

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL

RÔLE DE LA COMMUNICATION CONSTRUCTIVE DANS LE LIEN ENTRE LE  
CONTRÔLE ÉMOTIONNEL ET L'ALLIANCE PARENTALE

RAPPORT FINAL DE LA THÈSE DE SPÉCIALISATION

PAR  
FLORENCE GRENIER

SOUS LA SUPERVISION DE  
DRE ALISON PARADIS (PhD) ET DRE NATACHA GODBOUT (PhD)

LE 12 MAI 2025

## Table des matières

Liste des tableaux.....	2
Liste des figures.....	2
Résumé.....	3
Remerciements.....	4
<b>1. Introduction.....</b>	<b>5</b>
<b>1.1 Problématique.....</b>	<b>5</b>
<b>1.2 Contexte théorique.....</b>	<b>6</b>
1.2.1 L'alliance parentale.....	6
1.2.2 Le contrôle émotionnel.....	7
1.2.4 La communication constructive.....	9
1.2.5 Pertinence de l'étude.....	10
<b>2. Objectifs et hypothèses.....</b>	<b>11</b>
<b>3. Méthodologie.....</b>	<b>12</b>
3.1 Procédure.....	12
3.2 Population.....	12
3.3 Instruments de mesure.....	13
3.3.1 Alliance parentale.....	13
3.3.3 Communication constructive.....	14
3.4 Analyses statistiques.....	14
<b>4. Résultats.....</b>	<b>15</b>
4.1 Analyses descriptives.....	15
4.2 Analyse de médiation.....	16
<b>5. Discussion.....</b>	<b>17</b>
5.1 Implications cliniques.....	19
5.2 Limites et recherches futures.....	21
<b>6. Conclusion.....</b>	<b>23</b>
Références.....	24
Annexes.....	31
Annexe 1 : Certificat éthique.....	31

**Liste des tableaux**

<b>Tableau 1.</b> Statistiques descriptives et corrélations de Pearson pour le contrôle émotionnel, la communication constructive et l’alliance parentale.....	15
--	----

**Liste des figures**

<b>Figure 1.</b> Modèle du rôle de la communication constructive dans le lien entre le contrôle émotionnel et l’alliance parentale .....	11
<b>Figure 2.</b> Effets directs, indirect et variances provenant de la Macro Process de Hayes (2018), modèle 4. ....	16

## Résumé

L'alliance parentale, définie par la collaboration, le soutien et le respect entre les parents, est liée à la qualité du fonctionnement parental et au bon développement de l'enfant. Le contrôle émotionnel, ancré dans une norme masculine valorisant la suppression des émotions vulnérables, telles que la tristesse ou la peur, pourrait être associé à une moins bonne alliance entre les parents. Ce lien entre le contrôle émotionnel et l'alliance parentale pourrait passer par la communication constructive, caractérisée par l'implication de chacun, le partage des émotions et la négociation. Ainsi, un plus grand contrôle émotionnel pourrait nuire à la communication constructive ce qui, en retour, diminuerait l'alliance parentale. Cette étude examine la relation entre le contrôle émotionnel et l'alliance parentale via la communication constructive au sein d'un échantillon de 32 pères de jeunes enfants ( $M_{\text{âge}} = 31,5$  mois). Les pères ont répondu à un questionnaire en ligne mesurant leur alliance parentale, leur contrôle émotionnel et leur communication constructive. Les résultats d'analyses de régression révèlent une association indirecte entre un contrôle émotionnel élevé et une diminution de l'alliance parentale, à travers une plus faible communication constructive ( $R^2 = 27\%$ ). Ces résultats soulignent le rôle central de la communication constructive dans le lien entre le contrôle émotionnel et l'alliance parentale. Promouvoir des compétences en communication constructive pourrait soutenir la qualité des relations parentales et familiales.

**Mots-clés :** alliance parentale, contrôle émotionnel, communication constructive, pères

## Remerciements

Tout d'abord, un grand merci à mes superviseuses de thèse, Alison Paradis et Natacha Godbout. Je suis très reconnaissante d'avoir eu l'opportunité d'apprendre de vos conseils et de votre expertise. Merci aussi à ma grande sœur de thèse, Élise. Ton accompagnement a rendu le défi qu'est l'écriture de cette thèse, un peu plus facile.

Mille mercis à mes parents et ma sœur qui m'ont soutenu tout au long de mon processus, de toutes les manières possibles. Vos encouragements et votre présence lors de mes sessions d'écriture ont réellement fait une différence.

Merci à ma chère amie Ariane, de la première journée du baccalauréat, jusqu'à la remise de nos thèses de spécialisation, je suis reconnaissante de t'avoir eu à mes côtés. Merci à ma partenaire d'étude et d'écriture, Anna. Quelle chance d'avoir croisé ton chemin juste au bon moment !

Un merci spécial à David. Ta compréhension, ta patience et ton éternelle douceur m'inspirent. Merci de toujours être là pour moi.

## 1. Introduction

### 1.1 Problématique

L'alliance parentale se définit comme la collaboration, le respect et la communication entre les parents autour de l'éducation des enfants (Abidin & Brunner, 1995; Whiteside, 1998). Une alliance parentale élevée est reliée au bon développement de l'enfant (Bouchard, 2014), tout comme à la qualité du fonctionnement parental (Abidin & Brunner, 1995). De plus, l'alliance parentale est liée à des facteurs qui permettent de mieux comprendre les dynamiques familiales, dont le partage des tâches, les stratégies d'adaptation émotionnelle (Maillot-Collet & Baeza-Velasco, 2022) et la qualité des interactions entre les membres de la famille (Corboz-Warnery & Fivaz-Depeursinge, 2001; Favez et al., 2012). Chez les pères, une bonne alliance parentale favorise leur implication dans les soins aux enfants (McBride & Rane, 1998). Aussi, lorsqu'ils ressentent un bon soutien de leur co-parent, ils développent un meilleur sentiment d'efficacité parentale (Feinberg, 2002), mettant en relief l'importance d'explorer les éléments qui pourraient influencer l'alliance parentale des pères.

Le contrôle émotionnel pourrait être l'un des facteurs clés lié à la qualité de l'alliance parentale. Celui-ci se définit par un effort, conscient ou non, visant à minimiser et cacher certaines émotions, souvent considérées comme vulnérables, comme la tristesse, la honte, la culpabilité et la peur (Karakis & Levant, 2012; Pleck, 1981). Selon Kotsou (2014), les effets de l'expression des émotions sur les relations interpersonnelles sont bien établis. Le partage des émotions favorise la création de liens, la transmission d'informations sur les effets du comportement d'autrui, le développement de l'intimité émotionnelle et de la régulation des émotions (Kotsou, 2014). Des études ont d'ailleurs confirmé une diminution de la satisfaction conjugale et de l'intimité émotionnelle chez les hommes démontrant un haut niveau de contrôle émotionnel (Burn & Ward, 2005). Par exemple, il a été démontré que les hommes qui restreignent leurs émotions et leur vulnérabilité rencontraient des difficultés à s'engager dans des relations intimes (Jansz, 2000). Ce haut niveau de contrôle émotionnel tend également à réduire leur disponibilité émotionnelle (Burn & Ward, 2005), ce qui peut nuire à la capacité de soutenir et d'accueillir les émotions de leur partenaire. En fait, les hommes qui ont de la difficulté à identifier et exprimer leurs émotions tendent à avoir de la difficulté à comprendre les émotions de l'autre (Karakis & Levant, 2012). Ainsi, la tendance à minimiser ses émotions pourrait diminuer la capacité à fournir du soutien émotionnel, un élément essentiel à la qualité de l'alliance parentale (Chamberlain, 2002). Le contrôle émotionnel

influence aussi négativement la qualité de la communication au sein du couple (Sheedy & Gambrel, 2019), un élément qui pourrait en retour être lié à l'alliance parentale (Whiteside, 1998). Ces éléments mettent en lumière l'importance de mieux comprendre les processus par lesquels le contrôle émotionnel peut affecter la qualité de l'alliance parentale, afin d'identifier des leviers d'intervention possibles. Il serait donc intéressant d'examiner les mécanismes qui pourraient expliquer la relation entre le contrôle émotionnel et l'alliance parentale chez les pères, notamment la communication constructive, qui pourrait jouer un rôle central dans cette relation.

La communication constructive implique que les deux partis discutent de façon positive du problème, partagent leurs émotions et négocient par la proposition de compromis et de solutions (Heavey et al., 1996). En effet, les difficultés de communication observées chez les couples parentaux peuvent, entre autres, découler de la minimisation, de l'évitement ou de la mauvaise expression des émotions (Sheedy & Gambrel, 2019). Ainsi, étant donné que le contrôle émotionnel peut nuire à une communication efficace (Karakis & Levant, 2012), puis que la communication constructive est liée à une bonne alliance parentale (Whiteside, 1998), la communication constructive pourrait jouer un rôle central dans la relation entre le contrôle émotionnel et l'alliance parentale.

Ainsi, la présente étude vise à examiner la relation entre le contrôle émotionnel et l'alliance parentale via la communication constructive au sein d'un échantillon de pères de jeunes enfants.

## **1.2 Contexte théorique**

### **1.2.1 L'alliance parentale**

L'alliance parentale fait référence à un aspect spécifique du lien entre les parents, celui lié à la coopération et à l'engagement dans leurs obligations parentales (Maillot-Collet & Baeza-Velasco, 2022). Ainsi, elle est indépendante de la nature ou de la stabilité de la relation amoureuse du couple parental, et peut se maintenir, voire s'améliorer, même après une séparation conjugale. L'alliance parentale est un concept complexe qui implique plusieurs critères. Selon Abidin et Brunner (1995), une bonne alliance parentale est caractérisée par les éléments suivants : un investissement de la part de chaque parent auprès de l'enfant, une valorisation de l'investissement de l'autre parent, un respect du jugement et

un désir de communiquer avec l'autre parent. Deux de ces paramètres se retrouvent aussi dans la définition de Whiteside (1998), qui identifie trois ingrédients clés pour une alliance parentale positive : la démonstration de respect envers l'autre parent, le maintien d'une communication constructive à propos de l'enfant et la mise en place d'une façon de séparer les tâches et les responsabilités éducatives. Parmi les divers facteurs ayant été identifiés comme étant liés à l'adaptation parentale, l'alliance parentale est le facteur le plus influent (Chamberlain, 2002). Elle est fortement corrélée à la qualité du fonctionnement parental (Abidin & Brunner, 1995) et liée au degré d'implication des pères dans les soins de leur enfant (McBride & Rane, 1998), à leur estime de soi et à la qualité de l'environnement éducatif, notamment en matière de discipline (Whiteside, 1998). Parallèlement, les comportements coparentaux positifs sont également liés à un meilleur développement affectif et cognitif (Favez et al., 2012) et à une meilleure adaptation de l'enfant (Feinberg, 2003). Étant donné les effets bénéfiques de l'alliance parentale à la fois sur les parents et leur enfant, il est nécessaire de mieux comprendre les facteurs qui y sont associés. L'un des éléments pouvant influencer la qualité de l'alliance parentale chez les pères serait le partage de leurs émotions, c'est-à-dire, leur niveau de contrôle émotionnel.

### **1.2.2 Le contrôle émotionnel**

Pleck (1981) définit le contrôle émotionnel comme un effort, conscient ou non, visant à minimiser ou cacher des émotions ou de l'expression de celles-ci. Ce contrôle peut prendre origine dans une norme masculine et dans une construction sociale selon laquelle les hommes ne doivent pas partager ou exprimer leurs émotions, surtout celles qui démontrent de la faiblesse ou de la vulnérabilité, comme la tristesse, la honte, la culpabilité et la peur, car celles-ci seraient considérées comme "moins" masculines (Karakis & Levant, 2012; Pleck, 1981). D'autres concepts, comme l'alexithymie masculine normative, l'émotivité restreinte, la suppression et les conflits liés aux rôles de genres sont intimement reliés à la notion de contrôle émotionnel par leur ressemblance conceptuelle (Wong et al., 2006). La clarification des différences entre les concepts comparables au contrôle émotionnel permet de cerner les multiples facettes de celui-ci. Wong et al. (2006) expliquent que la difficulté à différencier ces concepts naît du grand nombre de construits utilisés pour décrire une moindre expression des émotions. Quelques nuances permettent tout de même de les distinguer. O'Neil et al. (1986) caractérisent l'émotivité restreinte par une difficulté à exprimer ses émotions et Levant (1992) théorise l'alexithymie masculine normative par le fait que plusieurs hommes sont socialisés de façon à augmenter leur niveau d'émotivité restreinte. Parallèlement, les

conflits de rôles de genre sont définis par O'Neil (1981) comme une restriction de soi-même par l'adhésion à des normes de genre strictes qui influencent négativement le bien-être psychologique de la personne et ses relations interpersonnelles. D'un autre côté, la suppression émotionnelle est un type de régulation émotionnelle où la personne supprime ses réactions émotionnelles, car celles-ci seraient considérées, d'une certaine manière, comme dangereuses (Roth et al., 2014). Par exemple, dans le cas où la suppression prend racine dans les normes de masculinité, le danger perçu dans le fait d'exprimer des émotions vulnérables réside dans la menace qu'elle représente pour l'identité masculine de l'homme, comme la crainte qu'il pourrait être perçu comme faible (Jansz, 2000). Dans ce contexte, la suppression est considérée comme une forme de contrôle émotionnel visant à éviter cette perception négative. En somme, le contrôle émotionnel se distingue par son inclusion de l'inhibition volontaire et involontaire des émotions, souvent façonnées par les attentes sociales liées à la masculinité. Ces caractéristiques en font une variable pertinente pour cette étude, se situant au croisement des divers concepts liés à une moindre expression émotionnelle.

Le contrôle émotionnel est beaucoup plus fréquent chez les hommes que les femmes (Wong et al., 2006). Le questionnaire *Conformity to Masculine Norms Inventory* (CMNI) est principalement et généralement utilisé auprès d'hommes, afin de mesurer leur adhérence aux normes masculines. En effet, les hommes et les femmes sont exposés à la même définition du concept de masculinité, mais on s'attend à ce que les hommes y adhèrent davantage que les femmes (M. C. Parent & Smiler, 2013). Cela est attendu puisque l'adhérence aux normes masculines dépend, entre autres, de la socialisation et de l'éducation selon les normes de genre (Brody, 2000; Levant et al., 2009). Cependant, quel que soit le genre du parent, ses comportements émotionnels et ses valeurs en lien avec les émotions jouent un rôle central, à la fois dans le développement émotionnel de l'enfant (Meyer et al., 2014; Wong et al., 2008), et dans la qualité de la relation entre les parents (Ben-Naim et al., 2013; Levenson & Gottman, 1983). En effet, la qualité de la santé conjugale peut être compromise par un déficit des compétences émotionnelles (Cordova et al., 2005). Dans une étude de Sheedy et Gambrel (2019), des parents rapportaient que le fait de « partager ses sentiments, ses besoins et ses désaccords respectueusement et ouvertement » (page 11) était un élément important dans leur relation coparentale. Cela indique que communiquer constructivement ses émotions avec son coparent pourrait être lié à une plus forte alliance parentale.

### **1.2.3 Le contrôle émotionnel et l'alliance parentale**

Les parents de jeunes enfants gagnent à avoir une bonne alliance parentale, car ils ont besoin de plusieurs formes de soutien pendant cette étape de la vie parentale (Chamberlain, 2002). En effet, certains auteurs considèrent l'alliance parentale comme une forme de soutien conjugal propre au rôle parental puisque l'autre parent est généralement la source de soutien la plus importante (Chamberlain, 2002). Cependant, ce soutien peut être compromis par le contrôle émotionnel et le manque de disponibilité émotionnelle du père (Burn & Ward, 2005). Luz et al. (2017) ont démontré que si l'un des parents s'implique moins émotionnellement dans la relation, l'autre sera moins satisfait de la relation coparentale, en raison d'un soutien et d'une implication dans les soins à l'enfant jugés comme insuffisants. D'un autre côté, la suppression de ses émotions nuit aux relations interpersonnelles, en rendant plus difficiles le partage des difficultés vécues ainsi que l'écoute de celles de l'autre (Roth et al., 2014). Toutefois, pour entretenir une alliance parentale de qualité, les parents doivent se communiquer ouvertement leurs besoins et sentiments (Sheedy & Gambrel, 2019). En résumé, le contrôle émotionnel pourrait influencer l'alliance parentale par différents mécanismes sous-jacents, dont la qualité de la communication (Roth et al., 2014). Cela dit, le rôle précis de ces mécanismes reste encore à clarifier. Il serait donc intéressant de se pencher sur le rôle de la communication constructive à l'intérieur du lien entre le contrôle émotionnel et l'alliance parentale.

#### **1.2.4 La communication constructive**

La communication est un déterminant central de la qualité de la relation conjugale et coparentale (Heavey et al., 1996; Luz et al., 2017; Sheedy & Gambrel, 2019). La communication constructive, principalement utile lors de conflits, se définit par une interaction positive où les partenaires partagent leurs émotions, discutent de leurs idées de solutions et négocient des compromis dans le respect et la coopération (Heavey et al., 1996). Une bonne communication est souvent un objectif en thérapie, puisque la communication non constructive peut créer plusieurs problèmes au sein du couple (Baumann et al., 2023; Whiteside, 1998). En effet, la communication constructive permet une meilleure satisfaction conjugale et réduit la détresse psychologique (Manne et al., 2006). Ce type de communication agit aussi comme facteur de protection contre le stress relié aux enfants (Zemp et al., 2017). Bref, la communication constructive a plusieurs conséquences positives sur l'alliance parentale, car elle peut faciliter le travail d'équipe, la résolution efficace de problèmes et promouvoir la satisfaction conjugale (Feinberg & Kan, 2008; Sheedy & Gambrel, 2019). Pour garder une bonne alliance parentale, les parents doivent donc communiquer ouvertement

et être attentifs aux sentiments et besoins que l'autre parent exprime (Sheedy & Gambrel, 2019). Cependant, lorsque le père a de la difficulté à partager ses émotions en raison d'un haut niveau de contrôle émotionnel, la communication constructive risque de devenir plus difficile. Cela peut générer des tensions dans le couple, car le partage des émotions est un élément essentiel à la résolution efficace des conflits (Ben-Naim et al., 2013).

Puisque le contrôle émotionnel s'inscrit dans une norme masculine, on observe couramment une différence de genre au niveau de la communication des émotions. En effet, les hommes qui ont plus de difficultés à identifier et exprimer leurs émotions ont de plus faibles scores sur les échelles de qualité de communication avec un partenaire amoureux (Karakis & Levant, 2012). Par ailleurs, les compétences en communication des pères sont très importantes, car elles influencent la perception de leur relation coparentale (Van Egeren, 2004). Ainsi, considérant ses associations avec le contrôle émotionnel et l'alliance parentale, la communication constructive pourrait permettre d'expliquer le lien entre le contrôle émotionnel et l'alliance parentale chez les pères.

### **1.2.5 Pertinence de l'étude**

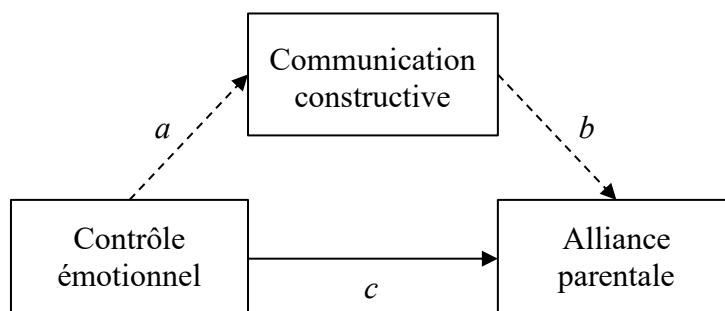
Les études qui ont examinés le contrôle émotionnel, la communication et l'alliance parentale présentent plusieurs limites importantes. Tout d'abord, celles qui se penchent sur le contrôle émotionnel se concentrent surtout sur des variables conjugales comme l'intimité émotionnelle ou la satisfaction conjugale (p.ex. Burn & Ward, 2005; Cordova et al., 2005), plutôt que sur des variables parentales. Bien que plusieurs recherches aient examiné les liens entre des concepts connexes au contrôle émotionnel et des variables liées à l'alliance parentale (p.ex. Chamberlain, 2002; Roth et al., 2014), ces études restent dispersées et ne se penchent pas directement sur la manière dont ces concepts se relient entre eux. De plus, bien que les liens indirects entre le contrôle émotionnel, la communication et l'alliance parentale soient bien documentés (Sheedy & Gambrel, 2019), aucune recherche n'a encore intégré ces relations dans un modèle unifié chez les pères. L'absence d'une telle synthèse limite notre compréhension des dynamiques sous-jacentes entre ces différentes variables. La présente étude vise à combler certaines insuffisances de la littérature en explorant en détail les interactions entre le contrôle émotionnel, la communication constructive et l'alliance parentale.

## 2. Objectifs et hypothèses

L'objectif de cette étude est d'explorer le rôle de la communication constructive au sein de la relation entre le contrôle émotionnel et l'alliance parentale. Plus précisément, le projet vise à comprendre comment l'inhibition des émotions et de l'expression de celles-ci chez les pères peut, en diminuant la qualité de la communication constructive, affaiblir la qualité de la collaboration entre les parents. L'étude de facteurs potentiellement liés à une meilleure alliance parentale pourra permettre d'offrir des pistes pour des interventions qui favoriseraient une collaboration de qualité entre les parents, à travers une diminution du contrôle émotionnel chez les pères et l'amélioration de la communication constructive, favorisant ainsi le bien-être familial global.

Il est attendu que le contrôle émotionnel soit négativement associé à l'alliance parentale. De plus, un lien indirect est envisagé entre le contrôle émotionnel et l'alliance parentale à travers la communication constructive. C'est-à-dire qu'un plus faible contrôle émotionnel pourrait promouvoir une meilleure communication constructive dans le couple parental, qui en retour, serait liée à une meilleure alliance parentale.

**Figure 1.** *Modèle du rôle de la communication constructive dans le lien entre le contrôle émotionnel et l'alliance parentale*



### 3. Méthodologie

#### 3.1 Procédure

La présente étude s'intègre dans le cadre du projet Couples Parentaux, mené par les professeures Dre Alison Paradis (PhD) et Dre Natacha Godbout (PhD). Ce projet examine le bien-être psychologique et relationnel des couples parentaux québécois. Afin de représenter équitablement la population ciblée, les parents participants ont été sélectionnés de manière aléatoire parmi la liste des nouvelles naissances du Régime Québécois d'Assurance Parentale (RQAP). Les critères d'inclusion pour participer à l'étude étaient les suivants : 1) être âgé·e d'au moins 18 ans, 2) parler et comprendre le français ou l'anglais, 3) être parent d'un nouveau-né, 4) être en relation de couple avec l'autre parent et cohabiter, 5) l'un des deux parents doit avoir donné naissance à l'enfant au Québec et 6) les deux parents doivent accepter de participer à l'étude. Les participants ont été contactés par courriel et par téléphone afin d'être invités à répondre individuellement à un questionnaire d'environ 45 minutes, en ligne, sur la plateforme Qualtrics. À la suite de leur participation, chaque parent recevait 20\$ (40\$ par couple) sous forme de carte-cadeau. Lors du premier temps de mesure, l'enfant des participants était âgé d'environ deux mois. Les parents participants ont été recontactés lorsque leur enfant avait huit mois pour le temps 2 et lorsque leur enfant avait 18 mois pour le temps 3. Par la suite, les parents sont recontactés chaque année pour participer à un nouveau temps de mesure. Pour la présente étude, les données du temps 4 qui incluent les variables d'intérêt seront analysées, c'est-à-dire lorsque l'enfant avait approximativement 30 mois. L'approbation éthique du projet a été attribuée par le comité institutionnel d'éthique de la recherche avec des êtres humains (CIEREH) de l'Université du Québec à Montréal (UQAM).

#### 3.2 Participants

Parmi les participants du quatrième temps de mesure du projet Couples Parentaux, et dû à des limitations dans la collecte des mesures choisies pour la présente étude, l'échantillon est composé de 32 pères qui ont répondu à l'ensemble des questionnaires mesurant les variables à l'étude. Le quatrième temps de mesure prenait place alors que les enfants des participants étaient âgés de 28 à 39 mois ( $M = 31,47$ ;  $É.-T. = 2,50$ ). Les participants sont âgés de 27 à 50 ans ( $M = 36,00$  ;  $É.-T. = 5,84$ ). La majorité des parents rapportent que leur langue maternelle est le français (81%) et déclarent être nés au Canada (69%). Au niveau du revenu, 12,5% des participants rapportent un revenu annuel de 39 999\$ et moins, 59,4% des

participants rapportent un revenu entre 40 000\$ et 79 999\$, alors que 28,2% des participants rapportent un revenu de plus de 80 000\$. La plupart des participants (81,3%;  $n = 26$ ) ont obtenu au moins un diplôme de niveau collégial ou l'équivalent. Tous les participants de l'échantillon sont encore en relation de couple avec l'autre parent de leur enfant. La majorité des participant.es (68,8%;  $n = 22$ ) vivent en union de fait ou en relation de cohabitation et 31,3% ( $n = 10$ ) sont mariés. La durée des relations de couple varie entre 4 et 20 ans ( $M = 9,00$ ;  $É.-T. = 3,68$ ).

### 3.3 Instruments de mesure

Un questionnaire sociodémographique a permis de documenter l'âge des parents, leur sexe, leur langue maternelle, leur pays de naissance, leur occupation principale, leur niveau de scolarité, leur revenu annuel, le statut de leur relation de couple, la durée de leur relation et l'âge de leur enfant. Ensuite, trois questionnaires ont été utilisés afin d'examiner le contrôle émotionnel, la communication constructive et l'alliance parentale.

#### 3.3.1 Alliance parentale

La qualité de l'alliance parentale a été évaluée à l'aide d'une traduction francophone du *Parental Alliance Measure* (PAM; Konold & Abidin, 2001) mesure dérivée du *Parental Alliance Inventory* (PAI; Abidin & Brunner, 1995). Ce questionnaire comporte un total de 20 items mesurés sur une échelle de Likert en 5 points (1 = fortement en désaccord, 5 = fortement en accord), où 3 items mesurent le respect et 17 mesurent la communication liée aux soins de l'enfant et le travail d'équipe dans le couple parental. Le score total varie entre 20 et 100, où un plus haut score indique une meilleure alliance parentale. La cohérence interne de l'échelle est satisfaisante dans l'échantillon de la présente étude ( $\alpha = 0,96$ ).

#### 3.3.2 Contrôle émotionnel

Le niveau de contrôle émotionnel a été mesuré avec la traduction francophone de la sous-échelle de contrôle émotionnel comportant 6 items du *Conformity to Masculine Norms Inventory-46* (CMNI-46; Parent & Moradi, 2011). Les participants évaluent leur niveau d'accord avec des affirmations portant sur l'expression et le partage des émotions sur une échelle de Likert à 4 points (0 = totalement en désaccord, 3 = totalement en accord). Le score de la sous-échelle est obtenu à l'aide d'une moyenne aux différents items et varie entre 0 et 3. L'alpha de Cronbach de l'échantillon de cette étude est satisfaisant ( $\alpha = 0,95$ ).

### 3.3.3 Communication constructive

La communication constructive a été mesurée à l'aide de la version brève du *Communication Patterns Questionnaire* (CPQ-SF; Futris et al., 2010). Celui-ci contient onze items, dont trois qui mesurent la communication constructive en demandant au participant comment celui-ci et l'autre membre de son couple réagissent lorsqu'il y a un problème dans la relation et comment ils agissent lorsqu'ils discutent d'un problème au sein du couple. Les participants doivent évaluer la probabilité de chaque item sur une échelle de Likert de 9 points (1 = très improbable, 9 = très probable). Le score total de la sous-échelle de communication constructive peut être calculé en faisant la moyenne des scores aux trois items. Dans ce questionnaire, le patron de communication constructive s'identifie à travers des échanges mutuels lors de problèmes, le partage d'émotions et la négociation de solutions (Futris et al., 2010). Dans la présente étude, la cohérence interne est satisfaisante ( $\alpha = 0,92$ ).

### 3.4 Analyses statistiques

Premièrement, des analyses descriptives ont été réalisées à l'aide du logiciel statistique *IBM SPSS* (version 28) afin d'établir le profil des participants de l'échantillon selon leurs caractéristiques sociodémographiques (âge, genre, pays de naissance, langue maternelle, etc.) ainsi que leurs scores aux variables d'intérêts. La normalité des variables alliance parentale, contrôle émotionnel et communication constructive a été vérifiée en examinant les histogrammes de chaque variable, les scores des coefficients d'aplatissement et d'asymétrie et les tests de normalité de Shapiro-Wilk et de Kolmogorov-Smirnov. Les corrélations ont été calculées pour évaluer la force des liens entre les différentes variables.

Ensuite, une analyse acheminatoire avec effet indirect a été menée en utilisant la *Macro Process* (version 4.2) du logiciel statistique *IBM SPSS* (version 28) développé par Hayes, (2018). Ce modèle (voir **figure 1**) permet, tout d'abord, d'évaluer l'effet direct du contrôle émotionnel sur la communication constructive (lien *a*), l'effet direct de la communication constructive sur l'alliance parentale (lien *b*) et l'effet direct du contrôle émotionnel sur l'alliance parentale (lien *c*). Ensuite, il permet d'évaluer l'effet indirect du contrôle émotionnel sur l'alliance parentale passant par la communication constructive (lien *ab*). Pour évaluer les associations indirectes, la méthode de rééchantillonnage non paramétrique Bootstrap a été appliquée, générant un intervalle de confiance de 95% basé sur 5000 échantillons « bootstrap ». Ces sous-échantillons de taille *n* sont créés en sélectionnant au hasard des participants dans l'échantillon initial et en les remettant dans le « pool »

général, permettant à un participant d'être sélectionné plusieurs fois (Preacher & Hayes, 2008). Cette méthode permet d'obtenir une estimation précise de l'effet indirect, sans être sensible aux petits échantillons (Preacher & Hayes, 2008). Selon Hayes (2018), si les bornes inférieures et supérieures ne comprennent pas zéro, l'effet indirect du modèle est jugé significatif.

## 4. Résultats

### 4.1 Analyses descriptives

Avant de procéder aux analyses principales, les postulats ont été vérifiés à l'aide du logiciel SPSS (version 28). Les résultats indiquent : 1) aucune donnée extrême n'est présente, 2) les distributions des résiduels suivent une courbe normale, 3) la linéarité est respectée, 4) l'homoscédasticité des résiduels est respectée, 5) l'indépendance des résiduels est respectée, et 6) il n'y a pas de multicolinéarité. Ensuite, des analyses descriptives ont été effectuées. Les moyennes des scores de contrôle émotionnel, de communication constructive et d'alliance parentale sont présentées dans le **tableau 1**.

**Tableau 1.** *Statistiques descriptives et corrélations de Pearson pour le contrôle émotionnel, la communication constructive et l'alliance parentale.*

	1	2	3
1. Contrôle émotionnel	—	-0,512**	-0,254
2. Communication constructive		—	0,518**
3. Alliance parentale			—
Moyenne	1,17	6,91	87,25
Écart-type	0,72	1,82	12,32
Minimum	0,00	2,67	50,00
Maximum	3,00	9,00	100,00

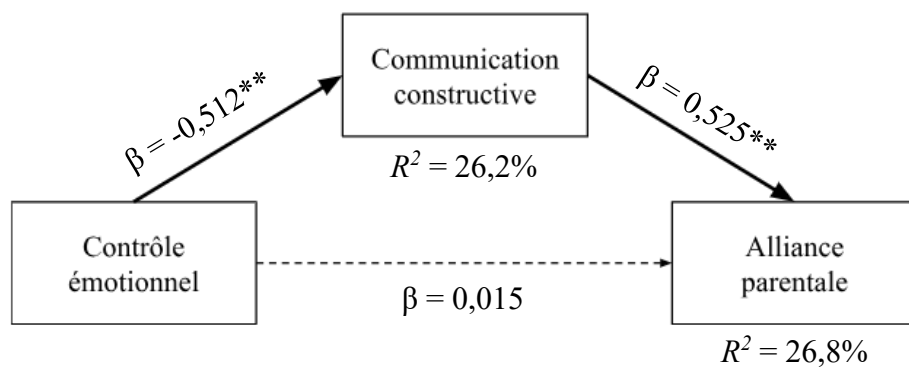
*Note.* \*\* $p < 0,01$ .

Enfin, des analyses de corrélations (voir **tableau 1**) réalisées sur le logiciel SPSS indiquent que le contrôle émotionnel est négativement associé à la communication constructive et que la communication constructive est positivement associée à l'alliance parentale. Cependant, le lien entre le contrôle émotionnel et l'alliance parentale n'est pas significatif.

#### 4.2 Analyse de médiation

L'analyse acheminatoire a permis d'examiner l'association indirecte de la communication constructive dans le lien entre le contrôle émotionnel et l'alliance parentale. La procédure *Bootstrap* a mis en évidence la présence d'une association indirecte significative de la communication constructive ( $\beta = -0,2689$  ;  $p < 0,05$  ; 95% I.C. [-0,5450 ; -0,0441] ;  $R^2 = 0,262$ ) dans la relation unissant le contrôle émotionnel et l'alliance parentale. D'une part, un plus grand contrôle émotionnel est associé à une moins bonne communication constructive, qui en retour est liée à une moins bonne qualité de l'alliance parentale. D'autre part, l'association directe entre le contrôle émotionnel et l'alliance parentale n'est pas significatif ( $\beta = 0,0149$  ;  $p > 0,05$ ). Ceci indique que la relation entre le contrôle émotionnel et l'alliance parentale passe totalement par la communication constructive. Le modèle final explique 26,8% de la variance de l'alliance parentale ( $R^2 = 0,268$  ;  $p < 0,05$ ). Tous les coefficients et pourcentages de variance expliquée sont présentés dans la **figure 2**.

**Figure 2.** Effets directs, indirect et variances expliquées provenant de la Macro Process de Hayes (2018), modèle 4.



Note.  $**p < 0,01$ .

## 5. Discussion

La présente étude visait à examiner le rôle de la communication constructive dans la relation entre le contrôle émotionnel et l'alliance parentale chez les pères de jeunes enfants. Il était attendu que le contrôle émotionnel soit négativement associé à l'alliance parentale et qu'un lien indirect unisse ces deux variables à travers la communication constructive. Plus précisément, nous avons émis comme hypothèse qu'un plus faible contrôle émotionnel serait associé à une meilleure communication constructive dans le couple parental, qui en retour, serait liée à une meilleure alliance parentale.

Les résultats suggèrent qu'un plus haut contrôle émotionnel serait lié à un niveau plus faible de communication constructive, conformément à notre hypothèse. Cela s'accorde avec les études qui présentent le partage des émotions à autrui comme un aspect important d'une communication constructive (Karakis & Levant, 2012; Kotsou et al., 2022). En effet, comme le montre Heavey et al. (1996) dans leur étude sur la mesure de communication constructive, l'expression mutuelle des émotions est essentielle à une communication constructive. Or, lorsque le contrôle émotionnel est élevé, la tendance à exprimer ses émotions aux autres est plus faible, ce qui pourrait nuire à la capacité à communiquer de façon constructive. Chez les hommes, ce phénomène est particulièrement marqué. Le contrôle émotionnel est significativement plus présent dans cette population (Wong et al., 2006), car il est renforcé par des normes masculines qui valorisent la suppression des émotions comme une composante de la masculinité (Brody, 2000; Levant et al., 2009). Ainsi, les pères peuvent rencontrer plus de défis en lien avec un contrôle émotionnel élevé, ce qui peut réduire leur disponibilité émotionnelle (Burn & Ward, 2005) et influencer leur capacité à accueillir les émotions de leur co-parent. Cette difficulté pourrait les pousser à adopter un patron de communication évitant (Afifi et al., 2009), plutôt que constructif. C'est le cas lorsque le père considère plus judicieux de quitter une conversation avant que celle-ci devienne émotionnellement chargée. Afifi et al. (2009) suggèrent que le retrait des hommes lors de situations potentiellement conflictuelles serait considéré comme une stratégie acceptable par ceux-ci puisqu'ils interprèteraient ce retrait comme une façon de préserver la relation. Par exemple, lors d'une situation conflictuelle, le père peut quitter la situation pour ne pas avoir à nommer comment il se sent, ce qu'il considère comme une bonne technique pour ne pas empirer la situation. De plus, comme dans l'alexithymie masculine normative, où les hommes ont de la difficulté à identifier et exprimer leurs émotions (Karakis & Levant, 2012),

le contrôle émotionnel entraîne un manque de compétences émotionnelles qui est normalisé chez les hommes. Or, les impacts de ces déficits sont réels et influencent leurs relations interpersonnelles, entre autres, par des problèmes de communication avec la mère de leur enfant (Afifi et al., 2009; Cordova et al., 2005; Karakis & Levant, 2012; Wong et al., 2006). Bref, puisque le contrôle émotionnel présent chez certains pères peut entraver le partage de leurs émotions, leur capacité à communiquer de façon constructive s'en trouverait négativement impactée.

En retour, un niveau plus élevé de communication constructive serait associé à un niveau plus élevé d'alliance parentale. Ce résultat soutient notre hypothèse qui stipulait que la communication constructive aurait un rôle explicatif dans la relation entre le contrôle émotionnel et l'alliance parentale. Ces résultats concordent bien avec l'étude de Whiteside (1998) qui considère la communication constructive comme l'un des trois ingrédients clés à une alliance parentale de qualité. D'autres auteurs comme Frascarolo-Moutinot et al. (2009) ou Sheedy et Gambrel (2019) expliquent comment la communication constructive est associée à l'alliance parentale par son utilité à la relation coparentale. En effet, une communication constructive permet au couple parental de négocier le partage des tâches liées à l'enfant, de manière à respecter les attentes, les besoins et les émotions de chacun (Frascarolo-Moutinot et al., 2009; Van Egeren, 2004). Aussi, la communication honnête et respectueuse des changements souhaités par les partenaires facilite une coparentalité harmonieuse (Sheedy & Gambrel, 2019). La communication constructive facilite le travail d'équipe et le soutien mutuel des parents dans leurs rôles parentaux, ce qui favorise une bonne alliance parentale (Kopystynska et al., 2020). En effet, dans l'étude de Sheedy et Gambrel (2019), on souligne qu'un des éléments néfastes à la relation coparentale est le fait de ne pas inclure l'autre parent dans une décision à propos de l'enfant. Par exemple, le père peut percevoir une moins bonne alliance parentale si la mère ne communique pas avec lui à propos d'une décision clé en matière d'éducation. Les résultats de la présente étude sont aussi cohérents avec l'étude de Van Egeren (2004) qui indiquent que les compétences en communication dont font preuve les pères dans la relation conjugale prédisent une perception positive de la relation coparentale par ceux-ci. Par ailleurs, puisque la communication constructive permet l'expression efficace des émotions et des besoins entre les co-parents, ceux-ci peuvent offrir et recevoir le type de soutien qui leur convient le mieux. Comme l'indique Feinberg (2002), le soutien est essentiel et permet aux parents de garder une relation coparentale de qualité. Ainsi, grâce à une communication constructive efficace, il est possible

que la mère soit en mesure de mieux soutenir le père dans son rôle de parent et par le fait même, favoriser la perception positive que le père a de leur relation coparentale (Sheedy & Gambrel, 2019). En résumé, l'association entre la communication constructive et l'alliance parentale des pères pourrait passer par l'expression de leurs émotions et de leurs besoins, dans le but de faire une meilleure équipe avec leur partenaire.

Les mécanismes comme la négociation des responsabilités parentales et le soutien mutuel entre les parents favorisent, selon des études antérieures (p. ex. Feinberg, 2002; Sheedy & Gambrel, 2019; Whiteside, 1998), une bonne alliance passant par la communication des émotions au sein de l'équipe parentale. Ainsi, il est logique qu'un moindre partage des émotions du père soit associé, par le biais de sa communication, à une moins bonne alliance parentale perçue. Lorsque le père minimise l'expression de ses émotions, la communication constructive peut être affectée et par le fait même, les négociations de tâches parentales, la communication relative au soin de l'enfant et la collaboration du couple parental. À l'opposé, la communication constructive est favorisée si le père exprime respectueusement ses émotions à sa partenaire. Ainsi, les discussions constructives peuvent soutenir les ajustements des attentes, le partage des responsabilités et de ce fait, l'alliance parentale.

### **5.1 Implications cliniques**

Les résultats de l'étude actuelle soulèvent la pertinence d'intervenir auprès des pères au niveau du contrôle émotionnel et des compétences en communication constructive. Des thérapies se penchant sur les normes masculines comme le contrôle émotionnel existent déjà et offrent plusieurs pistes d'intervention. Premièrement, Mahalik et al. (2005) proposent aux thérapeutes de comprendre, avec l'aide du patient, les points positifs et négatifs liés au fait de se conformer à la norme de masculinité de contrôle émotionnel. Deuxièmement, ils proposent d'explorer l'utilité de ces comportements conformes au contrôle émotionnel selon les différents rôles qu'occupe le client (p. ex. père, co-parent, ami, travailleur, fils). En effet, les conséquences de se conformer ou non au contrôle émotionnel varient selon les situations (Addis & Mahalik, 2003). Par exemple, il peut être attendu du père qu'il s'ouvre sur ses émotions vulnérables avec ses enfants afin que ceux-ci apprennent par observation que le partage d'émotions, même celles considérées féminines, est acceptable et souhaitable (DeFranc & Mahalik, 2002). D'un autre côté, il peut être plus avantageux pour le père, dans son rôle d'employé, de ne pas exprimer ses émotions vulnérables à un client. Le processus

d'exploration que le client entreprend avec le thérapeute peut l'amener à mieux comprendre d'où proviennent les soucis dans ses relations interpersonnelles ou les difficultés avec ses émotions et les émotions des autres (Mahalik et al., 2005). Une fois que les causes du contrôle émotionnel ont été suffisamment explorées, des techniques comme la mentalisation peuvent être mises en œuvre avec le client afin de renforcer sa compréhension de ses propres émotions ainsi que de celles des autres (Fonagy et al., 2011). La pleine conscience peut aussi être une piste thérapeutique intéressante, car elle est incompatible avec la suppression émotionnelle (Chambers et al., 2009; John & Gross, 2007). En effet, la pratique de la pleine conscience invite la personne à observer, sans jugement et sans évitement, ce qu'elle ressent (Brockman et al., 2017), réduisant ainsi le risque de minimiser ses émotions. En plaçant la personne dans un état d'acceptation de la nature et de l'intensité de ses émotions, la pleine conscience pourrait favoriser une expression saine des émotions (Brockman et al., 2017). À l'inverse, les personnes qui tendent à ne pas partager leurs émotions ou à les masquer risquent de recourir davantage à la suppression comme stratégie de régulation émotionnelle (Christophe et al., 2009), ce qui est le cas de plus d'hommes que de femmes (Flynn et al., 2010). Or, la suppression, comme le contrôle émotionnel, peut entraîner des difficultés au niveau des relations, par un manque de soutien social et une distance relationnelle (Christophe et al., 2009).

Parallèlement, dans le but d'améliorer l'alliance parentale perçue par le père, les thérapeutes peuvent travailler ses compétences en communication constructive par le biais d'exercices de résolution de problèmes (Sheedy & Gambrel, 2019). En effet, la présente étude souligne l'importance du rôle de la communication constructive dans le lien entre le contrôle émotionnel (difficultés dans le partage des émotions) et l'alliance parentale. Ainsi, dans le cadre d'une thérapie en couple, le thérapeute peut aider les parents à développer une manière saine et respectueuse d'exprimer leurs émotions et leurs besoins à l'autre (Baumann et al., 2023; Sheedy & Gambrel, 2019). Cependant, lorsqu'un père a de la difficulté à exprimer ses émotions aux autres, il peut également être réticent à aller chercher de l'aide, la thérapie impliquant un dévoilement de soi (Addis & Mahalik, 2003). Ainsi, même pendant la thérapie, les interventions faites devront être sensibles aux difficultés du père à s'ouvrir. Le thérapeute pourrait notamment expliquer au père les bienfaits du partage de ses émotions, en soulignant son utilité dans un contexte thérapeutique.

Par ailleurs, dans des familles avec de jeunes enfants, comme dans le cadre de la présente étude, des interventions parent-enfant ou de coaching parental peuvent représenter une autre voie d'intervention pour inclure activement le père. Ces contextes permettent au thérapeute d'observer les dynamiques relationnelles en présence de l'enfant, notamment en ce qui concerne la communication et la répartition des rôles parentaux (DeFranc & Mahalik, 2002). Par ce contact avec le père, les thérapeutes peuvent l'informer et l'encourager à se questionner par rapport aux normes masculines qu'il incarne et les conséquences sur sa communication avec sa partenaire et la socialisation de ses enfants. De telles interventions peuvent initier des réflexions sur le partage des tâches parentales, ce qui peut constituer une occasion pour pratiquer la communication constructive entre les parents. Bref, peu importe la manière dont le père reçoit du soutien professionnel, il est important que le thérapeute le sensibilise aux actions concrètes qui favoriseraient une bonne communication et une alliance parentale de qualité avec sa partenaire (p. ex. exprimer les changements qu'il souhaiterait dans la relation avec la mère, faire des compromis lors du partage des responsabilités parentales, etc.) (Sheedy & Gambrel, 2019).

En somme, les résultats de l'étude actuelle concordent avec les résultats d'autres études comme celle de Feinberg et Kan (2008) où des interventions ciblant la communication, la résolution de problèmes et les stratégies de soutien mutuel. Ces interventions étaient mises en applications dans des situations tels que la répartition des tâches parentales ou la création d'une sécurité émotionnelle dans le but de favoriser une coparentalité positive et unie. Selon les résultats de Feinberg et Kan (2008), le programme psychosocial préventif aurait le potentiel d'aider la relation coparentale. Finalement, la présente étude soutient que la normalisation du partage des émotions et la promotion des compétences en communication constructive chez les pères pourraient contribuer à améliorer leur alliance parentale avec leur partenaire.

## **5.2 Limites et recherches futures**

Les résultats de la présente étude doivent être interprétés selon certaines limites. Tout d'abord, le devis corrélationnel et transversal utilisé présente plusieurs restrictions, notamment l'impossibilité d'établir un lien de causalité entre les variables étudiées. Aussi, bien que les hypothèses de la direction des associations observées soient basées sur la littérature, la directionnalité doit être interprétée avec prudence. En effet, il serait théoriquement possible que les pères qui perçoivent une moins bonne alliance parentale avec

leur partenaire, choisissent de communiquer de manière moins constructive, ce qui en retour augmenterait leur niveau de contrôle émotionnel. Il serait intéressant de vérifier la direction de ces résultats à l'aide d'un devis longitudinal. De plus, les mesures étant auto-rapportées, les réponses des participants peuvent être influencées par la désirabilité sociale.

Il serait aussi important de reproduire les résultats obtenus avec un échantillon de plus grande taille. Assurément qu'avec un échantillon de 32 pères, il y a un certain manque de puissance statistique. Par exemple, il est surprenant que la corrélation entre le contrôle émotionnel et l'alliance parentale ne soit pas significative, et cela pourrait s'expliquer par un manque de puissance. De plus, il serait pertinent de vérifier si les résultats seraient constants chez les mères, bien que le contrôle émotionnel prenne racines dans une norme de masculinité. En effet, considérant que la définition du contrôle émotionnel s'applique de la même manière aux hommes qu'aux femmes, l'adhérence au contrôle émotionnel pourrait être moins élevé chez les femmes, mais tout de même être lié à la communication et à l'alliance chez celles qui l'endossent (Parent & Smiler, 2013). Il serait alors intéressant d'observer ces relations dans une perspective dyadique, afin de vérifier si les membres du couple parental s'influencent. Aussi, l'étude d'autres normes masculines telles que l'autonomie, la dominance ou la priorité du travail, en lien avec une variable parentale comme l'alliance parentale ou la relation coparentale permettrait de combler un vide dans la littérature. En fait, les normes masculines ont été maintes fois associées avec des variables comme la satisfaction conjugale (p. ex. Burn & Ward, 2005) ou l'intimité (p. ex. Cordova et al., 2005). Or, la présente étude est l'une des premières, à notre connaissance, à explorer les associations entre ces normes et une variable parentale. Il serait aussi important que de futures études se penchent sur ces variables, mais auprès d'échantillons plus variés au niveau du statut de la relation entre les coparents (mariés, séparés, divorcés, etc.), de la diversité sexuelle et de genre et de l'identité culturelle. Également, les enfants étant très jeunes dans l'échantillon de cette étude, il serait intéressant d'examiner les effets des normes masculines du père sur la socialisation des émotions de ses enfants et de ses relations avec les enfants.

## 6. Conclusion

La présente étude met en lumière le rôle central de la communication constructive dans le lien entre le contrôle émotionnel et l'alliance parentale chez les pères de jeunes enfants. Les résultats révèlent que le contrôle émotionnel, en tant que norme masculine internalisée, est négativement associé à la communication constructive qui, en retour, est associée positivement à l'alliance parentale. Les résultats de cette étude soulignent l'importance de considérer les normes de masculinité dans la compréhension des dynamiques coparentales. En apportant un éclairage nouveau sur les répercussions du contrôle émotionnel masculin dans le contexte parental, cette étude contribue à enrichir la documentation scientifique sur la coparentalité et la socialisation genrée des émotions. Elle met de l'avant la pertinence de développer des interventions qui soutiennent les pères dans le développement de compétences communicationnelles favorisant la collaboration parentale, tout en abordant les enjeux liés au contrôle émotionnel comme facteur potentiellement limitatif dans la relation coparentale. Ces résultats permettent d'établir un premier lien entre les normes de masculinité comme le contrôle émotionnel et les éléments parentaux comme l'alliance parentale. Il est, en outre, important de continuer les recherches sur les potentiels effets des normes de masculinité, afin d'explorer différents mécanismes pouvant influencer les familles et les couples parentaux.

## Références

- Abidin, R. R., et Brunner, J. F. (1995). Development of a parenting alliance inventory. *Journal of Clinical Child Psychology*, 24(1), 31-40.  
[https://doi.org/10.1207/s15374424jccp2401\\_4](https://doi.org/10.1207/s15374424jccp2401_4)
- Addis, M. E., et Mahalik, J. R. (2003). Men, masculinity, and the contexts of help seeking. *American Psychologist*, 58(1), 5-14. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.58.1.5>
- Afifi, T. D., McManus, T., Steuber, K., et Coho, A. (2009). Verbal avoidance and dissatisfaction in intimate conflict situations. *Human Communication Research*, 35(3), 357-383. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.2009.01355.x>
- Baumann, M., Bélanger, C., et Godbout, N. (2023). Évaluation et intervention auprès des couples qui consultent pour des problèmes associés à la transition parentale. *Intervention*, 2, 47-63.
- Ben-Naim, S., Hirschberger, G., Ein-Dor, T., et Mikulincer, M. (2013). An experimental study of emotion regulation during relationship conflict interactions : The moderating role of attachment orientations. *Emotion*, 13(3), 506-519.  
<https://doi.org/10.1037/a0031473>
- Bouchard, G. (2014). The quality of the parenting alliance during the transition to parenthood. *Canadian Journal of Behavioural Science / Revue canadienne des sciences du comportement*, 46(1), 20-28. <https://doi.org/10.1037/a0031259>
- Brockman, R., Ciarrochi, J., Parker, P., et Kashdan, T. (2017). Emotion regulation strategies in daily life : Mindfulness, cognitive reappraisal and emotion suppression. *Cognitive Behaviour Therapy*.  
<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/16506073.2016.1218926>
- Brody, L. R. (2000). *The socialization of gender differences in emotional expression : Display rules, infant temperament, and differentiation* (p. 24-47).

- Burn, S. M., et Ward, A. Z. (2005). Men's conformity to traditional masculinity and relationship satisfaction. *Psychology of Men & Masculinity*, 6(4), 254-263.  
<https://doi.org/10.1037/1524-9220.6.4.254>
- Chamberlain, M.-L. (2002). *Lien entre le niveau de stress parental et la qualité de l'alliance parentale chez les parents ayant un enfant âgé de 4 à 6 mois*. Université du Québec à Trois-Rivières.
- Chambers, R., Gullone, E., et Allen, N. B. (2009). Mindful emotion regulation : An integrative review. *Clinical Psychology Review*, 29(6), 560-572.  
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.06.005>
- Christophe, V., Antoine, P., Leroy, T., et Delelis, G. (2009). Évaluation de deux stratégies de régulation émotionnelle : La suppression expressive et la réévaluation cognitive. *European Review of Applied Psychology*, 59(1), 59-67.  
<https://doi.org/10.1016/j.erap.2008.07.001>
- Corboz-Warnery, A., et Fivaz-Depeursinge, É. (2001). Du couple à la famille : L'alliance parentale prénatale annonce-t-elle le devenir de la famille ? *Cahiers critiques de thérapie familiale et de pratiques de réseaux*, 27(2), 17-34.  
<https://doi.org/10.3917/ctf.027.0017>
- Cordova, J. V., Gee, C. B., et Warren, L. Z. (2005). Emotional skillfulness in marriage : Intimacy as a mediator of the relationship between emotional skillfulness and marital satisfaction. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(2), 218-235.  
<https://doi.org/10.1521/jscp.24.2.218.62270>
- DeFranc, W., et Mahalik, J. (2002). Masculine gender role conflict and stress in relation to parental attachment and separation. *Psychology of Men & Masculinity*, 3, 51-60.  
<https://doi.org/10.1037/1524-9220.3.1.51>

- Favez, N., Lopes, F., Bernard, M., Frascarolo, F., Lavanchy Scaiola, C., Corboz-Warnery, A., et Fivaz-Depeursinge, E. (2012). The development of family alliance from pregnancy to toddlerhood and child outcomes at 5 Years. *Family Process*, 51(4), 542-556.  
<https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2012.01419.x>
- Feinberg, M. E. (2002). Coparenting and the transition to parenthood: A framework for prevention. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 5(3), 173-195.  
<https://doi.org/10.1023/A:1019695015110>
- Feinberg, M. E. (2003). The internal structure and ecological context of coparenting: A framework for research and intervention. *Parenting*, 3(2), 95-131.  
[https://doi.org/10.1207/S15327922PAR0302\\_01](https://doi.org/10.1207/S15327922PAR0302_01)
- Feinberg, M. E., et Kan, M. L. (2008). Establishing family foundations : Intervention effects on coparenting, parent/infant well-being, and parent-child relations. *Journal of Family Psychology*, 22(2), 253-263. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.22.2.253>
- Flynn, J. J., Hollenstein, T., et Mackey, A. (2010). The effect of suppressing and not accepting emotions on depressive symptoms : Is suppression different for men and women? *Personality and Individual Differences*, 49(6), 582-586.  
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.05.022>
- Fonagy, P., Bateman, A., et Bateman, A. (2011). The widening scope of mentalizing : A discussion. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 84(1), 98-110. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.2010.02005.x>
- Frascarolo-Moutinot, F., Darwiche, J., et Favez, N. (2009). Couple conjugal et couple coparental : Quelle articulation lors de la transition à la parentalité ? *Cahiers critiques de thérapie familiale et de pratiques de réseaux*, 42(1), 207-229.  
<https://doi.org/10.3917/ctf.042.0207>

- Futris, T. G., Campbell, K., Nielsen, R. B., et Burwell, S. R. (2010). The communication patterns questionnaire-short form: A review and assessment. *The Family Journal*, *18*(3), 275-287. <https://doi.org/10.1177/1066480710370758>
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis, Second edition: A regression-based approach* (Second edition). The Guilford Press.
- Heavey, C. L., Larson, B. M., Zumbobel, D. C., et Christensen, A. (1996). The communication patterns questionnaire: The reliability and validity of a constructive communication subscale. *Journal of Marriage and Family*, *58*(3), 796-800. <https://doi.org/10.2307/353737>
- Jansz, J. (2000). Masculine identity and restrictive emotionality. Dans A. H. Fischer (Éd.), *Gender and Emotion* (1<sup>re</sup> éd., p. 166-186). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511628191.009>
- John, O. P., et Gross, J. J. (2007). Individual differences in emotion regulation. Dans *Handbook of emotion regulation* (p. 351-372). The Guilford Press.
- Karakis, E. N., et Levant, R. F. (2012). Is normative male alexithymia associated with relationship satisfaction, fear of intimacy and communication quality among men in relationships? *The Journal of Men's Studies*, *20*(3), 179-186. <https://doi.org/10.3149/jms.2003.179>
- Konold, T. R., et Abidin, R. R. (2001). Parenting alliance: A multifactor perspective. *Assessment*, *8*(1), 47-65. <https://doi.org/10.1177/107319110100800105>
- Kopystynska, O., Barnett, M. A., et Curran, M. A. (2020). Constructive and destructive interparental conflict, parenting, and coparenting alliance. *Journal of Family Psychology*, *34*(4), 414-424. <https://doi.org/10.1037/fam0000606>

- Kotsou. (2014). *Chapitre 5. L'expression et l'écoute des émotions* dans Mikolajczak M. (ed.), Les compétences émotionnelles, 89-114.
- Kotsou, I., Farnier, J., Shankland, R., Mikolajczak, M., Quoidbach, J., et Leys, C. (2022). Chapitre 8. Séance 6 – Exprimer les émotions. *Les Ateliers du praticien*, 152-169.
- Levant, R. F. (1992). Toward the reconstruction of masculinity. *Journal of Family Psychology*, 5(3-4), 379-402. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.5.3-4.379>
- Levant, R. F., Hall, R. J., Williams, C. M., et Hasan, N. T. (2009). Gender differences in alexithymia. *Psychology of Men & Masculinity*, 10(3), 190-203. <https://doi.org/10.1037/a0015652>
- Levenson, R. W., et Gottman, J. M. (1983). Marital interaction : Physiological linkage and affective exchange. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(3), 587-597. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.45.3.587>
- Luz, R., George, A., Vieux, R., et Spitz, E. (2017). Antenatal determinants of parental attachment and parenting alliance: How do mothers and fathers differ? *Infant Mental Health Journal*, 38(2), 183-197. <https://doi.org/10.1002/imhj.21628>
- Mahalik, J. R., Talmadge, W. T., Locke, B. D., et Scott, R. P. J. (2005). Using the conformity to masculine norms inventory to work with men in a clinical setting. *Journal of Clinical Psychology*, 61(6), 661-674. <https://doi.org/10.1002/jclp.20101>
- Maillot-Collet, M., et Baeza-Velasco, C. (2022). Stress parental, alliance parentale, partage des tâches et stratégies de coping chez les mères et les pères de jeunes enfants, évalués lors de la Covid-19. *Devenir*, 34(2), 161-175. <https://doi.org/10.3917/dev.222.0161>
- Manne, S. L., Ostroff, J. S., Norton, T. R., Fox, K., Goldstein, L., et Grana, G. (2006). Cancer-related relationship communication in couples coping with early stage breast cancer. *Psycho-Oncology*, 15(3), 234-247. <https://doi.org/10.1002/pon.941>

- McBride, B. A., et Rane, T. R. (1998). Parenting alliance as a predictor of father involvement : An exploratory study. *Family Relations*, 47(3), 229-236.  
<https://doi.org/10.2307/584971>
- Meyer, S., Raikes, H. A., Virmani, E. A., Waters, S., et Thompson, R. A. (2014). Parent emotion representations and the socialization of emotion regulation in the family. *International Journal of Behavioral Development*, 38(2), 164-173.  
<https://doi.org/10.1177/0165025413519014>
- O'Neil, J. M. (1981). Patterns of gender role conflict and strain : Sexism and fear of femininity in men's lives. *Personnel & Guidance Journal*, 60(4), 203.  
<https://doi.org/10.1002/j.2164-4918.1981.tb00282.x>
- O'Neil, J. M., Helms, B. J., Gable, R. K., David, et Wrightsman, L. S. (1986). Gender-role conflict scale : College men's fear of femininity. *Sex Roles*, 14(5/6), 335-350.
- Parent, M. C., et Smiler, A. P. (2013). Metric invariance of the conformity to masculine norms inventory-46 among women and men. *Psychology of Men & Masculinity*, 14(3), 324-328. <https://doi.org/10.1037/a0027642>
- Parent, M., et Moradi, B. (2011). An abbreviated tool for assessing conformity to masculine norms : psychometric properties of the conformity to masculine norms inventory-46. *Psychology of Men & Masculinity*, 12, 339-353. <https://doi.org/10.1037/a0021904>
- Pleck, J. H. (1981). *The myth of masculinity*. Institute of Technology Press.
- Preacher, K. J., et Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods*, 40(3), 879-891. <https://doi.org/10.3758/BRM.40.3.879>
- Roth, G., Benita, M., Amrani, C., Shachar, B.-H., Asoulin, H., Moed, A., Bibi, U., et Kanat-Maymon, Y. (2014). *Integration of negative emotional experience versus*

*suppression : Addressing the question of adaptive functioning. 14, 908-919.*

<http://dx.doi.org/10.1037/a0037051>

Sheedy, A., et Gambrel, L. (2019). Coparenting negotiation during the transition to parenthood: A qualitative study of couples' Experiences as New Parents. *The American Journal of Family Therapy, 47*, 1-20.

<https://doi.org/10.1080/01926187.2019.1586593>

Van Egeren, L. A. (2004). The development of the coparenting relationship over the transition to parenthood. *Infant Mental Health Journal, 25*(5), 453-477.

<https://doi.org/10.1002/imhj.20019>

Whiteside, M. F. (1998). The parental alliance following divorce : An overview. *Journal of Marital and Family Therapy, 24*(1), 3-24. [https://doi.org/10.1111/j.1752-](https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.1998.tb01060.x)

[0606.1998.tb01060.x](https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.1998.tb01060.x)

Wong, M. S., Diener, M. L., et Isabella, R. A. (2008). Parents' emotion related beliefs and behaviors and child grade : Associations with children's perceptions of peer competence. *Journal of Applied Developmental Psychology, 29*(3), 175-186.

<https://doi.org/10.1016/j.appdev.2008.02.003>

Wong, Y. J., Pituch, K., et Rochlen, A. (2006). Men's restrictive emotionality : An investigation of associations with other emotion-related constructs, anxiety, and underlying dimensions. *Psychology of Men & Masculinity, 7*, 113-126.

<https://doi.org/10.1037/1524-9220.7.2.113>

Zemp, M., Nussbeck, F. W., Cummings, E. M., et Bodenmann, G. (2017). The spillover of child-related stress into parents' relationship mediated by couple communication.

*Family Relations, 66*(2), 317-330. <https://doi.org/10.1111/fare.12244>

## Annexes

### Annexe 1 : Certificat éthique



#### CERTIFICAT D'APPROBATION ÉTHIQUE RENOUVELLEMENT

No. de certificat : 2018-1689  
Date : 08 janvier 2025

Le Comité d'éthique de la recherche avec des êtres humains (CIEREH) a examiné le rapport annuel pour le projet mentionné ci-dessous et le juge conforme aux pratiques habituelles ainsi qu'aux normes établies par la *Politique No 54 sur l'éthique de la recherche avec des êtres humains* (janvier 2020) de l'UQAM.

#### Protocole de recherche

**Chercheur principal** : Natacha Godbout

**Unité de rattachement** : Sexologie

**Titre du protocole de recherche** : Une étude systémique du bien-être des couples parentaux: Associations avec les traumatismes interpersonnels vécus en enfance

**Source de financement (le cas échéant)** : CRSH, IRSC

**Date d'approbation initiale du projet** : 22 août 2017

#### Équipe de recherche

**Cochercheurs et partenaires** : Alison Paradis; Isabel Côté; Éric Feugé; Martine Hébert; Marie-Ève Daspe; Catherine Herba

**Étudiants et auxiliaires de recherche**: Luciana Lassance; Élise Villeneuve; Mathilde Baumann; Camille-Andrée Rassart; Shalie-Emma Vaillancourt; Ophélie Dassylva; Gaëlle Bakhos; Marie-Jeanne Ledoux-Labelle; Alesha Frederickson; Juliette St-Onge; Élise Villeneuve; Mathilde Baumann; Luciana Lassance Maya Leitao; Camille Andrée Rassart; Ophélie Dassylva; Shalie-Emma Vaillancourt; Gaëlle Bakhos; Marie-Jeanne Ledoux-Labelle; Elise Villeneuve; Rose Lebeau; Elisabeth Lafleur; Florence Grenier; Maggy Gamache; Cloé Canivet; Denisa Marinova; Anna Fortugno; Marie-Florence Marrocco; Taïna Lévesque; Shalie-Emma Vaillancourt; Ophélie Dassylva; Sarah Normand; Nicolas Leprince; Flavie Bêland; Éliane Marchand; Sofia Jallabert; Marie-Luce Asselin; Luciana Lassance; Marie-Jeanne Ledoux-Labelle; Élodie Roy; Juliette St-Onge; Georgiana Costin; Salomé Duhamel

#### Modalités d'application

Le présent certificat est valide pour le projet tel qu'approuvé par le CIEREH. Les modifications importantes pouvant être apportées au protocole de recherche en cours de réalisation doivent être communiquées rapidement au comité.

Tout événement ou renseignement pouvant affecter l'intégrité ou l'éthicité de la recherche doit être communiqué au comité. Toute suspension ou cessation du protocole (temporaire ou définitive) doit être communiquée au comité dans les meilleurs délais.

Le présent certificat est valide jusqu'au **01 février 2026**. Selon les normes de l'Université en vigueur, un suivi annuel est minimalement exigé pour maintenir la validité de la présente approbation éthique. Le rapport d'avancement de projet (renouvellement annuel ou fin de projet) est requis dans les trois mois qui précèdent la date d'échéance du certificat.

**Yanick Farmer, Ph.D.**  
**Professeur, Département de communication sociale et publique**  
**Président du CIEREH**

## Annexe 2 : Traduction francophone de la sous-échelle contrôle émotionnel du CMNI-46

### CONFORMITÉ AUX NORMES DE MASCULINITÉ : CONTRÔLE ÉMOTIONNEL

**Instruction** : En pensant à vos propres actions, sentiments et croyances, veuillez indiquer dans quelle mesure vous êtes personnellement en accord ou en désaccord avec chaque affirmation.

Totallement en désaccord (0)	En désaccord (1)	En accord (2)	Totallement en accord (3)	
J'exprime mes émotions lorsque je discute avec les autres	0	1	2	3
Je ne partage jamais mes émotions	0	1	2	3
J'aime parler de mes émotions	0	1	2	3
Je tends à garder mes émotions pour moi	0	1	2	3
Je tends à partager mes émotions	0	1	2	3
Je déteste quand les gens me demandent de parler de mes émotions	0	1	2	3

### Annexe 3 : CPQ-SF

Les items mesurant la communication constructive sont les items 2, 5 et 7.

**Consigne** : Veuillez indiquer comment votre conjoint(e) et vous réagissez lorsque vous rencontrez des problèmes dans votre relation conjugale. En utilisant l'échelle de 1 (très improbable) à 9 (très probable), encerclez le chiffre qui correspond le plus à votre réponse.

#### A. *LORSQU'UN PROBLÈME SURVIENT DANS NOTRE RELATION...*

		Très improbable							Très probable	
1.	Nous évitons tous les deux d'en discuter.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2.	Nous essayons tous les deux d'en parler.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3.	Mon (ma) conjoint(e) commence la discussion alors que j'essaie de l'éviter.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4.	Je commence la discussion alors que mon (ma) conjoint(e) essaie de l'éviter.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5.	Chacun de nous exprime ses sentiments à l'autre.	1	2	3	4	5	6	7	8	9

#### B. *AU COURS D'UNE DISCUSSION TOUCHANT UN PROBLÈME DE NOTRE RELATION...*

		Très improbable							Très probable	
6.	Chacun de nous blâme, accuse et critique l'autre.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7.	Chacun de nous suggère des solutions et des façons de s'entendre.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8.	Mon (ma) conjoint(e) se montre insistant(e) et fait des demandes alors que je me retire, je me tais ou je refuse de continuer la discussion.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9.	Je me montre insistant(e) et je fais des demandes alors que mon (ma) conjoint(e) se retire, se tait ou refuse de continuer la discussion.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10.	Mon (ma) conjoint(e) me fait des reproches alors que je me défends.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11.	Je fais des reproches à mon (ma) conjoint(e), alors qu'il (elle) se défend.	1	2	3	4	5	6	7	8	9

## Annexe 4 : Traduction francophone du PAM

### ALLIANCE PARENTALE

Les questions suivantes portent sur ce qui peut se passer entre vous et votre conjoint. Il est possible qu'il n'y ait pas de choix de réponse qui corresponde exactement à ce que vous vivez, dans ce cas cochez la réponse qui se rapproche le plus de votre situation actuelle.

	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
	<b>Fortement en désaccord</b>	<b>En désaccord</b>	<b>Incertain</b>	<b>D'accord</b>	<b>Fortement d'accord</b>
1. Mon/ma conjoint(e) apprécie se retrouver seul(e) avec notre enfant.	1	2	3	4	5
2. Durant la grossesse, mon/ma conjoint(e) me faisait sentir qu'il/elle avait confiance en ma capacité d'être une bonne mère/un bon père.	1	2	3	4	5
3. Lorsqu'il y a un problème avec notre enfant, mon/ma conjoint(e) et moi arrivons à trouver ensemble une solution valable.	1	2	3	4	5
4. Mon/ma conjoint(e) et moi communiquons bien ensemble lorsque la conversation concerne notre enfant.	1	2	3	4	5
5. Discuter de notre enfant avec mon/ma conjoint(e) est une chose que j'apprécie et que je recherche.	1	2	3	4	5
6. Mon/ma conjoint(e) est très attentif (ve) à notre enfant.	1	2	3	4	5
7. Mon/ma conjoint(e) et moi sommes d'accord sur ce que notre enfant doit faire et ne pas faire.	1	2	3	4	5
8. Je me sens proche de mon/ma conjoint(e) lorsque je le/la vois jouer avec notre enfant.	1	2	3	4	5
9. Mon/ma conjoint(e) a « le tour » avec les enfants.	1	2	3	4	5
10. Mon/ma conjoint(e) et moi formons une bonne « équipe ».	1	2	3	4	5
11. Mon/ma conjoint(e) considère que je suis une bonne mère/un bon père.	1	2	3	4	5
12. Je considère que mon/ma conjoint(e) est une bonne mère/un bon père.	1	2	3	4	5
13. Mon/ma conjoint(e) fait des choses pour rendre plus facile ma tâche de mère/père.	1	2	3	4	5

- |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|
| 14. Mon/ma conjoint(e) et moi avons la même façon de percevoir notre enfant.  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 15. Si mon/ma conjoint(e) avait à décrire (ou parler de) notre enfant, il/elle dirait à peu près les mêmes choses que moi.                        | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 16. Lorsque notre enfant devra être puni, mon/ma conjoint(e) et moi serons d'accord sur le type de punition qu'il devra recevoir.                 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 17. Je fais confiance à mon/ma conjoint(e) en ce qui concerne ce qui est bien pour notre enfant. Je sens qu'il/elle a un bon jugement à ce sujet. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18. Mon/ma conjoint(e) me dit que je suis une bonne mère/un bon père.   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 19. Mon/ma conjoint(e) et moi partageons les mêmes objectifs en ce qui concerne notre enfant.   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 20. Mon/ma conjoint(e) accepte de faire des sacrifices personnels pour aider à prendre soin de notre enfant.                                      | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |