

# La cyberviolence dans les relations amoureuses à l'adolescence

Quel est le rôle de l'attachement anxieux ?



Les résultats présentés proviennent d'une étude réalisée auprès de **126 couples** d'adolescent.e.s.

## La cyberviolence c'est...

Utiliser les technologies pour intimider, contrôler ou humilier son.sa partenaire

### Cybercontrôle

Vise à **contrôler ou espionner** son.sa partenaire.

p.ex. **lire ses messages privés sans sa permission**



### Cyberagression

Vise à **blessier** son.sa partenaire.

p. ex. lui **envoyer des insultes par texto**



La cyberviolence met à risque les adolescents **de vivre de la violence à tout moment**, sans même être en présence de son.sa partenaire. La cyberviolence a de **nombreuses conséquences** pour la victime.



Une **satisfaction relationnelle réduite**



Une **estime de soi plus faible**



**Des difficultés scolaires** (p. ex., intimidation, séchage de cours)

[Clique ici](#) pour en savoir plus sur la cyberviolence dans les relations amoureuses à l'adolescence.

## L'attachement anxieux c'est...

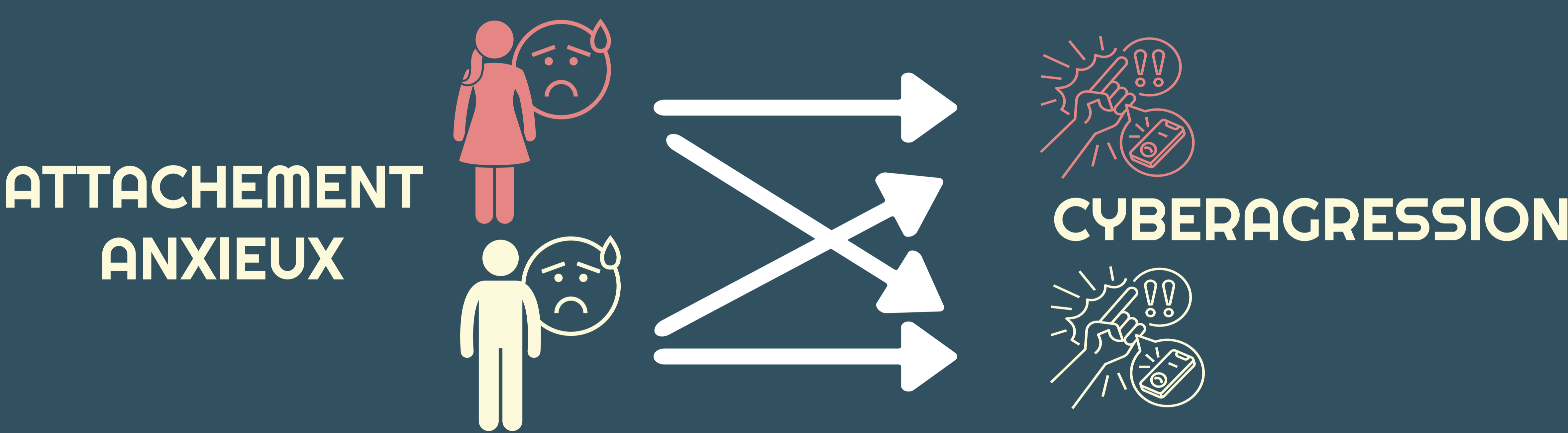
La **tendance à former des liens émotionnels et affectifs avec son.sa partenaire amoureux.se** qui est caractérisée par :



La **peur de l'abandon et de la séparation**

La **recherche excessive de l'intimité et de la proximité**

## Quel est le lien entre l'attachement anxieux et la cyberagression ?



Chez **les filles et les garçons**, un **niveau élevé d'attachement anxieux** est liée à **sa propre utilisation de cyberagression**, mais aussi à celle de **son.sa partenaire**.

## Pourquoi les jeunes ont-ils recours à la cyberagression ?

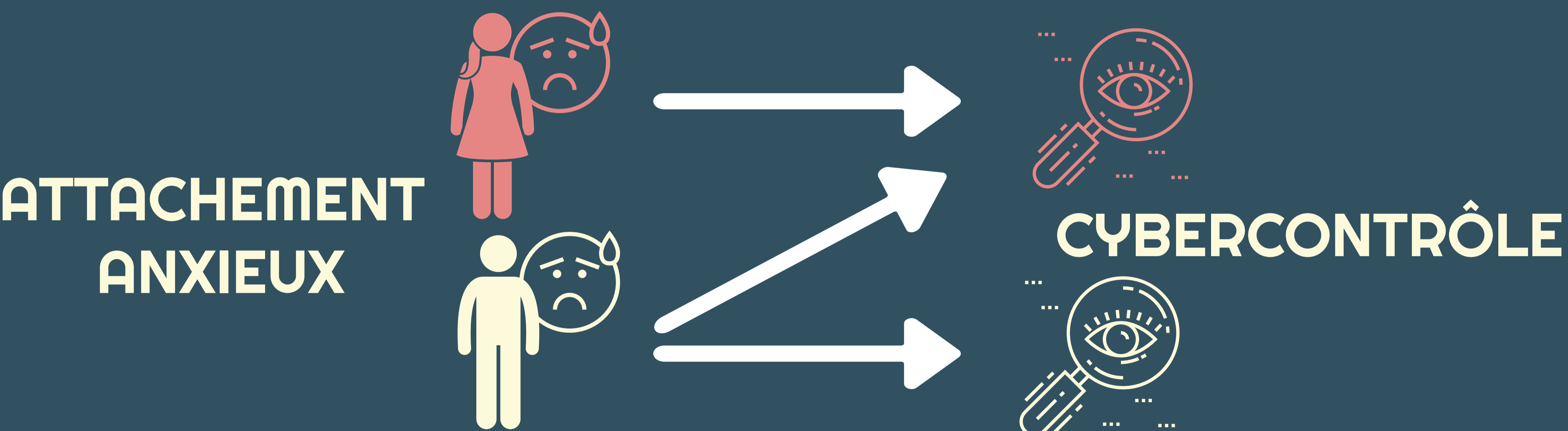
Ton.ta partenaire ne répond pas à tes textos, tu as le **sentiment d'avoir été abandonné et tu as peur qu'iel te quitte (anxiété)**.

Pour apaiser cette **anxiété, tu envoies plusieurs textos** à ton.ta partenaire.

Si iel ne répond pas, tu pourrais te sentir **rejeté.e et impuissant.e, et réagir en envoyant des insultes**.



## Qu'en est-il du lien entre l'attachement anxieux et le cybercontrôle ?



Les adolescent.e.s ayant un **niveau élevé d'attachement anxieux** ont **tendance à utiliser du cybercontrôle**.

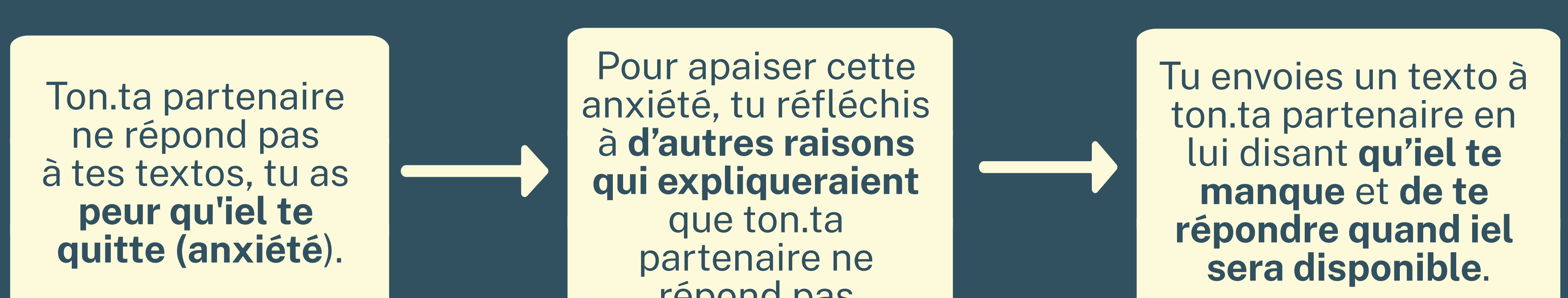
**Chez les filles**, l'utilisation du **cybercontrôle** est également associée à l'attachement anxieux de leur partenaire.

Il est possible que les filles soient **davantage conscientes et sensibles à l'anxiété de leur partenaire**, ce qui pourrait les **inciter à recourir au cybercontrôle** pour le **rassurer** et lui **montrer qu'elle est investie dans la relation**.

## Quoi faire quand tu te sens anxieux.se dans ta relation ?

- Communique ouvertement tes pensées, tes limites et tes besoins** à ton.ta partenaire.
- Remets en question tes pensées anxieuses. **Est-ce que tes pensées sont réelles ou imaginaires ?**
- Prendre soin de toi** en participant à des activités en dehors de ta relation que tu apprécies.

## Comment mettre en œuvre ces stratégies ?



Pour en savoir plus sur les projets du laboratoire : [www.lefac.uqam.ca](http://www.lefac.uqam.ca)

Consultez l'article complet :

Laforte, S., Paradis, A., Todorov, E., & Cyr, C. (2023). Romantic attachment and cyber dating violence in adolescence: A dyadic approach. *Journal of Adolescence*, 95(4), 647-660. <https://doi.org/10.1002/jad.12141>

Pour citer cette document :

De Sousa, D., Popova, N., Lafleur, E., et Paradis, A. (2023, novembre). *La cyberviolence dans les relation amoureuses à l'adolescence: Quel est le rôle de l'attachement?* Laboratoire d'Études sur le bien-être des Familles et des Couples (LÉFAC), Université du Québec à Montréal, Montréal, Qc, Canada.