

# Puis-je être satisfait dans mon couple malgré mes traumas en enfance?



Les hommes victimes de **traumas interpersonnels en enfance** peuvent rapporter des difficultés à...

- p. ex.,
- négligence
  - violence
  - physique
  - psychologique
  - sexuelle, etc.

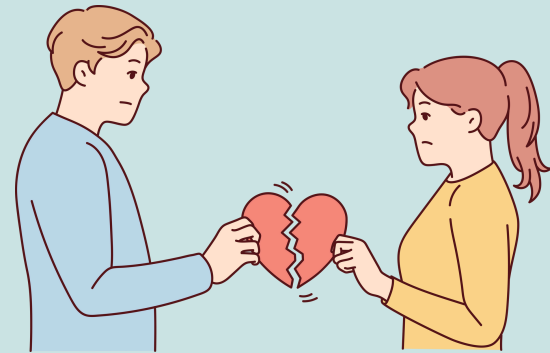
\* former } une relation amoureuse  
\* maintenir } satisfaisante.

## La satisfaction conjugale

évaluation de la qualité de sa relation amoureuse.

Elle varie en fonction :

- \* des besoins des partenaires
- \* des conflits (fréquence et intensité)
- \* du bien-être personnel des partenaires
- \* de la fréquence de comportements positifs (affection, tendresse)

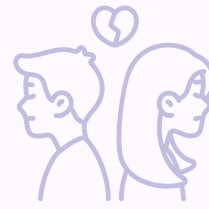


Parmi les 330 hommes victimes de traumas en enfance qui ont participé à notre étude :

**1 homme sur 2** est en **couple**

(Proportion semblable dans la population générale)

Parmi les hommes en couple de notre étude :



**57%**  
rapportent un niveau élevé d'**insatisfaction conjugale**

- Ont envisagé de mettre fin à leur relation
- Ne sentent pas qu'ils peuvent se confier à leur partenaire
- Ressentent un faible degré de bonheur dans leur relation

## Pourquoi les hommes victimes sont-ils plus à risque de vivre de l'insatisfaction dans leur couple?

Les contextes relationnels des traumas subis à l'enfance peuvent...



Nuire au développement des compétences nécessaires au maintien d'une **relation satisfaisante** (p.ex. gestion des émotions, estime de soi positive, etc).

L'absence de ces compétences contribue ainsi à l'insatisfaction conjugale à l'âge adulte chez les hommes victimes.

## Puis-je être satisfait dans mon couple malgré les traumas vécus en enfance ?

**OUI ! Consultez notre infographie...**