

# La norme hétérosexuelle affecte les couples de même sexe

La société stigmatise les personnes homosexuelles. Celles qui le vivent mal se montrent davantage critiques vis-à-vis de leur partenaire en cas de stress, montre une étude financée par le Fonds national suisse.



© Monstera / pexels

Les couples gèrent plus facilement les épisodes de stress lorsque les partenaires font preuve de soutien et d'écoute l'un envers l'autre. Les couples homosexuels n'y dérogent pas. Mais ils ont la particularité de faire en plus face à une stigmatisation permanente : leur non-acceptation au sein de la société. Et en cas d'épisode de stress, cela peut conduire les partenaires à se montrer plus critiques vis-à-vis du soutien reçu. C'est ce que montre Nathalie Meuwly, psychologue à l'Université de Fribourg et première autrice d'un article récemment paru dans la revue *Couple and Family Psychology : Research and Practice* <sup>[1]</sup>. Un travail soutenu par le Fonds national Suisse (FNS).

Nathalie Meuwly s'est intéressée à la représentation que se font les personnes homosexuelles de leur identité sexuelle. Celle-ci peut être négative parce que la personne est discriminée pour son identité sexuelle. La personne présente alors un hétérosexisme intériorisé – elle souffre de la norme hétérosexuelle. La scientifique a cherché à savoir comment cet hétérosexisme intériorisé influait sur les processus de soutien dans les couples.

## Le stress ravive la stigmatisation

Son étude a montré que dans des conditions normales, en dehors de tout facteur de stress, la satisfaction dans la relation et la perception du soutien ne sont pas liées à la représentation que se font les partenaires de leur identité sexuelle. En revanche, elle a mis en évidence qu'en cas de stress, en lien par exemple avec le travail ou la santé, les personnes qui présentaient un hétérosexisme intériorisé plus important évaluaient le soutien fourni par leur partenaire de manière plus négative.

« Les situations de stress semblent faire ressortir la stigmatisation liée à l'identité sexuelle. Celle-ci provoque un mal-être qui rend plus difficile la gestion des contraintes », analyse Nathalie Meuwly. « Mais nous ne pouvons pas dire à ce stade si le ou la partenaire fait effectivement preuve de moins de soutien, ou si ce soutien est simplement moins bien perçu par la personne exposée au stress », explique la scientifique.

Ces résultats doivent encore être validés sur un échantillon de plus grande taille, mais ces premières connaissances permettent de mieux comprendre les causes et conséquences de l'hétérosexisme intériorisé au sein des couples homosexuels. « Bien que la société soit plus ouverte à l'égard des personnes qui ne correspondent pas à la norme, comme les personnes homosexuelles ou les minorités ethniques, les psychologues ainsi que la société devraient être plus conscients des effets de leur stigmatisation », complète la scientifique.

## Comprendre le fonctionnement des couples homosexuels

Pour l'étude, 68 couples de même sexe (26 couples d'hommes et 42 couples de femmes) ont été recrutés via des sites internet, des courriels, des associations ainsi qu'une publicité dans un magazine.

Les partenaires devaient résider en Suisse, être âgé·e·s d'au moins 20 ans et en couple depuis plus de six mois.

Les scientifiques ont analysé le fonctionnement des couples grâce à différents instruments : des questionnaires, des mesures quotidiennes du soutien durant deux semaines et l'observation, par des scientifiques, des interactions entre les partenaires.

Afin d'estimer leur degré d'hétérosexisme intériorisé, les partenaires ont répondu à neuf questions au début de l'étude – par exemple se situer sur une échelle de 1 (« pas du tout d'accord ») à 6 (« tout à fait d'accord ») par rapport à l'affirmation suivante : « Je me demande souvent si les autres me jugent pour mon orientation sexuelle. »

Les données ont été récoltées entre 2015 et 2017.

(Source : Fonds national suisse)

<sup>[1]</sup> Meuwly, N., Davila, J.: Associations between internalized heterosexism and perceived and observed support in same-gender couples. *Couple and Family Psychology: Research and Practice* (2021).