

Impact psychologique de la séparation et du divorce Psychological impact of separation and divorce

Michel Alain et Yvan Lussier

Volume 13, numéro 1, juin 1988

La réinsertion sociale

URI : <https://id.erudit.org/iderudit/030426ar>

DOI : <https://doi.org/10.7202/030426ar>

[Aller au sommaire du numéro](#)

Éditeur(s)

Revue Santé mentale au Québec

ISSN

0383-6320 (imprimé)

1708-3923 (numérique)

[Découvrir la revue](#)

Citer cet article

Alain, M. & Lussier, Y. (1988). Impact psychologique de la séparation et du divorce. *Santé mentale au Québec*, 13(1), 57–68. <https://doi.org/10.7202/030426ar>

Résumé de l'article

Cette étude traite de l'impact psychologique du divorce sur les ex-conjoints. Les données ont été recueillies au moyen d'un questionnaire administré à 127 personnes (97 femmes et 30 hommes). La sélection de la majorité des sujets s'est effectuée à partir de listes de noms fournies par des organismes d'aide aux personnes séparées et divorcées. La présentation des résultats reflète tout d'abord les caractéristiques socio-démographiques des personnes consultées. Un bref examen des données d'analyses corrélationnelles fournit ensuite une vue d'ensemble des variables susceptibles d'affecter ou de contribuer à améliorer le vécu psychologique et social des personnes confrontées à une rupture conjugale. Ainsi sont traités successivement des aspects tels l'adaptation des ex-conjoints de façon détaillée à la suite d'un divorce et l'attachement émotionnel pour l'ex-partenaire. Les résultats sont discutés en fonction de diverses approches cliniques qui pourraient faciliter aux ex-conjoints l'adaptation aux transformations des habitudes de vie qu'implique le divorce.

Impact psychologique de la séparation et du divorce

Michel Alain*
Yvan Lussier*

Cette étude traite de l'impact psychologique du divorce sur les ex-conjoints. Les données ont été recueillies au moyen d'un questionnaire administré à 127 personnes (97 femmes et 30 hommes). La sélection de la majorité des sujets s'est effectuée à partir de listes de noms fournies par des organismes d'aide aux personnes séparées et divorcées. La présentation des résultats reflète tout d'abord les caractéristiques socio-démographiques des personnes consultées. Un bref examen des données d'analyses corrélationnelles fournit ensuite une vue d'ensemble des variables susceptibles d'affecter ou de contribuer à améliorer le vécu psychologique et social des personnes confrontées à une rupture conjugale. Ainsi sont traités successivement des aspects tels l'adaptation des ex-conjoints de façon détaillée à la suite d'un divorce et l'attachement émotionnel pour l'ex-partenaire. Les résultats sont discutés en fonction de diverses approches cliniques qui pourraient faciliter aux ex-conjoints l'adaptation aux transformations des habitudes de vie qu'implique le divorce.

Depuis les deux dernières décennies, il semble que la séparation et le divorce soient de plus en plus acceptés comme solution à l'insatisfaction conjugale. En effet, le taux de divorce canadien a fortement augmenté par suite des modifications apportées en 1968 à la législation sur le divorce. Le nombre de divorces a atteint un niveau record de 70,436 en 1982 (pour connaître une légère diminution l'année suivante) comparativement à une moyenne annuelle d'environ 11,000 enregistrée pour la période 1966-68 (Statistique Canada, 1985). Selon les données canadiennes de 1984, une comparaison entre le nombre de mariages (185,599) et le nombre de divorces (65,172) montre qu'il y a eu cette année-là plus d'un divorce prononcé pour trois mariages célébrés (alors qu'au Québec, le rapport est de près d'un divorce prononcé pour deux mariages célébrés : Statistique Canada, 1986).

Étant donné ces statistiques et le fait que le divorce peut engendrer des perturbations émotionnelles importantes, il n'est pas surprenant que les professionnels de la santé mentale aient commencé à porter une attention particulière aux problèmes occasionnés par le divorce (Glaser et Borduin, 1986).

Le divorce constitue une transition majeure dans

la vie des ex-conjoints. Il peut entraîner une série de conséquences psychologiques et sociales, notamment une redéfinition du statut légal des ex-conjoints et leur réadaptation personnelle qui modifient les réseaux de relations sociales et les nouveaux rôles parentaux et économiques (Brown et al., 1977). Ces effets peuvent même se prolonger longtemps après que les aspects juridiques aient été résolus (Glaser et Borduin, 1986).

Comparés à d'autres phénomènes affectant la famille, le divorce, ses antécédents et en particulier ses conséquences pour les adultes, ont été très peu étudiés au Québec (voir Deckert et Langelier, 1978 ; Langelier et Deckert, 1980 ; De Grace et al., 1983).

Dans la littérature scientifique (et surtout américaine) sur le divorce, l'adaptation des ex-conjoints à la suite d'une rupture constitue la dimension la plus étudiée et la mieux documentée. Les recherches ont mis en évidence plusieurs variables pouvant affecter le processus d'adaptation des personnes divorcées. Parmi celles-ci, notons l'âge, le sexe, les enfants, le nombre d'années de mariage, les difficultés financières, le degré d'engagement dans le mariage, les réseaux d'entraide sociale et la participation sociale, les problèmes psychiatriques dans la dyade, les attitudes dictées par les rôles sexuels, le niveau d'estime de soi, l'initiative de la rupture, l'interaction avec l'ex-partenaire, la famille et les amis (Goode, 1956 ; Chiriboga et al., 1978 ; Raschke, 1977 ; Brown et Manela, 1978).

* Michel Alain est professeur au département de psychologie, Université du Québec à Trois-Rivières. Yvan Lussier, psychologue, est candidat au doctorat en psychologie, Université de Montréal.

L'acceptation de la réalité du divorce comporte une dimension émotionnelle mise en évidence par Bohannon (1970) en faisant référence au divorce émotionnel, qui implique, par exemple, la perte de l'objet d'amour. Weiss (1975) note que la présence évidente des besoins d'attachement dans les relations des adultes mûrs peut intensifier les réactions provoquées par la perte de l'ex-conjoint. Peu d'études ont mesuré ce concept chez l'adulte à la suite d'une rupture conjugale (Brown et al., 1980; Kitson, 1982; Weiss, 1976). Toutefois, des études traitant du deuil chez l'adulte (Parkes, 1971) ont bien fait ressortir le rôle important joué par ce comportement d'attachement au niveau de l'explication des différentes phases de réactions et d'adaptation consécutives au décès du conjoint. À l'instar de Weiss (1976), Brown et al. (1980) et Kitson (1982) constatent, après la rupture de la plupart des mariages et indépendamment de leur qualité, la persistance d'un sentiment d'attachement envers l'ex-partenaire. Ces auteurs concluent que l'interruption de l'attachement est la principale source de perturbation intervenant à la suite d'une séparation. Les résultats de Kitson (1982) montrent que les sentiments d'attachement sont plus élevés chez des répondants qui ont une faible estime de soi. Les sujets les plus liés à leur ex-partenaire disent éprouver de plus grandes difficultés à s'adapter à leur nouvelle situation.

Dans une autre étude (Lussier et Alain, 1986), nous avons souligné l'existence d'un lien entre les activités cognitives des gens (c'est-à-dire leur mode d'explication de leur rupture conjugale) et leur vécu à la suite du divorce. Les résultats révèlent que les sujets les plus attachés à leur ex-partenaire sont ceux qui se sont attribués la responsabilité de la rupture. Au cours de la période qui suit le divorce, leur capacité d'adaptation à leur nouvelle situation est également plus faible que celle des sujets qui attribuent la responsabilité de la rupture à l'ex-conjoint ou à des facteurs interactionnels (par exemple, manque de communication, divergence de valeurs, incompatibilité de caractères) (voir aussi Newman et Langer, 1981).

Étant donné le peu d'études sur le divorce effectuées à partir d'un échantillon québécois, la présente recherche veut contribuer à la compréhension de ce phénomène, et s'est fixé à cette fin trois objectifs: 1) mesurer les variables démographiques, familiales, sociales et de personnalité qui interviennent dans le divorce; 2) étudier le processus d'adaptation des

personnes divorcées à la nouvelle situation créée par le divorce; et 3) discuter des modes d'intervention possibles en matière de santé mentale.

En vue d'atteindre ces objectifs, nous tenterons de répondre plus spécifiquement aux interrogations de recherche suivantes: a) quel est le profil démographique et social de l'échantillon étudié?; b) quelles variables jouent un rôle dans l'adaptation au divorce?; et c) quelle est la nature de l'attachement existant envers l'ex-partenaire, quelles variables lui sont reliées?

Méthodologie

Sujets

L'échantillon se compose de 127 individus (97 femmes et 30 hommes) séparés et/ou divorcés. Une première sélection s'est effectuée au moyen d'annonces dans les journaux locaux ou à la télévision communautaire et par l'intermédiaire d'organismes d'aide aux personnes séparées ou divorcées. La majorité des sujets retenus dans l'échantillon final (environ 85 %) proviennent d'organismes d'aide aux personnes séparées ou divorcées. L'âge moyen des sujets est de 40 ans et ils ont en moyenne 11 ans de scolarité. Le temps moyen écoulé depuis la séparation ou le divorce est respectivement de 3 ans 2 mois et 3 ans 8 mois.

Procédure

Les sujets ont été consultés individuellement (lors de leur rencontre avec leur organisme ou au laboratoire de psychologie) par l'entremise d'un questionnaire s'inspirant des recherches dans ce domaine (voir Lussier et Alain, 1986, pour de plus amples détails). Le questionnaire se subdivisait en cinq parties: 1) détermination des caractéristiques socio-démographiques du sujet; 2) évaluation du degré d'attachement du sujet pour son ex-partenaire (voir Brown et al., 1980; Kitson, 1982; Weiss, 1975); 3) évaluation de la condition psychologique du sujet, c'est-à-dire de son adaptation à la rupture (voir Newman et Langer, 1981); 4) information sur le type d'activités pratiquées actuellement par le sujet; 5) évaluation du degré d'estime de soi (Rosenberg, 1965). Dans l'ensemble, ces variables obtiennent des coefficients de fidélité interne fort élevés (Lussier et Alain, 1986).

Résultats

Profil démographique et social

Pour tenter de cerner le profil démographique et social de la personne divorcée, le tableau 1 illustre les données les plus pertinentes à ce sujet. Entre autres, on constate que le nombre de femmes ayant participé à cette recherche est supérieur au nombre d'hommes (de telles proportions sont également observées dans la plupart des recherches américaines sur le divorce). Au chapitre de l'emploi, les répondants occupent le plus souvent des postes de journalier ou une occupation au foyer. Outre les informations contenues dans ce tableau, mentionnons que 35 % des personnes séparées et 29 % des personnes divorcées le sont depuis une période variant de un à 18 mois. Il est également intéressant de constater que 70 % des hommes, comparativement à 30 % des femmes, mentionnent que la séparation a eu lieu à la demande du conjoint. On retrouve des résultats inverses pour ceux qui affirment qu'ils ont eux-mêmes pris l'initiative de rupture.

TABLEAU 1

Caractéristiques démographiques de l'échantillon¹

Caractéristiques démographiques	Pourcentage	n
Sexe		
Homme	24	30
Femme	76	97
Âge (M = 40.02 ans)		
Éducation (M = 11 ^{ème} année)		
5 ^{ème} -12 ^{ème} année	76	93
Plus d'une 12 ^{ème} année	24	30
Emploi		
Ménagère	30	35
Emploi journalier	36	43
Administration et techniques	15	18
Professionnel et poste de direction	15	18
Étudiant(e)	4	5
Durée du mariage / de l'union (M = 13.45 ans)		
Nombre d'enfants (M = 2.75)		

1. Les données rapportées dans ce tableau sont fonction du nombre de sujets ayant répondu aux questions ayant trait à ces caractéristiques. Le nombre de réponses fournies pour chacune des variables peut différer du nombre total des sujets.

Par ailleurs, nous constatons que 117 individus (93 %) ont des enfants et que dans 44 % des cas, l'âge du benjamin est inférieur à 10 ans. Parmi les 86 répondants (83 %) affirment avoir la garde de leurs enfants, 41 seulement (donc moins de la moitié) déclarent que leur conjoint contribue financièrement aux besoins et à l'éducation des enfants. Au niveau de la sphère sociale, 77 sujets (63 %) mentionnent qu'ils fréquentent un autre partenaire, et cette relation dure en moyenne depuis 1.49 an. Parmi les répondants, 43 (34 %) ont sollicité l'aide d'un professionnel de la santé mentale (par exemple, psychothérapeute, psychologue, psychiatre), à la suite de leur séparation ou de leur divorce. Au total, 40 % des femmes comparativement à 16.7 % des hommes, ont demandé une telle assistance. Concernant la situation économique des participants, 53 % (n = 60) d'entre eux affirment avoir un revenu annuel inférieur à 10,000 \$. Il est à noter que les hommes ont un revenu significativement plus élevé que celui des femmes.

Analyses factorielles

Des analyses factorielles (à rotation varimax) ont été appliquées aux variables relatives à l'adaptation, à l'attachement et à l'activité, afin de vérifier si ces variables mesurent un phénomène unidimensionnel ou plusieurs facettes d'un même phénomène. L'examen des pondérations des facteurs a permis de créer trois indices orthogonaux : a) *adaptation psychologique et sociale* (par exemple, sentiment d'être heureux, participation à des rencontres sociales) (alpha de .83), b) *capacité d'adaptation et satisfaction de soi* (par exemple, difficulté d'adaptation à un nouveau mode de vie, tendance à se blâmer) (alpha de .52), et c) *habiletés dans les relations sociales* (par exemple, sentiment d'être à l'aise avec les gens, tendance à aller vers eux) (alpha de .67).

L'analyse factorielle appliquée aux 16 items du questionnaire portant sur l'attachement a permis également de créer trois indices orthogonaux : a) *bouleversement et préoccupation pour l'ex-partenaire* (par exemple, envahissement de la pensée par l'ex-conjoint, impression de perdre une partie de soi) (alpha de .92), b) *sentiments de désir pour l'ex-partenaire* (par exemple, attirance pour l'ex-partenaire, tendance à s'ennuyer de l'ex-partenaire) (alpha de .86), et c) *affliction* (par exemple, refus d'envisager l'avenir seul) (alpha de .77).

Finalement une analyse factorielle des variables se rapportant aux activités a permis de créer les trois indices suivants: a) *activités domestiques et hobby* (par exemple, bricolage, ménage, entretien), b) *activités sportives et détente* (par exemple, sports, télévision, cinéma), et c) *activités sociales et fréquence des activités* (par exemple, rencontres avec les amis(e)s, voyages, visites).

Variabes reliées à l'adaptation

Des corrélations ont été calculées pour les trois indices d'adaptation en fonction des variables démographiques, familiales, sociales et de personnalité. Seuls les résultats significatifs impliquant au moins un des indices d'adaptation sont présentés ($p < .05$). Ainsi, la capacité d'adaptation des ex-conjoints à un divorce et leur satisfaction d'eux-mêmes diminuent en fonction de l'âge des conjoints ($r = .16$) ou du nombre d'années de mariage au moment de la rupture ($r = -.15$). Une rupture inattendue est associée à une moindre capacité d'adaptation et à une faible satisfaction de soi ($r = -.20$), ainsi qu'à de faibles habiletés dans les relations sociales ($r = -.15$).

En contrepartie, plus les ex-conjoints ont le sentiment d'avoir pu, au moment de leur rupture, exercer un contrôle sur les événements, plus ils ont eu de la facilité à modifier leurs habitudes de vie et plus ils sont satisfaits d'eux-mêmes ($r = .23$). Nous notons également que plus il y a de temps que les personnes sont séparées ($r = .27$) ou divorcées ($r = .21$), plus leur adaptation psychologique et sociale est élevée.

Un test de comparaison de moyennes ($t(123) = 2.21, p < .05$) montre que les gens qui n'ont pas d'enfants ont eu moins de problèmes d'adaptation et sont plus satisfaits d'eux-mêmes ($M = 68.36$) que les personnes qui ont des enfants ($M = 55.56$). Parmi ces derniers, plus le benjamin est âgé, plus les répondants se considèrent adaptés psychologiquement et socialement, ($r = .23$). Les sujets qui déclarent que leur situation financière est bonne ont également une plus grande facilité d'adaptation et leur condition psychologique et sociale ($r = .16$) semble supérieure aux autres répondants.

D'autres corrélations présentées au tableau 2 montrent l'existence d'une forte relation entre les variables émotionnelles et de personnalité et le mode d'adaptation à la suite du divorce. Ainsi, plus les personnes sont attachées à leur ex-partenaire, plus l'adaptation à leur nouvelle vie, après le divorce, s'est avérée difficile. De même, plus leur estime de soi est élevée, plus les personnes divorcées semblent s'être adaptées aux changements.

Par ailleurs, des analyses de corrélation montrent qu'il n'existe aucun lien entre la pratique d'une activité spécifique (par exemple, sports, lecture, cinéma) et les indices d'adaptation. Toutefois, le fait de pratiquer des activités à l'extérieur de la maison (par exemple, visites, voyages), de rencontrer des ami(e)s et d'avoir des activités fréquentes et diversifiées est relié à une bonne adaptation psychologique et sociale

TABLEAU 2

Coefficients de corrélations entre les indices d'adaptation et les indices d'attachement et d'estime de soi

	Adaptation		
	Indice 1	Indice 2	Indice 3
Attachement			
Bouleversement et préoccupation pour l'ex-partenaire	-.52 ³	-.55 ³	-.24 ²
Sentiment de désir pour l'ex-partenaire	-.43 ³	-.44 ³	-.18 ¹
Affliction	-.47 ³	-.30 ³	-.22 ²
Estime de soi	.66 ³	.40 ³	.32 ³

Indice 1: Adaptation psychologique et sociale.

Indice 2: Capacité d'adaptation et satisfaction de soi.

Indice 3: Habiletés dans les relations sociales.

($r = .37$), ainsi qu'à une facilité d'adaptation et à une bonne satisfaction de soi ($r = .18$).

Les résultats d'un test t révèlent que les personnes fréquentant un nouveau partenaire sont significativement plus heureuses, plus optimistes, plus confiantes, plus positives envers elles-mêmes et plus portées à participer à des rencontres sociales ($M = 76.21$) que les personnes vivant seules ($M = 68.77$) ($t(73) = 2.38, p < .05$). D'ailleurs, plus les gens sont satisfaits de leur nouvelle relation intime, plus leur adaptation psychologique et sociale est élevée ($r = .27$).

Contrairement aux croyances populaires, nos résultats indiquent qu'il n'y a pas de différence entre les hommes et les femmes quant à leur mode d'adaptation à un divorce. L'adaptation des répondants ne diffère pas non plus selon qu'ils aient été ou non à l'origine de la décision de rupture avec leur conjoint.

Variables reliées à l'attachement

Les analyses montrent que plus les personnes sont âgées, plus elles sont bouleversées par le divorce et plus elles ont tendance à penser à leur ex-partenaire ($r = .16$)¹. La durée du mariage tend à influencer dans le même sens (mais non de façon significative), l'indice d'attachement, ($r = .14, p < .06$). Les individus scolarisés sont moins troublés par le départ du partenaire et leur pensée est moins absorbée par l'ex-conjoint ($r = -.15$). Plus la rupture était inattendue, plus le nombre de répondants indiquant qu'ils pensent à leur ex-partenaire ($r = .24$) et qu'ils sont affligés par son départ ($r = .18$) est élevé.

Il n'y a aucun lien entre le temps écoulé depuis la séparation ou le divorce et le niveau d'attachement envers le conjoint: une seule de ces corrélations est significative et indique qu'avec le temps, les sujets sont moins affligés par la perte de leur partenaire ($r = -.20$).

Concernant l'aspect financier, plus le revenu annuel des ex-conjoints est élevé ($r = -.17$) ou encore plus ils se déclarent satisfaits de leur situation financière ($r = -.14$), moins ils sont portés à ressasser le passé et à être envahis par l'image de l'ex-partenaire. D'autres analyses corrélationnelles révèlent qu'il n'y a aucune relation entre la pratique d'une activité spécifique et la diminution ou la persistance d'un attachement émotionnel pour l'ex-partenaire. Toutefois, plus les gens ont des activités fréquentes

à l'extérieur de la maison (par exemple, visites, voyages), rencontrent des ami(e)s ou se disent occupés (sans préciser le genre d'activités), moins ils se considèrent comme attachés à leur ex-partenaire (les corrélations pour les trois indices d'attachement sont toutes significatives, la moyenne étant de $r = -.27$). Plus l'estime de soi est élevée, moins l'attachement pour l'ex-partenaire est élevé (la moyenne des corrélations est de $r = -.31$).

Des tests t montrent que les participants qui n'ont pas d'enfants ne semblent pas éprouver de manière significative un attachement moins grand pour l'ex-partenaire que ceux qui ont des enfants. Le nombre d'enfants et l'âge du benjamin ne sont pas non plus associés à l'attachement pour l'ex-partenaire.

Les tests t présentés au tableau 3 comparent les scores moyens des sujets aux trois indices d'attachement en fonction de l'initiative de la rupture. Ces analyses sont toutes significatives et démontrent que le niveau d'attachement est plus élevé lorsque la rupture a été demandée par le conjoint que lorsqu'elle a été demandée par le répondant. D'ailleurs, les corrélations significatives pour les trois indices d'attachement montrent que plus les répondants ont l'impression qu'au moment de la rupture, ils avaient pris sur les événements, moins leurs sentiments d'attachement pour leur ex-partenaire sont élevés (la moyenne des corrélations est de $-.21$).

Les hommes ont tendance ($p < .06$) à ressentir plus de désir et d'attirance pour leur ex-partenaire ($M = 33.82$) que les femmes ($M = 25.06$). Les personnes qui fréquentent un nouveau partenaire sont significativement moins bouleversées et moins portées à repenser à leur ex-partenaire ($M = 16.67$) que celles vivant seules ($M = 28.58, t(121) = 3.24, p < .05$). En outre, plus les répondants sont satisfaits de cette nouvelle liaison, moins ils ressentent de l'attachement pour leur ex-partenaire (la moyenne des corrélations est de $-.26$).

Conclusion

Les résultats des différentes analyses présentées précédemment ont permis de mettre en évidence un certain nombre de facteurs pouvant interférer dans le processus de réadaptation consécutif à une rupture conjugale. Il nous est ainsi possible de dégager une première constatation: une série de variables démographiques, sociales, familiales et de personnalité semblent intervenir dans le processus d'adap-

TABLEAU 3

Comparaison des moyennes d'attachement des sujets en fonction de la personne qui a pris l'initiative de la rupture
Initiative de la rupture.

	Ex-conjoint	Soi	<i>t</i> (dl)
Attachement			
Indice 1	29.95 (23.95)	15.81 (17.13)	3.62 ³ 81
Indice 2	35.45 (25.15)	21.87 (18.47)	3.26 ² 81
Indice 3	30.87 (25.26)	21.06 (21.06)	2.47 ¹ 123

1 *p* < .05; 2 *p* < .005; 3 *p* < .001

Les écarts-type apparaissent entre parenthèses

Indice 1: Bouleversement et préoccupations pour l'ex-partenaire

Indice 2: Sentiments de désir pour l'ex-partenaire

Indice 3: Affliction

tation des personnes divorcées à leur nouvelle situation. Dans l'ensemble, ces résultats appuient ceux obtenus dans la littérature américaine (Spanier et Casto, 1979; Weiss, 1975; voir également les revues de Kitson et Raschke, 1981; Price-Bonham et Balswick, 1980). Nous avons trouvé que l'âge du répondant, la durée du mariage, la situation financière, la présence d'enfants, l'âge du benjamin, la fréquentation d'un nouveau partenaire, et le degré de satisfaction face à cette nouvelle relation ont une incidence sur l'adaptation. Les niveaux de certains des coefficients de corrélation oscillant autour de .15 font voir que les relations ne sont pas homogènes et qu'elles pourraient être affectées par la présence d'autres facteurs. Nous pouvons donc supposer qu'il y aurait une inter-influence de variables qui viendraient agir sur les mesures d'adaptation. Les facteurs apparaissent multidimensionnels, démontrant la complexité du processus d'adaptation à une rupture.

De plus, nous avons pu constater que les variables mises en évidence dans les analyses de corrélation n'influencent pas de manière uniforme toutes les dimensions de l'adaptation. Ainsi, certaines variables ne sont reliées qu'à un seul de ses trois indices. Par exemple, la durée du mariage accroît les difficultés d'adaptation, alors qu'elle n'affecte aucunement les autres composantes de l'adaptation (par exemple, les habiletés dans les relations sociales).

Par ailleurs, les analyses de corrélation entre l'adaptation et diverses variables ont permis de constater que les coefficients de corrélation les plus élevés étaient obtenus pour des variables telles que l'attachement pour l'ex-partenaire, l'estime de soi et le fait d'avoir des activités sociales. Ces résultats très significatifs nous permettent de tirer trois conclusions. Notre étude a mis en évidence un concept peu étudié dans la littérature sur le divorce, l'attachement, et souligné son rôle dans le processus d'adaptation. L'estime de soi semble être un facteur de personnalité qui facilite grandement le processus d'adaptation intervenant à la suite d'un événement majeur comme le divorce. Nous avons démontré qu'aucun type d'activité spécifique ne favorise une meilleure adaptation à un divorce, mais le fait d'avoir une vie sociale active, c'est-à-dire de voir des ami(e)s, de pratiquer des activités à l'extérieur, facilite à la personne divorcée l'apprentissage d'un nouveau mode de vie.

Les résultats ne font ressortir aucune différence significative d'adaptation au divorce entre les personnes qui ont pris l'initiative de la rupture et celles qui l'ont subie. Une étude longitudinale (Pettit et Bloom, 1984) ne constate également aucune différence de qualité de vie entre ces deux groupes après la séparation. Dans notre étude, nous avons de plus évalué séparément le sentiment de contrôle sur la rupture et l'anticipation de celle-ci. Nous avons vu

que plus les individus considèrent qu'ils ont joué un rôle au moment de la rupture, c'est-à-dire moins la rupture était inattendue, plus leur niveau d'adaptation est élevé. La perception de contrôle de même que la capacité d'anticipation de la rupture semblent influencer davantage l'adaptation que le fait d'avoir ou non eu l'initiative de la rupture.

L'attachement envers l'ex-partenaire fait partie des réactions postérieures au divorce. D'ailleurs, il est démontré que l'attachement est un sentiment présent chez les individus de tout âge (Bowlby, 1975). Toutefois, il semble plus facilement identifiable à la suite de la perte d'une personne significative (l'objet d'amour). Dans notre étude, plusieurs variables apparaissent être liées à l'attachement. Ainsi, à l'instar de Brown et al. (1980) et de Kitson (1982), nous pouvons affirmer que l'attachement envers son ex-partenaire est un sentiment qui persiste indépendamment de la période écoulée depuis le divorce. Il est toutefois fortement relié à l'estime de soi. Étrangement, la diminution de ces sentiments est liée à la situation économique des personnes et à leur degré de scolarisation. De plus, contrairement aux résultats obtenus dans le cas de l'adaptation, nous avons constaté que les personnes n'ayant pas eu l'initiative de la rupture semblaient éprouver des sentiments d'attachement pour leur ex-partenaire beaucoup plus intenses que celles ayant été à l'origine de la décision du divorce. Être actif socialement, avoir un nouveau partenaire sont aussi associés à une diminution du sentiment d'attachement. De nouveau, les résultats ont confirmé la valeur des variables sentiment de contrôle et anticipation de la rupture. Celles-ci sont reliées significativement à l'attachement.

Limites

Étant donné la nature corrélationnelle d'une telle recherche, il est impossible de déterminer un lien de cause à effet entre les variables. Il faut donc être prudent dans l'interprétation des résultats obtenus. Par exemple, il est impossible de savoir si un fort lien d'attachement à l'ex-conjoint provoque des difficultés d'adaptation ou si ce sont les difficultés rencontrées à la suite du divorce qui rehaussent l'attachement pour l'ex-partenaire. D'autres recherches utilisant une méthodologie différente pourront approfondir davantage la direction de ce lien. Ainsi, des recherches de type longitudinal, impliquant la mesure des facteurs à différents moments de la

période qui suit la séparation pourraient contribuer à une meilleure compréhension des résultats que nous avons mis en évidence.

Cette recherche, comme la majorité des recherches dans le domaine du divorce, pose certains problèmes de généralisation. Une première difficulté concerne le recrutement des sujets. Plusieurs études, comme celle-ci, ont fait appel à des organismes d'aide aux personnes séparées et/ou divorcées pour le recrutement des sujets volontaires. Les personnes qui adhèrent à ces organismes sont peut-être plus enclines à éprouver des difficultés à surmonter leur divorce. Il faut donc être conscient du biais introduit par ce genre d'échantillon et émettre certaines réserves au niveau de la généralisation des résultats obtenus, même s'ils se comparent avantageusement à ceux obtenus dans les études utilisant comme sujets des individus séparés et divorcés provenant de la communauté (par exemple, Brown et al., 1980; Kitson, 1982; Pett, 1982).

Une autre difficulté d'envergure rencontrée lors de cette recherche et qui est également présente dans la majorité des recherches sur le divorce, concerne le recrutement de sujets masculins. Ceux-ci sont extrêmement difficiles à rejoindre et se retrouvent donc en minorité. Des auteurs comme Norton et Glick (1979) mentionnent que les hommes divorcés se remarient plus rapidement. Il est également possible, comme cela a été observé à plus d'une reprise au cours de la présente recherche, que ceux qui restent divorcés demeurent très réticents à parler de leur divorce. Dans de futures études, il serait important que des efforts soient faits pour rejoindre davantage ce segment de la population.

Enfin, la taille du présent échantillon, bien que similaire à d'autres études sur le divorce (Bloom et Clement, 1984; Thomas, 1982; Zeiss et al., 1980; Weiss, 1976), nous amène à généraliser avec prudence les résultats obtenus. Il serait peut-être pertinent de vérifier la portée de ceux-ci avec une recherche portant sur un échantillon plus large de sujets.

Divorce et Intervention

Les liens dégagés précédemment nous font vraiment voir la variété et la complexité des relations qui régissent les réactions consécutives à un divorce. Il est donc impossible d'identifier un facteur comme étant responsable de l'adaptation lequel, par une

intervention adéquate, pourrait entraîner des modifications au niveau de l'adaptation des gens divorcés. Il est toutefois possible et ce, en se référant, d'une part, aux informations découlant des résultats et, d'autre part, en consultant la littérature clinique sur le divorce, de dégager certaines pistes d'intervention possibles. Il faut mentionner qu'en dépit d'une florissante littérature sur le divorce en général, l'attention portée à l'intervention a été lente et peu développée (Sprenkle, 1985).

Il apparaît grandement important pour les professionnels en santé mentale d'être sensibles aux difficultés que peuvent rencontrer les gens au cours de la période qui suit la rupture. En effet, le divorce arrive au deuxième rang, après le décès d'un des conjoints, en ce qui a trait à l'événement le plus stressant, déclenchant les demandes les plus sévères de réorganisation pour un adulte dans notre société (Holmes et Rahe, 1967). Le divorce est également difficile puisque la communauté a moins tendance à jouer un rôle de soutien dans le cas d'un divorce que d'un décès, alors que les deux impliquent d'une façon identique la perte d'une relation humaine (Goldman et Coane, 1981).

Les difficultés d'ajustement sont souvent nombreuses après un divorce puisque, comme le souligne Bohannon (1970), le mariage est trop souvent utilisé comme écran de protection contre le fait de devenir autonome et indépendant. Le divorce force la personne à entreprendre à nouveau le travail d'individualisation, mais sans le soutien illusoire du mariage.

Des thérapeutes intervenant auprès des personnes divorcées (Kressel et Deutch, 1981) mentionnent que le critère minimal pour qu'un divorce soit constructif est l'absence d'un fort sentiment d'échec et de mépris de soi qui agirait implacablement sur l'individu. Par ailleurs, un divorce vraiment réussi implique un accroissement de la compréhension de soi, l'habileté à se former une nouvelle relation intime satisfaisante et la possession d'un fort sentiment de compétence personnelle.

L'ensemble des informations qui se dégagent de la littérature laissent croire que la période postérieure au divorce nécessite une importante démarche de croissance personnelle. Plusieurs types d'interventions semblent contribuer à ce développement individuel, que ce soit la thérapie familiale (Goldman et Coane, 1981), la thérapie de groupe ou les programmes éducatifs pour parents divorcés (Brown,

1985; Davidoff et Schiller, 1983; Swarez et al., 1981), les groupes de discussion (Cobollero et al., 1987), et les groupes d'entraide (Guay, 1984) tels que les regroupements de personnes séparées et divorcées.

Il a été démontré, par exemple, que des changements dans les réseaux de relations sociales des individus survenant à la suite d'un divorce tendent à faire augmenter le stress résultant de la dissolution conjugale et ainsi diminuent la qualité de l'adaptation de la personne durant cette crise (Daniels-Mohring et Berger, 1984). Des études ont considéré que les réseaux sociaux pouvaient exercer une fonction de soutien et d'apaisement dans le cadre d'une intervention thérapeutique (Erikson, 1975; Leichter et Michell, 1978). Ainsi, les interventions impliquant la famille élargie et les amis au cours du processus thérapeutique pourraient être envisagées dans le travail avec des personnes divorcées. Les sessions de thérapie impliquant des membres du réseau social devraient réduire la tendance de la personne divorcée à fuir les contacts sociaux (Daniels-Mohring et Berger, 1974).

Nous avons obtenu des résultats indiquant un lien entre l'adaptation et le fait de maintenir une vie sociale active. D'autres auteurs (Berman et Turk, 1981) considèrent que la participation à des activités sociales a une influence positive sur l'adaptation. Des programmes d'aide axés sur l'engagement dans des activités ou sur l'investissement dans des relations sociales pourraient contribuer à faciliter la période de réajustement.

Nous avons vu que le sentiment de contrôle apparaît être un déterminant important des réactions se produisant à la suite d'un divorce. Plus les gens ont le sentiment d'avoir pu exercer un contrôle sur ce qui leur arrivait, moins ils manifestent de l'attachement pour l'ex-partenaire, et plus ils s'adaptent facilement à la nouvelle situation. D'ailleurs, le contrôle interne est habituellement vu comme étant lié à une meilleure adaptation psychologique (Lefcourt, 1975). Ces résultats nous portent à croire que les thérapies de type cognitif (par exemple, rationnelle-émotive) (cf. Forsterling, 1986), dont les interventions permettaient aux personnes d'acquérir plus de contrôle sur le processus de divorce, seraient utiles.

Bohannon (1970) souligne que le divorce est un événement difficile puisqu'il implique un rejet actif et significatif d'une autre personne. Les liens qui ressortent de la présente étude entre l'attachement et l'adaptation illustrent bien l'impact émotionnel

d'un tel rejet. D'ailleurs, nous avons vu que les personnes divorcées qui n'ont pas pris l'initiative de la rupture sont plus attachées à leur ex-partenaire que celles qui ont joué un rôle actif dans la décision de divorcer. Les groupes de counseling effectués avec des personnes émotionnellement attachées semblent avoir procuré de bons résultats (Power, 1986). Tweatt (1980) a également décrit les avantages d'une approche thérapeutique basée sur la théorie de l'attachement. Ainsi, il semblerait important pour les regroupements de personnes divorcées de mettre sur pied différents types de soutien afin de pallier la perte de l'objet d'attachement et de favoriser ainsi une meilleure adaptation des personnes divorcées. Parkes (1982) explique le bien-fondé de certaines réactions de détresse découlant de la perte d'une figure d'attachement et insiste sur l'importance d'intervenir à ce niveau. À ce titre, la formation d'intervenants qui agiraient comme figure temporaire d'attachement serait une façon pertinente d'aider au rétablissement au cours de la période qui suit le divorce.

Les chercheurs et les cliniciens s'accordent pour affirmer que le processus de divorce comporte plusieurs stades et dure approximativement trois ans. Bien qu'il n'y ait pas de consensus sur les tâches psychosociales à accomplir à l'intérieur de ces étapes, il y a un accord général au niveau de la définition de celles-ci. La thérapie reliée au divorce doit être conceptualisée à partir des trois stades suivants : 1) la décision relative au divorce ; 2) la restructuration ; 3) le rétablissement à la suite du divorce (Salts, 1985). En vue de développer un programme de traitement lors d'une thérapie reliée au divorce, le professionnel doit tenir compte de la phase dans laquelle se situe le client. Les besoins environnementaux et psychologiques d'un individu (ou du couple) sont substantiellement différents à chacune des phases du divorce. Au cours du stade précédant le divorce, chaque conjoint est susceptible de vivre des sentiments de colère, d'ambivalence, d'aliénation et d'appréhension. Au cours de la restructuration, les sentiments de perte et d'anxiété liés aux problèmes financiers et légaux sont plus susceptibles d'être présents. Le stade correspondant au rétablissement à la suite du divorce implique des sentiments d'optimisme et d'excitation aussi bien que des sentiments opposés de résignation et de regret (Glaser et Borduin, 1986).

La thérapie conjugale est vue comme un traitement approprié au cours de la première phase du processus, les interventions ayant pour but de favo-

riser une prise de décision efficace pour résoudre l'insatisfaction conjugale (Storm et Sprenkle, 1982). Lorsque le divorce a été choisi comme solution, le couple passe au deuxième stade du processus. Le rôle du thérapeute au cours de cette phase de restructuration est de faciliter le synchronisme de la séparation, d'aider les partenaires à parvenir à une compréhension des problèmes à l'intérieur de leur relation maritale et de fournir au couple l'occasion de liquider les sentiments non résolus.

La thérapie conjugale ou familiale est recommandée à ce stade (Salts, 1985). Cette nouvelle décision de divorce implique des mesures d'ententes légales, émotionnelles, financières, sociales et parentales nécessaires pour effectuer la transition du mariage au célibat (Storm et Sprenkle, 1982). Ainsi, elle constitue une période de stress élevé (Brown, 1976). La restructuration est plus difficile dans le cas où l'un des conjoints refuse la rupture. Un travail d'acceptation doit être fait avec ce conjoint (Salts, 1985). Il arrive que l'individu soit aux prises simultanément avec des sentiments de rejet, de frustration et de peine qui l'empêchent de surmonter la désorganisation physique et les problèmes légaux. Une thérapie d'orientation rationnelle-émotive (Huber, 1983) permet d'aider la personne à faire face aux sentiments de perte qu'elle vit en réaction au divorce et à mieux les comprendre.

Au cours de cette période de crise et de restructuration, le thérapeute peut fournir à l'individu une information et une assistance directrices afin de l'aider à développer de nouvelles capacités de gérer les problèmes pratiques (Fisher, 1974 ; Kessler, 1975), et en même temps lui fournir un soutien et répondre à ses besoins d'adaptation à des réactions émotionnelles intenses (Weiss, 1976). Fournir au client du matériel de lecture concernant le processus du divorce (Kessler, 1977) lui permet de se rendre compte que la douleur vécue est normale dans sa situation et qu'elle va décroître avec le temps et avec l'appui de professionnels, d'amis et de la famille.

La thérapie s'oriente vers la phase de la récupération lorsque les problèmes de l'individu, tels l'adaptation à la solitude, la récupération de la confiance en soi et la reconstruction des relations sociales, se manifestent (Storm et Sprenkle, 1982). C'est au cours de cette phase que le processus de divorce peut devenir une source de croissance personnelle, alors que les individus sont confrontés à eux-mêmes pour découvrir leur identité. Les priorités doivent être exa-

minées, les valeurs clarifiées et les buts et ambitions personnels évalués.

Storm et Sprenkle (1982) utilisent la psychothérapie individuelle durant cette dernière phase. Des thérapeutes recommandent des approches telles que la thérapie behaviorale-cognitive (Johnson, 1977) ou l'analyse transactionnelle (Morris et Prescott, 1976).

Au cours du stade de la récupération, une technique efficace utilisée est celle de la chaise vide, le dialogue donnant la possibilité au client de verbaliser les désirs conflictuels intérieurs (Salts, 1985). Servir de guide lors des prises de décision et procurer un soutien exempt de jugement, tels sont les rôles que doit assumer le thérapeute en vue de permettre à l'individu de développer des sentiments d'auto-satisfaction et d'autonomie.

La participation à des groupes d'adaptation (Kessler, 1977; Morris et Percott, 1975) peut favoriser chez certains individus une meilleure adaptation au divorce (Salts et Zongler, 1983). Toutefois, comme dans les autres formes de thérapie, il convient d'évaluer les besoins de l'individu avant de l'introduire dans une thérapie de groupe. Cette approche n'est pas recommandée pour tous (Salts, 1983). Les personnes qui n'ont pas fait de progrès suffisants à l'étape de restructuration ne sont pas prêtes à entreprendre une démarche de croissance personnelle.

Enfin, en nous basant sur la littérature clinique concernant le divorce, nous sommes à même de constater que les interventions thérapeutiques ne peuvent que réduire les conséquences psychosociales d'une rupture. Il semble impossible de faire disparaître complètement les réactions à la suite d'un divorce. Le processus de divorce se termine lorsque l'individu atteint un style de vie vraiment stable et autonome. C'est un processus de longue durée (Salts, 1985). Weiss (1975) suggère que de trois à quatre ans sont requis de la séparation à l'achèvement du processus du divorce. Toutefois, dans une étude longitudinale de cinq ans, Wallenstein et Kelley (1980) notent que, même après cette période, plusieurs partenaires continuent à vivre un stress intense et un inconfort par rapport à leur divorce.

En somme, cette étude a dégagé un profil démographique et social de l'échantillon. De plus, l'ensemble des résultats peuvent servir d'outils de référence aux intervenants et aux bénévoles engagés auprès d'une clientèle de personnes divorcées. Dans leurs interventions, ils pourraient être plus attentifs aux nombreux indices pouvant être associés à des diffi-

cultés d'adaptation lors de la période suivant la rupture. Les corrélations entre les variables que nous avons retrouvées dans cette recherche permettent d'avoir une meilleure compréhension des répercussions qu'entraîne un divorce sur les ex-conjoints, en particulier la nécessité de ces personnes de s'adapter à leur nouveau statut, à un nouveau mode de vie.

Note

1. Tous les coefficients de corrélation présentés dans cette section ont satisfait le niveau de signification requis, c'est-à-dire $p < .05$.

Références

- Berman, W.H., Turk, D.C., 1981, Adaptation to divorce: Problems and coping strategies, *Journal of Marriage and the Family*, 43, 179-189.
- Bloom, B.L., Clement, C., 1984, Marital sex-role orientation and adjustment to separation and divorce, *Journal of Divorce*, 7, 87-98.
- Bohannon, P., 1970, *Divorce and After*, New-York, Double Day and Co.
- Bowlby, J., 1975, Attachment theory, separation, anxiety, and mourning in Arieti, S., ed., *American Handbook of Psychiatry*, 6, New-York, Basic Books, 292-309.
- Brown, E.M., 1976, Divorce counseling in Olson, D.H.L., ed., *Treating Relationships*, Lake Mills, Iowa, Graphic Publishing Co.
- Brown, E.M., 1985, The comprehensive divorce treatment center: The divorce and marital stress clinic model, *Journal of Psychotherapy and the Family*, 1, 159-169.
- Brown, P., Manela, R., 1978, Changing family roles: Women and divorce, *Journal of Divorce*, 1, 315-328.
- Brown, P., Fleton, B.J., Whiteman, V., Manela, R., 1980, Attachment and distress following marital separation, *Journal of Divorce*, 3, 303-317.
- Brown, P., Perry, L., Harburg, E., 1977, Sex role attitudes and psychological outcomes for black and white women experiencing marital dissolution, *Journal of Marriage and the Family*, 39, 549-561.
- Chiriboga, D.A., Roberts, J., Stein, J.A., 1978, Psychological well-being during marital separation, *Journal of Divorce*, 2, 21-36.
- Cobollero, M., Cruise, K., Stollak, G., 1987, The long-term effects of divorce: Mothers and children in concurrent support groups, *Journal of Divorce*, 11, 219-227.
- Daniels-Mohring, D., Berger, M., 1984, Social network changes and the adjustment to divorce, *Journal of Divorce*, 8, 17-32.
- Davidoff, I.F., Schiller, M.S., 1983, The divorce workshop as crisis intervention: A practical model, *Journal of Divorce*, 6, 37-54.
- Deckert, P., Langelier, R., 1978, The late divorce phenomenon: The causes and impact of ending 20-years-old or longer marriages, *Journal of Divorce*, 1, 381-390.

- De Grace, G.R., Joshi, P., Roberge, L., 1983, Loneliness and non verbal communication in separated or divorced women, *Psychological Reports*, 53, 151-154.
- Erickson, G.D., 1975, The concept of personal network in clinical practice, *Family Process*, 14, 487-496.
- Fisher, E.O., 1974, *Divorce -The New Freedom: A Guide to Divorcing and Divorce Counseling*, New-York, Harper and Row.
- Forsterling, F., 1986, Attributional conceptions in clinical psychology, *American Psychologist*, 41, 275-286.
- Glaser, R.D., Borduin, C.M., 1986, Models of divorce therapy: An overview, *American Journal of Psychotherapy*, 40, 233-242.
- Golman, J., Coane, J., 1981, Family therapy after divorce in Berenson, G., White, H., eds., *Annual Review of Family Therapy*, New-York, Human Sciences Press, 374-384.
- Goode, W.J., 1956, *After Divorce*, New-York, Free Press.
- Guay, J., 1984, *L'intervenant professionnel face à l'aide naturelle*, Chicoutimi, Québec, Morin Éditeur.
- Holmes, T.H., Rahe, R.H., 1967, The social readjustment rating scale, *Journal of Psychosomatic Research*, 11, 213-218.
- Huber, C.H., 1983, Feelings of loss in response to divorce: Assessment and intervention, *The Personnel and Guidance Journal*, 61, 357-361.
- Johnson, S.M., 1977, *First Person Singular: Living the Good Life Alone*, Lippincott, Philadelphia.
- Kessler, S., 1975, *The American Way of Divorce: Prescription for Change*, Chicago, Nelson-Hall.
- Kessler, S., 1977, *Beyond Divorce: Participant's Guide*, Fountain Valley, CA, National Institute for Professional Training.
- Kitson, G.C., 1982, Attachment to the spouse in divorce: A scale and its application, *Journal of Marriage and the Family*, 44, 379-393.
- Kitson, G.C., Raschke, H.J., 1981, Divorce research: What we know; what we need to know, *Journal of Divorce*, 4, 1-37.
- Kressel, K., Deutch, D., 1981, Divorce therapy: An in-depth survey of therapists' views in Berenson, G., White, H., eds., *Annual Review of Family Therapy*, 1, New-York, Human Sciences Press, 359-373.
- Langelier, R., Deckert, P., 1980, Divorce counseling guidelines for the late divorced female, *Journal of Divorce*, 3, 403-411.
- Lefcourt, H., 1976, *Locus of Control*, Hillsdale, NJ, Erlbaum.
- Leichter, H.J., Mitchell, W.E., 1978, *Kinship and Casework: Family Networks and Social Intervention*, Columbia University, Teachers College Press.
- Lussier, Y., Alain, M., 1986, Attribution et vécu émotionnel post-divorce, *Revue canadienne des sciences du comportement*, 18, 248-256.
- Morris, J.D., Prescott, M.R., 1975, Transition groups: An approach to dealing with post partnership anguish, *The Family Coordinator*, 24, 325-330.
- Morris, J.D., Prescott, M.R., 1976, Adjustment to divorce through transactional analysis, *Journal of Family Counseling*, 4, 66-69.
- Newman, H., Langer, E.J., 1981, Post-divorce adaptation and the attribution of responsibility, *Sex Roles*, 7, 223-232.
- Norton, A.J., Glick, P.C., 1979, Marital instability in America: Past, present, and future in Levinger, G., Moles, O., eds., *Divorce and Separation: Context, Causes and Consequences*, New-York, Basic Books, 6-69.
- Parkes, C.M., 1971, The first year of bereavement: A longitudinal study of the reactions of London widows to the deaths of their husbands, *Psychiatry*, 33, 444-467.
- Parkes, C.M., 1982, Attachment and the prevention of mental disorder in Parkes, C.M., Stevenson-Hide, J., eds, *The Place of Attachment in Human Behavior*, New-York, Basic Books, 295-309.
- Pett, M.G., 1982, Predictors of satisfactory social adjustment of divorced single parents, *Journal of Divorce*, 5, 1-17.
- Pettit, E.J., Bloom, B.L., 1984, Whose decision was it? The effects of initiator status on adjustment to marital disruption, *Journal of Marriage and the Family*, 46, 587-597.
- Power, R., 1986, Group work with emotionally attached or ambivalent spouses in process of separating, separated or recently divorced, *Journal of Divorce*, 10, 229-240.
- Price-Bonham, S., Balswick, J.O., 1980, The noninstitutions: Divorce, desertion and remarriage, *Journal of Marriage and the Family*, 42, 959-972.
- Raschke, H., 1977, The role of social participation in post-separation and post-divorce adjustment, *Journal of Divorce*, 1, 129-140.
- Rosenberg, M., 1965, *Society and the Adolescent Self-Image*, Princeton, New Jersey, Princeton University Press.
- Salts, C.J., 1983, Divorce process: Integration theory, *Journal of Divorce*, 2, 233-240.
- Salts, C.J., 1985, Divorce stage theory and therapy: Therapeutic implications throughout the divorcing process, *Journal of Psychotherapy and the Family*, 1, 13-23.
- Salts, C.J., Zongker, C.E., 1983, Effects of divorce counseling groups on adjustment and self-concept, *Journal of Divorce*, 6, 55-67.
- Spanier, G.B., Casto, R.F., 1979, Adjustment to separation and divorce: An analysis of 50 case studies, *Journal of Divorce*, 2, 241-253.
- Sprenkle, O.H., 1985, Introduction: Divorce therapy, *Journal of Psychotherapy and the Family*, 1, 5-11.
- Statistique Canada, 1985, *Annuaire du Canada 1985*, Ottawa, Ministère des approvisionnement et services.
- Statistique Canada, 1986, *La statistique de l'état civil*, Vol. II, *Mariages et divorces*, Ottawa, Ministère des approvisionnement et services, Canada.
- Storm, C.L., Sprenkle, D.H., 1982, Individual treatment in divorce therapy: A critique of an assumption, *Journal of Divorce*, 5, 87-97.
- Swarez, J.M., Weston, N.L., Harstein, N.B., 1981, Mental health: Interventions in divorce proceedings in Berenson, G., White, H., eds., *Annual Review of Family Therapy*, vol. 1, New-York, Human Sciences Press, 385-401.

- Thomas, S.P., 1982, After divorce: Personality factors related to the process of adjustment, *Journal of Divorce*, 5, 19-36.
- Tweatt, R.W., 1980, Divorce: Crisis intervention guided by attachment theory, *American Journal of Psychotherapy*, 34, 240-245.
- Wallerstein, J.S., Kelly, J.B., 1980, *Surviving the Breakup: How Children and Parents Cope with Divorce*, New-York, Basic Books.
- Weiss, R.S., 1975, *Marital Separation*, New-York, Basic Books.
- Weiss, R.S., 1976, The emotional impact of marital separation, *Journal of Social Issues*, 32, 135-145.
- Zeiss, A.M., Zeiss, R.A., Johnson, S.M., 1980, Sex differences in initiation of and adjustment to divorce, *Journal of Divorce*, 4, 21-33.

SUMMARY

This study focuses on the psychological impact of divorce on ex-spouses. Data was gathered through

a questionnaire that was handed to 127 people of which 97 were women and 30 men. Most subjects were selected from a list of names supplied by organizations offering assistance to separated and divorced people. Results at first show the socio-demographic characteristics of the people consulted. A brief review of the correlative analysis data then provides an overview of the variables likely to affect or help improve the social and psychological experience of people confronted with a broken relationship. Are therefore studied in succession aspects such as the adaptation in detail of ex-spouses following divorce and the emotional attachment of the ex-partner. Results are discussed in function of various clinical approaches that could make it easier for ex-spouses to adapt to the changes in lifestyle at the outcome of divorce.