

## L'« inexpressivité » masculine : des mythes et des faits

Danielle Julien, Louise Cossette, Sophie Léveillé et Teresa Pizzamiglio

Volume 15, numéro 1, juin 1990

Les Québécoises : dix ans plus tard

URI : <https://id.erudit.org/iderudit/031548ar>

DOI : <https://doi.org/10.7202/031548ar>

[Aller au sommaire du numéro](#)

Éditeur(s)

Revue Santé mentale au Québec

ISSN

0383-6320 (imprimé)

1708-3923 (numérique)

[Découvrir la revue](#)

Citer cet article

Julien, D., Cossette, L., Léveillé, S. & Pizzamiglio, T. (1990). L'« inexpressivité » masculine : des mythes et des faits. *Santé mentale au Québec*, 15(1), 165–180. <https://doi.org/10.7202/031548ar>

Résumé de l'article

Cet article examine la thèse couramment admise selon laquelle les hommes expriment moins leurs émotions que les femmes. Les données de recherche montrent peu de différences à cet effet entre les garçons et les filles avant l'adolescence et la vie adulte où, par ailleurs, les hommes apparaissent moins expressifs que les femmes, sauf pour les émotions reliées aux conduites agressives. Cette expressivité moins grande s'observe toutefois dans le cadre d'interactions intimes, alors que les contextes sociaux où la compétition et le statut social sont en jeu semblent plus propices à l'expression d'émotions chez les hommes. Nous proposons que davantage d'études soient menées à ce sujet, en tenant compte des contextes sociaux d'expression émotionnelle engendrés par la division sexuelle du travail.

## L'«inexpressivité» masculine : des mythes et des faits

*Danielle Julien\**

*Louise Cossette\*\**

*Sophie Léveillé\*\*\**

*Teresa Pizzamiglio\*\*\**

---

Cet article examine la thèse couramment admise selon laquelle les hommes expriment moins leurs émotions que les femmes. Les données de recherche montrent peu de différences à cet effet entre les garçons et les filles avant l'adolescence et la vie adulte où, par ailleurs, les hommes apparaissent moins expressifs que les femmes, sauf pour les émotions reliées aux conduites agressives. Cette expressivité moins grande s'observe toutefois dans le cadre d'interactions intimes, alors que les contextes sociaux où la compétition et le statut social sont en jeu semblent plus propices à l'expression d'émotions chez les hommes. Nous proposons que davantage d'études soient menées à ce sujet, en tenant compte des contextes sociaux d'expression émotive engendrés par la division sexuelle du travail.

Nous proposons ici une réflexion sur la thèse couramment admise selon laquelle les hommes expriment moins leurs émotions que les femmes. Cette réflexion s'appuie sur les développements théoriques les plus récents dans le domaine de la psychologie des émotions. Ces modèles nous fournissent en effet un cadre précieux pour l'organisation des données empiriques que nous avons répertoriées<sup>1</sup>. Étant donné la complexité de la question et le cadre limité de cet article, nous ne pourrions faire une revue exhaustive de la documentation et des controverses actuelles. Nous voulons simplement communiquer les éléments qui nous sont apparus les plus stimulants, tout en offrant un nouveau cadre d'analyse.

Dans un premier temps, nous parlerons des différences sexuelles observées dans l'expression des émotions. La présentation de données sur le développement de ces différences depuis la période néo-natale jusqu'à l'adolescence sera suivie de données sur les différences reconnues entre les femmes et les hommes adultes. Dans un deuxième temps, nous analyserons le rôle des dysfonctions de la régulation des émotions dans le développement de pathologies pour lesquelles les hommes sont plus à risque que les

---

\* Danielle Julien professeure-chercheure : Département de Psychologie et Laboratoire de recherche en écologie humaine et sociale, UQAM.

\*\* Louise Cossette : stagiaire post-doctorat, Institute of Human Development, Université de Californie, Berkeley, États-Unis.

\*\*\* Sophie Léveillé et Teresa Pizzamiglio : étudiantes graduées, Département de Psychologie et Laboratoire de recherche en écologie humaine et sociale, UQAM.

femmes. Puis nous formulerons des hypothèses sur le rôle social des dysfonctions émotives chez les hommes, et le rôle possible de ces fonctions dans le maintien des dysfonctions. Mais voyons d'abord brièvement les principes théoriques qui ont guidé notre réflexion<sup>2</sup>.

### **Vers une reconceptualisation des émotions**

L'émotion humaine a traditionnellement été et est encore largement considérée comme un phénomène purement subjectif et intra-psychique. Selon cette conception, les mouvements faciaux, vocaux et gestuels sont l'expression visible de cette essence interne. C'est ce que nous appelons « l'expression des émotions » dans le langage aussi bien populaire que scientifique. Suivant ce modèle, l'émotion est le produit de l'activation du système nerveux autonome qui, en réagissant à des stimuli externes, déclenche une réponse motrice, faciale ou vocale spécifique (ex. : expression de joie, de tristesse, de colère) accompagnée de cognitions ou de sentiments particuliers.

Au cours des dernières années, ce modèle a subi des modifications substantielles. D'« intra-psychiques », les émotions sont devenues « intrinsèquement relationnelles » (Campos et al., 1989). Parmi les éléments les plus marquants de ce revirement théorique, nous retenons les trois principes suivants. Premièrement, dans la conception traditionnelle de l'émotion, le rôle de l'environnement physique et social se limite plus ou moins à celui de stimulus déclencheur de l'émotion, laquelle se termine dans le corps de la personne. Selon la nouvelle conception, l'émotion et l'environnement font partie d'un système de rétroaction dans lequel une réponse émotive produit une réaction environnementale, laquelle module à son tour l'émotion qui l'a suscitée. Ce processus de rétroaction se poursuit aussi longtemps que dure l'interaction entre l'individu et son environnement. Deuxièmement, les facteurs écologiques, en particulier l'environnement familial et l'histoire d'apprentissage associée aux normes culturelles et sociales, influencent la « signification » qu'un individu accorde à un événement particulier. Ces facteurs limitent le répertoire de réactions émotives d'un individu face à un événement donné, et ils limitent l'investissement émotif d'un individu dans une situation particulière. Troisièmement, une émotion peut être associée à plusieurs modalités de réponses (physiologique, motrice, cognitive, etc.) qui se manifestent conjointement ou non.

Malheureusement, la plupart des études réalisées jusqu'à maintenant s'inspirent des modèles traditionnels. Par exemple, peu d'études ont étudié les émotions dans le contexte de la régulation d'interactions sociales en milieu naturel. Aussi, plusieurs études présentent des problèmes de validité qui limitent la généralisation des résultats à d'autres situations. Enfin, les indices comportementaux utilisés ne sont souvent pas définis, et une même émotion est souvent inférée à partir des mesures les plus diverses. On mesure tantôt des expressions faciales et vocales, tantôt des réponses physiologiques à divers stimuli dans des situations contrôlées en laboratoire,

tantôt des contenus verbaux échangés en cours d'interaction (ex. : « je suis triste »), des rapports rétrospectifs (ex. : « j'avais une boule dans la gorge ») ou enfin des traits de personnalité (ex. : « je suis une personne agressive »). Tout au long du texte, nous tiendrons compte de ces différents niveaux.

### **Les différences reliées au sexe dans l'expression des émotions : l'enfance**

À la naissance et au cours de la première année, la majorité des recherches ne rapporte aucune différence liée au sexe dans les sourires, les pleurs spontanés ou en réaction à divers événements, les gémissements ou grognements (pour une revue de la documentation, voir Cossette, 1989). Les quelques études qui rapportent des différences présentent, en outre, des résultats plutôt divergents. Ainsi, dans les premiers jours suivant la naissance, on observe plus d'irritabilité (pleurs, gémissements) tantôt chez les filles (Riese, 1986), tantôt chez les garçons (Osofsky et O'Connell, 1977).

L'étude d'émotions plus complexes (colère, tristesse, surprise, etc.) à l'aide de grilles d'analyse systématique des expressions faciales montre également quelques différences. Mais, ici encore, les résultats divergent. Parmi les six études recensées, l'une rapporte plus d'expressions d'intérêt chez les filles au cours de séances d'interaction avec leur mère (Malatesta et Haviland, 1982). D'autres recherches utilisant des méthodes similaires ne rapportent aucune différence de ce type (Cossette, 1989).

De la période préscolaire jusqu'à la pré-adolescence, les différences apparaissent plus nombreuses, mais il est toujours aussi difficile d'en dégager des tendances claires. Ainsi, aucune différence systématique n'apparaît dans les pleurs et les expressions de peur, dans les réactions à la frustration ou aux événements non familiers (voir Brody, 1985).

Par ailleurs, plusieurs études s'entendent sur le fait que les garçons sont plus agressifs que les filles, cette différence se manifestant dès l'âge de deux ans (ex. : Hyde, 1984). L'agressivité n'est pas une émotion, bien qu'on l'associe souvent à la colère<sup>3</sup>. Les recherches suggèrent que l'agressivité constitue pour les garçons un mode privilégié de réaction ou d'expression émotive, en particulier face aux événements stressants (ex. : Cummings et al., 1989). Ainsi, dès l'âge de deux ans, garçons et filles montrent des niveaux élevés de détresse à la suite de conflits familiaux ou face aux expressions de colère de leur entourage. Mais les garçons manifestent également de la colère et davantage d'agressivité que les filles (Cummings et al., 1989). Selon Emery (1980), les filles réagissent davantage aux conflits familiaux par des comportements de retrait, de la détresse et de l'anxiété.

En résumé, on trouve peu de différences entre les expressions émotives des garçons et des filles, de la naissance à la pré-adolescence. Après la deuxième année toutefois, les garçons manifestent plus de comportements

agressifs que les filles, quoique les émotions qui leur sont associées soient méconnues.

Par ailleurs, si l'on considère le modèle théorique exposé plus tôt, il semble qu'on connaisse peu les contingences associées à la production de réponses émotives spécifiques chez les deux sexes. L'analyse des événements qui suscitent ces réponses, des conséquences sociales de ces réponses et des situations où elles se manifestent permettraient peut-être d'identifier des modes de réactions et d'expressions émotives propres aux garçons et aux filles. Nous connaissons peu les réactions de pairs et d'adultes aux comportements agressifs ou anxieux de jeunes enfants et, parmi ces réactions, celles qui perpétuent les comportements agressifs ou anxieux dans des situations spécifiques. Des réponses à ces questions nous permettraient de mieux comprendre les différences observées entre les sexes à l'adolescence et à l'âge adulte. Les études sur les attitudes face aux émotions des enfants suggèrent en effet que les adultes pourraient répondre de façon différente aux expressions émotives des garçons et des filles. Les parents interrogés par Birnbaum and Croll (1984) ainsi que de jeunes adultes sans enfant disent accepter plus facilement la colère chez les garçons et les expressions de peur chez les filles. De plus, les adultes perçoivent de façon différente la même expression émotive selon le sexe de l'enfant. Ils lui attribuent de la peur lorsque l'enfant est présenté comme fille et de la colère lorsqu'on le présente comme garçon (Condry and Condry, 1976). Bref, il est fort possible que l'environnement social intervienne assez tôt dans la différenciation des expressions émotives chez les garçons et les filles, mais on en connaît encore mal les processus.

## **L'adolescence**

On trouve très peu d'études comparant les émotions des garçons et des filles à la pré-adolescence. Partant de réponses à des questionnaires, une étude récente menée auprès de garçons et filles âgés-es de 11 à 17 ans rapporte des différences sexuelles dans la fréquence, la durée et l'intensité de certaines émotions, et dans les événements et les contextes qui les suscitent (ex. : avec des amis-es, au cours d'activités sportives) (Stapley et Haviland, 1989). Les garçons rapportent éprouver davantage de mépris que les filles et celles-ci rapportent plus de surprise et d'émotions associées aux états dépressifs (timidité, honte, tristesse, etc.). Les auteures notent cependant que les garçons ont tendance à dénier leurs émotions de surprise, de tristesse, de culpabilité et de dégoût. Parmi les nombreuses différences reliées au contexte, les filles disent éprouver davantage d'émotions et des émotions plus variées au cours de leurs interactions avec les autres. Pour les garçons, ce sont les activités sportives et scolaires, ainsi que les loisirs, qui suscitent le plus d'émotions. Ainsi, les différences sexuelles sont beaucoup plus marquées lorsque l'on tient compte des contextes auxquels les émotions sont associées. Ces données suggèrent donc que les garçons n'éprouvent pas, en général, moins d'émotions que les filles, mais qu'ils

les éprouvent dans des contextes différents. On ne dispose malheureusement pas de données d'observation qui permettraient d'élargir la portée de ces résultats.

## La vie adulte

Les recherches sur les différences sexuelles au niveau de l'expression des émotions chez les adultes sont étonnamment convergentes. Quelle que soit la méthode utilisée (questionnaire ou observation du comportement), les hommes apparaissent moins expressifs que les femmes.

Les conduites agressives font exception à cette observation. Ainsi, les statistiques sur les actes criminels commis par les hommes sur les femmes indiquent clairement que les hommes sont dans une large mesure plus agressifs que les femmes<sup>4</sup>. Même si, dans le domaine de la violence conjugale, les femmes ont aussi des comportements agressifs de défense ou d'attaque lors d'épisodes d'escalades agressives<sup>5</sup>, les conséquences de la violence conjugale s'avèrent fort différentes chez les deux sexes (Kurz, 1989). En effet, les femmes sont plus sérieusement atteintes physiquement si l'on tient compte de la gravité des blessures infligées (Brush, 1990 ; Demers, 1988 ; Walker, 1989) ; elles sont aussi plus sérieusement atteintes psychologiquement, si l'on tient compte de l'augmentation de leur vulnérabilité à la dépression (Carmen et al., 1984, cit. Walker, 1989 ; Russell, 1982 ; 1986). Quant aux hommes, les analyses théoriques féministes proposent que, en augmentant la vulnérabilité des femmes à la dépression, la violence conjugale contribue à réaffirmer et à maintenir le statut de dominant des hommes au sein du couple (Walker, 1989).

Dans un autre registre d'émotions exprimées, celui de la dépression, la prévalence moins élevée de la dépression chez les hommes dans la population tant adolescente qu'adulte suggère que, par rapport aux femmes, ceux-ci éprouvent moins d'états émotifs dysphoriques (Cleary, 1987 ; Weissman et Klerman, 1977). De plus, lorsque les hommes sont déprimés, ils diffèrent des femmes dans le type de symptômes rapportés. Par exemple, des analyses factorielles des réponses des hommes et des femmes au Beck Depression Inventory (Beck et al., 1961) indiquent que les hommes pleurent peu, sont agressifs et développent des problèmes somatiques (troubles du sommeil et tension). Les femmes pleurent et sont irritables (Funabiki et al., 1980 ; Nolen-Høeksema, 1987).

Les événements à l'origine de la dépression semblent aussi différents pour les deux sexes. Ainsi, et en accord avec les données précédentes sur l'adolescence, les problèmes de relations interpersonnelles seraient plus souvent associés à la dépression des femmes, alors que les problèmes de performance et de travail seraient plus souvent associés à la dépression des hommes (Baron et Joly, 1988 ; Pearlin, 1975).

Les recherches récentes s'inspirant des modèles interactifs de la dépression apportent, à notre avis, des informations particulièrement importantes

pour comprendre la relation entre la dépression et la violence dans le couple. Les interactions de couples en détresse chez qui les femmes manifestent des symptômes dépressifs (tel que mesuré par le BDI) indiquent que les comportements dépressifs de celles-ci (ex. : plaintes, dévalorisation de soi) diminuent la probabilité de violence verbale de la part de leur conjoint (humiliation, menaces, etc.) (Biglan et al., 1985). Par contre, les comportements « facilitateurs des femmes » (ex. : humour, empathie) augmentent la probabilité de comportements dépressifs chez leur conjoint. Dans cette étude, les comportements dépressifs des hommes n'entraînent pas de conséquences particulières chez leur femme. Mais ces hommes ne sont pas « déprimés » au sens du BDI comme c'est le cas pour les femmes. Il est possible que les comportements dysphoriques des hommes soient aversivement contrôlés, ce qui expliquerait leur moindre fréquence chez les hommes. Des données provenant de questionnaires indiquent en effet que les hommes déprimés suscitent plus de rejet social que les femmes déprimées, et que leur environnement social les juge plus sévèrement atteints (Hammens et Peters, 1977). Nous n'avons pas d'observations d'interactions d'hommes déprimés, tant dans le milieu conjugal que de travail. Elles permettraient de voir si leurs comportements entraînent des effets similaires ou différents de ceux des femmes.

Outre les données sur l'agressivité et la dépression, plusieurs études en fournissent d'autres sur l'expression d'émotions négatives chez les hommes et les femmes, sans toutefois fournir de précisions sur la nature de ces émotions. Des données provenant de questionnaires montrent que les hommes parlent moins que les femmes des émotions négatives qu'ils ressentent (Aries et Johnson, 1983 ; Padesky et Hammen, 1981 ; Tschann, 1988). Contrairement à certaines femmes, ils ne manifestent pas de tendance à ruminer leurs émotions négatives et à les décrire dans un journal personnel (Funabiki et al., 1980). De plus, lorsqu'ils se sentent déprimés (selon les mesures du BDI), les hommes ne mentionnent jamais le mot « dépression » lorsqu'ils parlent aux autres de leurs problèmes (Fromkin et Warren, 1982, cit. Warren, 1983). Ils ont alors, davantage que les femmes, tendance à s'isoler et à utiliser des stratégies de diversion telles la marche, des activités physiques et des activités sexuelles diverses (Nolen-Høeksema, 1987).

L'analyse des conversations en cours d'interactions montre aussi que les hommes expriment moins d'émotions que les femmes, que ces émotions soient positives ou négatives (par ex. : « Je suis triste », « Je me sens heureux-se »). On observe cette différence aussi bien lors d'interactions conjugales (Notarius et Johnson, 1982) que lors d'interactions dyadiques entre amis intimes (Highlen et Gillis, 1978) ou entre simples camarades de même sexe ou non (Dosser et al., 1983).

Dans le même sens, les observations systématiques de la communication non verbale montrent un plus faible degré d'expressivité chez les hommes (voir Hall, 1984 pour une revue), mais, encore ici, les chercheurs mesurent rarement des émotions spécifiques. On sait par exemple que,

lors d'interactions de couples, les hommes montrent moins d'affects négatifs que les femmes (Gottman, 1979) ; cependant, dans ces études, la mesure d'affect négatif peut recouvrir aussi bien les pleurs que la colère. Il est donc difficile de comprendre à quoi réfère la plus grande « négativité » des femmes souvent discutée dans ces études cliniques. D'autres observations d'interactions face à face montrent que les hommes sourient moins et regardent moins leur partenaire que les femmes (Davis et Weitz, 1981). Ils rient également moins (Frances, 1979), émettent moins de mouvements de tête et bougent peu le corps (Davis et Weitz, 1981). Dans des situations où les conjoints se confient leurs problèmes personnels les plus graves, les hommes sont, encore une fois, moins dynamiques que les femmes (Julien et Markman, 1989). Ils utilisent moins d'indices faciaux, de mouvements de tronc, de bras et des mains, et les variations dans l'amplitude de leur voix sont moins marquées. Ils manifestent par ailleurs davantage de comportements de retrait en cours d'interaction. Par exemple, ils évitent de regarder leur conjointe et détournent leur corps (Julien et al., 1989). En somme, dans le contexte d'interactions face à face où des problèmes relationnels ou personnels sont discutés, les hommes sont moins expressifs que les femmes en égard aux expressions verbales et non verbales d'émotions.

Étant donné ces différences, on peut se demander si l'expression des émotions en cours d'interactions intimes a des conséquences différentes pour les deux sexes. Nos propres recherches suggèrent que l'expressivité génère davantage de « bénéfiques » chez les femmes que chez les hommes. On observe de tels effets au cours d'interactions conjugales où les femmes confient un problème personnel à leur conjoint. Plus elles sont attentives et expressives au cours de cette interaction, plus faible est leur détresse immédiatement après l'interaction (Julien et al., 1989). Les conduites non verbales de leur conjoint sont aussi reliées à la réduction du stress des femmes, mais à un moindre degré. C'est comme si elles « faisaient tourner la roue » et étaient plus actives que leur conjoint dans la modération de leur propre stress<sup>6</sup>. Par contraste, l'expressivité des hommes confiant des difficultés à leur conjointe n'est pas associée à la réduction du stress qu'ils éprouvent initialement. En fait, les conduites non verbales de leur conjointe les écoutant sont de meilleurs prédicteurs de cette réduction. Ces données laissent donc ouverte la question de la fonction précise des émotions dans la modération sociale du stress chez les hommes, et, surtout, des contextes interactifs où leurs émotions peuvent avoir de telles fonctions.

En résumé, on observe peu de différences sexuelles dans l'expression d'émotions depuis la naissance jusqu'à l'adolescence. Les différences deviennent de plus en plus apparentes à partir de l'adolescence, les recherches indiquant que les femmes expriment davantage d'émotions et sont plus expressives que les hommes. Des études suggèrent, toutefois, que ces résultats seraient le produit d'observations faites dans des contextes « écologiquement » plus pertinents pour les femmes. Dans le cadre d'interactions sociales intimes, les émotions exprimées par les femmes ont des effets de



régulation d'interactions. Les hommes étant moins expressifs dans ces cas-là, il est donc difficile de trouver des effets semblables à ceux produits par les femmes. On peut se demander si de telles différences se manifestent dans des contextes différents de l'interaction face à face plus ou moins intime. Les données de Stapley et Haviland sur les adolescents-es suggèrent que d'autres formes de relations interpersonnelles, par exemple l'activité sportive et l'équipe de travail, pourraient révéler des degrés élevés d'expression émotive chez les hommes. C'est ce que suggèrent aussi d'autres études dans lesquelles les hommes mentionnent que, pour eux, la révélation de problèmes relationnels et personnels est, contrairement aux femmes, secondaire en importance aux conversations portant sur le travail, les finances, les sports, et la politique (Ayres, 1980 ; Davidson et Duberman, 1982 ; Tschann, 1988). Ces sujets étant pour eux plus importants, il est possible que les hommes s'investissent davantage sur le plan émotif dans ce type de contexte interactif en raison des effets sociaux que les émotions y produisent, surtout en terme de gain ou de maintien de statut. Mais empiriquement, la question de « l'écologie des émotions » des hommes reste ouverte. Les données sur les rapports entre les émotions et la santé pourraient nous fournir quelques jalons.

### **La relation entre émotions et la santé**

L'hypothèse suivant laquelle les émotions sont impliquées dans la genèse et le développement de pathologies n'est pas nouvelle. On la trouve déjà chez Hippocrate puis chez Galien (voir Allport, 1961) et, au début du siècle, chez Freud avec son concept d'hystérie de conversion. Depuis, la relation émotion-pathologie ou émotion-immunologie a été boudée par les scientifiques chercheurs-es qui la considéraient comme du pur folklore. Mais les recherches plus récentes en psychologie du développement, en médecine behaviorale, en psychophysiologie et en psychologie clinique témoignent d'un intérêt croissant pour cette question. On reconnaît que les réponses du système nerveux autonome associées aux émotions (augmentation du rythme cardiaque, de la pression sanguine, etc.) influencent les systèmes physiologiques (endocrinien, immunologique, etc.) qui sont engagés dans la réaction de l'organisme aux agents pathogènes et dans l'évolution de plusieurs maladies, du simple rhume au cancer. L'étude des facteurs socio-psychologiques impliqués dans ces processus préoccupent actuellement beaucoup de chercheurs-es.

Les données sur les causes majeures de morbidité et de mortalité en Amérique du Nord indiquent que, chez les individus de moins de 55 ans, de race blanche et de classe moyenne et supérieure, les risques de développer et de mourir de maladies cardio-vasculaires sont cinq fois plus élevés chez les hommes que chez les femmes (Cleary, 1987). On peut donc se demander s'il existe une association entre les données sur l'expression des émotions chez les hommes et leur grande vulnérabilité aux maladies cardio-vasculaires.

Les recherches sur les émotions et le développement des maladies cardio-vasculaires indiquent que deux configurations comportementales associées à des émotions négatives, soit le Type A et la « suppression d'émotions », constituent des facteurs de risque. La configuration de Type A (Friedman et Rosenman, 1959) inclue les indices comportementaux suivants, identifiés au cours d'une entrevue structurée de classification : ton de voix élevé, latence très courte des réponses aux questions, débit rapide de parole, propos dénotant un haut niveau d'hostilité à l'endroit des autres, et enfin, forte compétitivité inférée à partir des conduites de contrôle du « plancher » (interruptions fréquentes et faible niveau d'attention à ce que l'autre dit).

Les recherches démontrent que les individus manifestant la constellation comportementale de Type A ont, par rapport à ceux de Type B (les non-A), des réactions physiologiques plus marquées (accélération cardiaque, respiration, etc.) à des stresseurs environnementaux (pour une revue, voir Houston, 1987). C'est cette hyper-réactivité physiologique chronique qui rendrait ces individus plus vulnérables aux problèmes cardio-vasculaires. Les chercheurs-es pensent qu'une activation quotidienne fréquente et intense du système nerveux autonome (activation associée, en particulier, à la colère et l'hostilité) serait responsable à long terme de troubles du système cardio-vasculaire, tels l'hypertension, l'artériosclérose et l'infarctus. Le jeu des mécanismes impliqués est toutefois mal connu.

On identifie une deuxième configuration comportementale qui semble jouer un rôle dans l'étiologie des maladies cardio-vasculaires : la « suppression des émotions ». Les études expérimentales à ce sujet réfèrent plus particulièrement à la peur ou l'anxiété, à la colère ou à l'hostilité. Ces émotions sont inférées à partir de l'augmentation de la réponse cardiaque au cours d'une tâche expérimentale stressogène, et à partir des réponses verbales exprimant de l'anxiété ou de la colère. Par ailleurs, le processus de suppression est inféré à partir de manifestations d'accélération cardiaque chez des individus qui, par ailleurs, manifestent des réponses verbales et faciales opposées à leurs réponses physiologiques (neutralité verbale et faciale, expressions de confort, etc.). Les chercheurs-es rapportent, à partir de la comparaison de groupes de sujets, une relation inverse entre le niveau d'expression faciale et/ou verbale d'émotions et le niveau de réactivité physiologique (Lynch, 1985 ; Notarius et Levenson, 1979 ; Warrenburg et al., 1981). C'est à dire que plus le degré d'expression est faible, plus la réactivité cardiaque est forte.

Des recherches en cours montrent que la suppression d'émotions est associée à une surproduction de cholestérol, qui, comme nous l'avons vu, est un facteur de risque important dans le développement des maladies cardio-vasculaires. Dans un cadre anxigène, les individus qui ne manifestent aucune réaction physiologique, motrice et verbale d'anxiété (les « vrais » non-anxieux) et ceux qui manifestent à la fois une accélération de l'activité cardiaque et des réactions motrices et verbales d'anxiété, ont des niveaux

de cholestérol significativement moins élevés que les « supprimeurs-es » (Niaura, cit. Chollar, 1989). Les chercheurs-es observent également que l'accélération cardiaque est plus forte chez les « supprimeurs » que chez les individus expressifs.

On remarque que les études sur les patrons de comportements susceptibles de jouer un rôle dans le développement de troubles cardio-vasculaires ont jusqu'à maintenant surtout tenté d'identifier des caractéristiques stables chez les individus (sous la forme « Type A » ou « supprimeur d'émotions »). Ces études se sont aussi beaucoup attachées aux mécanismes physiologiques ou neuro-psychologiques reliant ces « traits de personnalité » aux problèmes du système cardio-vasculaire. On peut s'étonner, toutefois, de l'absence presque complète de recherches sur les contextes sociaux associés à ces configurations d'émotions, sur les effets spécifiques de ces patrons comportementaux dans les environnements sociaux des hommes, et enfin sur le rôle de ces effets dans le maintien de ces patrons. Il est clair que les recherches en ce domaine sont, sur le plan théorique, tributaires des théories traditionnelles de l'émotion, c'est-à-dire des modèles de la régulation intra-individuelle de l'émotion. L'exploration des modèles plus récents, suivant lesquels les émotions d'un individu ne peuvent se concevoir en dehors de leurs relations avec l'environnement, demeure pour le moment un vœu pieux (Houston, 1987). C'est ainsi qu'en dehors des hypothèses reliées à l'endocrinologie différentielle des sexes, on ne sait à peu près rien des raisons pour lesquelles ces patrons semblent spécifiques aux hommes, ni des fonctions de ces comportements dans la régulation des relations des hommes avec leurs collègues et les membres de leur famille. Comment ces autres personnes réagissent-elles, comment leurs réactions contribuent-elles au maintien des patrons de comportements « Type A » ou « suppression », et quels en sont les gains à court ou long terme, ce sont là pour le moment des questions laissées en suspens.

En égard aux différences sexuelles, on note que la plus grande partie des recherches sur la constellation « Type A » ne porte que sur des populations d'hommes. Houston (1987) rapporte qu'il est difficile d'identifier chez les femmes un profil homogène d'indices comportementaux similaires à celui des hommes (compétitivité verbale, colère et hostilité, etc.). Par ailleurs, on retrouve ce profil d'indices plus fréquemment chez les femmes employées à plein temps que chez les ménagères et les femmes employées à mi-temps, et plus fréquemment chez celles qui ont un haut statut professionnel que chez celles qui occupent d'autres catégories d'emploi (Waldron, 1978). Ce patron comportemental serait donc moins un trait sexuel que le produit d'une culture masculine du travail où ce type d'habiletés de contrôle social s'avère efficace au registre des compétitions.

À cet effet, Lynch (1985) est l'un des rares chercheurs à avoir intégré les caractéristiques comportementales des individus hypertensifs dans le cadre d'une analyse de la communication, quoi qu'il se soit surtout limité à la communication médecin-patient. Partant de ses expériences d'entrevue

avec ses clients hypertensifs, il suggère que leur faible niveau d'attention en cours d'interaction les prive d'un important mécanisme de régulation cardiaque. On sait depuis longtemps que la réponse d'attention est accompagnée d'une décélération cardiaque. D'après Lynch (1985), l'alternance de la parole et de l'écoute attentive durant une interaction permettrait une meilleure régulation de l'activation du système nerveux autonome. Entre autres, l'attention aux réponses de l'autre en situation d'interaction permettrait d'enregistrer des signaux susceptibles de renseigner le sujet sur son état de stress (ou autres émotions), et de moduler cet état. Mais un patron d'interaction dans lequel les comportements de l'un sont modifiables par les comportements de l'autre, et vice versa, est incompatible avec les exigences du contrôle unilatéral propres au rôle masculin traditionnel. En maintenant un faible niveau d'attention et d'écoute en cours d'interaction sociale, et en occupant verbalement le « plancher », les individus classifiés « Type A » neutralisent tout jeu d'influence bi- ou multi-latérale. Leur conduite constitue peut-être un risque pour leur santé, mais elle s'avère sans doute efficace pour le maintien de leur statut.

L'interprétation de la fonction des patrons de « suppression » est plus difficile à formuler, puisqu'il s'agit d'une absence de réponse. Le concept de « retrait » en cours d'interaction est probablement celui qui se rapproche le plus du concept de la suppression. Le retrait est particulièrement lié à la plus grande réactivité physiologique et à la neutralité émotionnelle des hommes observées durant des interactions négatives de couples (Gottman et Levinson, 1985 ; Notarius et Johnson, 1982). Mais alors que le concept de retrait occupe une place importante dans l'interprétation des dysfonctions relationnelles, en particulier quand on réfère au désinvestissement émotif progressif des hommes dans la relation de couple (Julien et al., 1989), peu d'études ont opérationnalisé le retrait en cours d'interaction et mesuré ses effets spécifiques sur les comportements des autres. Au cours de l'examen d'interactions de couples, les observatrices de notre équipe rapportent que les « fins de non-recevoir » suite à une question (par exemple, immobilité du corps et du visage, ou silence et regard dirigé ailleurs lorsqu'une question est posée ou lorsque la parole est clairement cédée) semblent constituer l'entorse la plus sévère aux règles fondamentales de la communication. Ce sont là, pour elles, les situations d'interactions les plus pénibles à observer. Ces effets d'impuissance et d'épuisement suggèrent l'importance d'analyser les effets qu'entraînent ces conduites de retrait sur les femmes des couples observés. Comme dans le cas des comportements de Type A, il est possible que la neutralité émotionnelle des « supprimeurs » constituent un risque pour leur santé, mais il est possible aussi qu'en situation de conflit, cette neutralité engendre des effets de contrôle social des plus efficaces.

En conclusion, l'étude du répertoire et de la fréquence des émotions exprimées chez les hommes et les femmes nous apparaît peu intéressante si elle n'est pas accompagnée de l'étude des contingences associées aux émotions exprimées. Les expériences émotives des hommes et des femmes

se déroulent dans une société structurellement divisée en fonction des sexes, et ce sont les rôles qu'elle assigne aux hommes et aux femmes qui déterminent les contextes où leurs émotions « fonctionnent » et sont fonctionnellement bénéfiques. Ce cadre d'analyse nous apparaît aussi plus pertinent pour comprendre le rôle des émotions dans le développement de pathologies. Par exemple, les données suggèrent que la plus grande expressivité des femmes dans des contextes d'interaction intime peut activer un processus d'immunisation contre le stress. Mais cette plus grande expressivité peut aussi, dans d'autres circonstances, contribuer au maintien de situations désastreuses pour leur santé mentale. C'est ce que sous-entendent les données concernant les femmes déprimées chez qui l'expression d'émotions dysphoriques se trouve renforcée, en diminuant les comportements agressifs de leur conjoint. Chez les hommes, on note une certaine convergence des données quant à l'investissement émotif de situations où leur statut est en jeu. Notre hypothèse est que, dans des situations de stress de nature compétitive, les patrons de comportements qui augmentent leur vulnérabilité sont aussi ceux qui sont « payants » en terme de maintien d'un statut de dominant. Ces hypothèses restent à vérifier.

## Notes

1. Notre texte reflète notre orientation de chercheuses dans la tradition des recherches empiriques en psychologie, c'est-à-dire des recherches où les données sont le produit d'observations systématiques suivant des règles établies. Nous ne nions pas pour autant la valeur d'autres approches (humanistes, analytiques, etc.) dans l'étude des émotions, mais elles ne sont pas considérées ici.
2. Pour une revue des développements récents sur cette question, voir Campos, Campos et Barrett (1989), ainsi que Campos et Barret, (1984). Pour une discussion et définition des aspects fonctionnels du modèle en recherche appliquée, voir Gottman (1979).
3. En fait, une émotion de colère peut ou non s'exprimer dans des conduites agressives, et les conduites agressives ne sont pas nécessairement associées à de la colère (voir Frodi, Macaulay et Thome, 1977). Peu d'études s'intéressent aux rapports entre l'une et l'autre et certains auteurs les confondent.
4. Comme nous le mentionnions dans le cas des jeunes enfants, l'agressivité n'est pas une émotion, pas plus que la dépression dont nous parlerons plus loin. Nous considérons toutefois que l'agressivité et la dépression comportent des configurations d'émotions simples et complexes, et c'est pourquoi nous les mentionnons ici.
5. Voir par exemple O'Leary, Barling, Arias et Rosenbaum, 1989 ; Strauss, Gelles, 1986 ; Strauss, Gelles et Steinmetz, 1980. Dans ces études, l'incidence d'actes violents est obtenue au moyen du Conflict Tactics Scale (Strauss, 1979), une mesure des actes d'agression physique et psychologique manifestés lors d'échanges conflictuels dans le couple au cours de la dernière année (injures, menaces, objets lancés sur le ou la partenaire, raclées, poussées, coups de pieds, morsures, coups de poings, utilisation d'un couteau, etc.). Les statistiques sur l'incidence sont ici hors contexte, c'est-à-dire sans analyse des conséquences d'actes agressifs chez les deux conjoints.
6. L'analyse des contenus verbaux et celle de la dépendance entre les conduites de l'un et l'autre sont actuellement en cours. Nos données montrent que plus les femmes sont expressives, plus elles sont satisfaites du soutien de leur conjoint pendant cette interaction. Il nous importe donc de savoir si l'expressivité verbale et non verbale des femmes entraîne davantage de participation de leur conjoint dans la résolution de leurs problèmes personnels, à la manière d'un amplificateur de solutions.

7. Nous procédons présentement aux analyses du contenu verbal des échanges. Les interactions jugées les plus satisfaisantes par les hommes sont celles où, d'une discussion sur leurs difficultés, la conversation se détourne vers l'analyse de problèmes de la femme ou de problèmes partagés dans le couple. Il est possible que l'occasion de manifester une expertise quelconque soit une stratégie plus efficace pour la réduction de la détresse des hommes que l'analyse de leurs difficultés. Leur expressivité non verbale dans des situations d'expertise serait peut-être un meilleur prédicteur de la réduction de leur détresse. Nous testons actuellement cette hypothèse.

## Références

- ALLPORT, G.W., 1961, *Pattern and Growth in Personality*, Holt, Rinehart et Winston, New York.
- ARIES, E.J., JOHNSON, F.L., 1983, Close friendship in adulthood : conversational content between same-sex friends, *Sex Roles*, 9, 1183-1196.
- AYRES, J., 1980, Relationship stages and sex and factors in tropic dwell time, *Western Journal of Speech Communication*, 44, 253-260.
- BARON, I., JOLY, E., 1988, Sex differences in the expression of depression in adolescents, *Sex Roles*, 18, 1-7.
- BECK, A.T., WARD, C.H., MENDELSON, M., MOCK, J., ERBAUCH, J., 1961, An inventory for measuring depression, *Archives of General Psychiatry*, 4, 53-63.
- BIGLAN, A., HOPS, H., SHERMAN, L., FRIEDMAN, L.S., ARTHUR, J., OSTEEEN, V., 1985, Problem-solving interactions of depressed women and their husbands, *Behaviour Therapy*, 16, 431-451.
- BIRNBAUM, D.W., CROLL, W.L., 1984, The etiology of children's stereotypes about sex differences in emotionality, *Sex Roles*, 10, 677-691.
- BRODY, I.R., 1985, Gender differences in emotional development : a review of theories and research, *Journal of Personality*, 53, 102-149.
- BRUSH, L.D., 1990, Violent acts of injurious outcomes in married couples : methodological issues in the national survey of families and households, *Gender and Society*, 4, 56-67.
- BUCK, R.W., MILLER, R.E., CAUL, W.F., 1974, Sex, personality, and physiological variables in the communication of affect via facial expression, *Journal of Personality and Social Psychology*, 30, 587-596.
- CAMPOS, J.J., CAMPOS, R.G., BARRET, K.C., 1989, Emergent themes in the study of emotional development and emotion regulation, *Developmental Psychology*, 25, 394-402.
- CAMPOS, J.J., BARRETT, K.C., 1984, Toward a new understanding of emotions and their development in Izard, C., Kagan, J., Zajonc, R.B., eds, *Emotions, Cognition, and Behavior*, Cambridge University Press, Cambridge, 229-263.
- CHINO, A.F., FUNABIKI, D., 1984, A cross-validation of sex differences in the expression of depression, *Sex Roles*, 11, 175-187.
- CHOLLAR, S., 1989, Hidden emotions, high cholesterol, *Psychology Today*, 24.
- CLEARY, P.D., 1987, Gender differences in stress-related disorders, in Barnett, R.C., Biener, L., Baruch, G.K., eds, *Gender and Stress*, Macmillan, New York, 39-72.

- CONDY, J., CONDRY, S., 1976, Sex differences : A study of the eye of the beholder, *Child Development*, 47, 812-819.
- COSSETTE, L., 1989, *La différenciation des comportements selon le sexe : étude de l'activité motrice et des expressions émotives de nourrissons à 2 1/2 mois et 5 mois*, thèse de doctorat inédite, Université du Québec à Montréal, Montréal.
- CUMMINGS, E.M., CUMMINGS, J.S., EL-SHEIK, M., 1989, *Children's Coping with Parents' Angry Behavior*, Communication présentée au congrès de la Society for Research in Child Development, Kansas City.
- DAVIDSON, L.R., DUBERMAN, L., 1982, Friendship : Communication and interactional patterns in same-sex dyads, *Sex Roles*, 8, 809-822.
- DAVIS, M., WEITZ, S., 1981, Sex differences in body movements and positions, in Mayo, C., Henly, N.M., eds, *Gender and Nonverbal Behavior*, Springer-Verlag, New York.
- DEMERS, D., 1988, Le mariage, un passeport pour la violence, *Châtelaine*, 29, 62-73.
- DOSSER, D.A., BALSWICK, J.O., HALVERSON, D.F., 1983, Situational context of emotional expressiveness, *Journal of Counseling Psychology*, 30, 375-387.
- EMERY, R.E., 1982, Interparent conflict and the children of discord and divorce, *Psychological Bulletin*, 92, 310-330.
- FRANCES, S.J., 1979, Sex differences in nonverbal behavior, *Sex Roles*, 5, 519-535.
- FRIEDMAN, M., ROSENMAN, R.H., 1959, Association of specific overt behavior pattern with blood and cardiovascular findings, *Journal of the American Medical Association*, 169, 1286-1296.
- FUNABIKI, D., BOLOGNA, N.C., PEPPING, M., FITZGERALD, K.C., 1980, Revisiting sex differences in the expression of depression, *Journal of Abnormal Psychology*, 89, 194-202.
- GOTTMAN, J.M., LEVENSON, R.W., 1985, A valid procedure for obtaining self-report of affect in marital interaction, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 53, n° 2, 151-160.
- GOTTMAN, J.M., 1979, *Marital Interaction : Empirical Investigations*, Academic Press, New York.
- GROSS, J., 1989, Emotional expression in cancer onset and progression, *Social Science and Medicine*, 28, n° 12, 1239-1248.
- HALL, J.A., 1984, *Nonverbal Sex Differences : Communication Accuracy and Expressive Style*, Johns Hopkins University Press, Baltimore.
- HAMMEN, C.L., PETERS, S.D., 1977, Differential responses to male and female depressive reactions, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 45, 994-1001.
- HYDE, J.S., 1984, How large are gender differences in aggression ? A developmental meta-analysis, *Developmental Psychology*, 20, 722-736.
- HIGHLEN, P.S., GILLIS, S.F., 1978, Effects of situational factors, sex, and attitude on affective self-disclosure and anxiety, *Journal of Counseling Psychology*, 25, 270-276.

- HOUSTON, B.K., 1987, Cardiovascular and neuroendocrine reactivity, global Type A, and components of Type A Behavior, in Houston, B.K., Snyder, C.R., eds, *Type A Behavior Pattern : Current Trends and Future Directions*, Wiley, New York, 212-253.
- JULIEN, D., MARKMAN, H., 1989, *Gender Differences in the Social Moderation of Stress : The Context of Distressed and Non-Distressed Marital Relationships*, communication présentée à la 51st Annual Conference of the National Council on Family Relations, New Orleans.
- JULIEN, D., MARKMAN, H., LYND AHL, K., 1989, A comparison of a global and a microanalytic coding system : Implication for future trends in studying interactions, *Behavioral Assessment, 11*, 81-100.
- KURZ, D., 1989, Social sciences perspectives on wife abuse : current debates and future directions, *Gender and Society, 3*, 489-505.
- LYNCH, J.J., 1985, *The Language of the Heart*, Basic books, New York.
- MALATESTA, C.Z., HAVILAND, J., 1982, Learning display rules : the socialization of emotion expression in infancy, *Child Development, 53*, 991-1003.
- NOLEN-HEKSEMA, S., 1987, Sex differences in unipolar depression : evidence and theory, *Psychological Bulletin, 101*, 259-282.
- NOTARIUS, C.I., JOHNSON, J.S., 1982, Emotional expression in husbands and wives, *Journal of Marriage and the Family, 44*, 483-489.
- NOTARIUS, C.I., LEVENSON, R.W., 1979, Expressive tendencies and physiological response to stress, *Journal of Personality and Social Psychology, 37*, 7, 1204-1210.
- OSOFSKY, J.O., O'CONNELL, E.J., 1977, Patterning of newborn behavior in an urban population, *Child Development, 48*, 532-536.
- PADESKY, C.A., HAMMEN, C.L., 1981, Sex differences in depressive symptom expression and help-seeking among college students, *Sex Roles, 7*, 309-320.
- RIESE, M.L., 1986, Implications of sex differences in neonatal temperament for early risk and developmental environmental interactions, *The Journal of Genetic Psychology, 147*, 507-513.
- ROSENMAN, R.H., 1978, The interview method of assessment of the coronary-prone behavioral pattern in DeBroski, T.M., Weiss, S.W., Shield, J.L., Haynes, S.G., Feinleib, M., eds, *Coronary-Prone Behavior*, Springer-Verlag, New York.
- RUSSELL, D.E.H., 1982, *Rape in Marriage*, MacMillan Publishing, New York.
- STAPLEY, J.C., HAVILAND, J.M., 1989, Beyond depression : gender differences in normal adolescents' emotional experiences, *Sex Roles, 20*, 295-308.
- TSCHANN, J.M., 1988, Self-disclosure in adult friendship : gender and marital status differences, *Journal of Social and Personal Relationships, 5*, 65-81.
- WALDRON, I., 1978, The coronary-prone behavior pattern, blood pressure, employment and socio-economic status in women, *Journal of Psychosomatic Research, 22*, 79-87.
- WALKER, L.E., 1989, Psychology and violence against women, *American Psychologist, 44*, 695-702.



- WARREN, L.W., 1983, Male intolerance of depression : a review with implications for psychotherapy, *Clinical Psychology Review*, 3, 147-156.
- WARRENBURG, S., CRITS-CRISTOPH, P., SCHWARTZ, G.E., 1981, *Biobehavioral Etiology and Treatment of Hypertension : a Comparative Outcome Study of Stress Management and Diet Change Approaches*, communication présentée au « NATO Symposium on Behavioral Medicine », Greece.
- WEINBERGER, D.A., SCHWARTZ, G.E., DAVIDSON, R.J., 1979, Low-anxious, high-anxious, and repressive coping styles : psychometric patterns and behavioral and physiological responses to stress, *Journal of Abnormal Psychology*, 88, n° 4, 369-380.
- WEISSMAN, M.M., KLERMAN, G.L., 1977, Sex differences in the epidemiology of depression, *Archives of General Psychiatry*, 35, 1304-1311.

## Summary

This article examines the common admission that men express their emotions less than do women. Research data shows little difference between the behaviours of boys and girls before adolescence. During adulthood, however, evidence points to men being less expressive than women except in situations involving aggressive behaviour. Men's diminished expressiveness is apparent in a context of intimate interaction. But in situations where they compete for social status, men seem more likely to express emotions. The authors suggest that more studies take into account the social contexts of emotional expressiveness generated by division of labor based on sex.