

Traumas cumulatifs, régulation émotionnelle et ajustement sexuel et relationnel

Noémie Bigras, Marie-Ève Daspe et Natacha Godbout
 UQÀM Département de sexologie, CRIPCAS, ÉVISSA

Rencontre annuelle du CRIPCAS 2014, Trois-Rivières,



Résumé

Les effets néfastes des traumas cumulatifs sur divers aspects du fonctionnement de l'individu ont suscité un grand intérêt au sein de la communauté scientifique (Arata et al., 2005, Arata, et al., 2007; Finkelhor, Ormrod, & Turner, 2007). L'expérience précoce et répétée de plusieurs types de traumas interpersonnels en enfance mènerait à des conséquences plus sévères et robustes que l'exposition à un seul type de trauma (Elliot et al., 2009). Or, bien qu'un corpus important d'études empiriques atteste des liens entre les traumas cumulatifs en enfance et des difficultés sexuelles ou relationnelles (Godbout et al., 2014), les mécanismes qui rendent compte de la complexité des effets observés demeurent peu étudiés. Les problèmes de régulation émotionnelle figurent parmi les symptômes typiquement observés chez les survivants de traumas (Briere, Hodges, & Godbout, 2010; Briere, Kaltman, & Green, 2008; Cloitre et al., 2009). Or, il appert que des habiletés de régulation émotionnelle restreintes, ou une tendance à utiliser la dissociation, pourraient influencer en retour les domaines de la sexualité et de la relation de couple (Godbout et al., 2009; Lacelle et al., 2012; Polusny & Follette, 1995; Staples et al., 2012). Ce projet examine le rôle médiateur de la régulation émotionnelle et de la dissociation dans la relation entre l'expérience de traumas cumulatifs en enfance et l'ajustement dyadique et sexuel au sein d'adultes de la communauté. Parmi les 387 participants, 89,4% rapportent au moins une expérience de trauma, et 42% ($n = 164$) rapportent l'expérience de 4 types de traumas ou plus. Les résultats confirment l'hypothèse voulant que les effets des traumas cumulatifs sur l'ajustement dyadique et sexuel s'expliquent, en partie, par des difficultés de régulation émotionnelle et des niveaux élevés de dissociation. Ces variables pourraient ainsi constituer des cibles d'intervention efficaces pour les intervenants qui travaillent auprès de couples en détresse.

Introduction

Au cours de la dernière décennie, les effets néfastes des traumas cumulatifs sur divers aspects du fonctionnement de l'individu ont suscité un grand intérêt au sein de la communauté scientifique.

Traumas cumulatifs: L'expérience précoce et répétée de plusieurs types de traumas interpersonnels en enfance (i.e., traumas cumulatifs), est liée à des conséquences plus sévères et robustes que l'exposition à un seul type de trauma.

- En particulier, les données empiriques suggèrent que les traumas cumulatifs s'associent à une symptomatologie plus complexe, autant psychologique que relationnelle (Elliot et al., 2009).

Traumas cumulatifs, couple et sexualité: Un corpus important d'études empiriques atteste des liens entre les traumas cumulatifs en enfance et des difficultés sexuelles et relationnelles (Cloitre et al., 2009; Godbout et al., 2014; Hodges et al., 2013), mais les mécanismes qui rendent compte de la complexité des effets observés demeurent peu documentés.

La régulation émotionnelle et la dissociation proposées comme variables intermédiaires clés pouvant expliquer les liens entre les traumas et l'ajustement sexo-relationnel:

- Les problèmes de régulation émotionnelle figurent parmi les symptômes les plus robustes et typiques observés chez les survivants de traumas (Briere et al., 2008, 2010; Cloitre et al., 2009).

- La dissociation, une stratégie d'évitement permettant à l'individu de se couper de ses expériences émotionnelles douloureuses, constituerait également une séquelle fréquente des traumas interpersonnels (Briere, 2002).

- Or, des habiletés de régulation émotionnelle restreintes ou une tendance à utiliser la dissociation pourraient, en retour, influencer négativement la satisfaction sexuelle et conjugale (Godbout et al., 2009; Lacelle et al., 2012; Staples et al., 2012).

Objectif: Ce projet examine le rôle de la régulation émotionnelle et de la dissociation dans la relation entre l'expérience de traumas cumulatifs en enfance et l'ajustement dyadique et sexuel.

Méthodologie

PARTICIPANTS:

- $N = 282$ participants (84,8% femmes et 15,2% hommes) en couple de la population générale recrutés via Facebook, liste de diffusion.

- **Âge moyen:** 28,02 ans ($ET = 8,60$)

- **Statut marital:** 57% en relation avec un partenaire régulier, 25,4% conjoints de fait, 16,5% mariés, et 1,1% en relation depuis moins de six mois.

- **Durée moyenne de la relation:** 4,78 années ($ET = 6,22$)

QUESTIONNAIRES:

Trauma cumulatif à l'enfance:

- Varie de 0 à 8 traumas interpersonnels : Victimisation sexuelle en enfance, violence psychologique et physique, intimidation, témoin de violence conjugale physique et psychologique, négligence physique et psychologique (Bremner et al., 2007; Godbout et al., 2011)

Dérégulation émotionnelle: Échelle à 7 items de l'Inventaire des capacités du soi (Briere, 2000)

Dissociation: Trauma Symptom Inventory-2 (Briere, 2010)

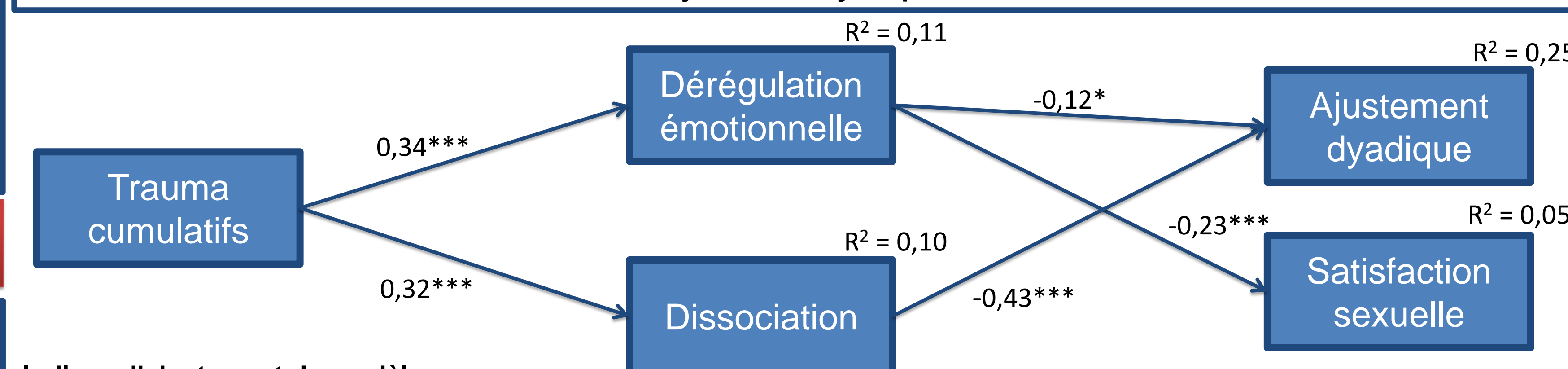
Ajustement sexuel et relationnel: Mesure globale de satisfaction sexuelle (Lawrance & Byers, 1998); Échelle d'ajustement dyadique - 4 items (Sabourin et al., 2005)

Résultats

Tableau 1. Intercorrélations entre les traumas cumulatifs, la dérégulation émotionnelle, la dissociation et l'ajustement sexuel et dyadique

	1.	2.	3.	4.	5.	<i>M</i>	<i>ET</i>	<i>% au-delà du seuil clinique</i>
1. Traumas cumulatifs	-	-	-	-	-	3,09	2,03	N/A
2. Dérégulation émotionnelle	0,33***	-	-	-	-	16,32	7,78	24,1%
3. Dissociation	0,32***	0,50**	-	-	-	6,06	8,39	15%
4. Satisfaction sexuelle	-0,10	-0,33**	-0,50**	-	-	27,93	6,16	N/A
5. Ajustement dyadique	-0,23***	-0,23**	-0,16**	0,32**	-	12,37	3,38	48,9%

Figure 1. Analyses acheminatoires du rôle médiateur de la régulation émotionnelle dans la relation unissant les traumas cumulatifs et la satisfaction sexuelle et l'ajustement dyadique



Indices d'ajustement du modèle:

NFI = 0,99, CFI = 1,00, RMSEA = 0,00 CI [0,00-0,09], $X^2 [3] = 2,01$, $p = 0,52$, $X^2/dl = 0,75$

Discussion

- Les résultats confirment l'hypothèse voulant que les effets des traumas cumulatifs sur l'ajustement dyadique et sexuel s'expliquent, en partie, par des difficultés de régulation émotionnelle et des niveaux élevés de dissociation.

- Bien que ces comportements servent généralement, initialement, à réduire la souffrance, ou supprimer des émotions trop intenses liées au contexte de trauma, à long terme, leur utilisation peut être néfaste au niveau des relations intimes (sentiment d'être isolé(e) de l'autre, difficultés sexuelles; Davis, Petretic-Jackson, & Ting, 2001).

- Des stratégies thérapeutiques favorisant de meilleures habiletés de régulation émotionnelle telles que la pleine conscience pourraient être bénéfiques pour les survivants de traumas interpersonnels puisqu'ils sont à risque d'utiliser des stratégies d'évitement dysfonctionnelles qui pourraient maintenir ou amplifier leurs difficultés sexuelles ou relationnelles.

- Au final, ces variables pourraient constituer des leviers d'intervention efficaces pour les intervenants qui travaillent auprès de couples en détresse, notamment ceux qui rapportent des traumas cumulatifs en enfance.