

Élaboration d'un programme de prévention pour jeunes couples en projet d'enfants

Phase I: Exploration de leurs attentes

Serge TREMBLAY¹

*Département de sexologie
Université du Québec à Montréal*

Robert BLAIS

Sexologue clinicien en bureau privé

Dans le champ de l'intervention conjugale, nombre de programmes de prévention s'adressent aux couples alors qu'ils ne sont pas encore mariés (Guernsey et Maxson, 1990). Les auteurs de ces programmes se basent sur le postulat que la prévention est moins coûteuse en temps, en énergie, en argent et en souffrances qu'une thérapie. Et comme les patrons de communication s'établissent rapidement chez les couples et qu'ils sont plus difficiles à changer une fois installés (Rausch *et al.*, 1974), ils proposent d'intervenir au tout début de leur relation, avant même que des problèmes graves s'installent et entraînent une rupture. Au Québec, la quasi-totalité des programmes de prévention sont destinés aux jeunes couples qui se préparent à leur mariage religieux (Tremblay, 1992). En fait, il n'existe actuellement qu'un seul programme (Maison de la famille de Saint-Ambroise, 1997) s'adressant à des couples qui ont choisi de se marier civilement.

1. Toute correspondance devrait être adressée à Serge Tremblay, Département de sexologie, Université du Québec à Montréal, C.P. 8888, Succursale Centre-ville, Montréal (Québec), H3C 3P8.

Cette recherche a été réalisée grâce à une subvention accordée à la Maison de la famille des Maskoutains de Saint-Hyacinthe par la Régie régionale de la santé et des services sociaux de la Montérégie.

Dans une recension récente, Cowan et Cowan (1995) identifient uniquement deux programmes visant à prévenir la détresse conjugale chez les couples à l'étape où ils attendent ou viennent d'avoir leur premier enfant. Selon Bradt (1989), l'arrivée des enfants constitue pourtant une étape qui est considérée comme cruciale dans le développement des couples. Les recherches (voir Provost et Tremblay, 1991 ; Cowan et Cowan, 1995) démontrent que cet événement provoque un bouleversement qui se traduit par une diminution significative de la satisfaction conjugale des partenaires par suite de très nombreux changements. Les nouveaux parents doivent entre autres se partager de nouvelles responsabilités, réorganiser leur horaire, renégocier leurs relations avec leur famille respective et redéfinir leur intimité (partage de l'affection, expression de leur sexualité, loisirs, etc.). Selon Worthington et Buston (1986), l'impact de tous ces ajustements est toutefois relié pour les couples à la qualité de leur relation avant la naissance de l'enfant, bien que d'autres facteurs (sensibilité au stress, support social de l'entourage, etc.) peuvent aussi intervenir. Il semble donc inévitable que certains couples vont éprouver des difficultés sérieuses à l'arrivée de leur premier enfant.

Dans un contexte où les conflits récurrents des couples (Grych et Fincham, 1990) ou encore leur rupture (Kitson et Morgan, 1990) peuvent avoir un impact négatif important sur le développement des enfants, la prévention et l'intervention précoce deviennent des voies d'action prioritaire, comme le laissent d'ailleurs entendre les auteurs de la *Politique de la santé et du bien-être* (1992) du gouvernement du Québec. Mais l'élaboration et l'implantation de tels programmes posent de nombreux défis, dont le principal étant sûrement de réussir à motiver les jeunes couples à y participer, tout particulièrement ceux qui risquent le plus d'avoir des problèmes conjugaux. Il semble en effet que les couples soient assez peu intéressés à s'impliquer dans de telles démarches. Par exemple, plus de 50 % des jeunes couples américains refuseraient de prendre part à un programme de counseling pré-nuptial ou l'abandonneraient en cours de route (Markman et al., 1986). La situation québécoise ressemble quelque peu à celle des États-Unis : à moins d'être obligés ou fortement incités comme chez une majorité de couples se mariant à l'église, les couples qui cohabitent ou qui se marient civilement ne participent pas à de tels programmes. Ainsi, le nombre de couples qui s'inscrivent au programme de préparation au mariage civil qui a été conçu il y a quelques années déjà par la Maison de la Famille Saint-Ambroise (1997) est insuffisant pour qu'il puisse se donner ! De plus, dans une étude de Boisvert et al. (1993), seulement 19 % des jeunes adultes de leur échantillon indiquent qu'ils seraient motivés à s'inscrire à un programme de prévention pré-conjugale.

Différentes raisons peuvent expliquer ce désintérêt des jeunes couples. Une première raison se rapporte au fait que les jeunes couples ne ressentent tout simplement pas le besoin de prendre part à de tels programmes. Stein, Bauman et Ireys (1991) mentionnent que les individus qui présentent des symptômes ou qui vivent des difficultés, mais sans présenter de symptômes, sont davantage prédisposés à rechercher de l'aide. Mais dans de tels cas, l'intervention appropriée pour ces individus serait plus de nature thérapeutique que préventive, la prévention visant plutôt à prémunir contre l'apparition de problèmes graves les individus et les couples qui n'en présentent pas encore (Bradbury et Fincham, 1990). Le fait que la majorité des jeunes couples ne vivent pas de difficultés apparentes ne les incite donc pas à s'inscrire à un programme de prévention. Tremblay (1992) rapporte d'ailleurs qu'au début de leur démarche de préparation au mariage, la plupart des couples insistent pour dire qu'ils se connaissent très bien, qu'ils ont une bonne communication et qu'ils ne vivent pas de problèmes majeurs.

Une autre explication concerne le fait que ces programmes s'adressent à des couples. Dans un tel cas, il ne s'agit pas de motiver une seule personne, mais bien deux individus de sexe opposé. Comme le souligne Rampage (1995), les femmes sont encore considérées aujourd'hui comme les responsables de la « santé émotionnelle et relationnelle » (p. 262) de leur couple. Elles sont par conséquent plus motivées que les hommes à participer à de tels programmes (Silliman et Schumm, 1995), comme ce sont habituellement elles qui demandent à consulter en thérapie conjugale. Les hommes peuvent devenir par ailleurs d'autant plus difficiles à motiver que leur partenaire cherche à les convaincre ! Selon la théorie des systèmes (Guttman, 1991), il existe en effet entre les deux partenaires un processus de régulation par rétroaction homéostatique, où la réaction de l'un va servir à atténuer l'action de l'autre, la réaction de cet autre venant à son tour atténuer la réaction du premier, et ainsi de suite.

En outre, les couples en formation se caractérisent par un phénomène d'idéalisation (Tremblay, 1992). L'idéalisation se définit comme une distorsion perceptuelle. Plus précisément, les deux membres du couple ont tendance à minimiser ou même à nier les aspects de leur partenaire et de leur relation qu'ils trouvent déplaisants ou menaçants. En même temps, ils se centrent sur les aspects positifs de l'autre et de la relation tout en les accentuant dans la direction désirée. Leurs attentes face à l'avenir sont, elles aussi, « déformées » dans une direction positive. Derrière ce phénomène d'idéalisation, on retrouve une conception romantique de la vie de couple où l'amour leur suffira pour passer à travers tous les obstacles qu'ils vont rencontrer. Dans un tel état d'esprit, il leur est donc très difficile d'imaginer les bienfaits qu'ils pourraient retirer de leur participation à un programme de prévention.

Enfin, il est possible que les programmes actuels qui sont élaborés à partir de certaines théories sur la vie de couple ne tiennent pas suffisamment compte des intérêts des jeunes adultes. Des études (Silliman et Schumm, 1989 ; Boisvert *et al.*, 1995) laissent ainsi voir que les principaux intérêts des jeunes adultes au regard des thèmes qui pourraient être abordés dans ces programmes ne correspondent pas vraiment aux thèmes qu'on y retrouve. Il en serait de même pour les modalités de ces programmes (Silliman et Schumm, 1995). Boisvert *et al.* (1995) notent toutefois que le nombre de ces études est très limité. De plus, leur échantillon est composé de jeunes adultes n'ayant pas tous une expérience de couple. Enfin, ce sont des recherches quantitatives qui définissent a priori les thèmes et les modalités qui pourraient intéresser ces jeunes adultes.

La présente recherche correspond à la première étape d'un projet² visant l'élaboration et l'évaluation d'un programme d'intervention préventive s'adressant à de jeunes adultes de 18 à 25 ans qui vivent déjà en couple et qui cherchent à se donner les conditions d'un engagement viable et durable. Ces couples n'auraient pas nécessairement le projet de se marier, ni religieusement, ni même civilement. Ce programme tentera, comme pour les programmes de préparation au mariage, de consolider la relation des couples participants. À la différence toutefois de ces programmes, il cherchera plutôt à préparer les couples à l'étape ultérieure de la venue des enfants. Nous croyons qu'il est préférable d'intervenir avant même la naissance d'un premier enfant, alors que les deux partenaires sont plus disponibles pour travailler sur leur relation. Le but de la présente recherche est de trouver les moyens pour motiver les jeunes couples à participer à ce futur programme de prévention. De manière plus précise, nous voulons vérifier les thèmes et les modalités qu'un échantillon de jeunes adultes vivant déjà en couple privilégieraient pour un tel programme. Pour obtenir un portrait plus exhaustif de leurs opinions et de leurs intérêts, nous avons opté pour une méthode qualitative.

MÉTHODOLOGIE

Collecte des données

La méthode des focus groupes³ est ici préférée à celle des entrevues individuelles, parce qu'elle permet d'obtenir des informations chez un plus grand nombre de répondants, d'une façon beaucoup plus rapide et à un

2. C'est la Maison de la famille des Maskoutains de Saint-Hyacinthe qui est à l'origine en même temps que le maître d'œuvre de ce projet.

3. L'expression anglaise « *focus groups* » a été francisée par celle de focus groupes.

coût moindre (Stewart et Shamdasani, 1990). Les participants aux focus groupes devaient répondre aux quatre questions suivantes :

1. Comment voyez-vous la vie de couple ?
2. D'après vous, quels sont les problèmes que les jeunes couples (18-25 ans) éprouvent aujourd'hui ?
3. Quels thèmes aimeriez-vous qu'on aborde à l'intérieur d'un nouveau programme s'adressant à des jeunes couples ?
4. Comment, d'après vous, les rencontres de ce programme devraient être organisées ?

La dernière question incluait une série de sous-questions sur les caractéristiques des animateurs de ce programme, la durée et la fréquence des rencontres, le format du groupe, la nature des activités ainsi que les motifs qui les inciteraient à y participer ou non.

Deux jeunes adultes, une femme et un homme, ont animé ensemble les quatre rencontres. Pour les trois premières questions, ils ont utilisé une procédure adaptée de la « méthode d'évaluation par animation de groupe » (Talbot et Bordage, 1986). Ils demandent dans un premier temps aux participants de donner individuellement leur réponse à une question sous la forme de trois ou quatre énoncés très courts (deux ou trois mots) qu'ils inscrivent sur des feuilles séparées. Chaque feuille ne contient qu'un seul énoncé. Après avoir étalé toutes les feuilles sur un babillard, ils les invitent ensuite à préciser à tour de rôle le sens de leur réponse. Assez souvent, il s'ensuit un court échange entre les répondants. Quant à la quatrième question, les participants y répondaient directement. En raison de la procédure utilisée, chacune des rencontres a duré un peu plus de deux heures. Toutes les rencontres ont été enregistrées avec le consentement signé par chacun des répondants.

Répondants

En partant du principe que la similitude des conditions socio-économiques des répondants favorise leurs interactions à l'intérieur d'un groupe (Stewart et Shamdasani, 1990), ceux-ci ont donc été regroupés en fonction de leur situation de vie. Quatre groupes de répondants ont été recrutés par le biais d'annonces dans les journaux locaux et d'affiches dans les institutions publiques ou dans les locaux d'organismes communautaires. De plus, des jeunes adultes ont été sollicités directement. Les répondants devaient avoir entre 18 et 25 ans, vivre actuellement en couple ou avoir vécu en couple dans un passé très récent. Le premier groupe (GC) est formé de 13 cégépiens, sept femmes et six hommes, dont l'âge moyen est de 19,6 ans. Le second groupe (GS) comprend neuf jeunes adultes sans

emploi, une femme et huit hommes, dont l'âge moyen se situe à 20,1 ans. Neuf jeunes adultes avec un emploi, cinq femmes et quatre hommes, forment le troisième groupe (GA). L'âge moyen des répondants de ce groupe est de 23,2 ans. Enfin, on retrouve sept étudiants universitaires, quatre femmes et trois hommes, dans le quatrième groupe (GU). L'âge moyen des répondants de ce groupe est de 21,3 ans. Tous les répondants, sauf ceux du groupe universitaire, ont été recrutés dans la région de Saint-Hyacinthe. Enfin, deux répondants, un du groupe universitaire (GU) et un autre du groupe avec emploi (GA), avaient déjà participé avec leur partenaire à un programme de prévention conjugale.

Analyse des données

L'analyse du contenu est réalisée à partir du contenu manifeste et est menée selon la procédure décrite par L'Écuyer (1990). L'enregistrement de chaque rencontre est au préalable transcrit intégralement. Dans un premier temps, les réponses à une question sont lues et relues pour en arriver à définir des unités de classification provisoires (catégories et sous-catégories). À l'étape suivante, le texte se rapportant à cette question est découpé et codé selon les catégories et sous-catégories déjà établies. D'autres sous-catégories ont pu toutefois être induites en cours d'analyse. La présence de chaque catégorie ou sous-catégorie dans la réponse d'un groupe est notée comme une unité d'enregistrement. On compte enfin le nombre de groupes où s'est retrouvée chacune des unités d'enregistrement. Cette procédure est utilisée séparément pour chacune des quatre questions.

RÉSULTATS

La présente section ne comprend que les réponses à la troisième et à la quatrième question. On retrouve d'abord les thèmes qui ont été suggérés pour le futur programme. Viennent ensuite les propositions se rapportant aux modalités de ce programme.

Thèmes suggérés

Les thèmes suggérés par les répondants ne sont pas donnés ici par ordre de priorité. Ils sont de plus formulés en termes d'objectifs à atteindre à l'intérieur du futur programme. La communication constitue un thème qui a été mentionné dans les quatre groupes et qui recoupe quatre objectifs. Trois groupes (GC, GU et GA) proposent ainsi l'objectif d'apprendre à exprimer de façon appropriée à son partenaire, c'est-à-dire sans provoquer

de conflits, les insatisfactions vécues dans le couple. Deux groupes (GS et GA) insistent sur l'objectif d'apprendre à écouter son partenaire et à le comprendre. Deux groupes de répondants (GU et GA) proposent aussi que le programme permette à chaque couple de développer une vision globale de ses règles de communication, y incluant la façon dont se développent ses conflits. Par ailleurs, l'acquisition d'outils ou de « trucs » pour résoudre les conflits dans le couple constitue un objectif proposé dans les quatre groupes.

La question de l'arrivée des enfants est un thème qui a été abordé d'une façon plus ou moins spontanée⁴ par les quatre groupes et recoupe quatre objectifs. Dans les quatre groupes, on propose ainsi que les participants à ce programme puissent obtenir des informations et discuter des impacts que l'arrivée d'un premier enfant a sur la vie d'un couple et sur sa relation. Selon les quatre groupes, les participants devraient aussi obtenir des informations sur les tâches et les responsabilités qui incombent aux nouveaux parents en même temps qu'ils devraient pouvoir discuter de la façon de les partager avec leur partenaire. Un groupe (GU) ajoute l'objectif de discuter de la manière que chacun à l'intérieur du couple voit l'éducation des enfants. Deux autres groupes (GS et GC) demandent de fournir aux participants une liste de ressources locales qui s'adressent aux parents.

Le troisième thème concerne l'équilibre dans le couple et réfère à la tension vécue par les deux partenaires d'être ensemble et d'être en même temps deux personnes différentes. Ce thème s'exprime par différents objectifs. Deux groupes (GS et GU) mentionnent explicitement l'objectif de développer un équilibre entre, d'une part, les activités et les projets individuels de chaque partenaire et, d'autre part, les activités et les projets du couple. Dans la même perspective, mais de façon plus pointue, un groupe (GC) propose de chercher à concilier le travail de chaque partenaire et la vie du couple. Deux autres groupes suggèrent l'objectif de développer un plus grand équilibre entre les deux partenaires d'un même couple, tant au regard du partage des tâches (GC) que du support et de l'aide (GA). Par ailleurs, trois groupes (GS, GU et GA) insistent sur l'autonomie personnelle, l'objectif étant que chaque participant puisse apprendre à l'intérieur du futur programme à développer une vie à soi, en ayant ses amis, ses activités, du temps à l'extérieur de son couple. En parallèle, trois

4. Comme le futur programme sera axé sur la préparation des couples à l'arrivée d'un premier enfant, il était essentiel de vérifier l'intérêt des répondants par rapport à ce thème. Aussi les animateurs avaient-ils reçu la consigne de l'introduire dans le cas où il ne serait pas abordé spontanément par l'un ou l'autre des quatre groupes. En fait, un seul groupe (GU) n'a pas abordé ce thème par lui-même.

groupes (GS, GC et GA) proposent que les participants identifient les buts communs qu'ils ont avec leur partenaire et qui « font qu'ils sont ensemble » (GA).

Un autre thème suggéré concerne certaines informations qui pourraient être données au cours du programme. Deux groupes (GS et GU) voudraient qu'on y donne des renseignements concernant l'impact du divorce sur les enfants et sur la façon de l'aborder avec eux. L'objectif d'informer les participants sur les aspects légaux de la vie à deux est indiqué par un groupe (GS). Selon un autre groupe (GC), les couples aux prises avec des difficultés financières pourraient recevoir de l'information sur l'élaboration d'un budget.

Enfin, d'autres objectifs ont été mentionnés, mais moins fréquemment et sans lien direct avec les thèmes déjà mentionnés. Deux des quatre groupes (GS et GA) insistent sur l'éclaircissement des valeurs et des attentes de chaque partenaire par rapport à la vie de couple. Deux groupes (GC et GU) recommandent que le programme favorise chez les participants une plus grande connaissance de leur partenaire. On (GC et GA) voudrait aussi que le programme serve pour les participants à trouver des moyens pour briser la routine qui s'installe toujours dans un couple et pour que « l'amour ne meurt pas » entre les partenaires. Le thème de la sexualité a été mentionné par deux groupes (GS et GC), ceux-ci mettant l'accent sur l'acquisition d'une meilleure communication du vécu sexuel. Un dernier objectif (GC) concerne des moyens pour faire face à la jalousie du partenaire.

Modalités suggérées

On constate pour l'organisation de ces rencontres une profusion d'idées et de suggestions, bien que plusieurs points de convergence semblent émerger entre les groupes. Dans les quatre groupes, on a ainsi proposé que deux personnes de sexe opposé animent le programme. Ces deux personnes devraient former un « vrai » couple, bien que quelques répondants affirment qu'ils pourraient ne pas l'être, à la condition toutefois qu'ils aient déjà une certaine expérience de la vie de couple. Les répondants des quatre groupes mentionnent que les deux animateurs devraient être moins âgés que leurs propres parents : ils veulent ainsi s'assurer que ces animateurs partagent les mêmes valeurs que les jeunes couples et qu'ils vivent des expériences similaires. Ces deux animateurs ne devraient pas nécessairement être des professionnels de la relation d'aide ou du couple, bien que deux répondants le préféreraient. Par contre, les animateurs devraient avoir des compétences en animation de groupe et posséder de très bonnes connaissances sur le couple. Pour les quatre groupes de répondants, les animateurs devraient être choisis en fonction du thème abordé dans une rencontre, ce qui veut

dire, pour eux, que les animateurs pourraient varier d'une rencontre à l'autre. Enfin, un groupe (GA) mentionne que le couple d'animateurs devrait avoir des enfants.

Quant au nombre de personnes qui participeraient au programme, tous les groupes s'entendent pour un minimum de cinq couples et un maximum de 10 couples, un des groupes (GC) le réduisant à sept couples. Par ailleurs, il est suggéré unanimement que les couples soient du même groupe d'âges. Un groupe (GA) propose même que les couples aient tous le même statut, qu'ils soient, par exemple, tous des étudiants ou bien tous des travailleurs.

Les avis sur la durée des rencontres et leur fréquence varient beaucoup d'un groupe à l'autre. Tous s'entendent cependant pour dire que ces rencontres ne devraient pas durer trop longtemps. Dans un groupe (GS), la durée maximale des rencontres ne devrait pas dépasser deux heures avec la possibilité de poursuivre un peu plus longtemps, si nécessaire. Dans un autre groupe (GA), on suggère quatre heures, alors que les deux autres groupes (GC et GU) s'en tiennent à trois heures. On fait varier la durée minimale de ces rencontres entre une et deux heures. Les répondants ne se sont cependant pas prononcés sur la durée totale du programme. Quant à la fréquence des rencontres, les répondants proposent une fois par semaine à une fois par deux semaines. Enfin, deux groupes (GU et GA) suggèrent que le programme commence par une fin de semaine intensive et qu'il se poursuive un peu plus tard par quelques rencontres en soirée.

Dans les quatre groupes, on suggère les trois mêmes types d'activités. Tout d'abord, on propose des sorties en groupe, comme un pique-nique, un rallye, une promenade en forêt ou un film, afin de créer une cohésion dans le groupe ainsi qu'un climat de confiance entre les répondants. Pour eux, ces activités récréatives sont aussi l'occasion d'en apprendre davantage sur soi et sur son partenaire. Comme autre type d'activités lors des rencontres, il devrait y avoir des échanges entre les participants, autant sur des thèmes concernant la vie de couple que sur leur vécu depuis la dernière rencontre. Enfin, les animateurs pourraient faire des jeux de rôles sur le thème de la rencontre. D'autres activités ont été proposées à l'occasion, comme de répondre par écrit à des questions et d'échanger ensuite en couple sur les réponses de chaque partenaire (GA), d'avoir à réaliser des tâches à la maison (GA), d'obtenir d'un couple invité des réponses aux questions des participants (GS), d'avoir des témoignages (GA) ou encore de faire des jeux-questionnaires sur la vie de couple (GS).

La dernière question portait sur ce qui pourrait motiver les répondants ou, au contraire, les amener à refuser de participer à un programme de prévention s'adressant aux jeunes couples. Une étudiante au cégep résume assez bien ce qui pourrait inciter des jeunes adultes à venir

aux rencontres : « c'est une petite sortie dans la semaine, pis ça fait du bien, pis c'est le fun ». Il se dégage donc deux éléments importants qu'on retrouve d'ailleurs chez les quatre groupes de répondants : ces rencontres sont bénéfiques pour les individus en même temps qu'elles sont plaisantes. D'une part, tous les groupes insistent pour qu'un tel programme soit axé sur la croissance et non sur la thérapie. Ils viendraient y chercher un certain épanouissement personnel et un rapprochement avec leur partenaire. Ils ne voudraient surtout pas que des couples s'y retrouvent pour régler leurs problèmes. Un des répondants (GA) exprime d'ailleurs qu'un couple qui aurait « des choses à régler » et qui commencerait « à s'engueuler devant tout le monde » pourrait « affecter les autres ». D'autre part, les quatre groupes soulignent l'importance d'y retrouver une ambiance « relaxe » et amicale qui permet de rencontrer des gens, d'échanger avec eux, tout en effectuant un certain travail sur soi et sur son couple. Un répondant (GU) explique qu'à travers des activités comme un souper en groupe où « tout le monde jase », on donne alors l'occasion aux participants « de faire la réflexion qu'ils ont à faire, sans avoir l'impression qu'ils sont en grosse thérapie ».

Chaque groupe mentionne d'autres éléments qui pourraient inciter des jeunes couples à participer à ce programme ou, à l'inverse, à les faire fuir. Pour deux groupes (GA et GS), on doit à tout prix éviter de faire de ce futur programme un « cours ». On insiste beaucoup sur le libre choix, celui de parler ou non durant les rencontres (GS et GA), de venir aux rencontres selon son intérêt pour le thème et pour les activités (GA) ou même d'y venir sans son partenaire (GU). On aimerait au début du programme faire un choix parmi une liste de thèmes et d'activités (GS et GC). On veut aussi une certaine diversité des activités à l'intérieur d'une même rencontre (GU). Les animateurs devraient être très « entraînants » (GU). On note une nouvelle fois l'importance que les participants fassent partie du même groupe d'âge (GS et GA). On mentionne aussi que l'exigence d'un coût monétaire pour participer aux rencontres (GU et GS) et l'inclusion d'une dimension religieuse (GC et GS) auraient selon eux des effets très dissuasifs.

Enfin, les quatre groupes sont d'avis que la publicité annonçant le programme devrait mettre en évidence les éléments qui, d'après eux, pourraient motiver les jeunes couples à s'y inscrire. Un groupe (GC) souligne que la publicité devrait insister sur le fait que le programme a été élaboré à la suite d'une enquête auprès de plusieurs jeunes couples. Enfin, les quatre groupes recommandent que la publicité se fasse d'abord par du bouche à oreille, où l'on se fait dire par un ami ou une connaissance que « ça va être le fun » (GU) d'y venir.

DISCUSSION

La présente recherche donne des indications sur ce qui pourrait motiver des jeunes couples à participer à un nouveau programme visant à consolider leur relation et à les préparer à la venue éventuelle d'un enfant. Les principaux thèmes qui ont été suggérés par les répondants concernent l'équilibre dans le couple, la communication et l'arrivée des enfants. Chacun des thèmes proposés donne lieu à des objectifs. Une comparaison de ces objectifs avec ceux retenus dans des recherches antérieures (Boisvert *et al.*, 1995 ; Silliman et Schumm, 1989) laisse voir un certain nombre de différences. Par exemple, dans notre étude, aucun groupe ne mentionne les objectifs de gérer son stress, d'apprendre à pardonner, d'éviter le divorce ou de gérer ses relations avec les beaux-parents. Par contre, les répondants de notre échantillon ont proposé des objectifs qui ne se retrouvent pas dans les autres études, comme de fournir des informations sur les aspects légaux de la cohabitation, de définir les projets individuels de chaque partenaire par opposition aux projets du couple ou d'identifier le mode de communication du couple. Enfin, certains objectifs suggérés lors des focus groupes semblent plus précis que dans les études antérieures. Par exemple, alors que le thème de la sexualité est vaste, deux des quatre groupes demandent de développer la communication du vécu sexuel. De même, l'objectif d'exprimer des sentiments (Boisvert *et al.*, 1995) correspond dans notre étude à celui d'exprimer adéquatement ses insatisfactions. Notre recherche permet donc de définir des objectifs plus pointus qui pourront se retrouver à l'intérieur d'un nouveau programme de prévention pour jeunes couples.

Par ailleurs, une analyse des programmes de prévention pré-nuptiale (Tremblay et Blais) indique que ceux-ci ne répondent pas entièrement aux objectifs proposés dans les focus groupes. Ainsi, bien que le thème de la communication soit abordé dans tous ces programmes, assez peu d'entre eux s'attardent sur l'écoute ou sur l'expression des insatisfactions. Le thème de l'équilibre dans le couple peut être mentionné, sans qu'il soit travaillé comme tel. La question de la venue des enfants est à peu près occultée de ces programmes. Par contre, on accorde un certain temps pour y approfondir le sens du mariage religieux, bien que ce thème n'éveille chez les jeunes adultes que très peu d'intérêt (Boisvert *et al.*, 1995 ; Silliman et Schumm, 1989). Le décalage entre les thèmes qui sont abordés dans ces programmes et ceux que les jeunes couples privilégient expliquerait donc, du moins en partie, leur faible motivation à y participer. Par conséquent, il serait souhaitable de tenir compte de leurs intérêts, si nous voulons susciter chez eux une plus forte motivation à s'inscrire à un nouveau programme. Cela ne veut pas dire que les objectifs évoqués lors des focus groupes doivent être tous repris dans un nouveau programme de

prévention. Par contre, d'autres objectifs qui n'ont pas été proposés devraient peut-être s'y retrouver. On peut mentionner, entre autres, l'objectif de la prévention de la violence conjugale qui est devenue aujourd'hui une priorité sociale (Centre national sur la violence dans la famille, 1990).

Dans le cadre de la présente recherche, les répondants ont aussi exprimé leurs attentes face aux modalités de ce futur programme. À cet effet, des informations ont été recueillies sur les caractéristiques des animateurs, sur la fréquence et la durée des rencontres, sur le format du groupe et sur la nature des activités. Dans le passé, très peu de chercheurs se sont intéressés à vérifier comment les couples verraient l'organisation d'un programme de prévention qui leur serait destiné. L'étude de Silliman et Schumm (1995) révèle ainsi que les jeunes adultes désirent des programmes qui sont très brefs (moins de 10 heures), peu coûteux ou même gratuits, qui regroupent trois ou quatre couples au maximum, qui sont animés par des professionnels et qui incluent une combinaison de méthodes (prises de conscience, discussions et acquisition d'habiletés interpersonnelles). Il y a certes quelques recoupements (coûts, nombre de couples participants, etc.) entre les données américaines et québécoises, mais celles-ci diffèrent pour l'essentiel (animateurs, types d'activités, caractéristiques des participants, etc.). La méthodologie employée pour chacune de ces études ainsi que le statut des répondants pourraient expliquer ces différences.

La présente recherche met aussi en lumière les motifs qui pourraient inciter des jeunes adultes vivant en couple à participer à un tel programme. D'une part, ils sont fortement en faveur d'un programme axé sur la croissance des individus et l'enrichissement de leur relation. Ils se montrent, par contre, très rébarbatifs à l'idée que des couples viennent y régler leurs problèmes. Peut-être que leurs propos reflètent-ils la croyance qu'ils ne vivent pas eux-mêmes des difficultés importantes dans leur couple et que de participer à un programme de prévention ne leur serait pas profitable? Il n'est donc pas certain que les répondants soient eux-mêmes très attirés par un nouveau programme. Silliman et Schumm (1995) croient d'ailleurs que les couples les plus ouverts au counseling préconjugal sont ceux qui en ont le moins besoin. Si tel était le cas, il faudra montrer beaucoup d'originalité pour inciter les jeunes couples, tout particulièrement ceux qui sont le plus à risque, à s'y inscrire.

D'autre part, les répondants accordent beaucoup d'importance à l'approche qui sera adoptée dans ce programme. Ils insistent sur le libre choix, la variation des thèmes et des activités, la compétence des animateurs, l'inclusion d'activités ludiques, les échanges informels entre les participants, etc. Cette insistance pourrait aussi être considérée comme un manque de motivation de leur part. Par ailleurs, les répondants se réfèrent à leurs

expériences passées pour émettre des suggestions sur ce futur programme. Pour la très grande majorité d'entre eux, leurs expériences de groupe sont essentiellement d'ordre scolaire et se résument à écouter de manière passive des professeurs leur « donner un cours ». Aussi proposent-ils des modalités qui vont à l'encontre de leurs propres expériences et qui leur apparaîtraient sans doute comme plus intéressantes. De toute façon, la méthode des conférences ne s'avère pas très efficace avec les jeunes couples (Fournier et Olson, 1986). Par contre, l'acquisition d'habiletés interpersonnelles ne semble pas non plus correspondre aux attentes des répondants. Pourtant, il s'agit là d'une méthode efficace pour prévenir la détresse conjugale, comme le démontrent des recherches récentes (voir Floyd *et al.*, 1995). Il est possible toutefois que les jeunes adultes de notre échantillon n'aient pas été mis en contact avec cette méthode. En fin de compte, le choix d'une approche pour ce nouveau programme exigera de la part de ses concepteurs une très grande créativité pour réussir à y intéresser les jeunes couples.

CONCLUSION

Cette recherche qualitative a servi à déterminer les thèmes et les modalités que des jeunes adultes vivant en couple aimeraient retrouver dans un futur programme de prévention. L'utilisation de la méthode des focus groupes constitue toutefois une limite de cette étude. Bien qu'elle permette d'explorer sans a priori les intérêts de quatre groupes de répondants, elle ne peut le faire pour chacun des répondants. En effet, cette méthode ne donne pas d'information sur l'importance que chaque répondant accorde aux différents thèmes, objectifs et modalités suggérés lors des focus groupes. Pour ce faire, un questionnaire incluant les données recueillies lors des focus groupes devra être élaboré dans une étape ultérieure. Des recherches quantitatives pourront ensuite être réalisées pour connaître avec plus de précision les intérêts des jeunes adultes vivant en couple par rapport à un nouveau programme de prévention.

Il va sans dire que les données obtenues dans la présente recherche peuvent quand même être prises en considération dans l'élaboration d'un nouveau programme pour les jeunes couples. Déjà, les concepteurs de ce nouveau programme se sont inspirés de ces données pour établir les cinq principaux objectifs suivants : 1) faire face à nos différences ; 2) identifier notre mode de communication ; 3) nous entraîner au processus de résolution d'un problème ; 4) établir notre contrat relationnel et 5) prendre conscience des transitions dans la vie des couples et de leur impact sur leur relation. Pour chacun des objectifs, ils s'ingénient actuellement à trouver des activités diversifiées, captivantes, qui demandent aux participants d'être actifs tout en leur permettant d'effectuer un certain travail sur eux

et sur leur relation. Ce programme devrait d'ailleurs être expérimenté au début de la prochaine année auprès de trois groupes de couples. Une évaluation est aussi prévue pour en vérifier l'implantation.

RÉFÉRENCES

- BOISVERT, J.-M., LADOUCEUR, R., BEAUDRY, M., TURGEON, L., TARDIF, C., ROUSSY, A., FREESTON, M. H., LORANGER, M. (1993). La conception de la vie de couple chez les jeunes adultes québécois : I. Les attitudes face à la vie conjugale et familiale. *Les cahiers de recherche de l'école de psychologie* (n° 138). Québec : Université de Laval.
- BOISVERT, J.M., LADOUCEUR, R., BEAUDRY, M., FREESTON, M. H., TURGEON, L., TARDIF, C., ROUSSY, A., LORANGER, M. (1995). Perception of marital problems and of their prevention by Quebec young adults. *The Journal of Genetic Psychology*, 156, 33-44.
- BRADBURY, T.N., FINCHAM, F.D. (1990). Preventing marital dysfunction : Review and analysis, in F.D. Fincham, T.N. Bradbury (dir.) : *The Psychology of Marriage* (p. 375-401). New York : Guilford Press.
- BRADT, J.O. (1989). Becoming parents : Families with young children, in B. Carter, M. McGoldrick (dir.) : *The Changing Family Life Cycle* (p. 235-254). Boston : Allyn and Bacon.
- CENTRE NATIONAL SUR LA VIOLENCE DANS LA FAMILLE (1990). *La violence dans les fréquentations*. Ottawa : Santé et Bien-être social Canada.
- COWAN, C.P., COWAN, P.A. (1995). Interventions to ease the transition to parenthood - Why they are needed and what they can do. *Family Relations*, 44, 412-424.
- FLOYD, F.J., MARKMAN, H.J., KELLY, S., BLUMBERG, S.L., STANLEY, S.M. (1995). Preventive intervention and relationship enhancement, in N.S. Jacobson, A.S. Gurman (dir.) : *Clinical Handbook of Couple Therapy* (p. 212-226). New York : Guilford Press.
- FOURNIER, D.G., OLSON, D.H. (1986). Programs for premarital and newly wed couples, in R.F. Levant (dir.) : *Psychoeducational Approaches to Family Counseling and Therapy* (p. 194-231). New York : Springer.
- GRYCH, J.H., FINCHAM, F.D. (1990). Marital conflict and children's adjustment : A cognitive-contextual framework. *Psychological Bulletin*, 108, 267-290.
- GUERNEY, B., MAXSON, P. (1990). Marital and family enrichment research : A decade review and look ahead. *Journal of Marriage and the Family*, 52, 1127-1135.
- GUTTMAN, H.A. (1991). Systems theory, cybernetics, and epistemology, in A.S. Gurman, D.P. Kniskern (dir.) : *Handbook of Family Therapy* Vol. II (p. 41-62). New York : Brunner / Mazel.

- KITSON, G.C., MORGAN, L.A. (1990). The multiple consequences of divorce : A decade review. *Journal of Marriage and the Family*, 56, 913-924.
- L'ÉCUYER, R. (1990). *Méthodologie de l'analyse de contenu : méthode GPS et concept de soi*. Sillery : Presses de l'Université du Québec.
- MAISON DE LA FAMILLE SAINT-AMBROISE (1997). *Préparation au mariage civil*. Loretteville : Maison de la Famille Saint-Ambroise inc.
- MARKMAN, H.J., FLOYD, F.J., STANLEY, S.M., LEWIS, H.C. (1986). Prevention, in N.S. Jacobson, A.S. Gurman (dir.) : *Clinical Handbook of Marital Therapy* (p. 173-195). New York : Guilford Press.
- MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX (1992). *Politique de la santé et du bien-être*. Québec : Ministère de la Santé et des Services sociaux.
- PROVOST, M.A., TREMBLAY, S. (1991). Le nouveau-né et le couple : adversaires ou partenaires? *Santé mentale au Québec*, 16(1), 235-250.
- RAMPAGE, C. (1995). Gendered aspects of marital therapy, in N.S. Jacobson, A.S. Gurman (dir.) : *Clinical Handbook of Couple Therapy* (p. 261-273). New York : Guilford Press.
- RAUSCH, H.L., BARRY, W.A., HERTEL, R.K., SWAIN, M.A. (1974). *Communication, Conflict, and Marriage*. San Francisco : Jossey Bass.
- SILLIMAN, B., SCHUMM, W.R. (1989). Topics of interest in premarital counseling : Clients views. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 15, 199-206.
- SILLIMAN, B., SCHUMM, W.R. (1995). Clients interests in premarital counseling : A further analysis. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 21, 43-56.
- STEIN, R.E.K., BAUMAN, L.J., IREYS, H.T. (1991). Who enrolls in prevention trials? Discordance in perception of risk by professionals and participants. *American Journal of Community Psychology*, 19, 603-617.
- STEWART, D.W., SHAMDASANI, P.N. (1990). *Focus Groups : Theory and Practice*. Newbury Park : Sage.
- TALBOT, R.W., BORDAGE, G. (1986). Une appréciation préliminaire d'une nouvelle méthode d'évaluation des cours par animation de groupe. *Revue internationale de gestion des établissements d'enseignement supérieur*, 10, 203-214.
- TREMBLAY, S. (1992). Le counseling pré-nuptial : une invitation à intervenir. *Revue québécoise de psychologie*, 13 (1), 43-57.
- TREMBLAY, S., BLAIS, R. (en préparation). *Programme de prévention pour les couples en projet d'enfant. Rapport d'évaluation*.
- WORTHINGTON, E.L., BUSTON, B.G. (1986). The marriage relationship during the transition to parenthood. *Journal of Family Issues*, 7, 443-473.