

Choisir le bon partenaire

Bruno Fortin, psychologue à l'Unité de médecine familiale Charles-Lemoyne

Le cas clinique

Attirée sexuellement par les « mauvais garçons », la patiente réclame de l'aide pour choisir son prochain partenaire de vie. Elle reconnaît avoir fait de mauvais choix par le passé. Elle fréquente un homme faible, honnête, mais un peu bedonnant et un peu chauve. Il serait le père idéal pour ses deux enfants. Elle se sent en sécurité, mais trouve la relation ennuyante. Encore une fois, elle est sur le point de mettre une relation prometteuse en danger pour faire place à une nouvelle flamme qui l'allume. La patiente se reconnaît elle-même comme une femme séduisante. Les tentations se présentent facilement et régulièrement. Ne faut-il pas se fier à son cœur? Mais est-ce bien de son cœur dont il est question?

La recherche le dit

Ce sont habituellement les hommes qui accordent plus d'importance à l'attrait physique de leur partenaire (Schwartz et Hassebrauck, 2012). Depuis près de 70 ans, les études rapportent des différences importantes entre les hommes et les femmes dans le choix d'un partenaire. Les femmes sont plus exigeantes, recherchent des relations comprenant plus d'engagement et attendent plus longtemps avant de commencer des activités sexuelles (McClintock, 2011). Il est intéressant de constater que les beaux hommes ont plus de partenaires sexuelles et rapportent plus de relations exclusivement sexuelles que les autres, alors que ce n'est pas le cas pour les belles femmes. Au contraire, ces dernières ont plus de chance de déclarer des relations exclusives. La beauté semble donner un pouvoir supplémentaire qui permet d'agir selon ses désirs.

Schindler et Tomasik (2010) ont étudié les stratégies de choix amoureux de 60 jeunes adultes à la recherche d'un partenaire. Leur étude longitudinale a permis de constater l'efficacité d'une stratégie de contrôle et de choix sélectifs. La personne choisie était par la suite perçue comme plus attrayante et le degré de satisfaction était plus élevé.

La quête d'un partenaire satisfaisant passe, selon ces auteurs, par le choix d'un but à atteindre, la sélection de stratégies comportementales qui favorisent cette quête ainsi que par une représentation mentale favorable et motivante autant du but à atteindre que de ses capacités personnelles de l'atteindre. Les auteurs évoquent également l'importance du deuil des buts inaccessibles et des occasions passées. De leur côté, Wu et Chiou (2009) rapportent qu'à l'inverse une multiplication des choix amène une recherche plus longue et de plus mauvais choix.

La patiente dont nous avons parlé au début de cet article a pris le temps de constater l'impact négatif de l'identification à des modèles négatifs de son histoire personnelle et la répétition de stratégies inefficaces. Après avoir mis de l'ordre dans ses valeurs, elle a renoncé à ses choix impulsifs antérieurs pour faire plus de place à sa qualité de vie et à celle de ses enfants. Elle a choisi de donner une chance à sa relation actuelle. Cessant d'attribuer ses sensations physiques aux caractéristiques physiques et aux talents des hommes de passage dans sa vie, elle est devenue plus active pour trouver une satisfaction au sein d'un nouveau type d'intimité. Plus active pour partager ce qui lui procure du plaisir, partageant ce que l'autostimulation lui avait appris sur son corps avec un partenaire capable d'écouter et de tenir compte de ses besoins, elle a découvert sa zone de pouvoir dans la satisfaction de sa vie sexuelle sans avoir à sacrifier des aspects primordiaux de sa vie personnelle, conjugale et familiale. Elle a fait le deuil du coup de foudre à la vue du supposé prince charmant qui s'avérerait par la suite être plutôt un crapaud. Parallèlement, son partenaire a contribué à faciliter l'engagement et la satisfaction mutuelle dans leur vie de couple en ayant recours à des verres de contact, à un habillement plus flatteur et en apportant quelques changements dans ses habitudes de vie.

Vous pourrez trouver ces articles complets ou leurs résumés à partir de la base de données EBSCO. Abonnez-vous au www.ordrepsy.qc.ca/bases.

_Bibliographie

McClintock, E. A. (2011). Handsome Wants as Handsome Does : Physical Attractiveness and Gender Differences in Revealed Sexual Preferences. *Biodemography and Social Biology*, 57, 221-257.

Schindler, I., et Tomasik, M. J. (2010). Life choices well made : How selective control strategies relate to career and partner decision processes. *Motivation and Emotion*, 34, 168-183.

Schwartz, S., et Hassebrauck, M. (2012). Sex and Age Differences in Mate-Selection Preferences, *Human Nature*, 23, 447-466.

Wu, P.-L., et Chiou et W.-B. (2009). More Options Lead to More Searching and Worse Choices in Finding Partners for Romantic Relationships Online : An Experimental Study, *CyberPsychology & Behavior*, 12, 3, 315-318.