



# L'IMPACT DE LA DÉPRESSION SUR LE CONJOINT

Laurence de Montigny Gauthier

Étudiante au baccalauréat en Psychologie  
Université du Québec en Outaouais

Francine de Montigny, Ph. D

Professeure en sciences infirmières à  
l'Université du Québec en Outaouais  
Chaire de recherche du Canada sur  
la santé psychosociale des familles  
francine.demontigny@uqo.ca

## INTRODUCTION

La dépression unipolaire est une pathologie très courante. Celle-ci affecte non seulement l'individu qui en souffre, mais aussi tout son entourage. En effet, une étude a démontré que 20 % des patients atteints de cette maladie sont affectés durant plus de 24 mois (Young, Klap, Shoai, & Wells, 2008). Les partenaires amoureux sont parmi les premiers touchés par les changements dans la personnalité de leur conjoint atteint par la dépression, ainsi que par les conséquences connexes.

## BUT

Il est essentiel de bien connaître les impacts de la dépression sur le conjoint, afin de pouvoir intervenir sur les deux partenaires du couple de façon optimale. Aussi, il est primordial de bien connaître ces répercussions sur le partenaire, puisque celui-ci peut autant devenir une source de soutien que de détresse pour l'individu souffrant.

## QUESTION

Quels sont les impacts de la dépression unipolaire d'un individu sur son conjoint n'ayant pas reçu de diagnostic de dépression?

## MÉTHODOLOGIE

Cette recension des écrits a été effectuée à partir de la base de données Psycharticles. Les articles analysés ont été trouvés grâce aux mots clés « major depression », « impact » ainsi que « couples », « relationship », « spouses » ou « marital relations ». Les 15 articles choisis comme étant les plus pertinents étaient tous plus récents que 2000.

## PRINCIPAUX CONSTATS

### Influence de la relation de couple

- Il existe une relation bidirectionnelle et réciproque entre les tensions dans un couple et les symptômes dépressifs (Atkins, Dimidjian, Bedics, & Christensen, 2009; Beach, Katz, Kim, & Brody, 2004).
- Les époux influencent leur bien-être directement, avec leurs caractéristiques personnelles et leurs comportements, ainsi qu'indirectement, avec la qualité de la relation de couple (Tower & Kasl, 1995).
- La négativité et les conflits caractérisent les mariages des personnes dépressives (Benazon & Coyne, 2000).
- Une étude auprès de couples hispaniques a démontré que plus une dépression était profonde, plus le couple de l'individu risquait d'être dysfonctionnel (Treviño, Wooten, & Scott, 2007). Cette même étude a trouvé que moins l'ajustement marital du couple était bon, plus il y avait de risques qu'un ou les deux partenaires souffrent d'une dépression. Une corrélation positive a aussi été trouvée entre les scores de dépressions des partenaires : plus le score est fort chez l'un, plus il le sera chez l'autre (Treviño et al., 2007).

## IMPACTS SUR LE CONJOINT

### Impacts psychologiques

- Les conjoints rapportent une charge psychologique élevée liée à leur rôle d'aidant, à l'interruption de leurs activités sociales et de leurs loisirs, à la baisse du revenu familial et aux problèmes maritaux (Benazon & Coyne, 2000).
- Le dilemme d'aider : les conjoints sont déchirés entre la volonté de soutenir leur conjoint et celle de s'occuper de leurs propres besoins (Coyne, Ellard, & Smith, 1990; cité par Harris, Pistrang & Barker, 2006).
- Les aidants ont affirmé que fournir du soutien était un grand défi les rendant souvent confus, frustrés et impuissants (Harris, Pistrang & Barker, 2006).
- Selon la théorie interactionnelle de la dépression, lorsqu'un individu démontre des comportements dépressifs, les personnes significatives de son entourage tendront à répondre à cela en reflétant ces comportements négatifs (Treviño et al., 2007). Si le cycle continue, les personnes significatives peuvent démontrer des comportements dépressifs.
- Selon une étude de Benazon et Coyne (2000), les femmes seraient plus affectées par la dépression de leurs conjoints comparativement aux hommes dans la même situation.

- Les individus plus vulnérables auront tendance à utiliser des stratégies inadaptées pour gérer la situation (Tilden et al., 2010).
- Certains aidants ont affirmé que fournir du soutien pouvait être émotionnellement enrichissant, lorsque leurs efforts portaient fruits (Harris, Pistrang, & Barker, 2006).

### Impacts relationnels

- Lorsqu'un partenaire vit une dépression, son conjoint perd le soutien social que celui-ci lui apporte en temps normal et les deux individus peuvent se retrouver isolés et frustrés (Coyne et al., 1987).
- Selon le modèle Génération-stress, les individus dépressifs ont tendance à chercher excessivement la réassurance et les rétroactions négatives, en plus d'éviter les conflits et d'être peu chaleureux (Sayers, Kohn, Fresco, Bellack, & Sarwer, 2001; Tilden et al., 2010). La dépression peut donc amener de la détresse relationnelle.
- L'entourage peut avoir tendance à s'éloigner de l'individu dépressif, ce qui isole encore plus le conjoint (Treviño et al., 2007).

- Réussir à surmonter l'épreuve de la dépression en couple peut permettre de se rapprocher et d'être plus solides (Harris, Pistrang & Barker, 2006).

### Recommandations au plan de la pratique clinique

- Aider le conjoint de l'individu dépressif à bien s'entourer pour briser l'isolement et se sentir moins frustré (Harris, Pistrang & Barker, 2006).
- Accorder une importance particulière à résoudre des problèmes de couple, puisque ceux-ci peuvent être un rouage important de la dépression d'un individu, en plus d'affecter le conjoint (Benazon & Coyne, 2000).
- Selon une étude de Coyne et al. (1987), 40% des 65 sujets interrogés qui avaient vécu avec une personne durant un épisode dépressif présentaient les critères correspondants à la dépression ou à l'anxiété. Il est donc très important de s'attarder à la santé mentale des conjoints d'individus dépressifs.

## Références

ATKINS, D. C., DIMIDJIAN, S., BEDICS, J. D., & CHRISTENSEN, A. (2009). Couple discord and depression in couples during couple therapy and in depressed individuals during depression treatment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 77*(6), 1089-1099.

BEACH, S. R. H., KATZ, J., KIM, S., & BRODY, G. H. (2004). Prospective effects of marital satisfaction on depressive symptoms in established marriages: A dyadic model. *Journal of Social and Personal Relationships, 20*(3), 355-371.

BENAZON, N. R. (2000). Predicting negative spousal attitudes toward depressed persons: A test of Coyne's interpersonal model. *Journal of Abnormal Psychology, 109*(3), 550-554.

BENAZON, N. R., & COYNE, J. C. (2000). Living with a depressed spouse. *Journal of Family Psychology, 14*(1), 71-79.

COYNE, J. C., KESSLER, R. C., TAL, M., TURNBULL, J., WORTMAN, C. B., & GREDEEN, J. F. (1987). Living with a depressed person. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 55*(3), 347-352.

GIBB, B. E., & HANLEY, A. J. (2010). Depression and interpersonal stress generation in children: Prospective impact on relational versus overt victimization. *International Journal of Cognitive Therapy, 3*(4), 358-367.

HARRIS, T. J. R., PISTRANG, N., & BARKER, C. (2006). Couples' experiences of the support process in depression: A phenomenological analysis. *The British Psychological Society, 79*.

JACOB, T., & LEONARD, K. (1992). Sequential analysis of marital interactions involving alcoholic, depressed, and nondistressed men. *Journal of Abnormal Psychology, 101*(4), 647-656.

LAURENT, H. K., KIM, H. K., & CAPALDI, D. M. (2009). Longitudinal effects of conflict behaviors on depressive symptoms in young couples. *Journal of Family Psychology, 23*(4), 596-605.

LYNCH, T. R., ROBINS, C. J., & MORSE, J. O. (2003). Couple functioning in depression: The roles of sociotropy and autonomy. *Journal of Clinical Psychology, 59*(12), 1349-1359.

SAYERS, S. L., KOHN, C. S., FRESCO, D. M., BELLACK, A. S., & SARWER, D. B. (2001). Marital cognitions and depression in the context of marital discord. [Article]. *Cognitive Therapy & Research, 25*(6), 713.

TILDEN, T., GUDE, T., HOFFART, A., & SEXTON, H. (2010). Individual distress and dyadic adjustment over a three-year follow-up period in couple therapy: a bi-directional relationship? *Journal of Family Therapy, 32*(2), 119-141.

TOWER, R. B., & KASL, S. V. (1995). Depressive symptoms across older spouses and the moderating effect of marital closeness. *Psychology and Aging, 10*(4), 625-638.

TREVIÑO, Y. A., WOOTEN, H. R., & SCOTT, R. E. (2007). A correlational study between depression and marital adjustment in hispanic couples. *The Family Journal, 15*(1), 46-52.

WHISMAN, M. A., & UEBELACKER, L. A. (2009). Prospective associations between marital discord and depressive symptoms in middle-aged and older adults. *Psychology and Aging, 24*(1), 184-189.

YOUNG, A. S., KLAP, R., SHOAI, R., & WELLS, K. B. (2008). Persistent depression and anxiety in the United States: Prevalence and quality of care. *Psychiatric Services, 59*(12), 1391-1398.

