

UNIVERSITE DE GOMA
« UNIGOM »



P.B : 204 GOMA

FACULTE DE PSYCHOLOGIE ET DES SCIENCES DE L'EDUCATION

Département de Psychologie

Stratégies de communication des couples en conflits conjugaux,
« Cas des couples du Quartier Majengo de Goma »

Par : **NSENGIYUMVA NGARAMBE Jacques**

Travail de fin d'études présenté en vue de l'obtention du
Diplôme de licence en Psychologie.

Option : Psychologie Clinique

Directeur : **IBANDA Simon**
Professeur

Encadreur : **Blaise BALUME BAKULIKIRA**
Chef de Travaux

ANNEE ACADEMIQUE 2019-2020

EPIGRAPHE

L'amour n'est pas une simple possession. S'aimer, c'est surtout se soutenir l'un et l'autre dans l'épreuve, s'endurer dans les imperfections communes. Se sacrifier; c'est savoir grandir ensemble.

(Harry Bernard)

DIDICACE

Aux parents, pour tous les efforts et sacrifices consentis à notre égard, pour notre éducation.
Qu'ils reçoivent ce travail en guise d'une extrême reconnaissance et de notre amour pour eux.

REMERCIEMENTS

Nous adressons nos remerciements de tout cœur :

- A Dieu Maître de la vie et de l’histoire, le Tout Puissant en qui notre existence prend source et fondement ;
- Aux autorités académiques de l’Université de Goma en général et particulièrement celles de la faculté de Psychologie et des Sciences de l’éducation, et surtout le Doyen, le Professeur Joseph NZABANDORA NDI MUBANZI.
- Au Directeur du présent mémoire, le Professeur Simon IBANDA pour la confiance qu’il a placée en nous depuis le début de ce travail. Ses conseils avisés, ses précieuses remarques ainsi que sa patience et ses encouragements nous ont aidé et motivé dans la réalisation de ce travail et à Monsieur le Chef de Travaux Blaise BALUME BAKULIKIRA, encadreur de ce travail, pour sa patience, son professionnalisme, sa passion pour la recherche et ses encouragements. Il a su nous orienter et apporter l’optimisme et la confiance nécessaire à la réalisation de ce travail;
- A nos parents NGARAMBE Jean Baptiste et NYIRABUKARA Alvera ainsi qu’à nos frères et la petite sœur qui, en dépit de la distance qui nous sépare, nous ont toujours encouragé et soutenu ;
- A la famille BYABUZE Pascal, pour ses encouragements et son soutien moral ;
- Aux frères AMANI Jean Damascène et NIYIBIZI John, qui nous ont aidé et accompagné durant les études et aux camarades, plus particulièrement à Merveille MUGANZA avec qui, nous avons partagé des moments d’échanges enrichissants sur nos travaux respectifs ;
- Aux membres du Jury qui évaluent ce modeste travail, nous sommes honorés de votre présence et nous vous prions d’accepter nos remerciements les plus sincères ;
- Enfin, un merci tout particulier aux cousins SENZOGA Nestor et MVUYEKURE Joseph, aux couples Bahati Ngarambe Jean-Bosco, Patrick KAZANA, Bonck MUNGAZI, Marcellin HATEGEKIMANA et Théophile MUNGUIKO, aux amis Justin NEMEYE, Clémence NZARAMBA, Blondél MWADJUMA, Gracia NTIBI, Espoir MWIMUKA et David MBEVA. A toutes les connaissances pour les encouragements et l’appui tout au long de l’accomplissement de ce travail. Que chacun trouve ici l’expression de notre sincère gratitude.

SIGLES ET ABBREVIATIONS

CCC	: Communication pour le Changement de Comportement
CIP	: Communication Interpersonnelle
CIPC	: Communication Interpersonnelle et Counseling
DSM-5	: Manuel Diagnostique et Statistique des Troubles Mentaux
F	: fréquence
N°	: Numéro
P	: Page
PP	: Pages
%	: Pourcentage
RDC	: République Démocratique du Congo
SPSS	: Statistical Package for the Social Sciences
UNESCO	: Organisation des Nations Unies pour l'éducation, la science et la communication
WWW	: World Wide Web
X²	: Chi-Carré

0. INTRODUCTION

0.1. Problématique

La communication est le moyen ultime qu'ont les gens pour interagir avec les personnes qui les entourent, que ce soit socialement ou intimement. Lorsqu'elle est bien établie entre des individus, la communication favorise la compréhension, le règlement et le rapprochement. Toutefois, une mauvaise communication entraîne des situations conflictuelles et elle est fréquemment associée à des difficultés, distorsions et interprétations erronées lors du traitement de l'information. Les auteurs s'accordent pour dire que dans les relations conjugales où les niveaux d'intimité et d'interaction sont élevés, la communication joue un rôle central. Des difficultés à ce niveau favorisent l'éclosion de conflits qui, une fois installés, peuvent perturber ou paralyser le bon fonctionnement de la relation. À l'opposé, une communication compréhensive, chaleureuse et réciproque favorise le maintien et l'évolution d'une relation harmonieuse dans le couple Gottman et Markman cités par (Tremblay 1997, p.2). Enfin, pour certains chercheurs et thérapeutes conjugaux, il n'y a pas de doute que la communication constitue un facteur crucial dans le bon fonctionnement d'un couple Fitzpatrick cité par (Tremblay 1997, p.7).

Cependant, il est clair que la communication est un processus interactionnel à double sens, et ceci est encore plus remarquable dans les situations conjugales. En effet, il est reconnu que les messages ont en général un émetteur et un récepteur. Bien entendu, dans la communication conjugale, l'impact qu'un message en particulier a sur la relation entre deux époux dépendra donc de comment ce message est transmis et comment il est reçu (Noller, 1984, p.7). Au-delà de ce processus interactionnel, bien d'autres mécanismes ont une influence sur la communication conjugale. En effet, comme les besoins, les désirs et les ambitions des gens engagés dans des relations intimes ne peuvent être parfaitement synchronisés, certaines formes de conflits sont inévitables.

Par ailleurs, la dissolution conjugale est une problématique qui touche près de 40 % des couples au Canada, Statistiques Canada 2002 citées par (Beaulieu, 2010, p.6). Le Québec, plus précisément, possède le taux le plus élevé de divorces au pays en 2008 avec un indice synthétique de divortialité de 49.9 divorces sur 100 mariages, Statistiques Canada 2008 citées par (Beaulieu, p.6). Cette présence importante de difficultés relationnelles a poussé plusieurs chercheurs à étudier les déterminants de la satisfaction conjugale. Il est moins fréquent aujourd'hui qu'autrefois de vivre une relation de couple durable.

Le taux de divorce dans les pays occidentaux a augmenté de 41 % entre 1960 et 1980. Au Québec, la proportion de mariages dissous par un divorce a atteint 42% en 1990. Tandis qu'aux États-Unis, les statistiques font état d'estimations de divorce de 50% Oederkirk cité par (Turgeon, 1996, p.9).

En Afrique, plus particulièrement à la région subsaharienne, le taux des conflits conjugaux est globalement élevé avec des variations d'une région à une autre. Il est de 20/30% au Cameroun et 30,3% au Nigéria Olatunji et al, 2003 cités par (Wembulua, 2011, p.1).

En République Démocratique du Congo (RDC), les quelques études faites tant sur les conflits conjugaux prouvent l'importance du psychologue. C'est le cas de celle réalisée à l'institut médical chrétien du Kasai de 2004 à 2007, qui a révélée d'une part, une prévalence de 11% et d'autre part, la responsabilité partagée entre homme et la femme (34,6% vs 21,4%) Mubikayi et al, 2010 cités par (Wembulua, 2011, p.1).

A Majengo, plusieurs raisons peuvent expliquer ou provoquer une rupture des relations conjugales. Quand un couple de notre entourage se sépare, nous interprétons facilement les causes de leur rupture, tant celles-ci nous semblent claires, vues de l'extérieur. « Elle n'était pas faite pour lui », « Ils se disputaient sans arrêt », « Il ne voulait pas d'enfants », « Il consacrait tout son temps à sa carrière », « son mari était alcoolique », etc.

Selon les lamentations de la population du quartier Majengo, dans certains couples, des événements peuvent précipiter la séparation : déménagement, perte d'emploi, maladie, infidélité, problèmes personnels, etc. Pour d'autres, la séparation survient lorsque la relation est difficile ou insatisfaisante depuis le début : mauvaise communication, peur de l'engagement, manque de plaisir à être ensemble, absence de soutien affectif, violence physique ou verbale, incapacité à surmonter une étape de la vie de couple ou personnelle, etc. Parfois, il suffit d'un seul événement pour fragiliser l'union et l'amener à la rupture, mais dans la plupart des cas, une combinaison de plusieurs facteurs explique la séparation. Ce n'est pourtant pas faute d'amour et de bonne foi si les couples se disputent, divorcent ou se résignent. C'est plutôt par manque de connaissances sur les petites différences existant entre les hommes et les femmes et l'ignorance des dynamiques relationnelles inconscientes inhérentes à la vie à deux. Sans compter les nombreuses illusions concernant l'amour, le couple, les problèmes insolubles, la communication, la sexualité et ne sachant pas à quel saint se vouer...

Néanmoins, le conflit conjugal commence typiquement lorsqu'un des partenaires se comporte de façon déplaisante pour l'autre. À ce moment, deux possibilités s'offrent aux couples: d'abord, si le couple s'engage dans une discussion, il pourrait entrer dans un processus de négociation positive, jusqu'à ce que la vision de chaque personne soit entendue et comprise et qu'il soit convenu de faire les choses différemment dans le futur. Par contre, le couple pourrait aussi s'engager dans des processus négatifs jusqu'à ce que l'escalade dégénère en malaise ou en différend profond. En fait, chaque conflit entre les conjoints implique un ensemble distinctif de changements, de façon à poursuivre le conflit ou à l'activer Kurdek cité par (Tremblay, 1997, p.28) a identifié quatre principales stratégies verbales et non verbales de résolution de conflits: (a) le solutionnement positif des problèmes (se concentrer sur le problème en cours); (b) l'engagement négatif dans le conflit (exploser et perdre le contrôle); (c) le retrait (atteindre une limite, se refermer et refuser de parler); et (d) la complaisance (abdiquer sans essayer de défendre sa position).

Cependant, une bonne communication entre les partenaires amoureux permet d'éviter les ambiguïtés, les interprétations erronées et par conséquent les conflits Kelly cité par (Tremblay, 1997, p.26). Au contraire, le sous-entendu, l'évitement, l'injonction, la menace et l'humiliation sont des manières de communiquer qui font obstacle aux échanges positifs entre les partenaires et qui ouvrent la porte au conflit. Partant de cette idée, la communication et la gestion des conflits sont liées intimement, car le conflit ne peut pas se produire sans qu'il y ait une communication d'une part et le conflit ne peut pas également se résoudre sans qu'il y ait une communication d'autre part. Donc, gérer le conflit doit être une priorité et un objectif majeur des conjoints, et cela peut se faire à travers une communication interne et efficace.

Dans cette perspective, la problématique de cette recherche est matérialisée par les questionnements ci-après :

- Quelles sont les causes des conflits conjugaux des couples du quartier Majengo de Goma?
- Quelles sont les stratégies utilisées par les couples de ce quartier pour régler les conflits conjugaux?
- Est-ce qu'il y a un lien entre certaines variables sociodémographiques et le vécu de conflits conjugaux ?

0.2. Objectifs

Chaque recherche ou étude scientifique vise certainement à atteindre des objectifs multiples dans le bon sens. A cet effet, cette recherche vise à atteindre les objectifs suivants :

- Analyser les causes des conflits conjugaux des couples du quartier Majengo à Goma,
- Identifier les stratégies utilisées par les conjoints pour régler des conflits conjugaux qui les opposent,
- Montrer le lien entre les variables sociodémographiques retenues et le vécu de conflits conjugaux.

0.3. Hypothèses

Une hypothèse est « une proposition qui anticipe une relation entre deux termes qui, selon le cas, peuvent être des concepts ou des phénomènes. Une hypothèse est donc une proposition provisoire, une présomption qui demande à être vérifiée » Quivy, et Van, 1995 cités par (Kasao, 2006, p.3).

Partant de préoccupations soulevées ci-haut, nous présumons ce qui suit :

- La mauvaise communication tant verbale que non verbale, l'infidélité, la non satisfaction de certains besoins résument les causes des conflits conjugaux dans les couples du quartier Majengo de Goma ;
- Pour résoudre les conflits conjugaux, les conjoints recourent à l'alcool et aux intervenants religieux, aux parrains et aux amis. Ces derniers proposeraient le pardon entre les parties au conflit;
- Nous pensons que le vécu de conflits conjugaux serait en lien avec les variables sociodémographiques retenues.

0.4. Choix et intérêt du sujet

Le choix de ce sujet est justifié par le désir d'identifier les stratégies utilisées par les conjoints ayant des relations conjugales difficiles pour résoudre les conflits. En effet, étant chercheur en psychologie clinique, nous sommes également soucieux d'analyser les causes de conflits conjugaux dans le quartier Majengo.

Ainsi, parler du couple dans le cadre de ce mémoire, une opportunité de traiter de ce sujet qui passionne tout en apportant des pistes et ouvertures utiles à la pratique professionnelle future, car nous restons persuadé, que peu importe les services dans lesquels

nous serons amené à œuvrer, le couple sera un objet d'intervention à prendre en compte de près ou de loin dans des professionnelles.

De ce fait, notre sujet présente un double intérêt : scientifique et socioprofessionnel:

- Sur le plan scientifique, cette étude dégage, à partir d'une démarche cohérente, des résultats qui pourraient servir de référence pour les chercheurs et toute autre personne qui voudrait approfondir des études dans le même angle.

- Sur le plan socioprofessionnel, l'intérêt que compte à ce travail est de démontrer auprès du grand public, l'importance de la communication au sein des couples ayant des difficultés relationnelles, de souligner les différents types de communication dans les couples et l'importance de la consultation des tiers en cas de besoin.

0.5. Délimitation du sujet

Le travail dont il est question s'insère logiquement dans le domaine de la psychothérapie de la famille et du couple. Temporairement, le travail couvre la période allant de 2019-2020. Et spatialement, il est limité au quartier Majengo en ville de Goma où les conflits entre conjoints s'observent.

0.6. Méthodologie de recherche

Une méthode est un ensemble d'opérations intellectuelles par lesquelles une discipline cherche à atteindre les vérités qu'elle poursuit, les démontrer et les vérifier (Grawitz, 1996, p.345).

Dans le souci de vérifier les hypothèses de ce travail, nous avons utilisé la méthode d'enquête appuyée par la technique du questionnaire. Pour traiter les données, le logiciel SPSS a été d'usage et le test de Khi-Carré.

0.7.Subdivision du travail

La méthodologie sans structure du travail ne vaut à rien. D'où l'intérêt à pouvoir présenter la planification structurelle de ce travail. Trois chapitres constituent l'ossature de ce travail, hormis l'introduction et la conclusion. Le premier est axé sur le cadre théorique. Des informations générales liées aux différents concepts y sont présentées. Les études antérieures, et la spécificité de la recherche constituent la fin du chapitre. Le deuxième chapitre aborde essentiellement la méthodologie suivie. Ainsi, la population, l'échantillon, les techniques de

collecte et de traitement des données et les difficultés rencontrées en constituent le contenu. Enfin, le troisième chapitre présente les résultats de l'étude selon les différents thèmes retenus dans la recherche.

CHAPITRE PREMIER : CADRE THEORIQUE

Dans le but de permettre une compréhension sans ambiguïté de certains mots - clés, il nous a semblé nécessaire de définir certains concepts pour connaître l'optique dans laquelle ils sont utilisés.

1.1. Définitions des concepts de base

La définition des concepts n'est pas une tâche facile du fait que ceux-ci changent de sens suivant le contexte dans lequel ils sont employés. Les concepts définis sont dans le contexte du présent mémoire. Pour mieux appréhender les concepts clés de l'étude, il sied de les définir dans leurs principales acceptions. Pour nous permettre de mieux comprendre et de circonscrire notre objet d'étude, nous élucidons les termes tels que la communication, le couple conjugal et conflits conjugaux.

1.1.1. La communication

La communication est un concept large utilisé dans divers domaines. Elle est, une relation entre individus. La communication est, tout d'abord, une perception. Elle implique la transmission, intentionnelle ou non, d'informations destinées à renseigner ou à influencer un individu ou un groupe des récepteurs (Sillamy, 2006, p.62). Cependant, c'est par la communication dite « expressive » que la personne qui parle (émetteur) sera en mesure d'exprimer ses sentiments à la personne qui écoute (récepteur) (Neveu, 2004, p.316). Communiquer, c'est non seulement dire ce que l'on ressent ou pense, c'est aussi être disponible pour l'autre, l'écouter attentivement et saisir les occasions de rapprochement (Robert, 2002, p.191). Être disponible pour l'autre, c'est lui accorder toute notre attention du moment ; écouter attentivement, c'est regarder l'autre dans les yeux, en lui démontrant des signes d'intérêt, comme des hochements de tête, et lui poser des questions de clarification.

1.1.1.1. Communication conjugale et satisfaction sexuelle

Premièrement, la satisfaction dans le couple est parmi les caractéristiques conjugales les plus étudiées jusqu'à présent en lien avec la communication. La sexualité est à la fois fruit de notre amour au quotidien et nourriture de notre foyer. L'intimité de nos vies partagées, notre relation de confiance, d'estime et d'affection trouvent leur expression la plus forte dans notre union sexuelle et à son tour, notre sexualité se déploie au cœur de notre vie, nourrit

notre amour et notre complicité de tous les jours. Nous avons donc à connaître notre corps, à l'accepter, à l'aimer et à apprendre à le gérer. Accepter d'être homme ou femme. C'est très important. L'Homme est fécond depuis sa puberté jusqu'à sa mort, tous les jours et 24h/24 (sauf difficultés médicales). La femme est fertile de l'âge de la puberté jusqu'à la ménopause (45-55 ans) et seulement avant et au moment de l'ovulation c'est-à-dire plus ou moins 8 jours par mois selon les femmes (<http://www.ne.ch/autorites/DEF/OPFE/violence-conjugale/Documents/CNP-SAVC.pdf>).

Toutefois, l'intimité dans le couple est source de grande joie, d'une véritable complicité entre les époux. Elle est le fruit de beaucoup de travail de la part de chacun pour apprendre à mieux communiquer. Et si nous sommes convaincus qu'il faut apprendre cet art, nous serons bien récompensés de nos efforts. Car, Saint Thomas d'Aquin n'hésite pas d'écrire que cette communion de personnes dans le mariage est « *un Avant-goût du Ciel* ». Car, lorsque les relations conjugales s'installent, c'est fréquemment au détriment des temps de véritables échanges verbaux et cela est un tort. La communication des corps est certes importante, mais elle ne remplace pas les échanges d'une communication orale, confiante et enrichissante.

Extrait d'un article paru dans "L'Homme nouveau", n°1508, de Marc et Maryvonne PIERRE, (2011), animateurs des sessions sur les thèmes du mariage, des relations au sein du couple et de la famille et de l'éducation. (Association "Croître et progresser ensemble, Notre-Dame de Cana").

1.1.1.2. Types de communication

Comme c'est souligné dans les pages introductives, en plus des définitions des concepts clés, ce point présente quelques types de communication ci-après (www.fantaproject.org).

a) La communication générale

C'est l'utilisation de tous les moyens disponibles pour faire passer un message. Elle englobe les canaux de communication de masse ainsi que les canaux interpersonnels.

b) La Communication de masse

La communication de masse appelée aussi « Communication médiatique » ou « communication impersonnelle » rassemble tous les médias (télévision, radio, presse écrite, etc...) qui acheminent les messages sans contact personnalisé en direct. C'est un échange

d'informations entre un grand nombre de personnes à travers les mass media. Elle permet de toucher un grand nombre de personnes à la fois et produit des effets considérables sur les individus.

c) La communication interpersonnelle

Ce sont les échanges entre deux ou plusieurs individus partageant le même espace temporel, c'est-à-dire qui peuvent se voir ou s'entendre. Elle a l'avantage d'être directe et permet le feedback direct. Elle peut se faire de manière verbale ou non verbale.

La communication interpersonnelle prend sa place chaque fois que nous sommes en relation avec quelqu'un pour faire passer une information, une connaissance, une idée, une émotion. La personne communique avec tout son être qui comprend son histoire, son vécu, sa culture, sa famille, ses désirs, ses objectifs et ses buts.

d) Les canaux de communication

Ce sont les voies ou moyens utilisés pour la transmission des messages: la voix, le téléphone, les écrits, les images, l'internet, la radio, la télévision, etc.

1.1.1.3. Processus de la communication

La Communication est un processus simple, mais aussi complexe parce que dynamique et non linéaire mais plutôt avec un effet de spirale. Il se compose de plusieurs éléments qui interagissent de façon interdépendante (www.fantaproject.org).

- **L'émetteur:** Celui qui transmet ou envoie le message (ou source d'information);
- **Le récepteur:** Celui qui reçoit le message (ou décodeur);
- **Le message:** Contenu de la communication ou l'information à transmettre;
- **Le canal :** Moyen utilisé pour transmettre le message ou la réponse;
- **Le feedback:** Réponse ou la réaction au message;
- **Le code:** Ensemble des symboles, d'images, d'attitudes, de gestes connus des deux interlocuteurs et qui l'utilisent pour mieux comprendre le message.

Le schéma ci-dessous donne une idée très “simplifiée” du processus de base de la communication.

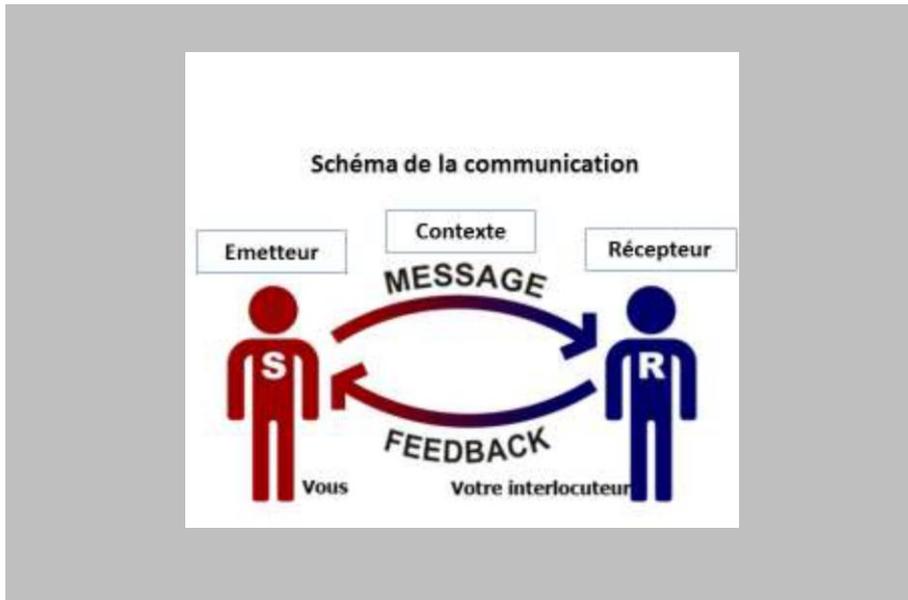


Figure n°1 : Procédure de la communication

Cette figure présente la manière dont la transmission des messages est faite dans les deux sens. Si l'émetteur est celui qui initie la communication en envoyant le message, le récepteur, en réagissant face au message, change de rôle et devient émetteur à son tour ou vice-versa. En effet, ce sont donc des rôles interchangeables.

1.1.1.4. Les conditions de communication conjugale

La communication se déroule de manière positive, chacun doit respecter les valeurs, les goûts et les choix de l'autre, et être réceptif à ce que l'autre a à dire (Robert, 2002, p.191). Selon Bertille et all, (2013, p.6), le désir, le respect, la vérité, l'acceptation des désaccords sont les conditions de communication et il faut savoir sur quoi communiquer et comment le communiquer.

1) Le désir :

- Désirer communiquer,
- Dire à l'autre plutôt qu'il devine. Si vous attendez que l'autre devine, vous pouvez attendre longtemps.
- Attention à la curiosité et au mythe de la transparence.

Il est important de désirer pouvoir être transparent à l'autre, mais en même temps l'autre n'est peut-être pas prêt à recevoir tout ce que je veux dire. D'où l'importance de la 2ème condition; le respect de l'autre.

2) Le respect :

- Respecter le temps de l'autre et accepter d'attendre
- Accepter l'autre tel qu'il se donne : je ne juge pas.

3) La vérité :

- Etre vrai, donc accepter d'être vulnérable (se découvrir à l'autre en vérité nous oblige à faire tomber les masques)

4) L'acceptation des désaccords :

- Un conflit même s'il n'est jamais agréable n'est pas forcément un drame ; il est même neutre moralement. C'est la façon de réagir qui a une coloration morale.

L'un des signes de la maturité de l'amour est le fait d'accepter le temps et la durée. Tout ne se met pas en place immédiatement, tout ne se résout pas tout de suite. La confiance, la complicité se construisent au fil du temps.

Sur quoi communiquer ?

1) **Sur le présent.** Notre vie sera d'abord le quotidien. La vérité est dans le présent

2) **Le passé** n'a d'importance que dans la mesure où il éclaire le présent. Attention le désir de la connaissance de l'autre ne doit pas nous entraîner à l'indiscrétion. Ainsi nos éventuelles expériences antérieures ne sont pas forcément à partager pour éviter d'être jaloux du passé de l'autre.

3) **L'avenir ;** Quelles sont nos valeurs ? C'est-à-dire sur quoi nous voulons bâtir notre vie ?

Des questions importantes doivent être posées. Qu'en est-il de la vie professionnelle de chacun et ses conséquences sur la vie de la famille ? Quelle est notre relation à l'argent ? Qu'en est-il de la venue d'un enfant handicapé ou du risque d'absence d'enfant ? Quelle éducation ? Certes nous ne savons pas comment nous réagirions réellement si tel ou tel évènement survenait, mais il est fondamental d'avoir posé des jalons afin de ne pas subir l'évènement mais de poser des choix libres. Plus profondément, quel est notre projet de couple ? C'est en vous posant personnellement et ensemble ces questions que vous pourrez découvrir vos fondamentaux.

1.1.1.5. La communication et la gestion des conflits conjugaux

Les études montrent de nombreuses différences entre les couples qui utilisent efficacement la communication et ceux qui éprouvent plus de difficultés. En effet, les couples satisfaits de leur relation présenteraient un nombre plus important de comportements positifs (par exemple, se montrer en d'accord avec l'autre, approuver l'autre) que de comportements négatifs que les couples en détresse Gottman & Levenson, 1992, cités par (Beaulieu, 2010,

p.34). L'utilisation de l'humour serait également associée à une bonne qualité de la relation Campbell, Martin, & Ward, 2008, cités par (Beaulieu, 2010, p.34). Toutefois, il faut préciser que les personnes qui auraient un partenaire plus satisfait auraient tendance à utiliser plus d'humour affiliative et moins d'humour agressif. Les personnes qui étaient elles aussi satisfaites dans leur relation utilisaient moins d'humour agressif et plus d'humour affiliatif. En ce qui est des conflits, il semble que les personnes qui utilisent un style d'humour affiliatif durant la discussion se sentiraient près de leur partenaire après la discussion. Ces mêmes personnes se sentiraient plus près de leur conjoint lorsque lui aussi utilise cette forme d'humour durant la discussion. De plus, elles sentiraient que la discussion a aidé à résoudre leur problématique et ressentiraient moins de sentiment de détresse après la rencontre. Par contre, les personnes se sentaient moins proche de leur partenaire lorsqu'il utilisait l'humour agressif. Le sentiment que la situation était réglée après la discussion était aussi moindre et le sentiment de détresse plus élevé.

Le conflit est une réalité conjugale que tous les couples rencontrent au cours de leur existence. La présence du conflit chez les couples varie énormément en ce qui a trait à sa fréquence, à son caractère (sporadique, croissant, récurrent), aux thèmes abordés et aux stratégies de résolution utilisées. Les conflits dans le couple sont l'expression des différences entre les partenaires à l'égard d'une situation donnée. Le conflit en soi ne constitue pas un risque pour la stabilité du couple, ni pour sa satisfaction, c'est plutôt sa non-résolution ou sa mauvaise résolution ou encore le fait que le conflit soit récurrent qui le transforme alors en risque majeur d'insatisfaction ou de rupture du couple. L'absence de résolution du conflit serait d'ailleurs un facteur de prédiction de l'insatisfaction envers l'issue du conflit qui influencerait, à son tour sur la qualité de la relation conjugale selon une étude Cramer, 2002, cité par (Beaulieu, 2010, p.34).

1.1.2. Le couple conjugal

Le couple conjugal est entendu comme un « Homme et femme unis par les liens du mariage ou par les liens affectif » (Le Petit Larousse, 1999).

Ce sont des « Personnes unies par le mariage, liées par un pacs ou vivant en concubinage » (Larousse, 2015).

De fait, c'est en s'inspirant des descriptions relatives à la famille, au mariage, au divorce, à l'union libre, ainsi qu'au couple de même sexe, relevées dans le Dictionnaire Suisse de

politique sociale en ligne, qu'il a été possible de préciser la notion de « couple » pour le présent travail. <https://fr. M. Wikipédia>).

Le couple est une unité délimitée, composée de deux individus partageant une intimité qui peut recouvrir les composantes suivantes :

- Affective ;
- Corporelle ;
- Spirituelle ;
- Économique ;
- Liens contractuels juridiques ;
- Filiation

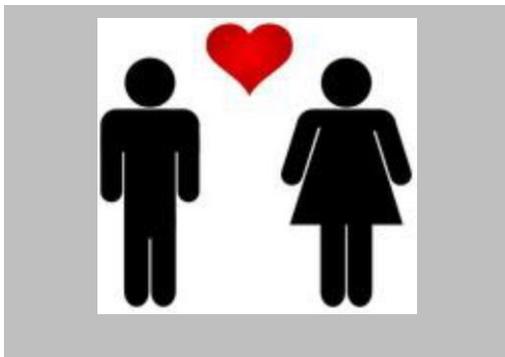


Figure n°2 : Couple conjugal

Il est possible d'être uniquement un couple conjugal : tel est le cas lorsque l'on est en relation sans avoir d'enfant en commun (Mirana, 2016, p.34).

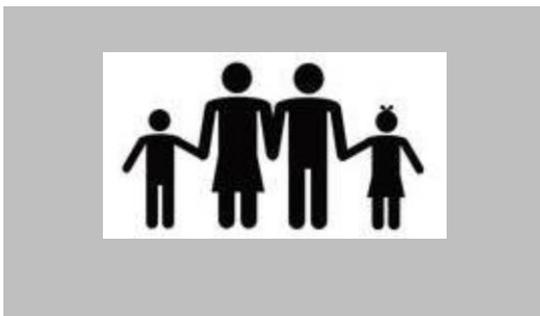


Figure n°3 : Couple parental + couple conjugal

L'on peut être à la fois un couple conjugal et un couple parental : c'est le cas des conjoints dont la famille est unie (Mirana, 2016, p.34).

Pour ce faire, nous allons dans un premier temps décrire l'existence du couple dans l'histoire, dans un second temps, nous donnerons ses quelques fonctions et pour finir nous aborderons le couple, comme un construit social.

1.1.2.1. L'existence du couple

Au Moyen-Âge, sous les valeurs cléricales s'érigeant alors comme lois, les époux étaient contraints de s'unir avec une personne qu'ils ne connaissaient bien souvent pas et qu'ils rencontraient pour la première fois le jour de la cérémonie. Dans les croyances populaires de cette époque, les époux recevaient lors de leur union, une bénédiction de Dieu qui leur permettrait de s'aimer d'un amour pur. Chose qui, sans grand étonnement, restait de l'ordre de l'idéologie, puisqu'en pratique, les conséquences de tels mariages étaient bien souvent l'ennui et l'insatisfaction conjugale (Hammelin, Lepault, & Levert, 2007 cités par Mirana, 2016, p.14). Si autrefois le mariage, d'abord religieux, puis légal, était la seule façon d'être en couple, aujourd'hui, le passage devant l'officier d'état civil constitue avant tout une confirmation de vie commune pour le couple en RDC. Cette manière de démarrer une relation de couple témoigne d'une inversion des étapes de la vie conjugale. En effet, jusqu'au début du 20e siècle, c'était le mariage qui entraînait la mise en ménage d'un couple, puis suivait généralement la procréation. Aujourd'hui, vivre ensemble constitue le mode usuel d'établissement de la vie des couples. La venue des enfants peut suivre, mais le mariage constitue davantage le point final que celui du commencement (GROSSE, 2015, p. 53-54).

Déchaux (2009, p.16), va dans le même sens et avance qu'avant les années 1990, la cohabitation du couple-ou le fait d'habiter sous le même toit sans être marié-était considérée comme un « mariage à l'essai ». Actuellement, le fait de vivre ensemble n'est plus nécessairement préalable au mariage pour les conjoints, mais constitue plutôt le « mode d'entrée normal dans la vie en couple »

En effet, le couple constitue l'un des ingrédients fondamentaux à l'épanouissement de l'individu dans notre société et, contrairement à ce que tendent à véhiculer les nombreux médias au sujet du couple et des relations, la valeur de la fidélité, notamment, reste néanmoins ancrée dans l'esprit d'une majorité de couples.

1.1.2.2. Les fonctions du couple

Ainsi, bien différente d'hier, la fonction principale que l'on attribue au couple de nos jours n'est plus la famille, mais l'accomplissement de soi au travers de la relation et ceci quelle que soit la forme de vie conjugale choisie par les partenaires. Auparavant, le couple ne trouvait sa justification et son but que dans la fondation d'une famille. Ne pas avoir d'enfant était bien souvent synonyme d'infécondité et de honte pour les conjoints. Ainsi, la pilule contraceptive a rendu possible le contrôle des naissances. C'est alors que s'accomplir à deux, sans enfant devient pensable. Effectivement, l'avènement de la pilule contraceptive a permis d'une part la maîtrise des naissances, mais également une libération au niveau de la sexualité du couple.

L'une des conséquences majeures que l'on relève est que la famille tend à s'estomper au profit du couple. Toutefois, il serait faux de penser que l'unité conjugale est rendue plus sûre, plus stable ou plus durable. En effet, malgré le caractère essentiel qu'on lui attribue, il reste l'idée majoritaire que le couple ne doit pas prédominer au profit de l'individualité de chacun. C'est pourquoi, dans l'idéal, chaque conjoint devrait bénéficier d'un espace d'accomplissement individuel en dehors du couple. La réalisation de chacun au sein de la relation se fait donc sur un équilibre entre espaces communs et individuels. Or, cette conciliation d'individualité et de fusion compte probablement parmi les plus grands défis du couple aujourd'hui. VERDUZIER, 2015 cité par (Mirana, 2016, p.15). Toute la relation est envisagée comme une affaire qui ne dépendrait que du couple lui-même. Dans cette perspective, toute autre institution externe comme la famille, le travail, l'Église, etc., ne devrait pas interférer sur la relation. La seconde hypothèse amenée par les chercheurs est celle de « l'individualisme familial ». Cette vision nous apporte un éclairage davantage pertinent concernant les fonctions du couple précédemment mentionnées, mais aussi au sujet de la fragilité des unions, puisque sous cet angle-là, l'individu prime sur le couple et que le couple prime sur la famille. Ceci permet non seulement de comprendre la survalorisation des désirs et projets individuels, mais aussi, cette relégation aux seconds et derniers plans du couple et de la famille KELLERHALS & WIDMER, 2012 cité par (Mirana, 2016, p.16).

1.1.2.3. Le couple, un construit social

Qu'il soit constitué par deux personnes de même sexe ou de sexe différent, le couple est une construction sociale. En effet, chaque société construit son propre rapport au couple. Néanmoins, nous remarquons, de par cet aperçu de l'histoire du couple, qu'il s'agit du produit d'une construction sociale déterminée de manière spatiotemporelle. Cela explique précisément pourquoi sa définition n'a pas été la même au fil des époques mais a fluctué. De plus, l'on peut relever que les désunions, du moins jusqu'aux années 1970, n'ont cessé d'être stigmatisées. Ce phénomène est sans aucun doute à mettre en lien avec l'influence judéo-chrétienne qui a conditionné les us de toute une population des siècles durant. Les valeurs chrétiennes se sont érigées en principes moraux et elles ont conditionné fortement le couple. Aujourd'hui, si les désunions sont plus ou moins socialement acceptées, comme le cadre socio-légal en témoigne notamment, il n'en reste pas moins que cette idée d'insolubilité de l'union plane toujours dans les esprits, faisant encore de la rupture un potentiel échec à l'heure actuelle, et c'est précisément à mettre en lien avec cette mainmise de l'Église sur la société (Mirana, 2016, p.18).

Au sujet des fonctions du couple, comme il a été relevé préalablement, celui-ci n'a existé au regard de l'Église qu'au travers de la famille et plus précisément concernant sa fonction parentale. Le seul but du couple n'a jamais été que de fonder une famille, cellule dont il constituait sous les valeurs ecclésiastiques l'unité de base. Et, comme nous le verrons, cette vision continue aujourd'hui d'influencer la perception de la société puisque nous tendons davantage à considérer le couple en tant que parents, plutôt que le couple en tant que conjoints (Mirana, 2016, p.18).

Pour faire suite à ces points fondamentaux dans le cadre de ce travail, le prochain point se donne pour mission de comprendre les dysfonctions sexuelles dans le couple.

1.1.2.4. Dysfonctions sexuelles dans le couple

Chez les femmes, certaines difficultés sexuelles peuvent être plus fréquentes après la ménopause. Par exemple, le manque de lubrification vaginale peut provoquer des douleurs lors des rapports sexuels. L'orgasme est également plus difficile à atteindre. Chez l'homme, la baisse de « libido » et celle du potentiel sexuel sont les plaintes les plus fréquentes chez l'homme vieillissant. De plus, les données épidémiologiques suggèrent une prévalence plus élevée de dysfonctions érectiles chez l'homme âgé (<https://fr. M. Wikipédia>).

Néanmoins, les dysfonctions sexuelles comprennent également l'éjaculation retardée (ou retard de l'éjaculation), le trouble de l'érection, le trouble de l'orgasme chez la femme, le trouble de l'intérêt pour l'activité sexuelle ou de l'excitation sexuelle chez la femme, le trouble lié à des douleurs génito-pelviennes ou à la pénétration, la diminution du désir sexuel chez l'homme, l'éjaculation prématurée (précoce), la dysfonction sexuelle induite par une substance/un médicament, une autre dysfonction sexuelle spécifiée et la dysfonction sexuelle non spécifiée. Les dysfonctions sexuelles sont un groupe hétérogène de troubles qui se caractérisent typiquement chez une personne par une perturbation cliniquement significative de la capacité à répondre sexuellement ou à éprouver du plaisir sexuel. Un individu peut avoir plusieurs dysfonctions sexuelles en même temps (DSM-5, 2013, p.553).

1.1.3. Les conflits conjugaux

Les conflits conjugaux sont inévitables. Qu'il s'agisse d'une discorde légère ou encore d'une dispute animée au sujet de décisions, d'opinions, de valeurs, de comportements et d'attitudes adoptées par l'un ou l'autre des partenaires, les conflits conjugaux font partie intégrante de la vie de couple. Au fait, un conflit est une lutte de tendance, d'intérêts ; situation dans laquelle se trouve un individu qui est soumis à des forces de directions opposées et des puissances à peu près égales (Sillamy, 2006, p.66).

1.1.3.1. Les sources des conflits conjugaux

Peu d'études répertoriées ont tenté d'identifier les sources de conflits dans les relations amoureuses. D'autres comportements causant des conflits comme les critiques sur l'apparence physique et l'habillement, la non-acceptation des expériences de consommation de drogues et d'alcool sont mentionnés par les couples. Plusieurs participantes à notre enquête ont insisté sur le fait que les hommes voulaient qu'elles modifient leurs comportements tels que la consommation de tabac, d'alcool ou de drogues, leurs opinions sur la politique ou l'utilisation abusive du téléphone.

Lorsque les résultats des hommes et des femmes sont combinés, les raisons les plus fréquentes sont les suivantes: 1) L'infidélité, 2) La mauvaise communication conjugale (communication en général, manque de compréhension, ne pas être en mesure de discuter des problèmes de la relation), 3) Disputes/colère (disputes fréquentes/cris, tension générale, colère de la part du conjoint), Les sujets également touchant l'exclusivité dans le couple (la jalousie, l'insatisfaction sexuelle, le fait de danser avec d'autres personnes, etc.), l'expression de colère

excessive ou inappropriée, la sexualité, le manque de communication (refuser de parler, ne pas partager ses émotions, ne pas exprimer ses désirs, etc.) un conflit avec la belle-famille, le temps passé avec les parents, un comportement du conjoint en présence de la famille élargie, etc.), changer d'idée subitement, avoir un comportement qui contredit ce qui a été prévu, etc.). Mais aussi les critiques (corriger, blâmer, expliquer au conjoint comment il aurait dû faire quelque chose, s'opposer au point de vue du conjoint).

1.1.3.2. Les stratégies de gestion de conflits conjugaux

Diverses recherches ont dressé des stratégies utilisées lorsqu'un désaccord ou un conflit survient chez les couples. Les échelles servant à mesurer les stratégies diffèrent d'une étude à l'autre, mais globalement elles font référence à trois stratégies de gestion des conflits: positive, négative et retrait. Les stratégies positives consistent à discuter ouvertement avec le partenaire, à clarifier, à faire des compromis, à écouter l'autre et à chercher des solutions. En outre, les stratégies négatives font appel à la domination lors d'un conflit afin de contrôler le partenaire ou de le ridiculiser. Finalement, éviter de parler du problème, trouver des distractions comme regarder la télévision, nier l'existence ou minimiser la difficulté sont des comportements considérés comme des stratégies de retrait. Tuval-Mashiach et Shulman, 2006, cités par (Gascon, 2011, p.23).

Au sein d'un couple, il arrive que des situations génèrent des conflits entre les partenaires. Chaque couple et chaque individu adoptent alors des stratégies pour gérer le désaccord ou le conflit. Cette section présente les diverses stratégies utilisées pour résoudre un conflit conjugal dans ledit quartier. Selon les propos recueillis auprès des hommes et des femmes, les stratégies que les conjoints utilisent pour résoudre les conflits conjugaux sont les suivantes:

- Demander pardon ;
- Faire le rapport sexuel ;
- Recours aux tierces personnes ;
- Dialogue ;
- Soumission ;
- Prière ;
- Humilité
- S'en dépasser ;
- Esprit d'écoute ;
- Avoir la conscience ;

- Patience ;
- Suivre une série amoureuse.

Finalement, les résultats de cette étude démontrent que le recours aux tierces personnes, demander un pardon, le dialogue ouvert sur le problème avec le partenaire, faire le rapport sexuel, la soumission et suivre une série amoureuse sont les stratégies pour résoudre les conflits conjugaux qui s'accroissent le plus fonction de l'âge. Les plus jeunes tendent à faire recours aux tierces personnes et à éviter le dialogue, tandis que les plus vieux optent pour les compromis et pour des dialogues ouverts.

En résumé, la façon qu'ont les conjoints gèrent les situations conflictuelles varie selon l'âge.

1.1.3.3. Le soutien psychologique comme stratégie de résolution des conflits conjugaux

La formation d'une union amoureuse de qualité et durable constitue toujours un objectif personnel de première importance pour une majorité d'individus. Cependant, la viabilité de ce projet d'union dépend, entre autres, de compétences relationnelles susceptibles de contrer la stagnation, l'érosion et la rupture. L'objectif du psychologue en thérapie conjugale est d'amener le couple à changer afin d'améliorer la satisfaction de chacun des membres du couple.

Qu'on le veuille ou non, toute relation amoureuse a ses hauts et ses bas. En effet, il est normal que des conflits éclatent au sein d'un couple de temps à autre. Toutefois, quand ces conflits prennent une place trop importante et que le négatif prend le pas sur le positif, on tend à oublier les beaux moments vécus et tout ce qu'on a bâti au fil des années. Devant une telle situation, on ne doit pas hésiter à aller chercher conseils auprès d'un professionnel des relations de couple, en l'occurrence un psychologue qualifié en thérapie conjugale. Alors que certains voient la thérapie de couple en tant que dernier recours pour sauver leur relation, certains l'utilisent plutôt à des moments charnières de leur vie, c'est-à-dire lorsque la stabilité du couple est mise en jeu par des événements nouveaux. Quelle que soit la raison qui pousse à consulter, il existe de nombreux avantages à faire appel à un thérapeute lorsque son couple rencontre des difficultés !

Malheureusement, trop de personnes perçoivent encore la thérapie conjugale comme un échec et croient qu'en tant qu'adultes, elles doivent être en mesure de régler leurs différends. Néanmoins, lorsqu'il est question de sentiment, il peut être très difficile d'être

rationnel... C'est pourquoi l'intervention d'un thérapeute psychologue s'avère des plus pertinentes d'autant plus que tout ce qu'un psychologue fait, il le fait par des méthodes appropriées dans le cadre de conseiller le couple en détresse.

Dans tous les cas, lorsqu'on va chercher l'aide d'un thérapeute, c'est parce que des conflits sont présents au sein du couple. L'origine même de ces conflits varie d'un couple à l'autre et peut être liée à :

- L'éloignement au sein du couple ;
- La jalousie ou un problème de confiance ;
- Une diminution du désir sexuel ;
- L'infidélité ;
- Des problèmes d'écoute et de communication ;
- Des conflits familiaux, par exemple liés à la belle-famille ou aux anciens partenaires ;
- Des conflits quant à l'éducation des enfants et à la discipline ;
- Des événements marquants et imprévus (perte d'emploi, maladie, etc.) ;
- Des changements dans la routine et dans les habitudes (départ des enfants, début de la retraite, etc.).

Notez bien qu'il s'agit ici d'un survol des situations pouvant être à l'origine de conflits conjugaux et que cette liste n'est pas exhaustive.

La thérapie familiale est certainement utile dans les moments de crise mais également pour les problèmes récurrents. Elle sert aussi à prévenir les problèmes comme les difficultés comportementales (Irambona, 2020, p.13).

1.2. Théories sur la vie du couple conjugal

Ce point présente quelques théories sur la vie du couple conjugal. Deux théories méritent d'être présentées ici : il s'agit de la théorie sur les stratégies de communication et celle de la gestion des conflits dans le couple.

1.2.1. Théorie sur les stratégies de communication en couple

La théorie de communication s'est construite à partir des travaux de Bateson et du groupe de chercheurs de l'école de Palo Alto à partir de 1949. Watzlawick, Jakson, Haley, Helmick- Beavin cités par (Irambona, 2020). Leur intérêt se porte sur l'étude des modèles de communications et les structures d'interactions entre individus, aussi bien dans un contexte pathologique que dans les interactions humaines banales.

Des concepts comme « méta-communication » (produire un discours sur la communication), la rétroaction ou feed – back (mécanisme actif de régulation des échanges), l’affirmation « qu’on ne peut pas ne pas communiquer », l’étude des communications digitales et analogiques, verbales et non verbales, l’exploration des communications paradoxales ont été développés par ce groupe de chercheurs. C’est ainsi que des auteurs comme Shannon et Weaver, dans leur théorie sur l’information affirmaient dès 1949 que toute communication implique la reconnaissance réciproque des intentions. Pour ces auteurs, il y a communication que lorsque les comportements des individus engagés dans le processus d’interaction s’inscrivent dans une organisation sociale.

Cependant, la source A émet vers B des messages qui sont codés par des transmetteurs en signaux susceptibles d’être véhiculés par le canal. Ces signaux sont décodés par le récepteur (destinataire) de façon assimilable. Lorsqu’une information est transmise, il se produit une action sur le sujet récepteur et un effet rétro-actif (feed-back) sur la personne émettrice qui est influencée à son tour. Toutefois, il peut y avoir au niveau du canal des perturbations qualifiées « bruits » susceptibles d’altérer la transmission des messages. Ce qui peut créer impasse dans la communication (Irambona, 2020).

Par-dessus tout, la communication est essentiellement une relation entre individus et que sans communication, la vie sociale est impossible. Le schizophrène ou l’autiste qui a perdu la capacité de communiquer avec autrui, à partir des échanges verbaux et non verbaux s’enferme en lui-même dans son univers particulier et devient étranger à son groupe : Il s’appauvrit. De même, la personne dépressive qui mène une vie sociale réduite par son isolement, sa solitude et son repli sur soi finit par s’étioiler comme une fleur qui se dessèche faute d’eau et des soins. (Irambona, 2020). Ainsi, la famille est considérée comme un cadre ou espace affectif en tant que système de relations interhumaines fondées sur des interactions et en tant que réseau de communication consciente-inconsciente. C’est dire que les différents membres d’une famille évoluent dans un contexte d’influence réciproque permanente. En d’autres termes, ils vivent dans un rapport continu « d’action-rétro-action », de conflit-empathie, de constance-dissonance, harmonie-dysharmonie, entente-conflit, confiance-méfiance (Irambona, 2020).

1.2.2. Théorie sur la gestion des conflits dans le couple

De l'avis de Guay (2014, p.3), il n'y a pas de vie de couple sans conflits; les conflits sont inévitables, car la vie de couple et familiale constitue une des expériences de vie les plus stressantes qui soient; elle exige de très grandes capacités d'adaptation. Les sources de stress, qui causent la frustration et l'insatisfaction, sont nombreuses : le partage des tâches domestiques, l'argent, l'éducation des enfants, les relations sexuelles, l'harmonisation entre les besoins de la famille et les besoins extérieurs (carrière, parenté, amis, récréation), les relations avec les beaux-parents; et tout ceci, dans un contexte de changements constants liés au cycle de vie (naissance, entrée à l'école, retraite, etc.).

Il y a deux types de conflits (Guay (2014, p.4):

Les conflits ponctuels qui arrivent occasionnellement et qui peuvent se résoudre. La majorité des conflits sont des conflits chroniques : c'est-à-dire des problèmes perpétuels qui ne peuvent être solutionnés. Il ne faut pas s'attendre à régler complètement ces conflits, mais seulement apprendre à s'y accommoder et vivre avec.

Néanmoins, dans les conflits de couple, les conjoints explosent de rage ou figent de peur, avant d'être conscients de ce qui arrive; ils ne sont donc pas en mesure de réguler leur réaction émotionnelle. En effet, dans la plupart des disputes conjugales et familiales, les émotions s'expriment sous forme de critiques ou de blâmes ou encore par le retrait affectif. Lorsqu'un des conjoints se sent attaqué, il réagit par réflexe pour se défendre et survivre, les neuropsychologues disent alors que notre cerveau est pris en otage par l'amygdale; c'est notre cerveau émotionnel qui prend le dessus lorsque l'on est critiqué.

Les émotions qui sont agies et exprimées lors des disputes, sont des émotions réactionnelles (qu'on appelle secondaires) à des émotions de vulnérabilité (primaires) difficiles à tolérer. Les émotions réactionnelles sont souvent l'agressivité ou le retrait et servent à se défendre (réprimer ou fuir) les émotions sous-jacentes plus douces comme la tristesse, la crainte d'être blessé.

Tableau n°1 : *Les émotions réactionnelles*

Émotions primaires	Émotions secondaires
Peur de l'abandon	Colère
Sentiment d'être inadéquat	Éviter l'émotion
Se sentir vulnérable	Invalider
Peur	Retrait affectif

L'agressivité contre le conjoint sert à se protéger contre la peur d'être blessé, de telle sorte que l'on peut dire que : « Derrière chaque personne agressive, il y a une personne qui a été blessée ».

Cependant, dans la théorie sur la gestion des conflits, il est gain de mieux expliquer trois étapes pouvant aider dans la gestion des conflits.

I- Première étape : arrêter les disputes

La première chose à faire est d'arrêter les conflits. Il est important d'arrêter les conflits, pour deux raisons. D'abord parce que les attaques personnelles créent un effet d'accumulation de blessures et de frustrations, qui peut conduire à une situation de non-retour. Ensuite les blâmes et les accusations rendent impossible l'attitude d'écoute qui est indispensable pour la résolution des conflits. En effet, le (la) conjoint (e) qui se fait accuser ou blâmer ne peut faire autrement que de se défendre, se justifier, contre-attaquer ou se retirer.

Prendre un temps de retrait (*time out* ou temps mort) : se retirer de la situation est la meilleure stratégie pour arrêter les disputes. Aussitôt que l'on sent la colère monter, il faut s'arrêter et se retirer de la situation. Pour y parvenir, on doit d'abord apprendre à identifier les sensations physiques qui précèdent l'explosion émotive (muscles tendus, dents serrées, pression sur les tempes, du rythme cardiaque, etc.), puis trouver des moyens pour relaxer. Des guides concrets vous seront offerts pour vous aider à y parvenir

II – Deuxième étape : parler des émotions sous – jacentes

Pour la plupart des couples, l'évènement déclencheur est banal (fermer ou ouvrir la fenêtre, faire la vaisselle tout de suite après le repas ou plus tard), mais, s'il provoque une si forte

réaction émotive, c'est à cause des enjeux majeurs qui sont soulevés. Une fois le temps mort terminé, on peut tenter d'exprimer ce qu'on a ressenti au (à la) conjoint (e); c'est-à-dire parler de l'émotion primaire sous-jacente à la colère ou au retrait. Ce n'est pas facile à faire, car cela exige qu'on ait suffisamment confiance en l'autre pour montrer ses côtés vulnérables. Il faut parler en **Je**, et ne pas parler en **Tu**, car parler de soi (en Je) désamorce le conflit puisque ce n'est pas une attaque. On peut commencer à apprendre à le faire lors des entrevues de couple puis continuer par soi-même.

III – Troisième étape : comprendre ensemble

1. Essayez de **comprendre ensemble** les causes du conflit. Ce sont souvent des rêves non réalisés, c'est-à-dire des aspirations, des espoirs, des désirs qui font partie de votre identité et donnent un sens à votre vie. Pour se sortir de l'impasse il faut avoir la motivation et l'ouverture pour explorer les difficultés plus profondes et cachées, comme le constat que les rêves importants n'ont pas été réalisés. Après avoir identifié les rêves cachés, les couples qui survivent sont ceux où chacun aide l'autre à réaliser son rêve.
2. Identifier le **cycle de réactions et de contre-réactions** qui perpétue les conflits. La façon dont on réagit à un problème devient souvent le problème, car il aggrave les difficultés initiales. Ces cycles interactifs négatifs, nourris par l'expression des émotions secondaires, deviennent au fil du temps des causes plus importantes des conflits de couple que les problèmes de départ. Une femme extravertie va devenir frustrée par l'absence de réactions de son conjoint, interprétant sa non-réponse comme un manque d'intérêt. Elle va se choquer, car elle sent que ce qu'elle dit n'a pas d'importance. Plus elle se choque, plus le conjoint ressent de la peur et plus il fige et se retire ce qui accroît encore plus la colère de sa conjointe qui le poursuit encore plus.
3. Identifier à quel niveau vous êtes rendus dans l'escalade des conflits. Le processus d'escalade dans les conflits conjugaux se caractérise par le fait que l'on passe du niveau du problème au niveau personnel puis au niveau de la relation. **Niveau du problème** : les désaccords se règlent en identifiant rationnellement la nature du problème et en maintenant une perspective de résolution des difficultés. Par exemple, en ce qui concerne le partage des tâches domestiques, le couple travaille en équipe et chacun en assume une partie, selon ses horaires, autres contraintes et

intérêts.

Niveau personnel : les conflits passent au niveau personnel lorsque les conjoints s'attaquent personnellement et se blâment. Les intentions de l'autre sont perçues comme malveillantes. À cette étape la résolution de conflit est alors devenue très difficile.

Niveau de la relation : à cette étape, on remet la relation en question ce qui pousse l'un, ou les deux conjoints à se retirer et à abandonner, car aucune issue n'est possible.

4. Ramener la discussion au **niveau du problème** et non plus au niveau de la relation. Une façon d'y arriver est au moyen de l'objectification du problème, en se centrant sur les faits plutôt que les perceptions. On ne doit pas chercher à résoudre les problèmes chroniques, mais tenter de **passer de l'impasse au dialogue**. Ce type de problème va être perpétuel et il faut en arriver à pouvoir en parler sans se blesser et apprendre à vivre avec.
5. Viser à ce qu'il y ait **deux gagnants**. Il y a escalade des conflits lorsque les interactions se transforment en lutte de pouvoir pour un des deux conjoints. Aussi longtemps que l'un des deux essaie de gagner sur l'autre, les conflits perdurent.
6. Apprendre à **mieux communiquer**. À partir du moment où les conjoints sont capables de mettre des mots sur les sentiments ressentis en parlant en Je, ils peuvent se mettre à l'unisson en vivant au même diapason que l'expérience émotionnelle de l'autre.
7. **Prendre soin l'un de l'autre**. Parler entre vous de ce qui vous fait grimper l'un et l'autre, de ce qui vous submerge. Est-ce que l'un et l'autre a tendance à accumuler? Demandez-vous ce que vous pouvez faire à l'autre pour le (la) calmer. Quels sont les signaux qu'on pourrait s'envoyer pour signaler à l'autre qu'on est sur le point d'exploser ou qu'on est submergé (e)?

Tableau n° 2 : *Quelques principes pour la gestion des conflits dans le couple*

Principes négatifs	Principes positifs
Cesser les interactions qui sont blâmâtes, ou perçues comme telles	Trouver des moments où vous êtes bien ensemble
Cesser de rendre l'autre responsable de ses réactions émotives : TU	Assumer comme siennes ses réactions émotives : JE
Cesser de vouloir changer l'autre	Identifier ce qu'on peut changer soi-même
Cesser de vouloir gagner, avoir le dessus	S'arranger pour avoir deux gagnants
Cesser de mettre la relation en cause	Ramener la discussion au niveau du problème
Cesser de dramatiser	Avoir recours à l'humour

1.3. Etudes antérieures

En rapport avec notre sujet de recherche, nous avons consulté quelques travaux allant presque dans le même sens que le nôtre. C'est ainsi que, dans ce point, nous présentons d'abord les études qui se sont intéressées aux relations amoureuses et sexuelles. Ensuite, nous présenterons les études ayant abordé les modes de communication et les stratégies de résolution de conflits lorsqu'une difficulté survient dans leur couple.

Cette préoccupation avait attiré l'attention de certains chercheurs. Voilà pourquoi il est indispensable de présenter les études consultées pour élaborer le présent travail.

La première étude consultée est celle de **Tremblay (1997)**. Elle traite des « Liens entre les styles d'attachement, les modes de communication et les stratégies de résolution de conflits chez les couples ». L'étude était inscrite dans le domaine de la psychologie de la communication, et se veut un apport de résolution de conflits chez les couples. Les objectifs assignés à l'étude étaient de vérifier s'il y avait des différences entre les individus selon leurs styles d'attachement en fonction de leurs modes de communication et de leurs stratégies de résolution de conflit ; voir si la nature de l'appariement dyadique au niveau de l'attachement amène des modes de communication spécifiques entre les conjoints et enfin, la valeur prévisionnelle de l'attachement, comme ajout aux modes de communication et de stratégies de résolution de problèmes pour expliquer l'adaptation conjugale. La recherche est partie de certaines dont : les personnes de style sécurisant utilisent davantage la communication mutuelle constructive que les personnes des styles anxieux/ambivalent et évitant ; les dyades où les deux conjoints sont de style sécurisant utilisent plus souvent la communication mutuelle constructive que les dyades où au moins un des conjoints est de style non sécurisant ; et enfin, le dernier objectif de l'étude visait à vérifier si les dimensions d'attachement pouvaient apporter une contribution supplémentaire à l'explication de l'adaptation conjugale au-delà des contributions apportées par les modes de communication et les stratégies de résolution de conflits. Alors, pour atteindre ces objectifs et vérifier ces hypothèses, l'auteure avait mené une enquête auprès de 167 couples hétérosexuels, francophones mariés ou vivant en cohabitation. Le questionnaire des renseignements sociodémographiques a permis de relever certaines caractéristiques de l'échantillon. Quarante-six femmes ainsi que 48 hommes de l'échantillon avaient déjà vécu un divorce ou une rupture. Les sujets avaient été contactés principalement par différents médias (journaux, radio et organismes sociaux), les invitant à participer à la recherche. Au terme de l'étude, les

résultats ont montré qu'il existait une relation significative entre l'âge des participants et l'échelle d'attachement anxieux. Plus les sujets étaient âgés, moins leurs cotes d'attachement anxieux étaient élevées. Également, les sujets plus âgés avaient significativement moins recours à la communication mutuelle constructive et étaient significativement moins portés à s'engager dans les conflits conjugaux. Par ailleurs, des relations significatives entre le degré de scolarité des participants, l'attachement, les modes de communication et les stratégies de résolution de conflits avaient été observées. Ainsi, plus les gens étaient scolarisés, plus ils obtenaient des cotes élevées à la dimension d'attachement sécurisant, et moins ils s'identifiaient à l'attachement évitant, et à l'attachement anxieux/ambivalent. Également, les sujets plus scolarisés utilisaient davantage une communication mutuelle constructive tout en utilisant moins une communication de type demande/retrait, telle la communication demande/~retrait ou encore la communication demande/ retrait. En ce qui a trait à l'utilisation des stratégies de résolution de conflits, les sujets scolarisés rapportaient moins d'évitement et de retrait et démontraient moins d'échanges inefficaces. Finalement, plus les individus avaient un niveau de scolarisation élevé, plus ils utilisaient le solutionnement positif des problèmes, alors qu'ils utilisaient moins l'engagement dans le conflit et tentaient moins de se conformer aux exigences de leur conjoint lors de conflits conjugaux. De plus, les gens qui vivaient longtemps avec le même partenaire démontraient un taux plus élevé d'échanges inefficaces et utilisaient davantage le retrait et la conformité pour composer avec les conflits conjugaux.

La deuxième recherche consultée était la thèse de Doctorat de **Turgeon (1996)**. Elle avait porté sur le « rôle du pouvoir conjugal comme variable prédictive du retrait des hommes lors de situations conflictuelles avec leurs conjointes ». L'objectif principal de sa recherche était d'examiner l'hypothèse selon laquelle le patron de demande/retrait est associé au pouvoir dans la relation conjugale. Il est possible, comme le suggèrent plusieurs auteurs, que le retrait des hommes prenne racine dans leur refus de changer une situation conjugale qui leur apporte plus de bénéfices et de modifier leur statut de dominant. Selon l'hypothèse principale de cette recherche, le pouvoir des hommes constituerait un bon prédicteur de leur retrait lors de situations conflictuelles avec leurs conjointes. Cette hypothèse a été testée à l'aide d'une analyse de régression. Étant donné que le retrait des hommes était fortement associé à la détresse conjugale, on s'attendait à ce que la variable ajustement conjugal constitue le plus puissant prédicteur du retrait des hommes. Les participants-es étaient recrutés-es par téléphone, à partir d'une liste de 1100 numéros de téléphone pris au hasard dans le bottin téléphonique de la région montréalaise. Deux cents cinquante-trois foyers éligibles étaient

ainsi rejoints. De ce nombre, 175 couples (69,2 %) acceptaient de recevoir les questionnaires par la poste. Une à deux semaines après l'envoi, un deuxième appel permettait de recueillir les réponses. Cent cinquante-un femmes (86,3 %) et 132 hommes (75,4%) complétaient les questionnaires. Au total, 59,7 % des femmes et 52,2 % des hommes éligibles dans l'échantillon initial complétaient donc les questionnaires. Cependant, les résultats indiquaient que les scores d'asymétrie des femmes et des hommes avaient tous deux corrélés positivement au retrait des hommes. De plus, les évaluations des femmes et des hommes étaient corrélées, ce qui indique que les partenaires de couples s'entendaient relativement bien sur l'asymétrie dans la prise de décisions dans leur couple. Pour tester l'hypothèse du rôle du pouvoir conjugal comme variable prédictive du retrait des hommes, un examen de la corrélation entre ces variables fournissait une première indication de l'importance de ce prédicteur. Les scores d'asymétrie dans le pouvoir conjugal des femmes et des hommes étaient tous deux corrélés au retrait des hommes. Les scores moyens à l'échelle d'ajustement conjugal étaient, respectivement, de 124,9 % et de 90,3 % chez les couples ajustés et non ajustés. Les participants-es étaient âgés en moyenne de 34,8 ans et vivaient en couple depuis 11 ans. Ils avaient en moyenne 1,4 enfants. Dans l'ensemble de l'échantillon 61 % des individus avaient au moins un diplôme collégial. Chez les hommes, 85,6 % travaillaient à temps plein. Chez les femmes, 50% travaillaient à temps plein, alors que le quart rapportait l'éducation des enfants et l'entretien de la maison comme occupation principale. Enfin, 63.6 % des hommes rapportaient gagner 30 000\$ et plus annuellement, comparativement à 30% des femmes. C'est que les résultats montraient que la dominance des hommes dans la prise de décisions et le pouvoir conjugal n'était pas corrélée à leur retrait. Ainsi, les hommes qui estimaient avoir le plus d'influence dans la prise de décisions et le plus de pouvoir conjugal n'émettaient pas plus de comportements de retrait que les autres hommes. Par contre, les scores d'asymétrie des hommes dans la prise de décisions et le pouvoir conjugal étaient corrélés à leur retrait. Ainsi, plus les hommes percevaient une influence inégale dans la prise de décisions et dans le pouvoir au sein de leur couple, plus ils émettaient des comportements de retrait. Toutefois, ces corrélations, bien que significatives, étaient faibles. Toutefois, il était important de rappeler que dans cette recherche, l'échantillon était composé de près de deux tiers de couples ajustés. De plus, on trouvait très peu de couples avec des scores d'ajustement très bas. Ainsi, il était possible que les différences entre les sexes apparaissent moins clairement dans les couples ajustés que dans les couples plus en détresse. D'ailleurs, quand on examine les scores moyens des femmes et des hommes à l'échelle

d'ajustement conjugal, ceux des femmes sont de dix points inférieurs à ceux des hommes dans les couples en détresse, alors que l'écart était de cinq points seulement chez les couples ajustés.

La présente étude a quelques points de convergences avec celles présentées ci-dessus. Elles ont toutes porté sur les couples mariés (époux-épouse). Tremblay (1997) a évoqué en quelque sorte les modes de communication et les stratégies de résolution des conflits en couple. Cela nous a aussi intéressés dans la présente investigation. Turgeon (1996), lui aussi, a intégré un aspect important sur le pouvoir conjugal comme variable prédictive du retrait des hommes lors de situations conflictuelles avec leurs conjointes. Ce sont ces éléments qui marquent une similitude entre les investigations. Il sied aussi de signaler certains points qui font la différence entre toutes ces recherches. Premièrement, les études n'ont cherché à atteindre les mêmes objectifs, comme on peut le constater en parcourant les textes. Elles n'ont pas aussi été menées dans un même pays (l'une était réalisée au Canada, l'autre en Suisse et celle-ci en RDC). D'une façon générale, le but de ce travail est d'aider les couples en conflits conjugaux à améliorer leur vie communicationnelle et à résoudre certaines difficultés vécues. Ainsi, l'ensemble des techniques utilisées dans chacune des composantes de base de ce travail vise, d'une part, à permettre aux couples d'acquérir de nouvelles habiletés pour retrouver une harmonie plus grande et plus satisfaisante, et, d'autre part, avoir un impact positif sur leur communication conjugale.

CHAPITRE DEUXIEME : CADRE METHODOLOGIQUE

Dans ce chapitre, nous présentons le milieu d'étude, la démarche méthodologique suivie pour la récolte des données. Nous décrivons la population et l'échantillon d'étude, la méthode et techniques de collecte des données de même que les considérations éthiques ayant guidé l'étude sont présentées et enfin les difficultés auxquelles nous avons fait face.

2.1. Présentation du milieu d'étude

Le quartier Majengo a été créé en vertu de l'ordonnance présidentielle n°29/127 du 22/05/1993 fixant le nombre, la dénomination et la délimitation de la ville de Goma par découpage territorial, politique de l'ex-province du Kivu sur ordonnance loi n°022-006 de la 25/02/1989 portant organisation territoriale, politique et administrative.

a. Limites territoriales

Le quartier Majengo est limité comme suit :

- Au Nord : Groupement Munigi en chefferie Bukumu, territoire Nyiragongo
- Au sud : Quartier Virunga et Mabanga Nord
- A l'Est : Quartier Bujovu et Aéroport international de Goma
- A l'Ouest : Quartier Kasika et Katoy

b. Coordonnées géographiques :

- Altitude : ± 157 m
- Longitude : Est : $29^{\circ} 13' 37''$
- Latitude : Sud : $1^{\circ}38' 52,7''$
- Superficie : ± 564 ha

c. Données géographiques

a) Type de climat : Doux et tempéré :

- Alternance des saisons : saison sèche et pluvieuse
- Pluviométrie : non renseignée

b) Nature du sol : Plaine volcanique rocailleuse.

Renseignement sur le sous-sol : sans observation

c) Kilométrage des routes vitales :

- Au Nord : 3Km
- Au sud : 3Km
- A l'Est: 2Km
- A l'Ouest: 2Km

d) Végétation dominante: savane herbeuse

e) Hydrographie: sans objet

f) la Population:

- Ethnies et tribus dominantes : kumu, nande, hutu, hunde, shi, havu et rega

- Principaux clans : Idem

g) Activités principales

- cultures pratiques

- pérennes : néant

- industrielles : sans

Le sol est très rocailleux et ne peut permettre l'existence d'aucune de ces cultures citées ci-haut, même l'insuffisance de la terre ne le permet pas. (**Rapport annuel du quartier Majengo, 2017**).

2.2. Méthodologie suivie

Cette section présente essentiellement le type d'étude, la population d'étude, l'échantillon ainsi que les méthodes et techniques de collecte et de traitement des données.

2.2.1. Type d'étude

Pour comprendre les relations conjugales difficiles dans les couples du quartier Majengo, nous avons fait une étude quantitative à la fois analytique et descriptive. Cette recherche est descriptive dans la mesure où elle essaie de décrire et d'analyser les sources des conflits conjugaux dans le foyer.

2.2.2. Population d'étude

Le terme population est défini de plusieurs manières selon les auteurs. Larousse illustré (1987, p.789) définit la population comme un ensemble des êtres humains qui composent une catégorie particulière.

Pour Murray cité par Kasao (2016, p. 15), la population est l'ensemble d'individus sur lesquels porte une enquête et qui constitue une collectivité.

Mucchielli cité par Maombi (2015, p.19) pour sa part, définit la population comme un ensemble de personnes sur lesquelles porte une enquête et désigne un ensemble parmi lequel on aurait pu choisir l'échantillon. C'est en quelque sorte l'ensemble d'éléments qui possèdent les caractéristiques que l'on désire étudier.

La population peut être finie ou infinie. Elle dépend du nombre de personnes dont elle est constituée. Elle est dite finie lorsqu'on connaît les effectifs des éléments qui la constituent alors qu'elle est infinie lorsqu'on ne connaît pas les effectifs des éléments qui la constituent.

Dans le présent travail, la population étude est infinie, elle constituée des couples conjugaux du quartier Majengo.

2.2.3. Echantillon d'étude

Dans le cadre de recherche, il est généralement difficile pour diverses raisons de recueillir les informations sur toute la population ciblée. C'est pourquoi le chercheur mène ses enquêtes sur un petit groupe dont le résultat est inféré ensuite sur toute la population. Selon le Nouveau petit Larousse (1969, p.341), l'échantillon est une fraction représentative d'une population ou d'un univers.

D'après Grawitz (1996, p.103), l'échantillon désigne une partie, un sous-ensemble de la population qui représente les caractéristiques de la population dont l'observation permet de tirer des conclusions applicables à la population globale ou entière.

Pour nous, un échantillon est un prélèvement d'un nombre limité des sujets qui est fait sur une population globale et sur lequel porte une étude quelconque. Néanmoins, il existe plusieurs types d'échantillon, ces derniers diffèrent sur le plan technique. Ils sont d'une part probabilistes et d'autre part non probabilistes. Pour rappel, les échantillons sont probabilistes lorsque tous les individus composant la population ciblée ont la chance égale de faire partie de l'échantillon. Par ailleurs, ils sont non probabilistes lorsqu'ils ne laissent pas la chance à tout le monde de faire partie de l'échantillon car il se base sur certains critères propres des sujets. Dans la présente étude, nous avons recouru à l'échantillon occasionnel. Nous avons enquêté 140 couples conjugaux qui étaient disponibles au moment de notre enquête et qui manifestent des problèmes sur le plan relationnel. Les différentes caractéristiques de l'échantillon sont présentées dans les tableaux qui suivent.

Tableau n°3 : Répartition des enquêtés selon le sexe

Sexe	f	%
Féminin	59	42
Masculin	81	58
Total	140	100

Les résultats de ce tableau indiquent qu'il y a eu un taux élevé de participants hommes (58%) que des femmes (42%), à cette étude.

Tableau n°4 : Répartition des enquêtés selon la religion

Religion	f	%
Protestant	68	49
Catholique	72	51
Total	140	100

Il convient de signaler que 72 sujets Catholiques (51%) ont participé à l'étude et 68 soit 49% étaient des protestants.

Tableau n°5 : Répartition des enquêtés selon l'ancienneté du couple

Ancienneté	f	%
0-3ans	32	23
4-7ans	38	27
8 ans et plus	70	50
Total	140	100

Les résultats de ce tableau indiquent que la moitié des participants (50%) concerne les couples qui ont 8 ans et plus dans la vie conjugale. Ceux qui ont entre 0-3ans représentent 23% quand ceux de 4-7 ans représentent 27%.

Tableau n°6 : Répartition des enquêtés selon le niveau d'instruction

Niveau d'instruction	f	%
Sans instruction	40	29
Niveau Primaire	51	36
Niveau Secondaire	26	19
Niveau Universitaire	23	16
Total	140	100

Par rapport aux niveaux d'instruction, les sujets ayant un niveau primaire (36%) et ceux sans instruction (29%) sont majoritaires. Les proportions de 19% et de 16% concernent essentiellement les sujets du niveau secondaire et du niveau universitaire. Donc plus de la moitié n'a pas un niveau d'instruction requis.

2.2.4. Méthodes, techniques de collecte et déroulement de l'enquête et de traitement des données

Dans cette section, il s'agit d'expliquer les méthodes, les techniques de collecte des données et les techniques de traitement des données qui ont été utilisées lors de l'enquête.

a. Méthodes et techniques de collecte des données

Pour collecter les données de la présente étude, nous avons utilisé la méthode d'enquête. Ainsi cette méthode était appuyée par la technique du questionnaire. Celle-ci nous a paru un instrument le mieux indiqué. Cet instrument nous a aidés dans l'économie de temps et facilité le dépouillement des données. Cependant, l'administration d'un questionnaire peut se faire par :

- L'administration directe où le sujet est seul devant le questionnaire pour y répondre.
- Et l'on parle de l'administration indirecte où l'enquêteur lui-même pose les questions aux sujets et note les réponses Mucchielli, cité par (Kasao, 2016, p.16).

Dans cette recherche, nous avons fait recours à ces deux types d'administration car il y a certains couples qui ne savent pas lire et écrire. Tandis que d'autres avaient les capacités de remplir seuls l'instrument d'enquête.

Notons que le choix d'un instrument de recherche repose sur certains critères notamment : nature du sujet, caractéristiques de la population et son comportement. C'est ainsi que le questionnaire a été le principal outil de collecte des données lors de notre enquête dans le quartier Majengo qui nous a permis de réunir diverses informations inhérentes à notre étude. Cependant, ce questionnaire est composé de trois types de questions entre autres :

- ❖ **Question fermée** : c'est une question où le sujet choisi parmi les réponses qui lui sont disposées.
- ❖ **Question ouverte** : c'est une question qui demande que le répondant formule lui-même sa réponse.
- ❖ **Question alternative** : c'est une question qu'on utilise pour forcer un choix au répondant.

Tableau n°7 : *Spécification du questionnaire*

Thèmes	Numéro question	Total
Vécu et causes des conflits conjugaux	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7,8	8
Les stratégies de résolution des conflits conjugaux	9, 10, 11, 12, 13	5
Total	-----	13

Le tableau ci-dessus reprend toutes les questions concernant les thèmes de recherche que nous avons choisis. En examinant les informations de ce tableau, l'on comprend qu'au total 13 questions ont été posées selon les thèmes retenus dans la recherche tels que les causes des conflits conjugaux et les stratégies pour les résoudre.

Avant le déroulement de l'enquête proprement dite nous avons d'abord fait une pré-enquête à la commune de Karisimbi dans le but d'identifier le quartier qui a beaucoup de conflits conjugaux. D'après les renseignements recueillis à la commune nous précisant que le quartier Majengo est mal réputé et directement nous sommes allés contact le Chef de ce quartier qui, par la suite nous a autorisés de mener l'enquête dans la cellule Kinyanguge qui compte cinq avenues.

b. Déroulement de l'enquête

Cette enquête s'est effectuée dans la ville de Goma, quartier Majengo précisément dans la cellule Kinyanguge qui compte cinq avenues entre autres avenue Sangiro, Mapinduzi, Mahindule, Tengeneza et Munzenze du 10 au 18 Août 2020. Nous nous sommes intéressés aux couples qui ont des conflits conjugaux pendant sept derniers jours. Le travail du terrain s'est fait dans de bonnes conditions et c'est grâce à la bonne volonté du chef du Quartier qui nous a valablement aidés dans cette tâche.

Toutefois, il fallait convaincre nos répondants mariés sur le bien-fondé et les buts visés par les résultats de l'enquête, qui sont purement pédagogiques et confidentiels.

C. Techniques de traitement des données

Le dépouillement des données brutes a débuté aux lendemains de leur recueil complet. Nous avons dépouillé d'abord sur un papier bristol, puis dans Excel et enfin dans SPSS où les

questions n°1, 2, 3 et n°11 ont été testées par le Khi-carré. En plus nous avons comptabilisé systématiquement certaines réponses à nos questionnaires d'enquête. Voici les codes qui nous ont aidé pour faire le dépouillement : oui est représenté par 1 et non par 0. Enfin, nous avons procédé à la présentation et à l'analyse de ces données obtenues en vue de vérifier et valider nos hypothèses de recherche.

2.3. Considérations éthiques

Le questionnaire administré aux participants était anonyme. Les données recueillies étaient gardées de manière confidentielle dans une armoire dans notre chambre à coucher pour éviter que quelqu'un ne vienne lire les réponses fournies par les enquêtés. Avant de commencer les enquêtes, nous nous sommes rendus à la faculté de Psychologie et des Sciences de l'Education de l'Université de Goma pour retirer l'attestation de recherche. En plus de cela, étant sur terrain, nous avons d'abord cherché à avoir le consentement éclairé des participants avant les entretiens. Nous avons assuré aux participants qu'aucune information nous délivrée ne serait divulguée et qu'ils avaient le pouvoir de suspendre leur participation à la recherche à tout moment.

2.4. Difficultés rencontrées

Certains enquêtés hésitaient à remplir notre questionnaire et refusaient carrément, croyant que notre investigation aurait d'autres visées qui, outre passeraient le cadre du couple conjugal. Nous avons également été confrontés à une autre difficulté, en rapport notamment avec nos moyens financiers limités.

CHAPITRE TROISIEME : RESULTATS DE L'ETUDE

Ce chapitre présente les résultats obtenus selon les différents thèmes retenus. Avant toute chose, il est impérieux de rappeler les objectifs poursuivis par cette étude, il y a entre autres : analyser les causes de conflits conjugaux des couples du quartier Majengo de Goma, identifier les stratégies utilisées par les conjoints ayant des relations difficiles pour régler les conflits qui les opposent et montrer le lien entre les stratégies adoptées pour régler les conflits conjugaux et certaines variables sociodémographiques telles que le niveau d' instruction et la religion des sujets.

3.1. Présentation et interprétation des résultats

Comme nous venons de le souligner ci-haut, les résultats sont présentés selon les thèmes retenus dans cette recherche notamment les causes de conflits conjugaux, les stratégies pour résoudre les conflits conjugaux et l'influence des variables retenues sur les réponses des participants.

3.1.1. Les causes de conflits conjugaux

Ce thème était sélectionné dans la présente étude pour pouvoir analyser les causes de conflits conjugaux des couples du quartier Majengo de Goma. Ainsi, la première question liée à ce thème était de savoir le milieu où les sujets ont entendu parler du conflit le conflit conjugal. Voici dans le tableau qui suit, comment les sujets y ont répondu :

Tableau n° 8: *Des milieux d'entente du conflit conjugal*

Milieux d'entente du conflit	f (n=140)	%
Au quartier	86	61,4
Chez les amis	49	35
A l'église	34	24,2
A l'école	23	16,4
Au travail	22	15,7
Au foyer	22	15,7
A la commune	20	14,2

Les résultats obtenus à l'aide de ce tableau en rapport avec le milieu dans lequel les sujets ont entendu parler des conflits conjugaux se présentent comme suit : (61%) au quartier, (34,8%)

chez les amis et (24,1%) à l'église, 16,4% des réponses concernent l'école, 15,7% se rapportent au travail, 15,7% encore évoquent le foyer et la commune a été citée à 14,2%.

Une question était posée afin de savoir si les sujets ont déjà été en conflit avec son/sa partenaire. Tous ont répondu à l'unanimité par l'affirmative (100%).

A la question de savoir les difficultés relationnelles rencontrées dans les foyers au quartier Majengo de Goma, les sujets ont donné les éléments ci-dessus :

Tableau n° 9 : *Difficultés relationnelles de couples à Majengo*

Difficultés relationnelles des couples	f (n=140)	%
L'infidélité	82	58,6
Le refus du rapport sexuel	52	37,1
La crise économique	50	35,7
La mauvaise gestion des biens du foyer	48	34,2
La mauvaise communication conjugale	42	30
L'insatisfaction des besoins	40	28,6
La jalousie	40	28,6
L'orgueil	40	28,6
L'utilisation abusive du téléphone	37	26,4
Le mensonge	36	25,7
L'ivresse	36	25,7
L'incompréhension dans le dialogue	31	22,1
Le vagabondage	25	17,8
La stérilité	21	15
Le manque de confiance	20	14,2
Le non-respect des ordres	16	11,4
Rentrer tard à la maison	15	10,7
Le manque de propreté	12	8,5
L'erreur des enfants	11	7,8
L'imposition d'opinion	6	4,2
L'égoïsme	3	2,1

La plupart des participants reconnaissent que les difficultés relationnelles rencontrées dans les foyers au quartier Majengo de Goma sont : infidélité (58,6%), refus de faire le rapport sexuel (37,1%), crise économique (35,7%), mauvaise gestion des biens du foyer (34,2%), mauvaise communication conjugale (30%), insatisfaction des besoins (28,6%), la jalousie (28,6%) et l'orgueil (28,6%).

Nous devons savoir par la suite si les difficultés relationnelles énumérées dans le tableau ci-dessus, lesquelles vécues dans le couple. Dans le tableau suivant nous abordons cette question.

Tableau n° 10 : *Difficultés relationnelles les plus vécues dans les couples*

Difficultés relationnelles	f (n=140)	%
Mauvaise communication conjugale	90	64,2
Mauvaise gestion des biens du foyer	53	37,8
Insatisfaction des besoins	41	29,2
Infidélité du (de la) conjoint (e)	31	22,1
Gestes inappropriés du (de la) conjoint (e)	24	17

Pour la plupart (63,8%), la mauvaise communication conjugale et la mauvaise gestion des biens du foyer (37,6%) sont des difficultés relationnelles les plus vécues dans le couple. Pour les autres, il y a l'insatisfaction des besoins ((29,2%), l'infidélité (22,1%) et les gestes inappropriés du (de la) conjoint (e) (17%).

Dans le tableau ci-après nous avons voulu savoir dans la vie conjugale celui/celle qui prend des décisions dans le couple.

Tableau n° 11 : *Les preneurs des décisions au foyer*

Preneurs des décisions au foyer	f (n=140)	%
Père	70	50
Deux partenaires	69	49
Mère	02	01

Dans les couples du quartier Majengo les décisions sont prises par le père à 50% et tous les deux partenaires (49%).

3.1.2. Les stratégies pour résoudre les conflits conjugaux

Pour ce thème il a été question d'identifier les stratégies utilisées par les conjoints ayant des relations difficiles, pour régler les conflits qui les opposent dans le foyer. Ainsi, une question a été posée pour savoir combien sont parvenus à résoudre les conflits dans le cadre conjugal. Le tableau suivant en fait d'amples détails.

Tableau n° 12: *Fréquence des participants parvenus à résoudre les conflits conjugaux*

Réponses	F	%
Oui	131	94
Non	09	06
Total	140	100

A la question de savoir si les sujets sont parvenus à résoudre des conflits conjugaux, la plupart répondent par l'affirmative (94%). Seulement une petite portion (6%) répond par la négative.

Le tableau qui suit présente les différentes stratégies qui sont utilisées pour résoudre les conflits conjugaux.

Tableau n°13 : *Stratégies de résolution des conflits conjugaux à Majengo*

Stratégies de résolution des conflits conjugaux	f (n=140)	%
Demander le pardon	44	31,4
Faire le rapport sexuel	41	29,2
Recours aux parrains	38	27,1
Dialogue entre conjoints	34	24,2
Recours aux autorités ecclésiastiques	33	23,5
Recours aux parents	25	17,8
Soumission	24	17,1
Recours à l'alcool	23	16,4
Recours aux amis	20	14,2
Film d'amour	16	11,4
Humilité	14	10
Esprit d'écoute	11	7,8
Faire un cadeau à l'un ou l'autre	11	7,8
Patience	8	5,7
Recours aux psychologues	6	4,2
Partage d'un bon repas	4	2,8

Plusieurs stratégies sont utilisées par les couples conjugaux du quartier Majengo pour résoudre leurs différends. En premier lieu il y a le pardon (31,4%), puis viennent le rapport sexuel (29,2%), le recours aux parrains /marraines du mariage (27,1%), le dialogue entre conjoints (24,2%), le recours aux autorités ecclésiastiques (23,5%). D'autres stratégies sont aussi employées bien qu'avec une faible proportion. C'est le cas du recours aussi aux parents (17,8 %), à l'alcool (16,4%), à la soumission (17,1%), etc.

La troisième question du thème demandait aux participants à qui ils font recours de façon préférentielle pour recevoir des avis éclairés afin de résoudre des conflits conjugaux.

En réponse à cette interrogation, les sujets ont énuméré ce qui suit :

Tableau n°14 : *Les intervenants prodiguant des bons conseils*

Les intervenants	f (n=140)	%
Parents	52	37
Autorités ecclésiastiques	49	35
Parrains	43	31
Psychologues	32	23
Amis	11	08

Il apparaît dans ce tableau que plusieurs intervenants prodiguent des bons conseils pour que les couples conjugaux en relations difficiles puissent arriver à trouver solution. En première position on cite les parents (37%), puis les autorités ecclésiastiques (35%), les parrains/marranes du mariage (31%), et les psychologues (23%).

La dernière question a porté sur les conseils/suggestions que les sujets donnent pour bien vivre dans la vie conjugale.

C'est pourquoi le tableau ci-dessous présente tout un arsenal des recommandations formulées comme suit.

Tableau n°15 : *Les conseils aux couples conjugaux pour bien vivre*

Conseils aux couples	f (n=140)	%
Eviter l'infidélité	35	25
Etre humble	25	17,8
Recourir aux parrains pendant les conflits conjugaux	23	16,4
Eviter de mauvaise communication conjugale	22	15,7
Mettre Dieu au centre	21	15
Mettre Dieu au centre	21	15
Recourir aux parents pendant les conflits conjugaux	17	12,1
Se pardonner mutuellement	15	10,7
Etre compréhensif	14	10
Vivre dans la simplicité	13	9,2
Etre patient	12	8,5
Ne pas se confier aux amis	12	8,5
Respect mutuel	8	5,7
Recourir aux amis pendant les conflits conjugaux	8	5,7
Recourir aux psychologues pendant les conflits conjugaux	7	5
Etre confiant	7	5
Maitrise de soi	6	4,2
Avoir une bonne gestion des biens du foyer	6	4,2
Recourir aux autorités ecclésiastiques	5	3,5
vivre dans l'obéissance	5	3,5
Avoir l'esprit d'écoute	4	2,8

D'après les participants à l'étude, les couples conjugaux peuvent suivre des conseils pour qu'ils fassent une bonne vie conjugale. Parmi les conseils les plus cités nous avons la fidélité (25%), être humble l'un vis-à-vis de l'autre (17,8%), la consultation du parrain lorsqu'un conflit conjugal s'annonce (16,4%), l'évitement de la mauvaise communication (15,7% et placer Dieu au centre de tout (15%). Nombreux autres conseils ont été évoqués bien qu'avec un taux faible.

3.1.3. Influence des variables sur les réponses des participants

Nous avons examiné dans ce passage l'incidence de certaines variables sociodémographiques sur les résultats. Dans les tableaux qui suivent nous présentons les fréquences des réponses des sujets en tenant compte des variables « religion » et « niveaux d'instruction ». Les fréquences des réponses aux trois questions ont été analysées avec le test de Khi-carré (il s'agit des questions n°1, 3 et 11).

Tableau n° 16: *Religion et connaissance du conflit conjugal*

Réponses			
Religion	Oui	Non	Total
Protestant	68	00	68
Catholique	70	02	72
Total	138	02	140
$\chi^2 = 1,916 \quad dl = 1 \quad p = 0,16 > 0,05$			

Les résultats consignés dans ce tableau attestent que presque tous les sujets (138) dont 68 protestants et 70 catholiques ont déjà entendu parler du conflit conjugal. Mais les réponses (oui ou non) fournies ne dépendent pas de l'appartenance à telle ou telle confession religieuse. Autrement dit l'appartenance à telle ou telle confession religieuse n'influence pas les réponses des sujets à cette question ($p=0,16>0,05$).

Tableau n°17 : *Niveau d'instruction et connaissance du conflit conjugal*

Réponses			
Instruction d'instruction	Oui	Non	Total
Sans instruction	39	01	40
Niveau primaire	50	01	51
Niveau secondaire	26	00	26
Niveau universitaire	23	00	23
Total	138	02	140
$\chi^2 = 1,139 \quad dl = 3 \quad p = 0,8 > 0,05$			

Les résultats montrent que c'est seulement 2 sujets (dont 1 n'ayant aucun niveau d'instruction et 1 du niveau primaire) qui ont répondu par la négation : ils n'ont jamais entendu parler de conflit conjugal. Le test s'est avéré non significatif ($p = 0,8 > 0,05$).

Tableau n°18 : Religion et réponses à la question sur le vécu du conflit

Réponses			
Religion	Oui	Non	Total
Protestant	57	11	68
Catholique	63	9	72
Total	120	20	140
$\chi^2 = 0,386$ $dl = 1$ $p = 0,534 > 0,05$			

A la question concernant le vécu de conflits conjugaux, 120 sujets dont 63 catholiques et 57 protestants ont répondu par l'affirmative. Le test utilisé s'est avéré non significatif. En d'autres termes, le fait de répondre par un **Oui** ou par un **Non** ne dépend pas de la confession religieuse des participants ($p=0.534>0.05$).

Tableau n°19: Niveau d'instruction et réponses à la question sur le vécu du conflit

Réponses			
Niveau Instruction	Oui	Non	Total
Sans instruction	34	6	40
Niveau primaire	43	8	51
Niveau secondaire	24	2	26
Niveau universitaire	19	4	23
Total	120	20	140
$\chi^2 = 1,203$ $dl = 3$ $p = 0,75 > 0,05$			

A la même question concernant le vécu de conflits conjugaux croisée avec les niveaux d'instruction, sur les 120 sujets ayant répondu par l'affirmative, 43 ont un niveau primaire, 34 n'ont aucun niveau, 24 sont du niveau secondaire et 19 ont un niveau universitaire. Il sied de constater qu'il n'y a pas de lien entre les réponses des sujets et leurs niveaux d'instruction ($p=0.75>0.05$).

L'autre question dont les réponses étaient analysées consistait à savoir si le couple peut vivre sans conflit conjugal. C'est ce que le tableau ci-dessous permet de visualiser.

Tableau n°20 : Religion et réponses à la question sur la vie sans conflit conjugal

Réponses			
Religion	Oui	Non	Total
Protestant	04	64	68
Catholique	10	62	72
Total	14	126	140
$\chi^2 = 2,491 \quad dl = 1 \quad p = 0,11 > 0,05$			

De la lecture de ce tableau, il ressort que sur les 14 sujets qui ont répondu affirmativement, 10 sont des catholiques et 4 sont des protestants. Par rapport à ceux qui ont répondu négativement 64 sont des protestants contre 62 catholiques. Il s'est avéré que le lien entre la religion et les réponses à la question est marginalement significatif. Statistiquement on dit qu'il y a tendance. C'est dire que la religion a tendance à influencer les réponses des participants (car $p=0.11$ est entre 0.05 et 0,1).

Tableau n° 21: Niveau d'instruction et réponses à la question sur la vie sans conflit conjugal

Réponses			
Instruction	Oui	Non	Total
Sans instruction	3	37	40
Niveau primaire	5	46	51
Niveau secondaire	2	24	26
Niveau universitaire	4	19	23
Total	14	126	140
$\chi^2 = 1,830 \quad dl = 3 \quad p = 0,608 > 0,05$			

Il ressort de ce tableau que les réponses des sujets ne dépendent pas de leurs niveaux d'instruction ($p = 0,608 > 0,05$).

Tableau n°22 : Religion et réponses sur le rôle d'un psychologue dans la résolution du conflit conjugal

Réponses			
Religion	Oui	Non	Total
Protestant	40	28	68
Catholique	41	31	72
Total	81	59	140
$\chi^2 = 0,51 \quad dl = 1 \quad p = 0,822 > 0,05$			

Selon les résultats contenus dans ce tableau, 81 sujets dont 40 protestants et 41 catholiques ont reconnu que le psychologue a un rôle à jouer dans la résolution des conflits conjugaux. Mais le test utilisé à cet effet ne s'est pas avéré significatif ($p=0.822>0.05$).

Tableau n°23 : Niveau d'instruction et réponses sur le rôle du psychologue dans la résolution du conflit conjugal

Niveau d'instruction	Réponses		
	Oui	Non	Total
Sans instruction	19	21	40
Niveau primaire	31	20	51
Niveau secondaire	15	11	26
Niveau universitaire	16	17	23
Total	81	59	140

$$x^2 = 3,232 \quad dl = 3 \quad p = 0,357 > 0,05$$

Il ressort de ce tableau que la perception du rôle d'un psychologue dans la résolution du conflit conjugal ne dépend pas des niveaux d'instruction des répondants ($p=0,357>0.05$).

3.2. Discussion des résultats

Ce passage sur la discussion apporte des éléments explicatifs aux différents résultats obtenus dans cette étude. Ces résultats sont discutés à la lumière des études théoriques et empiriques recensées et traitant de la communication, des stratégies de résolution de conflits dans les relations conjugales.

Rappelons que ce mémoire vise à identifier les causes des conflits entre les conjoints du quartier Majengo, analyser les stratégies utilisées par les couples ayant des relations conjugales difficiles pour résoudre les conflits et étudier le lien entre certaines variables sociodémographiques (religion et le niveau d'instruction) des sujets et leurs réponses sur le vécu des conflits conjugaux, la vie sans conflits et l'apport du psychologue dans la résolution des conflits conjugaux.

3.2.1. Les causes des difficultés relationnelles (conflits conjugaux)

La plupart des sujets affirment que les difficultés relationnelles rencontrées dans les foyers au quartier Majengo de Goma sont l'infidélité (58,6%), refus des rapports sexuels (37,1%), la crise économique (35,7%), mauvaise gestion des biens du foyer (34,2%), mauvaise communication conjugale (30%) et insatisfaction des besoins (28,6%). En effet, les difficultés

relationnelles les plus vécues dans le couple sont, pour la plupart, la mauvaise communication conjugale (63,8%), la mauvaise gestion des biens du foyer (37,6%) ainsi que l'insatisfaction des besoins (29%). La première hypothèse du présent travail selon laquelle la mauvaise communication tant verbale que non verbale, l'infidélité, la non satisfaction de certains besoins résument les causes des difficultés relationnelles dans les couples du quartier Majengo de Goma se trouve confirmée.

3.2.2. Les stratégies pour résoudre les conflits conjugaux

D'après le tableau n°13 les stratégies pour résoudre les conflits conjugaux au sein des couples du quartier Majengo sont nombreuses : le pardon (31,4%), les rapports sexuels (29,2%), le recours aux parrains (27,1%), le dialogue entre conjoints (24,2%), le recours aux autorités ecclésiastiques (23,5%). D'autres stratégies ont été citées mais avec une faible fréquence. Il y a lieu de noter que pour résoudre les conflits conjugaux, certains enquêtés recourent aux parents (37,6%), à d'autres intervenants non détaillés (36,9%) et recourent aux parrains/marraines (34,8%). Notons par ailleurs que parmi les aidants qui donnent ou peuvent donner des bons conseils dans le couple 37% des enquêtés ont affirmé que ce sont des parents, (35%) des autorités ecclésiastiques et (31%) des parrains/marraines. En ce qui concerne le recours aux tiers, cette stratégie est utilisée par plusieurs couples. Les parrains et la famille sont généralement les premières personnes vers qui les couples se tournent pour recevoir du soutien.

Ces résultats rejoignent en quelque sorte ce qu'a trouvé Tremblay (1997). Dans son étude, l'auteure a conclu que plus les individus avaient un niveau de scolarisation élevé, plus ils utilisaient le solutionnement positif des problèmes, alors ils utilisaient moins l'engagement dans le conflit et tentaient moins de se conformer aux exigences de leur conjoint lors de conflits conjugaux. De plus ajoute-t-elle, les gens qui vivaient longtemps avec le même partenaire démontraient un taux plus élevé d'échanges inefficaces et utilisaient davantage le retrait et la conformité pour composer avec les conflits conjugaux. Markman cité par Tremblay (1997) souligne à ce sujet l'importance d'intervenir auprès des couples en détresse en employant l'entraînement aux habiletés de communication. Selon lui, un des éléments déterminants dans le succès d'une relation de couple consiste en ce que les femmes et les hommes trouvent une façon adéquate de présenter les situations conflictuelles qu'elles identifient. C'est une façon constructive d'y répondre et qui implique deux habiletés de base:

l'habileté à exprimer des sentiments négatifs par rapport à des comportements spécifiques et l'habileté à recevoir les expressions négatives de l'autre partenaire.

Cela étant, la deuxième hypothèse de la présente étude qui stipule que pour résoudre les difficultés relationnelles, les conjoints recourent à l'alcool et aux intervenants religieux (pasteurs, prêtres, etc.), aux parrains et aux amis. Ces derniers proposeraient le pardon entre les parties au conflit (l'époux et l'épouse), ce qui justifie une conformité aux attentes du ou de la partenaire.

3.2.3. Influence des variables sur les réponses des participants

Pour rappel, cette étude voulait savoir si certaines variables sociodémographiques telles que la religion et le niveau d'instruction auraient une incidence sur les réponses des sujets à certaines questions dont celles n°1, 3 et 11. En effet, le test s'est avéré non significatif presque partout sauf à la question relevant de la vie sans conflit conjugal et dont les réponses ont été croisées avec la religion. Concernant les variables retenues, il sied de signaler qu'elles n'ont pas eu d'impact sur les réponses des sujets à certaines questions analysées car les valeurs de p trouvées sont supérieures au seuil fixé de 0,05. Eu égard à ce qui précède la troisième hypothèse selon laquelle le vécu de conflits conjugaux serait en lien avec les variables sociodémographiques retenues s'avère infirmée.

CONCLUSION

Nous sommes au terme du travail ayant porté sur des **Causes et stratégies de communication des couples en conflits conjugaux**, « *Cas des couples du Quartier Majengo de Goma* »

La problématique de cette recherche s'est concrétisée par le questionnement ci-après :

- Quelles sont les causes des conflits conjugaux des couples du quartier Majengo de Goma?
- Quelles sont les stratégies utilisées par les couples de ce quartier pour régler les conflits conjugaux?
- Est-ce qu'il y a un lien entre certaines variables sociodémographiques et le vécu de conflits conjugaux ?

En rapport avec ces interrogations, cette recherche a visé les objectifs suivants :

- Analyser les causes des conflits conjugaux des couples du quartier Majengo de Goma,
- Identifier les stratégies utilisées par les conjoints pour régler des conflits conjugaux qui les opposent,
- Montrer le lien entre les variables sociodémographiques retenues et le vécu de conflits conjugaux.

Partant des préoccupations soulevées ci-haut, nous avons émis les hypothèses suivantes:

- La mauvaise communication tant verbale que non verbale, l'infidélité, la non satisfaction de certains besoins résument les causes des conflits conjugaux dans les couples du quartier Majengo de Goma ;
- Pour résoudre les conflits conjugaux, les conjoints recourent à l'alcool et aux intervenants religieux, aux parrains et aux amis. Ces derniers proposeraient le pardon entre les parties au conflit;
- Nous pensons que le vécu de conflits conjugaux serait en lien avec les variables sociodémographiques retenues.

Dans le souci de vérifier les hypothèses de ce travail, nous avons utilisé la méthode d'enquête appuyée par la technique du questionnaire. Pour traiter les données, le logiciel SPSS a été d'usage et le test de Khi-Carré, pour étudier le lien entre les réponses à certaines

questions et les variables telles que le sexe et la confession religieuse. Le dépouillement des données brutes sur un papier bristol, puis dans Excel a été opéré avant l'export dans SPSS.

Après traitement et analyse, il s'est avéré que les causes des conflits conjugaux dans le quartier Majengo sont nombreuses mais les principales se résument par l'infidélité (58,6%), le refus de faire les rapports sexuels (37,1%), la précarité financière (35,7%), mauvaise gestion des biens du foyer (34,2%), mauvaise communication conjugale (30%) et insatisfaction des besoins (28,6%). Ce sont donc des difficultés relationnelles vécues par les couples dans ce quartier.

Par rapport aux stratégies adoptées pour résoudre ces problèmes, plusieurs mécanismes ont été recensés tels que le pardon (31,4%), la régularité des rapports sexuels (29,2%), le recours aux parrains /marraines du mariage (27,1%), le dialogue entre conjoints (24,2%), le recours aux autorités ecclésiastiques (23,5%). D'autres stratégies sont aussi évoquées bien qu'avec une faible proportion des couples. C'est le cas par exemple du recours aux parents (17,8 %), à l'alcool (16,4%), à la soumission (17,1%), etc.

Concernant les variables retenues, il sied de signaler qu'elles n'ont pas eu d'impact sur les réponses des sujets à certaines questions analysées sauf la religion qui a tendance à influencer les réponses relevant de la question qui concerne la vie sans conflit dans le couple conjugaux.

Avant de clore ce compte rendu, nous suggérons aux futures chercheurs d'investiguer sur l'utilisation des nouvelles technologies, comme Internet, les médias sociaux (ex. : Facebook, Myspace, Windows Live Messenger, message texte via le cellulaire) et leurs impacts sur le développement des relations amoureuses et sur les stratégies de gestion des conflits. Est-ce que ces technologies représentent une nouvelle forme de communication lorsqu'un désaccord survient? L'utilisation de ces technologies peut-elle envenimer la gestion du conflit ou à l'inverse, la faciliter? Ces questions gagneraient à être investiguées, puisqu'elles nous donneraient davantage d'informations sur ce que vivent les couples et nous permettraient d'élaborer des interventions ancrées à leur réalité.

Aux couples, nous voudrions rappeler que la communication est l'un des éléments qui façonnent la relation amoureuse puisqu'elle permet l'expression de ses sentiments, de ses opinions, de ses goûts, de ses préférences, de ses désirs, et le reste. Parfois la communication se fait facilement, parfois elle comporte des obstacles, mais chose sûre, la manière de

communiquer a des répercussions sur la relation amoureuse. La communication joue aussi un rôle en ce qui concerne la protection sexuelle et la contraception. Il est donc opportun que les jeunes acquièrent des habiletés de communication, qu'ils soient sensibilisés à l'importance d'avoir des échanges constructifs avec leurs partenaires dans l'optique d'améliorer leurs relations amoureuses et leur santé sexuelle.

BIBLIOGRAPHIE

I. OUVRAGES

- Bertille et all. (2013). *La communication dans le couple, la sexualité et le pardon*. Paris : PUF
- Déchaux, J-H. (2009). *Sociologie de la famille*. Paris : La Découverte.
- Guay, J. (2014). *Les conflits conjugaux*. Montréal : St-Joseph Est
- Grawitz, M. (1996). *Méthodes des sciences sociales*. Paris : Dalloz, 10è Ed.
- Grosse, C. (2015). *Signification et effet des rituels sur les relations entre couples*. Paris : PUF
- Verduzier, P. (2015). *Couple fusionnel : le Graal ou l'enfer ?* Montréal : St-Joseph Est.
- Noÿler, P. (1984). *Nonverbal communication in marital interaction*. New York: Pergamon.

II. MEMOIRES, THESES ET TRAVAUX DE FIN DE CYCLE

- Beaulieu, M., (2010). *Vivre en couple: défis, transformations et nouvelles réalités*. Thèse, inédite. Canada : UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À TROIS-RIVIÈRES.
- Gascon, S. (2011). *Relations amoureuses, communication et gestion des conflits chez des couples adolescents hétérosexuels*. Montréal : UNIVERSITÉ DU QUÉBEC
- Maombi, M. (2015). *Facteurs à la base de la prostitution des jeunes adolescents dans le groupement de Lugendo*. Mémoire inédit. Goma : UNIGOM/FPSE
- Mirana, H. (2016). *L'invisibilité du couple conjugal en travail social*. Mémoire inédit. Sierre : Haute école de travail social.
- Kasao, D. (2016). *Facteurs motivationnels des premiers rapports sexuels chez les adolescents(es) dans la ville de Goma, dans le du quartier Mabanga Nord*, Travail de fin de cycle inédit. Goma : UNIGOM/FPSE.
- Turgeon, L. (1996). *Le rôle du pouvoir conjugal comme variable prédictive du retrait des hommes lors de situations conflictuelles avec leurs conjointes*. Thèse inédite. Québec : ULAVAL : FSS
- Tremblay, M. (1997). *Les liens entre les styles d'attachement, les modes de communication et les stratégies de résolution de conflits chez les couples*. Mémoire inédit. Québec : UQTR.
- Wembulua, B. (2011). *Infertilité du couple : étude épidémo-clinique et évaluation de la prise en charge à Kisangani*, Mémoire inédit. UNIKIS/Médecine.

III. COURS

- Irambona, R. (2020). *Psychothérapie de la famille et du couple*. Cours inédit. Goma : UNIGOM/FPSE.

IV. MANUEL

DSM-5 (2013). *Manuel Diagnostique et Statistique des Troubles Mentaux*. Elsevier Masson.

V. DICTIONNAIRES

Sillamy, S. (2006). Dictionnaire de psychologie. Paris : Cedex, 21^e Rue du Montparnasse

Robert, J. (2002). Full sexuel. Montréal : Éditions de l'Homme

Neveu, F. (2004). Dictionnaire des sciences du langage. Paris : Armand Colin

Le Petit La Rousse illustré. (1999). Couple. Paris : Larousse

Nouveau Petit Larousse (1969). Paris : Ed. Larousse

LAROUSSE illustré, 1987

VI. WEBOGRAPHIE

[https://fr. M. Wikipédia](https://fr.m.wikipedia.org)). Consulté le 27/7/2020.

<http://www.ne.ch/autorites/DEF/OPFE/violence-conjugale/Documents/CNP-SAVC.pdf>).

Consulté le 20/8/2020.

[https://fr. M. Wikipédia](https://fr.m.wikipedia.org)). Consulté le 27/07/2020.

www.fantaproject.org). Consulté le 4/10/2020.

TABLE DES MATIERES

EPIGRAPHE	i
DIDICACE	iii
REMERCIEMENTS	iv
SIGLES ET ABREVIATIONS	v
0. INTRODUCTION	1
0.1. Problématique.....	1
0.2. Objectifs	4
0.3. Hypothèses	4
0.4. Choix et intérêt du sujet.....	4
0.5. Délimitation du sujet	5
0.6. Méthodologie de recherche	5
0.7. Subdivision du travail.....	5
CHAPITRE PREMIER : CADRE THEORIQUE.....	7
1.1. Définitions des concepts de base.....	7
1.1.1. La communication	7
1.1.1.1. Communication conjugale et satisfaction sexuelle.....	7
1.1.1.2. Types de communication.....	7
1.1.1.3. Processus de la communication.....	9
1.1.1.4. Les conditions de communication conjugale.....	10
1.1.1.5. La communication et la gestion des conflits conjugaux.....	11
1.1.2. Le couple conjugal.....	12
1.1.2.1. L'existence du couple.....	14
1.1.2.2. Les fonctions du couple.....	15
1.1.2.3. Le couple, un construit social.....	16
1.1.2.4. Dysfonctions sexuelles dans le couple.....	16
1.1.3. Les conflits conjugaux.....	17
1.1.3.1. Les sources des conflits conjugaux.....	17
1.1.3.2. Les stratégies de gestion de conflits conjugaux.....	18
1.1.3.3. Le soutien psychologique comme stratégie de résolution des conflits conjugaux.....	19
1.2. Théories sur la vie du couple conjugal	20

1.2.1. Théorie sur les stratégies de communication en couple	20
1.2.2. Théorie sur la gestion des conflits dans le couple	22
1.3. Etudes antérieures.....	27
CHAPITRE DEUXIEME : CADRE METHODOLOGIQUE	31
2.1. Présentation du milieu d'étude	31
2.2. Méthodologie suivie	32
2.2.1. Type d'étude.....	32
2.2.2. Population d'étude.....	32
2.2.3. Echantillon d'étude.....	33
2.2.4. Méthodes, techniques de collecte et déroulement de l'enquête et de traitement des données	35
2.3. Considérations éthiques.....	37
2.4. Difficultés rencontrées	37
CHAPITRE TROISIEME : RESULTATS DE L'ETUDE	38
3.1. Présentation et interprétation des résultats	38
3.1.1. Les causes de conflits conjugaux.....	38
3.1.2. Les stratégies pour résoudre les conflits conjugaux	40
3.1.3. Influence des variables sur les réponses des participants	43
3.2. Discussion des résultats.....	46
3.2.1. Les causes des difficultés relationnelles (conflits conjugaux).....	46
3.2.2. Les stratégies pour résoudre les conflits conjugaux	47
3.2.3. Influence des variables sur les réponses des participants	48
CONCLUSION	49
BIBLIOGRAPHIE	52
TABLE DES MATIERES.....	54