

Yvon Dallaire

Psychologue – Auteur – Conférencier – Formateur

Le couple va mal !

Le couple va mal, très mal, particulièrement au Québec. De 5 % en 1890, le taux de divorce est passé à 18 % en 1920 et à 30 % en 1950. Pour les couples mariés durant les années 70, le taux s'élève à 50 %. Si la tendance se maintient, seul trois couples sur dix mariés depuis 1990 le resteront à vie.

Les facteurs à l'origine de l'augmentation du taux de divorces sont multiples :

1. l'espérance de vie est passée de 40 en 1850 à 80 ans au tournant du XXe siècle ;
2. la méconnaissance ou le refus des différences hommes-femme ;
3. l'ignorance des dynamiques conjugales inhérentes à la vie à deux ;
4. la baisse de la pratique religieuse ;
5. la découverte de la pilule et la révolution sexuelle des années 70 ;
6. le relâchement des mœurs et des lois plus permissives sur le divorce ;
7. la culture du Moi (me, myself and I) et la philosophie du « ici et maintenant » ;
8. la culture des loisirs à tout prix, la société de consommation et du « jeter après usage » ;

Tous ces facteurs ont poussé les divorces à la hausse.

L'émancipation féminine, favorisée par une plus grande autonomie financière des femmes, semble toutefois être l'élément majeur de l'augmentation du taux de divorce : les femmes d'aujourd'hui n'acceptent plus, avec raison, de vivre des situations que leurs grands-mères n'avaient pas le choix d'endurer à cause de leur dépendance financière. Les hommes et les femmes divorcent parce qu'ils ne se sentent pas heureux en mariage ou parce qu'ils ne réussissent pas à se développer au plan personnel. Et les femmes, plus que les hommes, ont l'impression que les liens du mariage les transforment et les étouffent, leurs plus grandes attentes n'étant pas satisfaites. C'est d'ailleurs la sociologue féministe Evelyne Sullerot qui concluait que le désenchantement consécutif à la lune de miel était la principale raison qui amenait les femmes à demander le divorce¹. N'oublions pas, toutefois, que beaucoup d'hommes, en ne tenant pas compte des demandes de leur partenaire, favorisent ce désenchantement.

Et pourtant...

Malgré les difficultés de la vie à deux, le couple constitue toujours le meilleur style de vie et la meilleure garantie de bonheur à long terme. Les gens mariés et heureux ont une espérance de vie augmentée de 6 à 9 ans et sont 35 % moins souvent malades que les célibataires². Les enfants de mariage stable sont mieux adaptés et réussissent mieux à l'école. Le taux de suicide des célibataires, particulièrement chez les hommes, est dix fois supérieur. Ce qui ne veut pas dire que des célibataires ne peuvent pas être heureux, mais il semblerait que cela soit beaucoup plus difficile.

Pour former une relation amoureuse à long terme, il faut de l'attraction physique, certes, mais aussi de l'admiration pour la personne que nous découvrons dans le corps qui nous attire.

¹ Lors d'une entrevue accordée à la journaliste Renata Libal du magazine l'Hebdo, #39, 25 septembre 1997,

² C'est la conclusion à laquelle de nombreuses recherches en psychologie positive arrivent.

L'amour est l'objectif du couple : c'est ce qui remplace la passion, laquelle ne peut que s'éteindre avec le temps. Un couple constitue un plan de vie qui nous permet de satisfaire de nombreux besoins : aimer et être aimé, communication, chaleur humaine, support émotif et moral, sentiment d'appartenance, sexualité et complicité à travers les épreuves de la vie³. Le couple sert aussi à réaliser des projets tels la famille, la constitution d'un patrimoine, la réalisation professionnelle, la vie sociale et une retraite heureuse.

Encore faudrait-il apprendre à aimer la personne avec laquelle on s'investit et se débarrasser de toutes les illusions sur le couple ! J'y reviendrai dans une prochaine chronique.

Les Québécois possèdent le taux de nuptialité le plus bas au monde et sont aussi les champions mondiaux de la cohabitation⁴. C'est aussi au Québec que les unions libres sont les plus stables⁵.

| Pays | Taux de mariage par 1000 habitants | Pourcentage des unions de fait |
|------------|------------------------------------|--------------------------------|
| Québec | 2,6 | 39,9 % |
| Portugal | 3,1 | ? |
| France | 3,5 | 17,5 % |
| Belgique | 3,6 | ? |
| Canada | 4,7 | 17,8 % |
| Suisse | 4,9 | 20,0 % |
| Suède | 5,3 | |
| États-Unis | 7,4 | 8,2 % |

Source : Différents bureaux de la statistique des pays concernés.

Cet article est le premier d'une série que j'ai l'intention de diffuser sur les réseaux sociaux et aux abonnés-es à mon infolettre. Pour vous assurer de n'en manquer aucun, je vous invite à vous y inscrire à <http://optionsante.com/bulletin.php>. N'hésitez pas non plus à y inscrire vos parents et ami-es.

Cet article et les suivants sont une mise à jour d'articles parus dans mon livre *Chroniques conjugales. Pour tous les couples qui s'aiment et veulent continuer de s'aimer* publié en 2014 chez Québec-Livres : <http://www.quebec-livres.com/ficheProduit.aspx?id=9782764033869>. Vous pouvez vous procurer ce livre en format papier et numérique.

Vous avez la permission de reproduire et de diffuser cet article comme bon vous semble, à la condition d'en conserver la référence. Vous pouvez aussi me joindre en tout temps à yvondallaire@optionsante.com. Je lis tous mes courriels, mais je ne peux vous promettre d'y répondre ou d'y répondre rapidement.

Je vous souhaite une excellente journée.

³ Vous trouverez un test d'évaluation de votre bonheur conjugal en 25 questions à <http://www.yvondallaire.com/wp-content/uploads/2015/11/Testbonheurconjugal.pdf>.

⁴ Vous trouverez tous les taux de nuptialité pour l'Europe à [http://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/File:Crude_marriage_rate_selected_years_1960-2015_\(per_1_000_persons\)_YB17-fr.png](http://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/File:Crude_marriage_rate_selected_years_1960-2015_(per_1_000_persons)_YB17-fr.png). Pour les autres pays, consultez leurs bureaux de la statistique.

⁵ <http://www.lapresse.ca/vivre/societe/201409/02/01-4796319-les-unions-libres-plus-stables-au-quebec.php>.