

# **Nouvelle approche pour l'étude du stress dans les interactions familiales\***

**M. Perrez, B. Plancherel et V. Ababkov**  
**Université de Fribourg (Suisse)**  
**Bekhterev psychoneurological Research Institute (Russie)**

## **1. Psychologie du stress familial**

L'histoire de la psychologie des interactions familiales s'est concentrée durant une longue période sur l'interaction familiale dans la perspective de l'éducation. La recherche se préoccupait du problème des conditions optimales pour le développement des enfants. Le paradigme de la recherche sur les styles éducationnels tentait, d'une part, de trouver des modes d'éducation pour permettre une description économique du comportement éducatif, et d'autre part, pour étudier leurs conséquences sur l'enfant. Par exemple, les travaux de Schaefer (1959) ou Becker (1967) ou, dans le monde germanophone, les approches de Tausch et Tausch (1971), inspirées par des idées rogeriennes, ou le concept de Stapf et al. (1972), influencé par la

---

\* Le travail suivant a été financièrement soutenu par la Fondation "Prince François-Joseph de Lichtenstein", par le Conseil de l'Université de Fribourg et par le Fonds National Suisse de la Recherche Scientifique. Nous remercions Dominique Schöbi pour son soutien précieux dans la mise en page de cet article.

théorie skinnerienne étaient des contributions de cet ordre. Un travail pionnier de ce type dans le monde francophone est celui de Pourtois (1979): "Comment les mères enseignent à leur enfant". L'étude de l'influence des parents sur le développement des enfants fut suivie par l'étude de l'influence inverse: comment les enfants influencent leurs parents. Bell et Harper, (1977) sont des représentants de cette perspective.

Durant les dernières décennies, un intérêt croissant s'est manifesté pour le rôle des émotions dans l'interaction sociale, et particulièrement familiale, sans que le type de recherches décrit plus haut ait perdu de son intérêt (voir Kellerhals & Montandon, 1991; Desmet & Pourtois, 1993). Avec l'importance croissante de la fonction affective de la famille, considérée comme lieu de refuge et de rétablissement des individus, les processus émotionnels ont reçu plus d'attention. Larson et Richards (1994) appellent la famille « l'arène des émotions ». La psychologie des émotions est étroitement liée à la psychologie du stress.

Un des premiers auteurs à parler du stress familial fut Hill (1949), avec son livre "Families under stress". Il s'est préoccupé des familles dont le père était absent pendant et après la dernière guerre mondiale. Le stress familial a été conceptualisé comme un événement majeur dérangeant l'homéostasie du système familial, exigeant un effort d'adaptation considérable. Dans cette tradition, toute une série d'auteurs ont travaillé selon cette approche, sous la dénomination du "modèle-ABCX". A est le stressueur, B représente les ressources disponibles pour résoudre le problème, C l'interprétation que la famille fait du stressueur et X, la crise découlant de l'interaction des trois facteurs précédents (voir Figure 1).

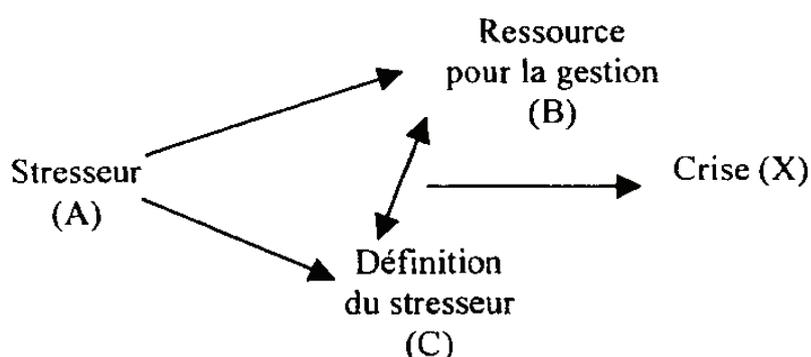


Figure 1 : Schéma ABCX

Burr (1973) précisait, dans ce modèle, le concept du stresser (A) comme un événement stressant qui produit un changement dans le système social de la famille, par exemple, les rôles, la structure, etc. Le terme de crise se réfère au degré d'incapacité ou de désorganisation de la famille, degré qui dépasse les ressources disponibles du système pour la gestion du stress. Le *stresseur* (événement stressant) est l'événement désorganisateur et le *stress* concerne les réactions émotionnelles et cognitives qui résultent de la désorganisation au niveau social. Il s'agit des tensions, conflits et des émotions collectives, partagées par deux ou plusieurs membres de la famille. Le modèle ABCX a été développé par la suite par McCubbin et Patterson (1983) en intégrant différents facteurs hypothétiques, à l'intérieur et à l'extérieur de la famille, qui influencent le processus du stress vécu et de la gestion familiale. Ils tiennent compte aussi des ressources. Leur "Family Adjustment and Adaptation Response"-modèle (FAAR) distingue deux phases dans l'évolution de la crise familiale ; la première étape ("adjustment phase") consiste dans la réponse immédiate au stresser qui dérange l'homéostasie familiale. La réponse tente de rétablir l'homéostasie sans changer le système. Elle est au service du maintien actuel du système, ce que Watzlawick, Weakland & Fisch (1974) appelaient un *changement* ou une gestion de *premier ordre*: l'adaptation du stresser au système. Si ce processus n'apporte pas l'homéostasie, il est suivi d'une crise qui exige un *changement de deuxième ordre*, ce qui signifie une adaptation du système au stresser ("adaptation phase"). Cette étape commence par une restructuration. Elle est suivie par des processus de consolidation qui assurent la restructuration dont le résultat peut être l'adaptation réussie ou la "mal-adaptation" qui permet à la crise de se poursuivre (voir Figure 2).

Le "Roller-Coaster-Modèle" décrit le processus de crise suivi de la réadaptation familiale comme une chute du niveau d'organisation sociale. Le processus de réorganisation peut se faire alors par différents parcours (voir Figure 3). Il peut aboutir à une réorganisation à des niveaux plus bas ou plus élevés, ou équivalents, et exiger différentes durées pour trouver un nouvel équilibre (voir l'angle) (Koos, 1946; McCubbin & Dahl, 1985; Burr & Klein, 1994).

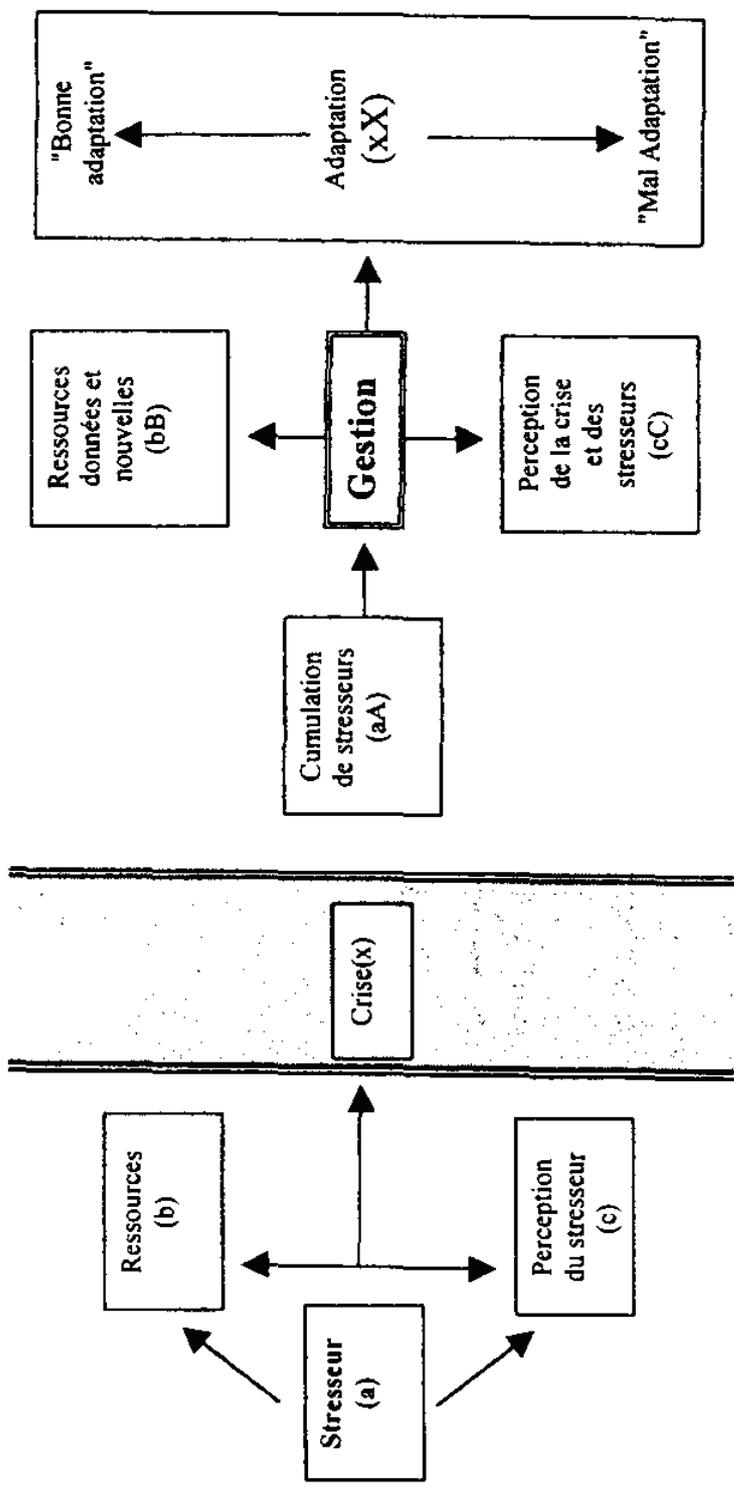


Figure 2 : Le modèle double ABCX (Schneewind, 1991; McCubbin & Patterson, 1983)

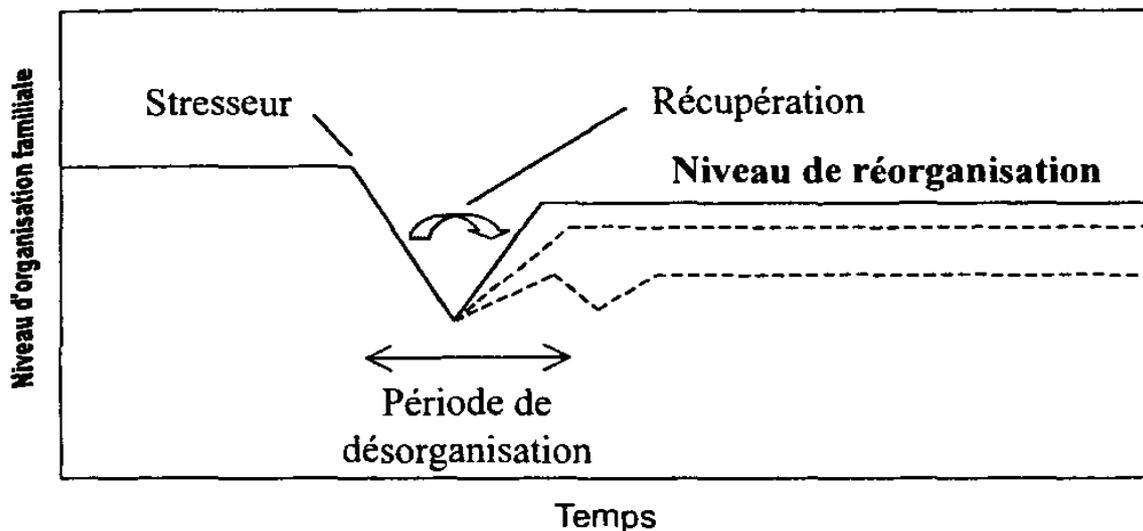


Figure 3 : Le Profil Roller Coaster (Mederer & Hill, 1983)

Les types de stressseurs qui entrent en ligne de compte peuvent être des événements dus à des facteurs externes à la famille, comme la perte de l'emploi, ou des facteurs internes à la famille. Les facteurs internes non prévisibles sont des événements critiques dont est affecté un membre ou la famille dans son ensemble. A côté de ceux-ci, il y a des stressseurs qui sont inhérents au développement de la famille. Le développement de la famille peut être considéré en analogie au développement ontogénique comme une suite de *tâches développementales familiales* (Duval, 1977), inhérentes au cycle de la famille. Elles se suivent dans un ordre prévisible. Ces tâches sont déterminées par des facteurs biologiques, psychologiques et culturels. Le cycle de la vie familiale commence par la transition du statut du couple dans un micro-système à 3 personnes suite à la naissance d'un enfant. Cet événement déstabilise l'homéostasie du couple et il en résulte, comme tâche, l'adaptation à une organisati

on plus complexe. L'étape du cycle de la famille avec des adolescents - dû au développement d'un enfant vers une autonomie plus accentuée - exige l'adaptation à une situation nouvelle qui tient compte du statut de l'enfant en tant que jeune adulte. Ces tâches de développement familial exigent un changement de deuxième ordre. Cette dynamique du changement a comme effet que les structures

acquises, les règles de convivialité du couple ou de la famille doivent être réorganisées, aboutissant normalement à une régulation sociale plus exigeante. Le concept de tâches de développement familial implique que la résolution adéquate d'une tâche donnée dans le développement de la famille soit une condition pour la résolution des tâches suivantes (voir Schneewind, 1991).

Par définition, ces tâches constituent des stressseurs, qui partagent en bonne partie les caractéristiques des stressseurs discutés par l'approche du modèle ABCX. En résumé, on peut intégrer les différents stressseurs conceptualisés dans les approches mentionnées par le schéma suivant (voir Figure 4). Une bonne partie de l'ensemble de la recherche sous la dénomination du stress familial partage plus ou moins nettement cette définition du stress familial comme processus collectif de réadaptation à moyen terme suite à un changement important.

Sources du stress	Externes à la famille	Internes à la famille
non prévisibles	"événements existentiels" (p.e. chômage)	"événements existentiels" (p.e. décès d'un membre de la famille)
Prévisibles	"tâches développementales" "événements critiques normatifs" (p.e. entrée à l'école de l'enfant)	"tâches développementales pour la famille" "événements critiques normatifs" (p.e. adolescence)

Figure 4 : Classification des macro-stresseurs

Toutes ces approches se caractérisent par un concept du stress familial de type événement critique ou existentiel dans la tradition inaugurée par Holmes et Rahe (1967). Pour les stressseurs se rapportant aux adolescents (voir Bolognini, Plancherel, Nunez & Bettschart, 1994), des instruments ont été élaborés, par exemple, par Coddington (1972), Johnson (1986). Plancherel (1998a) fait le bilan de ces recherches et analyse les problèmes méthodologiques qui s'y rapportent. Le développement de la gestion du stress à l'adolescence est abordé dans Plancherel et al. (1998b). Toutes les approches du stress mentionnées plus haut présupposent que ces événements reçoivent une interprétation familiale dans un sens plus ou moins

unitaire, prémisse douteuse pour une bonne partie des événements familiaux qui sont interprétés souvent de façon individuelle par les différents membres de la famille. Concernant l'extension temporelle, le processus de réadaptation exige des semaines ou des mois. L'unité d'analyse est un macro-événement qui peut être décomposé en unités plus élémentaires. Il s'ensuit que l'analyse théorique se place à un niveau relativement abstrait.

D'autres problèmes se posent au niveau des méthodes employées dans ce type de recherche: les questionnaires rétrospectifs. Dans la plupart des cas, la source d'information se limite aux parents, voire à un seul parent. Buehler (1990) constate dans sa revue des méthodes du stress familial que 11 des 22 procédures se basent sur des "self-report measures": dix fois par des questionnaires, une fois par entrevue; six méthodes visent la famille dans son ensemble, mais seulement deux s'adressent aux parents et aux enfants. Elles font appel à la mémoire et elles fournissent des informations sur les représentations cognitives des sujets sur leur vécu et non des informations sur le vécu immédiat. Le "Family Inventory of Life Events and Changes" de McCubbin et Patterson (1987) demande des informations rétrospectives jusqu'à 12 mois. Les problèmes des distorsions mnémoniques sont bien connus (voir Perrez, Horner & Morval, 1998). Nous en déduisons que la recherche visant l'étude de processus et le vécu, au lieu de se cantonner à la représentation cognitive du vécu, doit trouver les moyens qui permettent d'enregistrer sur le vif le comportement et ses conditions potentielles. La psychologie expérimentale dispose d'une longue tradition dans ce domaine. Cependant, la recherche du stress familial sur le terrain en est à son début.

## **2. Le stress familial comme séquence de micro-événements**

Le stress vécu est toujours un dérangement de l'homéostasie dans le flux des émotions et du comportement. Une partie de ces dérangements de l'homéostasie provient d'un macro-événement. Indépendamment de leur provenance ou non de macro-événements, on peut analyser ces dérangements en tant qu'épisodes discrets. Une famille dont le père a perdu son emploi vit au cours de la journée et des semaines et des mois une séquence de micro-épisodes stressants

qui sont dus à cet événement. Ces micro-événements sont limités dans le temps, comme par exemple, la discussion sur le souhait d'acheter un objet désiré qui se termine par le renoncement, étant donné le manque d'argent. D'autres micro-stresseurs peuvent s'ajouter sans être liés au macro-événement du chômage. L'étude du stress familial signifie pour nous l'étude de la gestion de l'ensemble de ces micro-stresseurs.

Pour analyser le stress familial et sa gestion dans le sens décrit, nous avons proposé une conceptualisation qui distingue des troubles de l'homéostasie de différents types : l'homéostasie individuelle, l'homéostasie d'un sous-système de la famille ou celle de l'ensemble de la famille. D'une manière analogue, on peut classer les réactions adaptatives : la gestion peut être d'ordre individuel, au niveau d'un sous-système ou de l'ensemble de la famille (voir figure 5).

Réactions adaptatives (fonctionnelles ou dysfonctionnelles) Déséquilibre de l'homéostasie	Individu	Sous-systèmes	Famille entière
	Individu		
	Sous-systèmes		
	Famille entière		
	Stress Individuel		
		Stress dyadique	
			Famille entière impliquée dans le stress

Figure 5 : Types de stress et de gestion en famille

Toutes les constellations de la matrice se manifestent dans la vie familiale de façon plus ou moins fréquente.

Pour la gestion, nous distinguons des réactions individuelles ou sociales, fonctionnelles ou dysfonctionnelles. Notre modèle théorique des *processus* émotionnels dans la famille se compose des éléments suivants: les émotions vécues par des membres de la famille sont précédées par des processus d'interprétation individuelle des événements. A ces processus d'interprétation appartiennent les

attributions causales de l'événement, les attentes concernant sa contrôlabilité, etc. Si cette interprétation est suivie par une émotion négative (du stress), cela exige une adaptation. Selon l'émotion et la capacité de gestion, l'individu, le sous-système ou la famille dans son ensemble sont prédisposés à élaborer une performance qui exprime un type d'adaptation, par exemple, la fuite ou l'attaque ou la négociation, etc. Les différents types engendrent différents résultats (individuels ou sociaux) immédiats. Selon leur aptitude à rétablir l'homéostasie et leur effet sur l'estime de soi, ils sont considérés fonctionnels ou dysfonctionnels. (voir Figure 6)

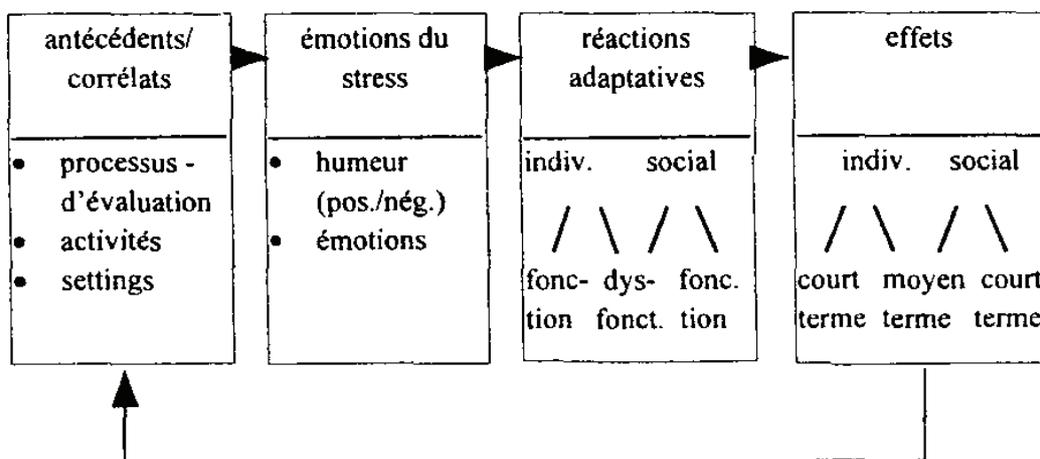


Figure 6 : Modélisation du processus du stress individuel et social

Le critère de fonctionnalité est défini selon la capacité d'une réponse à rétablir l'homéostasie individuelle ou sociale dérangée. Pour les réponses de *réadaptation individuelle*, le problème de justification de ce critère a été discuté systématiquement par Reicherts et Perrez (1992) et récemment par Reicherts (1999). Pour la gestion du *stress social*, nous classons les réponses adaptatives selon deux critères : est-ce que la réponse est apte à maintenir ou à augmenter l'estime de soi des partenaires et est-ce que la réponse vise un changement du stresser (contrôle primaire) ou l'adaptation au stresser (contrôle secondaire) ?

### **3. Une nouvelle approche méthodologique**

Si les objets de la recherche ne sont pas des représentations cognitives naïves du stress vécu, telles qu'il est possible de les saisir par des méthodes rétrospectives de questionnaire alors qu'ici nous cherchons le comportement et le vécu immédiats. C'est pourquoi, il faut prendre en considération des méthodes d'auto-observation. L'auto-observation de l'humeur, des émotions, de l'interprétation cognitive des stressés, etc. en acte permet l'accès à des émotions et à des cognitions "chaudes", c'est-à-dire non différées. Ceci exige la diminution maximale du temps de latence entre l'événement et son enregistrement. Une méthode d'observation systématique visant ces buts doit répondre aux différents critères suivants: 1) pour éliminer les problèmes de distorsion mnémoniques, il faut que l'observation soit temporellement aussi proche que possible de l'événement observé, 2) l'observation doit être réalisée sur le terrain, 3) l'observation et son enregistrement doivent être structurés, 4) l'échantillon du comportement par personne doit être représentatif pour la personne.

Les douze dernières années, de nouvelles approches méthodologiques, développées particulièrement dans les pays germanophones, mais aussi aux U.S.A., essaient de répondre à ces critères. Il s'agit de l'auto-observation du comportement sur le terrain au moyen de livrets ou d'ordinateurs de poche. La publication de Fahrenberg et Myrtek (1996) donne une revue sur le développement des instruments dans le monde germanophone utilisant l'ordinateur de poche pour faciliter l'observation sur le terrain. Aux U.S.A., on trouve la méthode de l' "experience sampling" (ESM) qui travaille avec des livrets. Larson et Richards (1994) et Larson et Delespaul (1992) ont développé et appliqué une méthodologie pour analyser les processus émotionnels dans les familles avec adolescents à la base de livrets et d'un échantillonnage temporel ("time sampling"). El-Giamal (1997) étudie à l'aide d'une telle méthodologie la transition familiale à l'occasion de la naissance du premier enfant auprès de jeunes parents.

Par la suite, pour analyser le stress familial, nous décrivons deux variantes d'une telle méthode que nous avons développées à l'Université de Fribourg. Nous présentons ci-après les résultats dérivant de la première variante (AOF, Auto-Observation Familiale) et la contribution de Wilhelm, Horner et Perrez (présentée dans cet

ouvrage) résumera les résultats obtenus par la deuxième variante (FASEM, Family Self-Monitoring).

### **3.1. Modalités de l'échantillonnage**

Les deux méthodes se distinguent par différentes modalités de l'échantillonnage. L'AOF vise à enregistrer la *totalité des événements* stressants ainsi que le comportement autour de ces événements durant quatre semaines consécutives (voir ci-après). La méthode vise l'observation à l'occasion d'un événement stressant, ce qu' Eckenrode et Bolger (1995) appellent l' "*event-contingent-sampling*". FASEM est basé sur un *échantillonnage temporel*. Nous parlons de la méthode d'échantillonnage temporel lorsque les sujets décrivent leur comportement en fonction d'une structure temporelle (voir Perrez, Horner et Morval, 1998). La structure temporelle est rappelée aux sujets par un signal acoustique. Eckenrode et Bolger (1995) différencient le protocole du comportement qui se manifeste au moment du signal sonore ("*signal-contingent-recording*") et le protocole du comportement qui s'est manifesté durant l'intervalle écoulé ("*interval-contingent-recording*"). Par le FASEM, les membres participants ont fait simultanément une observation toutes les deux heures dans le sens d'un "signal-contingent-recording", complété par un "event-contingent-recording" se référant de plus aux situations de repas (petit-déjeuner, déjeuner, dîner).

#### **Modalités (livret vs ordinateur)**

Comme mentionné ci-dessus le processus d'auto-observation peut être soutenu ou bien par des grilles d'observation (type livret) qui doivent être remplis selon la modalité de l'échantillonnage, ou bien par des micro-ordinateurs qui présentent les questions à l'occasion de l'observation.

#### **Entraînement et encadrement des sujets**

Pour les deux variantes (AOF et FASEM), tous les membres de la famille (avec adolescents dès 13 ans) sont entraînés à l'auto-observation et à l'utilisation de l'ordinateur si besoin. Les catégories de

l'observation sont expliquées et pratiquées. Un manuel accompagne les utilisateurs pour toutes les questions plus ou moins prévisibles. Durant la période de l'observation, les familles sont encadrées par un tuteur accessible par téléphone. A la fin du premier jour, un contact téléphonique est prévu pour répondre à d'éventuelles questions.

### **3.2. Description de la méthode d'Auto-Observation Familiale (AOF)**

Chaque membre de la famille doit remplir durant un mois une (ou deux) grille(s) d'auto-observation du stress chaque jour. Pour une des variantes, les sujets remplissent un questionnaire à midi, qui se rapporte alors à ce qui s'est passé durant la matinée, et un autre le soir, qui se rapporte à ce qui s'est passé durant l'après-midi. Dans l'autre variante, on ne remplit l'auto-questionnaire que le soir et il porte alors sur toute la journée. La grille couvre d'abord un inventaire d'événements potentiellement stressants dans le cadre de la vie familiale: dispute entre parents ou entre parents et enfants, échec scolaire, malaise physique, travail. Pour chaque événement, les sujets doivent dire l'importance que cela a eu dans leurs préoccupations (stress), quelles étaient les personnes impliquées dans l'événement, quelles émotions ils ont ressenties, qui était le principal responsable de cet événement (attributions), si cet événement était contrôlable et par qui. Puis vient l'investigation des moyens de faire face à l'événement (ou coping). Une liste de réactions est donnée aux sujets qui doivent dire la façon dont ils ont réagi à l'événement: éviter d'y penser, ne rien faire, faire des reproches à soi ou aux autres, réfléchir à une solution, tenter de résoudre le problème, etc. Pour terminer, les sujets doivent dire si le problème a été résolu ou s'est aggravé et dans quelle mesure. Et enfin, ils signalent qui a été le principal responsable de la solution du problème. La grille est la même pour tous les membres de la famille, à l'exception de quelques différences entre celle des adolescents et celle de leurs parents. Les conflits, par exemple, peuvent avoir lieu avec des camarades ou des professeurs pour les adolescents, alors que, pour les parents, ce sera avec les collègues de travail ou le patron, etc. L'adolescent peut aussi vivre un événement stressant lorsqu'il reçoit une punition de ses parents ou que ces derniers restreignent sa liberté. Par contre, les parents peuvent être

stressés par leur travail professionnel, l'avenir de leur famille, le manque d'argent. Pour chaque item de la grille, une échelle à 4 niveaux est proposée : pas du tout, un peu, beaucoup, extrêmement. On peut résumer le contenu de la grille en disant qu'elle investigate: les stresseurs, les émotions, les attributions, la "contrôlabilité", le coping et son efficacité (voir Figure 7).

### Indices méthodologiques

Pour avoir un *indice de la fidélité* dans le sens de la consistance interne de l'instrument, on a utilisé la méthode "odd-even", qui divise les observations en deux parties équivalentes selon leur position dans la séquence temporelle (pair-impair). Pour chaque sujet, on calcule la moyenne obtenue par variable et par partie (pair-impair). Ces valeurs forment la base pour calculer le coefficient de corrélation de Pearson. La valeur moyenne pour toutes les variables (61 variables) donne une fidélité split-half de .69. La variation des coefficients s'étend de .40 à .94. Les bas coefficients peuvent s'expliquer par la nature des variables concernées, liées à des facteurs situationnels ou à des variables avec basse fréquence.

Thème	Genre d'Items	Échelle
<b>Inventaire de stresseurs (24 Items)</b>	échelles	4
<b>Conflits avec membres de famille</b> <b>Conflits avec membres scolaires</b> <b>Conflits avec amis</b>		
<b>Stresseurs dans le contexte scolaire ou professionnel</b> Échec Critique Trop de travail	échelles	4
<b>Problèmes de bien-être physique</b>	échelles	4
<b>Apparence physique</b>	échelles	4
<b>Problèmes financiers</b>	échelles	4

Le reste du questionnaire concerne l'événement le plus important pendant la période observée:

<b>Qui était impliqué dans l'événement stressant</b>	Texte échelle	et 4
<b>Attribution causale (7 Items)</b>	échelle	4
<b>Contrôlabilité du stresser</b>	échelle	4
<b>Emotions (10 Items)</b>	échelle	4
<b>Réactions de gestion (15 Items)</b>	échelle	4
<b>Effectivité (évolution du problème)</b>	échelle	4
Amélioration	échelle	4
Détérioration	échelle	4
<b>Activités communes pendant la journée</b> (seulement pour le protocole du soir)		
Type d'activité	texte	
Importance	échelle	4
Agrément	échelle	4
Degré de la ritualisation	échelle	4

Figure 7 : Variables du système d'auto-observation pour les épisodes stressants des membres de la famille (AOF)

### 3.3. Description du "Family Self Monitoring System" (FASEM)

La *deuxième variante* demande au sujet qu'il fasse l'auto-observation 7 fois par jour durant une semaine, soit à l'aide d'un livret, soit à l'aide d'un ordinateur de poche. Les sujets s'observent - comme nous l'avons indiqué - selon une combinaison d'un échantillonnage temporel et d'un échantillonnage d'événements (les repas). Les heures préfixées sont 11h., 15h., 17h. et 21h. qui sont signalées par l'ordinateur par un bip sonore si l'ordinateur est en jeu. Pour les sujets utilisant le livret, on peut utiliser des "bippeurs" programmables.

Le programme de la variante ordinateur est adaptatif. Il fait le choix des questions selon les réponses précédentes. Les questions, par

exemple sur la gestion du stress, ne sont posées que s'il y avait enregistrement d'une émotion stressante auparavant. La gestion sociale du stress n'est sujet de questionnement qu'à condition que d'autres personnes soient incluses dans la situation stressante. Les questions couvrent en partie le même contenu que pour l'AOF. La Figure 8 présente les questions :

Questions		Genre d'items	
1.	humeur	1 item	échelle à 10 degrés
2.	émotions	12 items	échelle à 3 degrés
3.	lieu	5 catégories	
4.	présence d'autres personnes	11 catégories	
5.	activité momentanée	7 catégories	
6.	"concerns" de l'humeur et de l'émotion (Est-ce que l'intégrité physique, psychique, matérielle ou sociale est touchée positivement ou négativement?)	20 catégories	
7.	attribution causale	16 items	échelle à 3 degrés
8.	contrôlabilité de la situation	13 items	échelle à 3 degrés
9.	dans le cas d'un besoin d'adaptation:	8 items	échelle à 3 degrés
	a) coping individuel		
	et dans le cas où d'autres personnes sont impliquées:	14 items	échelle à 3 degrés
	b) coping social		
1	dans le cas de 9.b):	12 items	échelle à 3 degrés
0	comment la réaction de la personne impliquée est-elle vécue par le sujet?		
1	pronostic de la situation dans les 2	3 catégories	
1	prochaines heures		

Figure 8 : Variables du "Family-Self-Monitoring-System" (Perrez, Horner & Morval, 1998)

### 3.4. Quelques paramètres méthodologiques de la version FASEM

Les indications suivantes se basent sur les protocoles de 46 familles (70 sujets).

Pour le calcul de la *fidélité*, les 49 observations consécutives par sujet ont été divisées en deux groupes: les pairs et les impairs. Pour chaque variable, les moyennes des moitiés par sujet ont été calculées. La corrélation des moyennes donne une mesure "split-half" (pour une description plus détaillée, se référer à Perrez, Berger et Wilhelm, 1998). Par cette procédure, on obtient des coefficients de la fidélité split-half qui varient entre  $r=.63$  et  $r=.96$ , avec une moyenne sur toutes les variables de  $r=.89$ .

Pour le calcul de l'*objectivité* (dans le sens de la cohérence intersubjective), nous avons contrôlé la correspondance des réponses fournies par différents membres de la famille à certaines variables. Si, par exemple, une mère observe dans son protocole qu'elle se trouve à la maison et que son mari est présent, on peut contrôler si le mari fait le même constat que sa conjointe dans le protocole. Les correspondances varient selon les groupes de sujets (parents, adolescents, sujets hors de la famille) entre 99% et 65%. Au sein de la famille, la variation se limite à l'écart entre 99% et 82%.

Pour la *réactivité*, qui indique dans quelle mesure l'activité d'observation influence l'observé, nous avons aussi calculé des indices (voir Perrez, Berger et Wilhelm, 1998), qui démontrent que cette influence existe mais qu'elle se tient dans des limites qui ne devraient pas fausser les résultats à un degré important.

Ces indices ont aussi été calculés pour les protocoles émanant de l'observation effectuée avec le soutien de l'ordinateur avec des résultats semblables. De plus, l'ordinateur permet de contrôler dans quelle mesure les sujets respectent les conditions temporelles de l'observation. L'appareil enregistre automatiquement l'heure exacte. En comparant les heures prescrites selon l'instruction (bip sonore) et les heures réelles de l'observation, on constate que 47% des observations sont réalisées à l'heure prévue. Autour de 15% d'entre elles dévient de 5 à 15 minutes de la prescription et, pour 15%, les délais se portent à plus d'une heure. Pour 4,5% seulement le délai est supérieur à deux heures.

## **4. Le stress familial en Suisse et en Russie**

### **4.1. Echantillons**

Un premier échantillon de 40 familles a été recruté dans la ville de St-Petersbourg par l'intermédiaire de l'Institut de Recherche Neurologique et de Psychologie clinique Bechterev (Ababkov & Perrez, 1997). Un groupe a été recruté en ville et un autre au nord de St-Petersbourg. Le critère de sélection était que les familles comprenaient au moins un ou une jeune adolescent(e). L'échantillon comprenait 19 garçons et 21 filles. L'âge moyen est de 15 ans. Le total de l'échantillon de St-Petersbourg est de 120 personnes.

Un deuxième échantillon a été recruté en Suisse (27 familles). On y a ajouté 6 familles de Montréal, après avoir constaté une grande homogénéité entre ces familles et celles de Suisse. Cet échantillon de 33 familles peut représenter un aspect des pays occidentaux, qu'on comparera à un pays non-occidental. Le critère était aussi qu'il y avait au moins un adolescent entre 13 et 18 ans avec une distribution des sexes et une moyenne d'âge comparables à celles de St-Petersbourg. Dans la majorité des cas, plus d'un adolescent participa à l'auto-observation systématique. Le nombre des enfants est de N=59. Le total de l'échantillon suisse se compose de 123 personnes. L'analyse portera sur 30 à 40 observations par personne.

Tous les sujets participant à l'étude ont reçu un dédommagement financier pour leur participation et les familles ont été encadrées pendant la période d'observation par des collaborateurs du projet, soit par contact direct, soit par téléphone. Avant de commencer l'auto-observation, les sujets ont été entraînés à l'utilisation de l'AOF.

Le but de cette contribution n'est pas de présenter une comparaison systématique des deux échantillons suisses et russes, démarche qu'il est prévu de faire ultérieurement, mais de donner une série de résultats exemplifiant la méthode AOF. Certains de ces résultats ont été obtenus en comparant les deux échantillons (stresseurs). D'autres se rapportent uniquement à l'échantillon russe (satisfaction et types de famille) ou à l'échantillon suisse (compétences individuelles et familiales, émotions et solution du problème).

Une première démarche consista à comparer, dans des familles avec adolescent(s), la fréquence des stressseurs dans des familles suisses et des familles russes à l'aide de la méthode AOF. Certaines différences pourraient être un indice pour la validité de la méthode, étant donné que les familles russes étudiées se trouvent actuellement dans une situation économiquement défavorisée. Ce fait devrait apparaître dans des fréquences plus hautes pour certains stressseurs, d'autant plus que les familles suisses proviennent des couches moyennes.

La seconde question concerne les effets des différentes stratégies de la gestion du stress sur le bien-être des individus, sur l'efficacité directe ainsi que les relations entre cette gestion et des caractéristiques de la famille.

#### 4.2. Comparaison des stressseurs

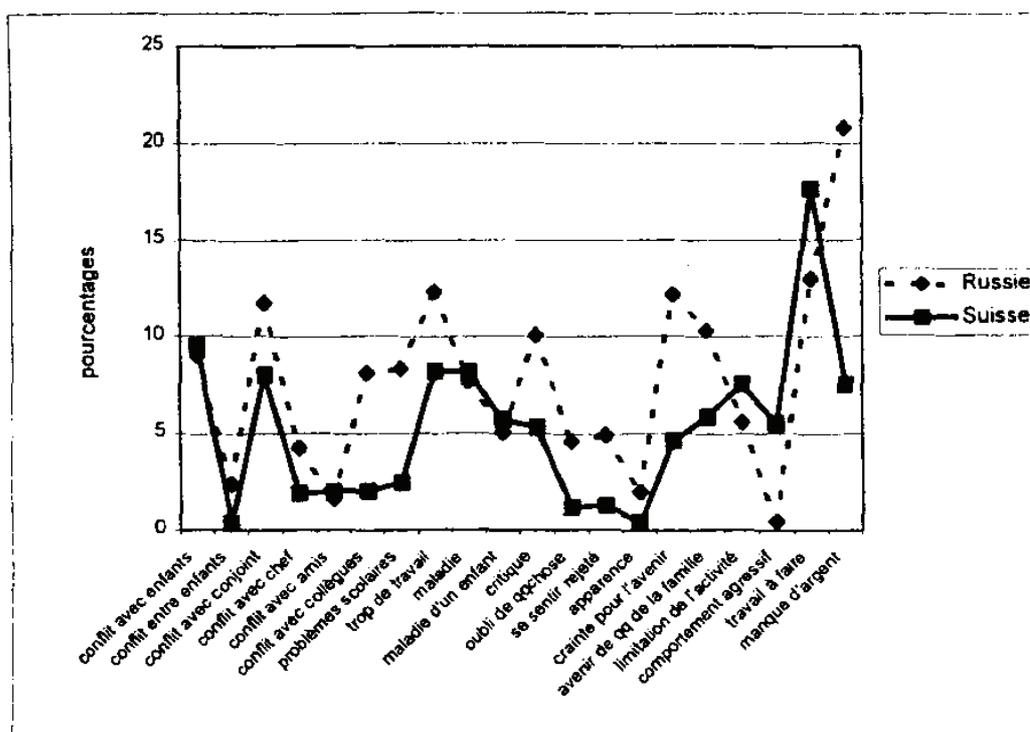


Figure 9 : Stressseurs des pères russes et suisses (N=40 russes, N=32 suisses)

Concernant les stresseurs (voir Figure 9), on constate que les pères en Russie sont nettement ( $p < .05$ ) plus préoccupés par des querelles avec les collègues de travail, par un problème scolaire d'un enfant. Ils sont aussi nettement plus préoccupés que les pères suisses par la crainte du futur et l'avenir des enfants et aussi par le manque d'argent. Les pères suisses sont plus préoccupés par le travail à faire ainsi que par un comportement agressif à leur endroit.

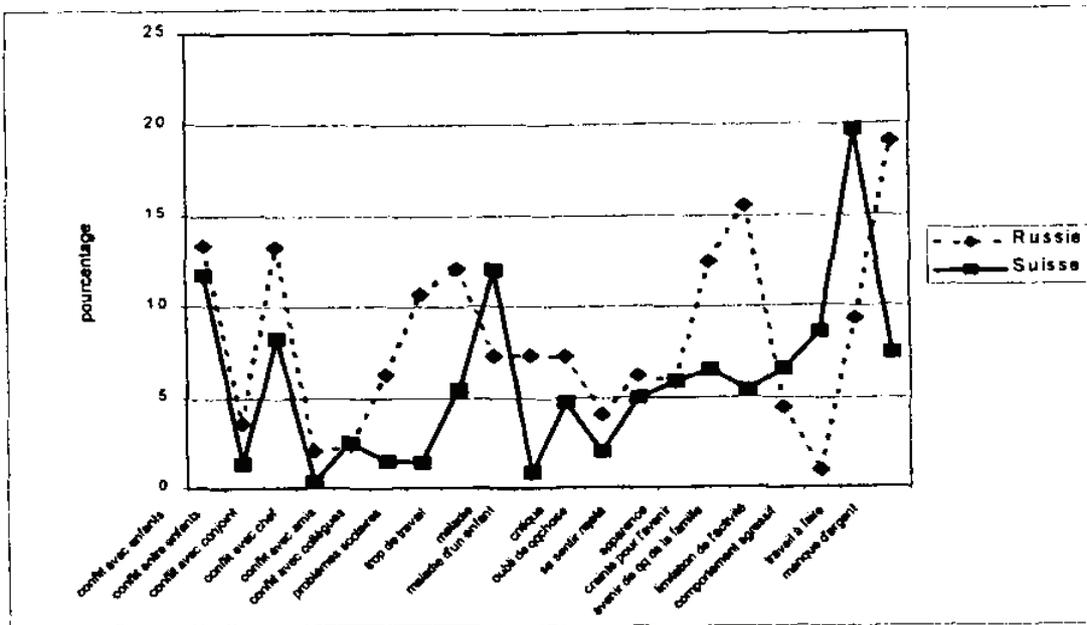


Figure 10 : Stresseurs des mères russes et suisses (N=40 russes, N=32 suisses)

Les mères russes se distinguent ( $p < .05$ ) des mères suisses (voir Figure 10) surtout par les querelles avec les collègues de travail, par les problèmes scolaires des enfants et par le fait d'avoir trop de travail. La maladie d'un enfant est aussi un stress plus grand pour les mères russes. Il y a en fait une grande ressemblance entre les pères et les mères russes. Comme leurs maris, les mères russes sont plus préoccupées par la crainte du futur, l'avenir des enfants et le manque d'argent. Comme les pères suisses, les mères suisses mentionnent plus

souvent le travail à faire, ainsi qu'un comportement agressif à leur égard.

L'ensemble de la comparaison des fréquences des stressors vécus dans les deux échantillons de familles comparables dans leur structure et dans leur développement démontre des différences très significatives (test t pour échantillons indépendants) pour la plus grande part des catégories. Les résultats sont le reflet d'une différence dans la situation économique qui a aussi son impact sur le stress vécu qui peut être indirectement influencé par cette situation. Il n'est pas exclu que des facteurs culturels et socio-historiques jouent aussi un rôle en plus du facteur économique. Nous considérons aussi que ces résultats fournissent un indice de la validité de l'instrument appliqué dans le sens de la "face validity" (ou validité d'évidence). Il est important de noter que la comparaison repose sur 30 à 40 observations par personne en moyenne durant un mois d'auto-observation systématique.

#### **4.3. Satisfaction avec le vécu familial**

Le bien-être à l'intérieur de la famille peut être mesuré en calculant la différence entre l'adaptabilité réelle et idéale et entre la cohésion réelle et la cohésion idéale. Ces indices ont été établis selon la méthode du FACES III (Olson, Portner & Lavee, 1985). La *cohésion* est définie par le lien émotionnel que les membres de la famille ressentent les uns envers les autres. L'*adaptabilité* est comprise comme la capacité que manifeste le système familial à s'adapter à des besoins externes ou internes. Tous les sujets de la familles sont interrogés à l'aide d'un questionnaire comprenant des items portant sur le vécu concernant la cohésion et l'adaptabilité réelles. Ensuite, lors d'une seconde passation du même questionnaire, les sujets sont interrogés sur leur attente idéale à l'aide des mêmes items.

Nous nous attendons à observer une relation significative entre une gestion adéquate du stress et le bien-être à l'intérieur de la famille, mesuré par la différence entre adaptabilité et cohésion réelles et idéales. La gestion fonctionnelle ou adéquate est définie par un ensemble de stratégies de gestion du stress qui se sont trouvées efficaces pour rétablir l'homéostasie du sujet (Perrez & Reicherts, 1992; Reicherts, 1999). Ce sont des stratégies qui ne détruisent pas

l'intégrité des autres ainsi que l'intégrité du sujet lui-même. Et elles sont appropriées pour résoudre des problèmes ainsi que pour réguler les émotions. En voici des exemples: "penser à une solution", "essayer de résoudre le problème", "se relaxer", etc... Les stratégies dysfonctionnelles peuvent être illustrées comme suit : "faire des reproches aux autres", "prendre la fuite", "ne pas y penser" (fuite cognitive), etc...

Pour calculer les corrélations, nous avons agrégé séparément les réponses des pères, des mères et des adolescents. Par sujet, il y avait une trentaine d'épisodes d'auto-observation du stress et de sa gestion et nous avons pris la moyenne de chaque variable de *gestion du stress* en la mettant en relation avec les variables de *satisfaction familiale*. Ces dernières ont été construites en calculant par personne la différence entre cohésion réelle et cohésion idéale, respectivement adaptabilité réelle et adaptabilité idéale.

#### Résultats :

Pour la *satisfaction avec la cohésion*, nous constatons une corrélation positive avec la tendance à essayer de résoudre les problèmes ( $r=.31^{**}$ ) pour les mères ; la direction de la corrélation est la même pour les pères ( $r=.16$ ) et les adolescents ( $r=.11$ ), mais les corrélations ne sont pas significatives. "Penser à une solution" est aussi corrélé positivement avec la satisfaction chez les pères ( $r=.26^*$ ). Concernant les stratégies dysfonctionnelles, l'évitement ou la fuite face au stresser se révèlent corrélés négativement avec la satisfaction pour les adolescents ( $r=-.39^{**}$ ) et pour les pères ( $r=-.21$ ). Au niveau cognitif, l'évitement du problème ("ne pas y penser") est aussi négativement corrélé (adolescents:  $r=-.32^{**}$ ; père:  $r=-.21$ ; mères:  $r=-.19$ ). "Faire des reproches" et "se blâmer" sont aussi négativement corrélés ( $r=-.27^*$  et  $r=-.25^*$ ) avec la satisfaction avec la cohésion chez les adolescents.

Pour la *satisfaction avec l'adaptabilité*, les mêmes relations se manifestent : l'évitement des problèmes ( $r=-.32^{**}$  pour les pères), la passivité ( $r=-.33^{**}$  pour les mères) réduisent la satisfaction. Par contre, les stratégies orientées vers une solution des problèmes ( $r=.29^*$  chez les adolescents) sont en nette corrélation avec la satisfaction.

---

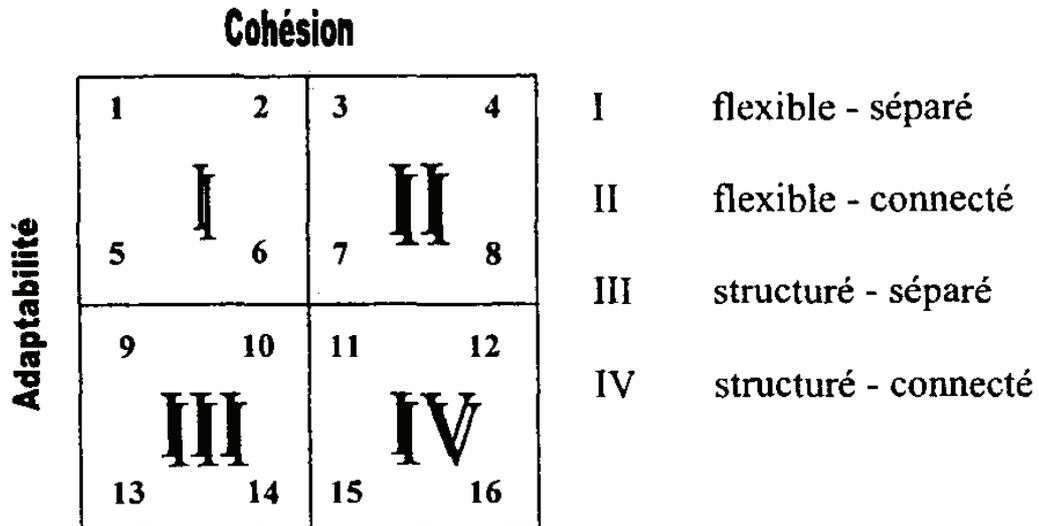
Ces différentes liaisons observées entre satisfaction au niveau de la cohésion familiale ou de l'adaptabilité et les stratégies de gestion du stress, même si elles ne sont pas toutes significatives statistiquement, mettent en évidence que la façon dont les différents membres d'une famille gèrent le stress est en relation cohérente avec la satisfaction du vécu familial. Cette relation mise en évidence ne reflète pas seulement la représentation sociale des sujets qui intégrerait d'une part la gestion du stress et d'autre part la satisfaction avec la famille, ces deux composantes reposant sur un même type de données qui entérine la confusion des variables, comme c'est souvent le cas dans les études qui n'utilisent que des questionnaires. Les résultats décrits ici se réfèrent d'une part à des auto-observations du comportement des sujets dans des situations réelles, et d'autre part sur des réponses obtenues à l'aide d'un questionnaire (FACES III) qui se réfère à des représentations sociales.

#### 4.4. Types familiaux et gestion du stress

Le FACES III permet de classer les familles selon leur adaptabilité, qualifiée de flexible ou de structurée et de leur cohésion, qualifiée de connectée ou de séparée. Il en résulte une typologie en quatre classes (Olson et al., 1985): (1) les familles flexibles et séparées (haut degré d'adaptabilité et basse cohésion), (2) flexibles et connectées (haut degré d'adaptabilité et de cohésion), (3) structurées et séparées (basse adaptabilité et cohésion) et enfin (4) les familles structurées et connectées (basse adaptabilité et haut degré de cohésion). Les familles qui ont des niveaux modérés en cohésion et en adaptabilité sont qualifiées de balancées.

Une famille de type (1) *flexible-séparé* se caractérise par une bonne souplesse dans l'adaptation au changement et aux exigences de la vie familiale et en même temps par une grande autonomie de ses membres. Ces familles se caractérisent par un lien affectif plutôt bas. Ce sont des familles orientées vers l'indépendance. Une famille de type (2) *flexible-connecté* relie une haute adaptabilité avec un lien affectif plus profond des membres entre eux. Une famille de type (3) *structuré-séparé* se caractérise par une rigidité évidente dans l'interaction intra-familiale et simultanément par des liens affectifs plutôt pauvres. Ce sont des familles orientées vers le contrôle. Une

famille de type (4) *structuré-connecté* associée à la rigidité des liens serrés entre les membres.



- |   |                       |    |                       |
|---|-----------------------|----|-----------------------|
| 1 | chaotique – désengagé | 9  | structuré – désengagé |
| 2 | chaotique – séparé    | 10 | structuré – séparé    |
| 3 | chaotique – connecté  | 11 | structuré – connecté  |
| 4 | chaotique – fusionné  | 12 | structuré – fusionné  |
| 5 | flexible – désengagé  | 13 | rigide – désengagé    |
| 6 | flexible – séparé     | 14 | rigide – séparé       |
| 7 | flexible – connecté   | 15 | rigide – connecté     |
| 8 | flexible – fusionné   | 16 | rigide - fusionné     |

Figure 11 : Types familiaux selon Olson et al. (1985)

On peut s'attendre à ce que les stratégies de gestion du stress diffèrent selon le type de famille mentionné par les sujets. Les familles trop rigides (faible adaptabilité) ou trop chaotiques (faible cohésion) devraient utiliser tant au plan individuel qu'au plan familial des stratégies de gestion du stress moins appropriées que les familles manifestant une bonne adaptabilité et une bonne cohésion. On peut

aussi s'attendre à ce que les membres des familles flexibles-connectées mentionnent plus souvent avoir trouvé une solution dans des situations stressantes concrètes.

Pour former les types de famille, n'ayant pas à notre disposition des normes non-américaines, nous avons suivi les indications du Manuel du FACES III (Olson et al., 1985, p. 27) qui indiquent les seuils pour chaque membre de la famille. Ceci permet de déterminer dans quel type de famille le sujet se place, selon son auto-description (adaptabilité et cohésion réelles). A partir de cette procédure, nous avons trouvé que, dans 60 familles sur 70, il y avait 2 ou 3 membres qui se plaçaient dans le même type. On peut imaginer d'autres solutions pour former les groupes, mais quel que soit le seuil choisi, il sera toujours très difficile de ne trouver que des familles dont les membres se classeraient tous exactement dans la même catégorie. Les résultats suivants, basés sur les auto-descriptions des sujets, tiennent compte du fait que les familles sont assez homogènes quant à leur type d'appartenance.

Comme précédemment, les stratégies de gestion du stress ont été agrégées par sujet sur l'ensemble des observations. Nous présentons les résultats concernant la répartition de certaines modalités de gestion du stress selon les types de familles.

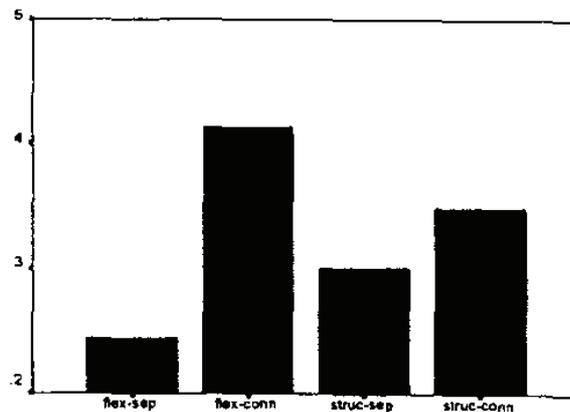


Figure 12 : "Essayer de résoudre le problème" (en pourcentages)

"Essayer de résoudre le problème" (voir Figure 14) caractérise les familles de type connecté, qu'elles soient flexibles ou structurées, par opposition aux familles séparées. "Demander de l'aide" (voir Figure 15) caractérise avant tout les familles de type structuré-connecté. Ces dernières se différencient surtout des familles de type séparé (qu'elles soient flexibles ou structurées). C'est surtout dans les familles de type séparé (flexibles ou structurées) qu'on ne fait pas de tentatives pour "résoudre le problème". Par contre, dans les familles de type connecté, les flexibles sont plus passives que les structurées.

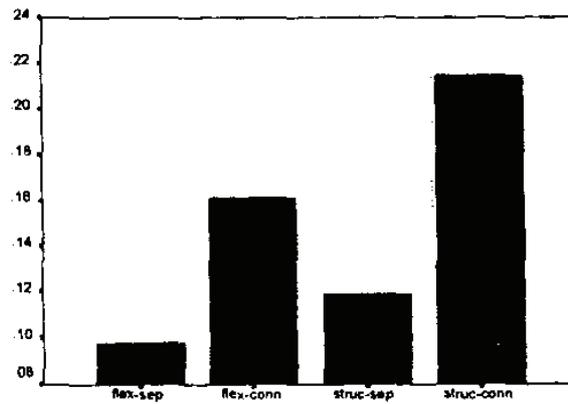


Figure 13 : "Demander de l'aide (en pourcentages)"

On peut finalement se demander dans quel type de famille les membres mentionnent le plus souvent que les stratégies mises en oeuvre pour résoudre un problème aboutit à une solution positive. Dans le graphique suivant on constate que c'est encore une fois dans les familles de type flexible et connecté qu'il y a le plus souvent une solution trouvée, alors que c'est dans les familles de type séparé (flexible ou structuré) que la gestion du stress est la plus inefficace.

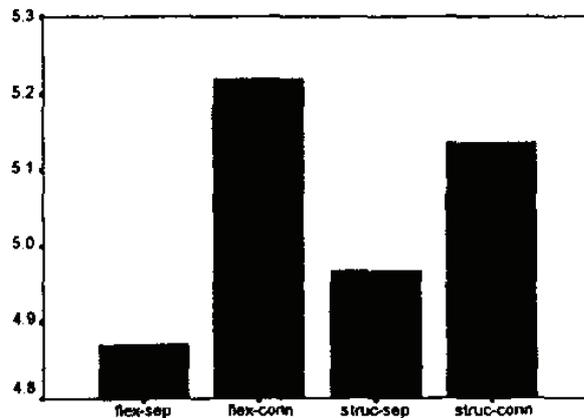


Figure 14 : "Résolution du problème" (moyennes).

On peut résumer ces différents résultats en disant que la différence de stratégies de gestion du stress ainsi que son efficacité opposent surtout les familles de type connecté et les familles de type séparé. Les premières sont moins passives, demandent de l'aide, essaient de résoudre le problème du stress et y arrivent plus souvent que les familles de type séparé.

Ces résultats démontrent que le modèle d'Olson et al. qui représente le fonctionnement familial au moyen des deux dimensions d'adaptabilité et de cohésion (réelles comme dans la typologie, ou idéales et réelles, comme dans le concept de satisfaction du vécu familial) trouve une de ses confirmations dans la mise en oeuvre des stratégies de gestion du stress.

#### 4.5. Compétences individuelles et familiales

Nous entendons par *compétence individuelle* dans la gestion du stress la probabilité qui caractérise un individu d'utiliser dans des situations stressantes des modalités de gestion fonctionnelles. Cette probabilité définit la capacité relative d'un sujet à réagir dans des situations stressantes par des stratégies adéquates de coping. Notons qu'il est nécessaire de distinguer adéquat et efficace. Le coping adéquat est en accord avec les critères décrits sous 4.3. L'utilisation de réactions appropriées est normalement suivie d'effets tels que la

réduction de la tension ou la contribution à la résolution du problème. Dans notre système d'auto-observation, le sujet est tenu d'observer et de protocoler le stresser, s'il y en a, les émotions, etc... et ensuite d'indiquer la modalité de gestion utilisée et, finalement, d'évaluer le résultat (effet de la gestion). La *compétence familiale* dans la gestion du stress peut être ainsi définie comme l'*agrégation* des compétences individuelles, même si on peut envisager d'autres définitions (voir Wilhelm, Horner & Perrez dans ce volume).

Pour étudier la relation entre la compétence individuelle et ses effets, nous avons calculé un score de gestion adéquat et un score de gestion inadéquat. Le premier consistait dans la moyenne faite à partir des stratégies de gestion suivantes: "se relaxer", "penser à une solution", "relativiser le problème", "essayer de résoudre" et "demander de l'aide". Le second, ou coping inadéquat, est la moyenne à partir des stratégies: "se résigner", "faire des reproches aux autres", "se faire des reproches à soi-même", "prendre la fuite", "ne rien faire". Ces scores ont été calculés sur la base de toutes les observations par personne, divisées par le nombre d'épisodes stressants.

Pour chaque épisode stressant, le sujet avait à évaluer sur deux échelles à 3 niveaux (détérioration et amélioration) le résultat de son intervention. On a aussi calculé, comme précédemment, pour chaque personne, une moyenne des effets sur l'ensemble de ses observations. Les scores pour les familles ont été formés par agrégation des valeurs individuelles de leurs membres.

L'indice suivant a été créé: le rapport coping adéquat divisé par coping inadéquat. Le coefficient de corrélation de Pearson calculé entre cet indice et le résultat de la gestion du stress donne les valeurs suivantes (voir Tableau 1). Les résultats se réfèrent à l'échantillon suisse.

Ensemble des individus	Coping adéquat/coping inadéquat
Amélioration	.61 (p=.000)
Détérioration	.26 (p=.05)

Tableau 1: Corrélations entre le Coping et ses effets au niveau des individus

Les corrélations démontrent une nette association des compétences individuelles dans la gestion du stress avec les effets de la gestion: plus compétent (défini par la relation entre le coping adéquat et le coping inadéquat) est le sujet, plus nette est l'intensité de l'amélioration à la fin des épisodes stressants. Par contre, pour la détérioration, le résultat est moins clair. On constate en effet une corrélation (faible cependant) allant à l'encontre de l'hypothèse.

Au niveau des familles, on a obtenu les corrélations suivantes:

Familles	Coping adéquat/coping inadéquat
Amélioration	.70 (p=.002)
Détérioration	.23 (NS)

Tableau 2: Corrélations entre le Coping et ses effets au niveau des familles

Au niveau des familles (voir Tableau 2), la relation trouvée chez les individus se retrouve: plus compétente est une famille dans son ensemble, meilleure est la moyenne des améliorations observées à la fin des épisodes. Cependant, on ne trouve pas de corrélation entre compétence relative et détérioration.

L'analyse intra-familiale a montré parfois des différences assez nettes entre les individus. Les parents disposent normalement de scores plus favorables concernant l'adéquation du coping. Cette approche d'analyse ne tient pas compte du fait que les compétences d'un membre de la famille peuvent avoir un rôle compensatoire ou complémentaire par rapport aux compétences relatives des autres.

#### 4.6. Emotions et solution du problème

Nous avons aussi analysé les prédicteurs de la solution du problème posé par le stress en prenant comme variables prédictives les quatre variables suivantes :

- 1) la gestion appropriée du stress, définie comme en 4.6
- 2) la gestion inappropriée du stress, définie aussi comme en 4.6
- 3) les émotions dites "offensives", définies par la moyenne des émotions suivantes: nerveux, irrité, offensé, excité, frustré, et mis au défi

---

4) les émotions dites "dépressives", définies par la moyenne des émotions suivantes: anxieux, triste, résigné, insécurisé, inhibé, désespéré (helpless).

---

Nous avons calculé un score pour chacune de ces variables et pour chaque membre de la famille. Comme il s'agissait en l'occurrence de l'échantillon suisse, dont le nombre d'adolescents n'est pas le même pour chaque famille, nous avons fait une moyenne des scores des adolescents. Nous avons ainsi 12 variables par familles (4 pour le père, 4 pour la mère et 4 pour les adolescents). Nous avons procédé à des analyses de régression d'abord pour chaque membre de la famille séparément (4 variables prédictives) puis pour tous les membres pris ensemble (12 variables). La variable à prédire était l'amélioration de la situation stressante (calculée dans le dernier cas sur l'ensemble des membres de chaque famille). La procédure "stepwise" a été choisie pour ne retenir que la combinaison des variables qui donnent la meilleure prédiction et non pour déterminer le poids de chacune d'elle.

Nous ne donnons ci-après que le tableau concernant la famille prise dans son ensemble. Concernant les analyses séparées, on constate que les résultats sont assez différents entre d'une part, les pères et d'autre part, les mères et les adolescents. Pour les mères seules, la gestion appropriée du stress et les émotions dites offensives prédisent l'amélioration de la situation, alors que les émotions dépressives prédisent la détérioration. Pour les adolescents, seule la gestion appropriée du stress prédit l'amélioration alors que les émotions dépressives prédisent la détérioration. Pour les pères, par contre, même si la gestion appropriée est reliée (mais non significativement) à l'amélioration de la situation, seule reste comme prédicteur la variable "émotions offensives".

Si on considère la famille dans son ensemble, seules quatre variables sont restées dans le modèle, après la procédure "stepwise", selon le tableau suivant :

	Poids Beta	p(t)
Gestion appropriée du stress des adolescents	.527	.001
Gestion appropriée du stress des mères	.516	.003
Émotions "offensives" des pères	-.724	.01
Émotions "dépressives" des pères	.651	.01

Tableau 3: Analyse de régression: amélioration prédite par coping et émotions des membres de la famille

Comme on peut le constater, il y a amélioration lorsque les mères et les adolescents usent d'une stratégie appropriée. Par contre, les pères ne contribuent pas visiblement par leur coping. Cela s'explique par leur absence fréquente à l'interaction familiale, due entre autres à leur engagement professionnel. Ce résultat refléterait-il le rôle marginal du père concernant sa contribution constructive dans la vie affective de la famille? C'est à poursuivre. Par contre, leur état émotionnel offensif, mesuré par la moyenne des émotions de toutes les auto-observations, influence négativement l'amélioration des situations. L'état émotionnel dominé par une tendance vers des humeurs dépressives, semble faciliter l'amélioration des épisodes stressants des familles. Certains psychopathologues interprètent la dépression comme une tendance à la soumission dans des systèmes sociaux intimes (voir Gilbert, 1990). Peut-on en déduire que plus soumis sont les pères, plus il est facile de résoudre les problèmes en famille ?

### 5. La discussion des résultats

Les résultats montrent qu'il existe une relation entre le fonctionnement familial et la gestion du stress. D'une part, la satisfaction familiale est corrélée positivement avec certaines stratégies définies comme appropriées et négativement avec certaines stratégies définies comme inappropriées. Les membres des familles caractérisées comme flexibles-connectées utilisent en général des stratégies de gestion du stress plus adéquates, c'est-à-dire plus actives et orientées vers le problème à résoudre.

---

Tous ces résultats ont en commun qu'ils mettent en relation la gestion concrète du stress dans la vie quotidienne avec des variables dépendantes qui reflètent plus des *traits* comme la satisfaction avec le vécu familial ou des *structures* de la famille, comme dans la typologie d'Olson et al.(1985). A ces résultats s'ajoutent des informations sur les *processus* de la gestion, soit au niveau individuel, soit au niveau de la famille en élucidant la relation du coping avec ses effets immédiats. Les améliorations à la fin des épisodes stressants sont nettement associées à un coping précédent adéquat. L'aspect préventif inhérent à ces résultats a été élaboré et discuté dans le travail de Mikhailova (1998).

La méthodologie présentée, développée dans des étapes antérieures pour des individus (Perrez & Reicherts, 1987, 1992) a démontré son utilité dans l'analyse de micro-systèmes sociaux comme la famille. Cependant, nous avons constaté aussi ses limites dans la variante décrite. Une première limite concerne l'âge des sujets étudiés. L'application de la méthode exige non seulement un encadrement qualifié des sujets participant aux études, mais aussi un niveau de développement cognitif répondant à certains critères minimaux. Nos sujets ne pouvaient pas être plus jeunes que douze ans.

Pour la gestion sociale, les catégories utilisées se sont révélées comme susceptibles d'être ultérieurement développées (voir FASEM). Notre analyse n'a pas pris en compte l'aspect déjà mentionné de la complémentarité possible des compétences individuelles pour le bien-être de la famille. De plus, nous n'avons pas analysé l'interaction entre la compétence du coping individuel avec le coping social, comme cela a été fait récemment pour les couples par Bodenmann (1998).

On peut se demander si ces résultats rendent compte plus du stress vécu en famille que du stress strictement familial. Le terme de stress familial se réfère d'une part dans l'usage professionnel comme dans l'usage quotidien à des événements qui concernent tous les membres de la famille. Ce sont des sociologues comme Hill ou McCubbin et d'autres qui se sont référés uniquement à cette signification du terme en le limitant de plus à des macro-événements. Une autre signification serait de comprendre par stress familial le stress provenant des stressors de la famille, indépendamment du fait que le vécu soit au niveau individuel ou au niveau de la famille. Nous avons préféré partir d'un concept qui inclut tous les événements

stressants vécus par les membres de la famille (voir Figure 5). Cette approche garantit que le stress du premier type soit inclus dans l'observation en forme de séquences composées d'épisodes.

L'approche théorique développée et étudiée dans nos projets met au centre de l'intérêt la régulation des émotions (surtout des émotions de stress) dans les familles. Cette vue se distingue nettement des "approches-macro", telles qu'elles ont caractérisé durant une longue période la recherche du stress familial. Elle rejoint par contre les intérêts de la recherche sur le style éducationnel en élucidant les constellations interactionnelles en termes de coping individuel et coping social qui contribuent favorablement ou défavorablement au bien-être des sujets, à la satisfaction avec la vie familiale et au développement des enfants en face de leurs tâches développementales (Berger, 1998).

Par rapport aux approches traditionnelles du stress, l'approche micro-épisode offre divers avantages: elle ouvre l'accès aux mécanismes de la genèse et de la résolution ou de la détérioration des événements stressants. On peut dès lors tenter de déterminer les facteurs de l'interaction intra-familiale qui influencent le climat émotionnel de la famille. Ce type d'études ouvre également de nouvelles perspectives pour l'analyse de la relation inter-générationnelle parents-enfants. La théorie étudiée concerne des *processus* de la régulation des émotions en famille et la méthode développée permet de saisir des caractéristiques du vécu et du comportement des membres de la famille en situation naturelle. Il est évident que d'autres facteurs jouent aussi un rôle dans l'interaction, comme par exemple l'histoire spécifique des relations des individus inclus dans l'observation.

Les résultats obtenus par la variante FASEM sont décrits dans la contribution de Wilhelm, Horner & Perrez, présentée dans cet ouvrage.

## **6. Bibliographie**

Ababkov V. & Perrez M. (1997). A new approach to analyse family processes in stressful life situations. *Social and Clinical Psychiatry*, 7, 5-12 (en russe avec résumé anglais).

---

Becker W.C. (1967). Consequences of different kinds of parental disciplines. In : M.L. Hoffmann & L.W. Hoffmann (Eds.), *Review of Child Development research* (Vol. 1) (p. 169-208). New York Russel Sage Foundation.

Bell R.Q. & Harper L.V. (1977). *Child effects on adults*. Hillsdale, Lawrence Erlbaum Associates.

Berger R. (1998). *Fragebogen zu Entwicklungsaufgaben für Familien mit Adoleszenten* (EFS). Rapport scientifique, N. 132, Fribourg, Institut de Psychologie de l'Université.

Bodenmann G. (1995). *Bewältigung von Stress in Partnerschaften*. Fribourg & Berne, Presses Universitaires & Editions Hans Huber.

Bolognini M., Plancherel B., Nunez R. & Bettschart W (Eds.) (1994). *La préadolescence, recherche et clinique*, Paris, ESF.

Buehler C. (1990). Adjustments. Dans J. Touliatos, B.F. Perlmutter & M.A. Straus (Eds.), *Handbook of family measurements techniques* (p. 493-574). Newbury Park, Sage.

Burr W.R. (1973). *Theory construction and the sociology of the family*. New York, Wiley & Sons.

Burr W.R. & Klein S. (1994). *Managing family stress*. Newbury Park, Sage.

Coddington R.D. (1972). The significance of life events as etiologic factors in the diseases of children: A survey of professional workers. *Journal of Psychosomatic Research*, 16, 7-18.

Desmet H. et Pourtois J.-P. (1993). *Prédire, comprendre la trajectoire scolaire*. Paris, Presses Universitaires de France.

Duval E.M. (1977). *Family development*. Philadelphia, Lippinco H.

---

El-Giamal M. (1997). Das Time-Sampling Tagebuch zur Abbildung entwicklungspsychologischer Prozesse. In : G. Wilz & E. Brähler (Eds.), *Handbuch zur Tagebuchforschung* (p. 273-299). Göttingen, Hogrefe.

Eskenrode J. & Bolger N. (1995). Daily and within-day events measurement. In : S. Cohen, R.C. Kessler & L.U. Gordon (Eds.), *Measuring Stress* (p. 80-101). Oxford, Oxford University Press.

Fahrenberg J. & Myrtek M. (Eds) (1996). *Ambulatory assessment: computer-assisted psychological and psychophysiological methods in monitoring and field studies*. Göttingen, Hogrefe & Huber Publishers.

Gilbert P. (1990). Changes: Rank, Status and Mood. In : S. Fisher & C.L. Cooper (Eds): *On the Move: the Psychology of Change and Transition* (33-51). New York, Wiley & Sons.

Hill R. (1949). *Families under stress*. New York, Harper & Row.

Holmes T.H. & Rahe R.H. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11, 213-218.

Horner M. (1996). *Diagnostic du stress familial: l'attribution causale et le phénomène du "bouc émissaire"*. (non publié). Mémoire de licence. Fribourg/Suisse, Université, Faculté de Philosophie.

Johnson J. (1986). *Life events as stressors in childhood and adolescence*. Newbury Park, CA, Sage.

Kellerhals J. & Montandon C. (1991). *Les stratégies éducatives des familles*. Neuchâtel et Paris, Delachaux & Niestlé.

Koos E.L. (1946). *Families in troubles*. New York, Kings Crown Press.

Larson R. & Delespaul P. (1992). Analyzing Experience Sampling data: a guide book for the perplexed. In : M.W. de Vries (ed.), *The Experience of Psychopathology: Investigating Mental Disorders in*

---

*their Natural Settings* (p. 58-78). Cambridge, Cambridge University Press.

Larson R. & Richards M.H. (1994). *Divergent realities. The emotional lives of mothers, fathers, and adolescents*. New York, Basic Books.

McCubbin H.I. & Patterson J.M. (1983). The family stress process: The double ABCX model of adjustment and adaptation. *Marriage and Family Review*, 6, 7-37.

McCubbin H.I. & Dahl B. (1985). *Marriage and family: Individuals and life cycles*. New York, John Wiley.

McCubbin H.I. & Patterson J.M. (1987). FILE Family Inventory of life events and changes. In : H.I. McCubbin & A.I. Thompson (Eds.), *Family assessment inventories for research and practice* (p. 81-100). Madison, Wisconsin, University Press.

Mederer H. & Hill R. (1983). Critical transitions over the family life-span: Theory and research. *Marriage and Family Review*, 6, 39-60.

Mikhailova N.F. (1998). *Systematic study of individual and family stress and coping with stress in families* (In view of the aims and purposes of psychodiagnostics and psychoprophylaxis, Doctoral Dissertation. Ministry of Public Health of the Russian Federation. St-Petersburg, V.M. Bekhterev Psychoneurological Research Institute. (en russe).

Olson D.H, Portner J. & Lavee Y. (1985). *FACES III - Family adaptability and cohesion evaluation scales*. University of Minnesota. St Paul, M.N.

Perrez M. & Reicherts M. (1987). Coping behavior in the natural setting. A method of computer-aided self-observation. H.-P. Dauwalder, M. Perrez & V. Hobi (Eds). *Controversial issues in behavior modification* (pp.127-137). Lisse, Swets & Zeitlinger.

---

Perrez M. & Reicherts M. (1992). *Stress, Coping, and Health: A situation-behavior-approach Theory, Methods, Applications*. Seattle, Hogrefe & Huber.

Perrez M., Horner M. & Morval M. (1998). Comment mesurer le stress? Une nouvelle approche: l'auto-observation systématique au moyen d'un ordinateur de poche. *Bulletin de psychologie*, 51 (4), 427-439.

Perrez M., Berger R. & Wilhelm P. (1998). Die Erfassung von Belastungserleben und Belastungsverarbeitung in der Familie: Self-Monitoring als neuer Ansatz. *Psychologie in Erziehung und Unterricht*, 45, 19-35.

Plancherel B.(1998) *Le stress des événements existentiels et son impact sur la santé des adolescents*. Fribourg, Editions Universitaires.

Plancherel B., Bolognini M. & Halfon O. (1998). Coping strategies in early adolescence: differences according to development and gender in a community sample. *European Psychologist*, 3, 192-201.

Pourtois J.-P. (1975). *Comment les mères enseignent à leur enfant*. Paris, Presses Universitaires de France.

Reicherts M. & Perrez M. (1992). Adequate coping behavior: The behavior rules approach. In : M. Perrez & M. Reicherts (Eds.), *Stress, Coping, and Health. A Situation-Behavior Approach. Theory, Methods, Applications* (p. 161-182). Seattle, Hogrefe & Huber Publishers.

Reicherts M. (1999). *Règles cognitivo-comportementales. Bases théoriques et méthodologiques*. Fribourg, Editions Universitaires.

Schaefer E.S. (1959). A circumplex model for maternal behavior. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 59, 241-246.

Schneewind K.A. (1991). *Familienpsychologie*. Stuttgart, Kohlhammer.

Stapf K.H., Herrmann Th., Stapf A. & Staecker K.H. (1972).  
~~*Psychologie des elterlichen Erziehungsstils. Stuttgart, Klett.*~~

---

Tausch R. & Tausch A. (1971). *Erziehungspsychologie*. Göttingen,  
Hogrefe.

Watzlawick P., Weakland J. & Fisch R. (1974). *Change*. New York,  
Norton.