

## COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Mardi 20 octobre 2015

### Recherche UCL

## La dépression dans le contexte conjugal et familial

**Comment un couple gère-t-il les situations difficiles?** Spécialisée dans l'**étude de la dépression dans le contexte du couple**, c'est la question que pose le Pr Barbara Gabriel à travers ses recherches, qui visent à comprendre quelle évolution de la dépression s'effectue suite aux interactions et aux dynamiques qui s'opèrent entre les deux partenaires et comment protéger la relation sur le long terme. La chercheuse a pu établir divers résultats tels que des **patterns d'interactions conjugales** qui influencent directement l'évolution du trouble dépressif ainsi que le devenir de la relation elle-même.

**Un exemple :** Au sein du couple, avec le temps, le partenaire dépressif risque d'exprimer un niveau élevé d'émotions négatives et de critiques, associées à un faible niveau d'expression d'émotions positives et de marques de soutien. Il rentre dans le cercle vicieux de la négativité, ce qui peut engendrer des symptômes dépressifs plus intenses et un niveau de stress plus élevé.

**Quelle solution ?** Il a été observé que chez les couples concernés, **suivre une thérapie de couple a un effet positif** tant sur la relation conjugale que sur l'évolution de la dépression chez le partenaire concerné. En collaboration avec le Pr Bodenmann de l'Université de Zürich, le Pr Barbara Gabriel a participé à l'évaluation d'**une thérapie de couple orientée vers l'adaptation**<sup>1</sup>, dans le but d'activer les ressources positives nécessaires pour protéger la relation sur le long terme et obtenir une amélioration des symptômes dépressifs. Ces ressources consistent, par exemple, à encourager le soutien du partenaire ou favoriser les activités et les projets communs au sein du couple.

**Le Pr Barbara Gabriel** a également réalisé différentes études portant sur les **dynamiques dans la relation des couples parentaux, liées au développement et au bien-être des enfants**. Les conflits à répétition et les difficultés rencontrées par les parents dans leur relation conjugale peuvent en effet avoir des répercussions sur la qualité de la relation parent-enfant et un impact direct ou indirect sur le développement et l'épanouissement de leur enfant.

### Nouveau projet de recherche : la dépression post-partum dans le contexte conjugal

En lien avec les recherches précédentes réalisées par le Pr Barbara Gabriel, un nouveau projet de recherche sur la dépression post-partum dans le contexte conjugal et familial, financé par le **Fonds Spécial de la Recherche (F.S.R.) a débuté**. Ce projet va être réalisé en collaboration avec Aurélie Gillis, doctorante à l'Institut de recherche en sciences psychologiques, qui analysera le bien-être et le rôle du père dans le contexte de la dépression post-natale.

---

<sup>1</sup>Bodenmann et al. (2008). Effects of coping-oriented couples therapy on depression: A randomized clinical trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 76(6), 944-954. doi: 10.1037/a0013467

## Pourquoi ce projet?

L'**objectif de l'étude** est de **transposer les résultats** obtenus précédemment dans le cadre des dynamiques familiales et de la dépression au sein du couple **au contexte de la dépression post-partum**. **Le but ?** Comprendre comment la dépression post-partum est associée à des variables conjugales influençant la dépression, le devenir de la relation et le bien-être de la famille sur le long terme.

La dépression post-partum a **un impact important sur la relation conjugale des parents et la parentalité, ce qui pose un risque de rechute symptomatique chez la mère dépressive**. Cependant, l'impact de la dépression post-partum à long terme sur la famille est peu connu. Plusieurs études démontrent que les étapes de transition, telles qu'une naissance et la constitution d'une nouvelle famille, causent une faille de vulnérabilité au sein de la relation conjugale.

**Méthode** : Le Pr Barbara Gabriel et Aurélie Gillis procéderont par l'analyse de 60 couples où la mère a développé une dépression post-partum. L'étude se fera sur une période de deux ans et suivra les différentes étapes (3 – 6 mois, 1 an et 2 ans postpartum) via des interviews, l'utilisation de questionnaires et la réalisation d'enregistrements vidéo. Une page Facebook intitulée « Soutien aux jeunes parents », contenant des informations sur l'étude, a également été mise en place.

### Quelques chiffres sur la dépression post-partum

- 10 à 20% des nouvelles mamans souffrent de dépression post-partum
- La dépression post-partum débute entre 4 semaines et un an après la naissance
- Pic le plus haut de la dépression post-natale: entre 3 et 6 mois suivant la naissance

## Contacts presse

### UCL

**Barbara Gabriel**, professeur à la Faculté de psychologie et des sciences de l'éducation et chercheuse à l'Institut de recherche en sciences psychologiques (IPSY) de l'UCL  
[barbara.gabriel@uclouvain.be](mailto:barbara.gabriel@uclouvain.be)

**Aurélie Gillis**, doctorante à l'Institut de recherche en sciences Psychologiques (IPSY) de l'UCL, [a.gillis@uclouvain.be](mailto:a.gillis@uclouvain.be)

**Isabelle Decoster**, attachée de presse de l'UCL  
[isabelle.decoster@uclouvain.be](mailto:isabelle.decoster@uclouvain.be) - 010 47 88 70 ou 0486 42 62 20



### Cliniques universitaires Saint-Luc

**Caroline Bleus** - Service de communication  
[caroline.bleus@uclouvain.be](mailto:caroline.bleus@uclouvain.be) - 02 764 11 99

**Sylvain Bayet** – Service de communication  
[Sylvain.bayet@uclouvain.be](mailto:Sylvain.bayet@uclouvain.be) - 02 764 11 45

