group, and couples treatment. *Psychoanalytic abstracts*, 10(1), 3-16.

Bullitt, C., & Farber, B. A. (2002). Sex differences in the relationship between interpersonal problems and defensive style. *Psychological Reports*, 91, 767-768.

Cann, A., Norman, A., Welbourne, J. L., & Calhoun, L. G. (2008). Attachment styles, conflict styles, and humour styles : Interrelationships and associations with relationship satisfaction. *European Journal of Personality*, 22, 131-146.

Cassidy, J., & Kobak, R. R. (1988). Avoidance and its relationship with other defensive processes. Dans Belsky & T. Nezworski (Éds), *Clinical implications of attachment* (pp. 300-323). Hillsdale, NJ : Erlbaum.

Chabrol, H., & Callahan, S. (2004). *Mécanismes de défense et coping*. Paris : Dunod.

Cobb, R. J., Davila, J., & Bardbury, T. N. (2001). Attachment security and marital satisfactions: The role of positive perceptions and social support. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 1131-1143.

Cohan, C., L., & Bradbury, T. N. (1994). Assessing responses to recurring problems in marriage : Evaluation of the marital coping inventory. *Psychological Assessment*, 6, 191-200.

Collins, N. L., & Freeney, B. C. (2000). A safe haven: An attachment theory perspective on support seeking and caregiving in intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 1053-1073.

Collins, W. A., & Madsen, S. D. (2006). Personal relationships in adolescence and early adulthood. Dans A. L. Vangelisti, & D. Perlman (Éds), *The cambridge handbook of personal relationships* (pp. 191-209). Cambridge : Cambridge University Press.

Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 644-663.

Corcoran, K., & Mallinckrodt, B. (2000). Adult attachment, self-efficacy, perspective taking, and conflict resolution. *Journal of Counseling & Development*, 78, 473-483.

Cramer, P. (1991). *The development of defense mechanisms : Theory, research, and assessment*. New York : Springer-Verlag.

Cramer, P. (2006). *Protecting the self : Defense mechanisms in action*. New York : The Guilford Press.

Crowell, J. A., Pan, H. S., Gao, Y., Treboux, D., O'Connor, E., & Waters, E. (1998). *The secure base scoring system for adults, version 3.1*. Document inédit, State University of New York at Stony Brook.

Cyrulnik, B. (2002). *Un merveilleux malheur*. Paris : Odile Jacob Poches.

Delage, M. (2009). Comment s'attache-t-on dans un couple? *Cahiers Critiques de thérapie familiale et de pratiques de réseaux*, 42, 87-105.

Domingue, R., & Mollen, D. (2009). Attachment and conflict in adult romantic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 26, 678-696.

Draguns, J. G. (2004). Defense mechanisms in the clinic, the laboratory, and the social word: Toward closing the gaps, Dans U. Hentschel, G. Smith, J.G. Draguns, & W. Ehlers (Éds), *Defense mechanisms: Theoretical, research and clinical perspectives*, (pp.55-75). Amsterdam : Elsevier B.V.

Epstein, S., & Meier, P. (1989). Constructive thinking: A broad coping variable with specific components. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 332-350.

Evans, T., & Klett, S. (2008). Empathy as defense in couples therapy : When a connecting mechanism is used to disconnect. *Issues In Psychoanalytic Psychology*, 30, 59-77.

Feeney, J. (1999). Adult romantic attachment and couple relationships. Dans J. Cassidy & P. Shaver (Éds), *Handbook of attachment : Theory, research, and clinical applications* (pp. 355-377). New York : Guilford.

Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1988). Coping as a mediator of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 466-475.

Folkman, S., Lazarus, R.S., Dunkel-Schetter, C, DeLongis, A., & Gruen, R. J. (1986). Dynamics of a stressful encounter : Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 992-1003.

Fraley, R. C., & Brumbaugh, C. C. (2007). Adult attachment and preemptive defenses : Converging evidence on the role of defensive exclusion at the level of encoding. *Journal of Personality*, 7, 1033-1050.

Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (1999). Loss and bereavement : Attachment theory and recent controversies concerning “grief work” and the nature of detachment. Dans J. Cassidy & P. R. Shaver (Éds), *Handbook of attachment : Theory, research, and clinical applications* (pp. 735-759). New York : Guilford Press.

Frazier, P., Byer, A. L., Fischer, A. R., Wright, D. M., & DeBord, K. A. (1996). Adult attachment style and partner choice: Correlational and experimental findings. *Personal Relationships*, 3, 117-136.

Freeney, J. A. (1994). Attachment style, communication patterns, and satisfaction across the life cycle of marriage. *Personal Relationships*, 1, 333-348.

Freud, A. (1936/1993). *Le moi et les mécanismes de défense*. Paris : PUF.

Gallo, L. C., & Smith, T. W. (2001). Attachment style in marriage: Adjustment and responses on interaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 18(2), 263-289.

Goldberg, S. (2000). *Attachment and Development*. London: Arnold.

Grebot, E., & Paty, B. (2010). A study of the stability or instability of conscious by-products of defence mechanisms toward the Bond (DSQ 40) Questionnaire in two different anxiety-ridden situations. *Annales Médico-Psychologiques*, 168, 107-113.

Green, R. G., & Mitchell, V. (2002). Gay and lesbian couples in therapy: homophobia, relational ambiguity, and social support. Dans A. S. Gurman & N. S. Jacobson (Éds), *Clinical Handbook of couple therapy* (pp 546-568). New York : Guilford Press.

Haan, N. (1977). *Coping and defending*. New York: Academic Press.

Haan, N. (1982). The assessment of coping, defense, and stress. Dans L. Goldberger & S. Breznitz (Éds), *Handbook of stress : Theoretical and clinical aspects* (pp. 254-269). London : Collier Macmillan Publishers.

Harvey, J. H., & Wenzel, A. (2006). Theoretical perspectives in the study of close relationships. Dans A. L. Vangelisti & D. Perlman (Éds), *The cambridge handbook of personal relationships* (pp. 35-49). Cambridge : Cambridge University Press.

Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Conceptualizing romantic love as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.

Heyman, S. R. (1992). Life cycle crises : Sources of strain and strength in relationships. Dans B. J. Brothers (Éd), *Couples therapy, multiple perspectives : In search of universal threads* (pp.3-16). New York : Haworth Press.

Huston, T. L., & Vangelisti, A. L. (1991). Socioemotional behaviour and satisfaction in marital relationships : A longitudinal study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 721-733.

Ionescu, S., Jacquet, M- M., Lhote, C. (1997). *Les mécanismes de défense: Théorie et Clinique*. Paris : Nathan.

Kane, H. S., Jaremka, L. M., Guichard, A. C., Ford, M. B., Collins, N. L., & Freeny, B. C. (2007). Feeling supported and feeling satisfied : How one partner's attachment style predicts the other partner's relationship experiences. *Journal of Social and Personal Relationships*, 24, 535-555.

Klein, R. C. A., & Johnson, M. P. (1997). Strategies of couple conflict. Dans S. Duck (Éd), *Handbook of Personal Relationships* (pp. 469- 486). Chichester, UK : Wiley.

Kobak, R., & Duemmler, S. (1994). Attachment and conversation : Toward a discourse analysis of adolescent and adult security. Dans K. Bartholomew & D. Perlman (Éds), *Attachment processes in adulthood : Advances in personal relationships* (pp. 121-149). Pennsylvania : Jessica Kingsley Publishers Ltd.

Kramer, U. (2010). Coping and defence mechanisms : What's the difference? – Second act. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 83, 207-221.

Kwon, P. (2002). Hope, defense mechanisms, and adjustment : Implications for false hope and defensive hopelessness. *Journal of Personality*, 70, 207-231.

Lafontaine, M- F., & Lussier, Y. (2003). Structure bidimensionnelle de l'attachement amoureux : Anxiété face à l'abandon et évitement de l'intimité. *Revue canadienne des sciences du comportement*, 35, 56-60.

Lopez, F. G., Fuendeling, J., Thomas, K., & Sagula, D. (1997). An attachment-theoretical perspective on the use of splitting defences. *Counselling Psychology Quarterly*, 10, 461-472.

Lussier, Y, Sabourin, S., & Turgeon, C. (1997). Coping strategies as moderators of the relationship between attachment and marital adjustment. *Journal of Social and Personal Relationships*, 14, 777-791.

Main, M., Kaplan, N., & Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood and adulthood : A move to the level of representation, Dans I. Bretherton & E. Waters (Éds), *Growing points in attachment theory and research : Monographs of the Society of Research in Child Development*, 50, 66-106.

Mikulincer, M., & Florian, V. (1995). Appraisal of and Coping with a Real-Life Stressful Situation : The contribution of Attachment Styles. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21, 406-414.

Mikulincer, M., & Orbach, I. (1995). Attachment styles and repressive defensiveness: The accessibility and architecture of affective memories. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 917-925.

Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamic and change*. New York: Guilford

Pearlin, L. I., & Schooler, C. (1978). The structure of coping. *Journal of Health and Social Behavior*, 19, 2-21

Perry, J. (2004). *Échelles d'évaluation des mécanismes de défense*. Paris : Masson.

Perry, J.-C., Guelfi, J. D., Despland, J. -N., & Hanin, B. (2004). *Échelles d'évaluation des mécanismes de défense*. Paris : Masson.

Perry, J. C., & Kardos, M. E. (1995). A review of the defense mechanism rating scales. Dans H. R. Conte & R. Plutchik (Éds), *Ego Defenses : Theory and Measurement*. New York : J. Wiley and Sons.

Ptacek, J.T., & Dogge, K. L. (1995). Coping Strategies and Relationship Satisfaction in Couples. *Personality and Social psychology Bulletin*, 21, 76-84.

Racamier, P.-C. (2007). Le moi et le soi, la personne et la psychose : Essai sur la personnation (1965). *L'Évolution Psychiatrique*, 72, 659-679.

Sabourin, S., Valois, P., & Lussier, Y. (2005). Development and validation of a brief version of the dyadic adjustment scale with a nonparametric item analysis model. *Psychological Assessment*, 17, 15-27.

Segal, H. (1964/1980). *Introduction à l'oeuvre de Mélanie Klein*. Paris : PUF.

Segal, D. L., Coolidge, F. L., & Mizuno, H. (2007). Defense mechanism differences between younger and older adults : A cross-sectional investigation. *Aging & Mental Health*, 11, 415–422.

Shaver, P. R., & Hazan, C. (1993). Adult romantic attachment: Theory and evidence. Dans D. Perlman & W. Jones (Éds), *Advances in personal relationships* (pp. 29–70). London: Kingsly.

Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2006). Attachment theory, individual psychodynamics, and relationship functioning, Dans A. L. Vangelisti & D. Perlman (Éds), *The cambridge handbook of personal relationships* (pp.251-271). Cambridge : Cambridge University Press.

Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2008). An overview of adult attachment theory. Dans J. H. Obegi & E. Berant (Éds), *Attachment theory and research in clinical work with adults* (pp. 17–45). New York: Guilford.

Shi, L. (2003). The association between adult attachment styles and conflict resolution in romantic relationships. *The American Journal of Family Therapy*, 31, 143-157.

Siegel, J. P. (2006). Dyadic splitting in partner relational disorders. *Journal of Family Psychology*, 20, 418-422.

Siegel, J. P., & Spellman, M. E. (2002). The dyadic splitting scale. *The American Journal of Family Therapy*, 30, 117-124.

Simpson, J. A., & Rholes, W. S. (1994). Stress and secure base relationships in adulthood, Dans K. Bartholomew & D. Perlman (Éds), *Attachment processes in adulthood : Advances in personal relationships* (pp. 181-204). Pennsylvania : Jessica Kingsley Publishers Ltd.

Simpson, J. A., Rholes, W. S., & Nelligan, J. S. (1992). Support seeking and support giving within couples in an anxiety-provoking situation : The role of attachment styles. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 434-446.

Soares, I., Fremmer-Bombik, E., Grossmann, K. E., & Silva, M. C. (2000). Attachment representation in adolescence and adulthood : Exploring some intergenerational and intercultural issues, Dans P. M. Crittenden & A. H. Claussen (Éds), *The organization of attachment relationships : Maturation, culture, and context* (pp.335-342). États-Unis : Cambridge University Press.

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.

Sroufe, L. A. & Waters, E. (1977). Attachment as an organizational construct. *Child Development*, 48, 1184-99.

Stackert, R., A., & Bursik, K. (2003). Why am I unsatisfied? Adult attachment style, gendered irrational relationship beliefs, and young adult romantic relationship satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 34, 1419-1429.

Steiner, H., Erickson, S. J., MacLean, P., Medic, S., Plattner, B., & Koopman, C. (2007). Relationship between defenses, personality, and affect during a stress task in normal adolescents. *Child Psychiatry Human Development*, 38, 107-119.

Sümer, N., & Cozzarelli, C. (2004). The impact of adult attachment on partner and self-attributions and relationship quality. *Personal Relationships*, 11, 355-371.

Thériault, V. J. (2000). *Caractéristiques stables et ajustement conjugal : Un examen de la personnalité et des mécanismes de défense*. Mémoire de maîtrise inédit, Université de Moncton.

Ungerer, J. A., Waters, B., & Barnett, B., & Dolby, R. (1997). Defense style and adjustment in interpersonnal relationships. *Journal of Research in Personality*, 31, 375-384.

Vaillant, G.E. (1976). Natural history of male psychological health : The relation of choice of ego mechanisms of defense adult adjustment. *Arch Gen Psychiatry*, 33, 535-545.

Vaillant, G. E. (1977). *Adaptation to life*. Boston: Little, Brown an Go.

Vaillant G. E. (1993). *Wisdom of the ego : Sources of resilience in adult life.* Cambridge : Harvard University Press.

Vaillant, G. E., Bond, M., & Vaillant, C. O. (1986). An empirical validated hierarchy of defense mechanisms. *Arch Gen Psychiatry*, 43, 786-794.

Vetere, A., & Myersb, L. B. (2002). Repressive coping style and adult romantic attachment style : Is there a relationship? *Personality and Individual Differences*, 32, 799-807.