

## Le couple à l'heure de la retraite

### À découvrir dans cette analyse

Le vieillissement de la population aidant, beaucoup de personnes passent le cap de la retraite accompagnées de leur conjoint. Comment cette transition s'opère-t-elle ? C'est ce que cette analyse investigate.

### Questions pour lancer et/ou prolonger la réflexion

- Quelles sont les caractéristiques d'un couple qui peuvent influencer le moment où les conjoints prennent leur retraite ?
- Le passage à la retraite est-il bénéfique ou délétère pour le couple ?
- Quels sont les défis à relever pour que le couple traverse cette épreuve sereinement ?

### Thèmes

- Passage à la retraite
- Vie de couple

Le passage à la retraite modifie très fortement l'existence d'une personne. Parmi les différentes facettes de la vie sur lesquelles la retraite a une influence, on retrouve la vie de couple. À l'inverse, le fait de vivre ou de ne pas vivre en couple peut modifier la façon dont on envisage le passage à la retraite.

Quand on s'interroge sur les liens entre le couple et le passage à la retraite, on peut donc le faire de deux façons. On peut s'interroger sur l'impact du passage à la retraite sur le couple, mais on peut aussi se demander quel impact a le couple sur le passage à la retraite. Ces deux questions ne se ressemblent que sur le papier, car elles renvoient à des processus en réalité très différents. Nous les traiterons donc en deux temps.

### Les influences du couple sur la retraite

Étant donné que la retraite est souvent vécue au sein du foyer, le fait de prendre sa retraite est partiellement déterminé par les caractéristiques du conjoint et du couple. Parmi ces dernières, nous en retiendrons trois : la santé du conjoint, la qualité de la relation de couple et l'influence et le pouvoir au sein du couple.

La santé du conjoint est clairement liée au moment du passage à la retraite, même si les résultats en la matière n'ont pas toujours été parfaitement consistants. En effet, certains auteurs (ex. Szinovacz & DeViney, 2000) ont montré que les maris avaient plus tendance à prendre leur retraite quand leurs femmes étaient en mauvaise santé, tandis que la retraite des épouses n'était pas liée à la santé de leur mari. Pourtant, la majorité des études montrent que les femmes ont plus tendance à prendre leur retraite quand leur mari est en mauvaise santé ou handicapé (ex. Dentinger & Clarkberg, 2002). Il est possible de comprendre cette inconsistance en ayant bien en tête que les problèmes de santé exigent du temps et de l'énergie de la part du conjoint (ce qui peut pousser à prendre sa retraite plus tôt), mais également de l'argent (ce qui peut, au contraire, pousser à prendre sa retraite plus tard, voir par ex. O'Rand & Farkas, 2002) : cela complexifie les relations entre l'état de santé du conjoint et le moment du passage à la retraite. Néanmoins, il est évident que la santé du conjoint joue dans la décision de prendre ou non sa retraite, et ne doit jamais être prise à la légère.

On peut également se demander si la qualité de la relation de couple a une influence sur le moment choisi pour prendre sa retraite. En réalité, peu d'études ont étudié le lien entre la qualité de la relation maritale et la décision de prendre sa retraite (Kubicek et coll., 2010). Szinovacz et DeViney (2000) ont montré que les couples qui se sentent proches et sont satisfaits de leur mariage ont tendance à prendre leur retraite plus précocement. L'interprétation la plus plausible de ce résultat est que la perspective de passer leur retraite ensemble enchante davantage les couples heureux que les couples conflictuels. Ces derniers peuvent en effet considérer le travail comme un refuge à l'écart des stress familiaux et conjugaux et peuvent, en conséquence, chercher à retarder leur retraite autant que possible. Dans le même ordre d'idée, Mock et Cornelius (2007) ont montré que, chez les couples — mariés ou cohabitants, hétérosexuels comme homosexuels —, la satisfaction conjugale est liée au fait de préparer sa retraite : plus les couples sont heureux, plus ils préparent leur retraite. Enfin, Kupperbusch et coll. (2003) ont montré que la qualité de la relation pouvait servir de « tampon » et protéger les couples de l'« épreuve » que représente le passage à la retraite.

Plusieurs études suggèrent que les personnes ont une influence sur la décision de leur époux de prendre ou non sa retraite (Moen, Juang, Plassmann, & Dentinger, 2006; Smith & Moen, 1998). Smith et Moen (2004) nuancent légèrement ce constat et rapportent que les hommes sont plus satisfaits par rapport à leur retraite quand leur femme a joué dans leur décision de la prendre, alors qu'à l'inverse, les femmes sont moins satisfaites par rapport à leur retraite quand leur mari a joué dans leur décision de la prendre... Il apparaît en effet que l'influence d'une épouse semble plutôt vue comme soutenante, alors que l'influence d'un mari, plutôt comme coercitive... D'autres études se sont intéressées à ce qu'on pourrait appeler l'« équilibre du pouvoir » au sein du couple. Selon Szinovacz et Davey (2005), les personnes sont moins satisfaites par rapport à leur retraite si elles ont perdu une part de leur pouvoir ou de leur autorité dans leur relation au moment où elles ont pris leur retraite (ou bien au moment où leur conjoint a pris sa retraite). Par exemple, la satisfaction d'un homme est plus basse s'il avait une forte influence sur les prises de décision avant de prendre sa retraite et qu'il a perdu une part de cette influence lorsqu'il a pris sa retraite alors que son épouse a continué à travailler.

Enfin, certains chercheurs se sont intéressés à l'influence de certaines caractéristiques du couple sur le moment du passage à la retraite. À cet égard, O'Rand et Farkas (2002) distinguent deux scénarios du passage à la retraite des couples. Un premier scénario est celui du passage à la retraite plus au moins simultané (ou du moins aussi simultané que possible). Ce scénario aurait généralement lieu quand le couple a les moyens (pensions et assurances soins de santé) de prendre sa retraite ou quand un des deux conjoints a besoin de l'autre de l'autre. Un second scénario est celui du passage à la retraite séquentiel. Un homme prendrait sa retraite avant son épouse dans trois cas de figure : quand il a des problèmes de santé, quand il est clairement plus âgé que son épouse et/ou quand les ressources financières apportées par son épouse restent nécessaires. À l'inverse, une femme prendrait sa retraite avant son mari quand elle a des problèmes de santé ou quand elle doit beaucoup prendre soin de son mari.

On le voit, la dynamique du passage à la retraite d'un couple est en réalité fort complexe. De nombreux facteurs liés au couple, mais d'ordre divers (relation, santé, finances, etc.) entrent en compte pour expliquer la séquence des événements et la façon dont ils sont vécus.

### Les influences de la retraite sur le couple

Un couple vit plusieurs transitions au cours de son existence. Certaines ont lieu assez tôt (habiter ensemble, devenir parents, voir ses enfants devenir adolescents, déménager, changer d'emploi...), et d'autres plus tardivement (devenir grands-parents, faire face à des problèmes de santé, faire face au décès de ses parents, prendre sa retraite, perdre son conjoint...). Une caractéristique commune de ces transitions, c'est qu'elles amènent des changements de rôles, d'identités, d'attentes, d'attitudes et de relations avec le conjoint.

Le passage à la retraite ne fait pas exception. Il modifie, parfois fortement, l'existence des couples. Que les deux conjoints aient chacun exercé une profession ou que seul l'un d'eux l'ait fait, ils ont généralement passé une grande partie de leurs journées séparément l'un de l'autre pendant plusieurs décennies (avec de rares exceptions, comme les entreprises familiales). Avec la retraite, ils se retrouvent subitement confrontés à une existence majoritairement passée en commun. En

outre, les aspects qui prédominent dans leurs existences changent également : alors qu'ils étaient principalement préoccupés par leur carrière, les voilà soudain focalisés sur les loisirs et la famille (parents âgés, grands enfants, petits-enfants...).

Les recherches qui ont été menées sur l'effet de la retraite sur la vie de couple ont obtenu des résultats assez contrastés (voir notamment Kupperbusch et coll., 2003). Certains auteurs ont défendu que la retraite aurait un effet positif sur le mariage. Certains ont par exemple parlé d'un stade « lune de miel » après la retraite, durant lequel les époux profitent l'un de l'autre, des bénéfices financiers de leur vie professionnelle, de leur augmentation du temps libre et des contacts avec leurs enfants devenus adultes. Il y aurait plus d'interactions positives chez les couples âgés que chez les couples plus jeunes, et les hommes retraités tendent à rapporter une satisfaction maritale plus élevée que les hommes qui travaillent. D'autres recherches sont moins optimistes. Certains auteurs ont par exemple avancé que les femmes deviendraient plus conscientes des défauts de leur partenaire à la retraite.

En dépit de ces variations, il semble que les études les plus récentes et aussi les plus rigoureuses aillent plutôt dans le sens d'une continuité entre les relations conjugales avant et après la retraite : la relation n'est généralement pas fondamentalement modifiée par cet événement de vie, aussi important soit-il (Davey, & Szinovacz, 2004; Dew & Yorgason, 2010; Myers & Booth, 1996). Comme l'ont écrit Szinovacz et Schaffer (2000), « pour la plupart des mariages, la retraite a peu d'impacts durables sur la relation » (p. 386). Dans le même ordre d'idée, Ekerdt et Vinick (1991) concluent que « la retraite ne semble être ni une bénédiction ni un fléau pour la relation maritale » (p. 378). Certaines recherches mettent en évidence que la retraite exacerbe la qualité de la relation avant la retraite, car les couples passent généralement plus de temps ensemble. Si leur relation était bonne, elle a tendance à devenir meilleure encore ; si elle était difficile, elle a tendance à le devenir de plus en plus (Davey & Szinovacz, 2004; Myers & Booth, 1996). Pour comprendre cette forte continuité, on peut se référer au concept d'« homéostasie », qui caractérise généralement les relations humaines. On ne peut nier que la retraite implique des changements substantiels dans l'existence, mais il semble que la dynamique de base de la relation change, quant à elle, assez peu.

Si on observe globalement une belle continuité dans la qualité de la relation de couple avant et après la retraite, il semble néanmoins que la retraite entraîne une diminution modeste et temporaire de celle-ci. Dans une étude qui s'est précisément intéressée au passage à la retraite, Moen et coll. (2001) ont montré une diminution de la satisfaction conjugale et une augmentation du conflit conjugal autour du passage à la retraite. Les recherches qui ont globalement comparé la situation avant la retraite et après la retraite n'ont par contre pas montré de véritable différence. Ces résultats laissent entendre que le passage à la retraite est un virage à négocier qui, inévitablement, engendre son lot de préoccupations. Mais une fois la tempête passée, le couple redeviendrait dans les grandes lignes ce qu'il était avant la retraite.

Si la retraite ne bouleverse pas forcément les couples, elle peut néanmoins avoir des effets sur certains éléments de l'existence de certains couples. Il est dès lors intéressant de se pencher sur les facteurs qui influencent positivement ou négativement la satisfaction conjugale à la retraite.

Les épouses des hommes récemment retraités font généralement face à ce que la littérature a appelé le « syndrome du mari dans les pattes » (traduction libre du « husband underfoot syndrome ») (Szinovacz & Schaffer, 2000, p. 369). À plusieurs reprises, on peut en effet constater que les femmes sont ennuyées par le fait que leur mari soit tout à coup beaucoup plus présent à la maison, empiétant sur leur territoire et essayant d'accomplir certaines tâches ménagères qui n'étaient pas de leur ressort (ex. Hill & Dorfman, 1982). En la matière, il semblerait — de façon plutôt étonnante — que les femmes qui en souffrent en définitive le moins soient celles qui s'y habituent plus que celles qui essaient d'établir des règles sur l'occupation de l'espace (Vinick & Ekerdt, 1991) !

Une autre question qui peut jouer un rôle sur les relations conjugales à la retraite concerne la répartition des tâches ménagères entre les deux conjoints. Comme on pouvait s'en douter, l'impression que cette répartition est inéquitable nuit à la qualité de la relation... surtout chez les femmes (Myers & Booth, 1996). Une femme qui voit davantage son mari contribuer aux tâches est en effet susceptible de le considérer comme plus soutenant sur le plus émotionnel et instrumental (Piña & Bengtson, 1993), surtout si elle a une conception égalitaire des rôles respectifs au sein du couple. La retraite change effectivement des choses dans le travail ménager : après la retraite, les

femmes et les hommes y consacrent davantage de temps (Szinovacz, 2000). Le cas où la répartition dans les tâches ménagères est la plus équitable entre l'homme et la femme est celui où — tenez-vous bien — la femme travaille encore alors que son mari est retraité. Dans tous les autres cas (et notamment quand tous deux travaillent ou sont retraités), la femme continue d'en faire beaucoup plus à la maison... À nouveau, la continuité est globalement de mise (voir Cliff, 1993).

Enfin, une dernière question importante est celle de la congruence entre les deux conjoints. Si ces derniers sont d'accord sur ce qu'ils souhaitent faire de leur retraite, sur le moment où la prendre et sur la façon de la vivre, les recherches montrent qu'ils seront beaucoup plus satisfaits. La congruence conjugale en termes de timing est liée à une meilleure satisfaction conjugale que l'absence de congruence (Moen et coll., 2001). Des recherches montrent que le passage à la retraite conjoint est préféré par la plupart des gens et qu'il est lié à la satisfaction par rapport au passage à la retraite (Gustman & Steinmeier, 2000 ; Henretta, O'Rand, & Chan, 1993 ; Moen et coll., 2001 ; Smith & Moen, 1998, 2004).

Ainsi, une exception au résultat général selon lequel la retraite n'influence pas vraiment la satisfaction conjugale est sans doute la situation où le mari prend sa retraite alors que sa femme continue à travailler (ex. Davey & Szinovacz, 2004). Cette situation instaure un décalage — une incongruence — entre les deux conjoints en terme de statut (Moen et coll., 2001) et s'avère, surtout, en opposition aux rôles de genre traditionnels qui veulent que, dans un couple, ce soit l'homme qui gagne l'argent du ménage. Les recherches n'ont pas montré d'effet délétère quand les femmes prennent leur retraite avant leur mari. Ce cas est néanmoins assez rare, pour deux raisons. D'une part, les hommes qui épousent des femmes plus jeunes qu'eux est plus fréquent que le cas inverse. D'autre part, dans un couple où les conjoints ont le même âge, la femme totalise généralement une carrière complète plus tard que le mari (travail à temps partiel, congés de maternité, etc.).

Enfin, une autre forme de congruence conjugale est la congruence des intérêts et des buts poursuivis par les deux conjoints (Webber, 2000). Il existe bien évidemment une relation entre la satisfaction conjugale et le niveau de désaccord entre les conjoints. Ce désaccord peut se marquer dans plusieurs sphères : les rôles de chacun, les relations avec la famille, les buts importants dans la vie... Généralement, plus les couples sont en désaccord sur ces questions, plus leur satisfaction conjugale est basse. De ce fait, il est crédible d'imaginer que les couples qui poursuivent des objectifs similaires à la retraite seront plus satisfaits.

En conclusion, la retraite améliore la satisfaction de certains couples, détériore celle d'autres couples, mais ne change pas grand-chose, à long terme, à la satisfaction de la plupart des couples. Comme pour beaucoup de choses, la continuité est de mise. Néanmoins, certains éléments méritent attention dans la mesure où ils peuvent influencer la satisfaction conjugale. À cet égard, il semble bon de réfléchir à temps au potentiel « syndrome du mari dans les pattes », à la temporalité de la retraite de l'un et de l'autre des conjoints et aux objectifs que chacun poursuit pour sa retraite. Moyennant la préparation et le dialogue nécessaires, il ne fait pas de doute que la retraite puisse être une très belle étape de la vie d'un couple.

## Bibliographie

- Cliff, D. R. (1993). Under the wife's feet: Renegotiating gender divisions in early retirement. *Sociological Review*, 41(1), 30-53.
- Davey, A., & Szinovacz, M. E. (2004). Dimensions of marital quality and retirement. *Journal of Family Issues*, 25(4), 431-464.
- Dentinger, E., & Clarkberg, M. (2002). Informal caregiving and retirement timing among men and women: Gender and caregiving relationships in late midlife. *Journal of Family Issues*, 23(7), 857-879.
- Dew, J., & Yorgason, J. (2010). Economic pressure and marital conflict in retirement-aged couples. *Journal of Family Issues*, 31(2), 164-188.
- Ekerdt, D. J., & Vinick, B. H. (1991). Marital complaints in husband-working and husband-retired couples. *Research on Aging*, 13(3), 364-382.
- Gustman, A. L., & Steinmeier, T. L. (2000). Retirement in dual-career families: A structural model. *Journal of Labor Economics*, 18(3), 503-545.
- Henretta, J. C., O'Rand, A. M., & Chan, C. G. (1993). Joint role investments and synchronization of retirement: A sequential approach to couples' retirement timing. *Social Forces*, 71(4), 981-1000.

- Hill, E. A., & Dorfman, L. T. (1982). Reaction of housewives to the retirement of their husbands. *Family Relations*, 31(2), 195-200.
- Kubicek, B., Korunka, C., Hoonakker, P., & Raymo, J. M. (2010). Work and family characteristics as predictors of early retirement in married men and women. *Research on Aging*, 32(4), 467-498.
- Kupperbusch, C., Levenson, R. W., & Ebling, R. (2003). Predicting husband' and wives' retirement satisfaction from the emotional qualities of marital interaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 20(3), 335-354.
- Mock, S. E., & Cornelius, S. W. (2007). Profiles of interdependence: The retirement planning of married, cohabiting, and lesbian couples. *Sex Roles*, 56(11-12), 793-800.
- Moen, P., Huang, Q., Plassmann, V., & Dentinger, E. (2006). Deciding the future: Do dual-earner couples plan together for retirement? *American Behavioral Scientist*, 49(10), 1422-1443.
- Moen, P., Kim, J. E., & Hofmeister, H. (2001). Couples' work/retirement transitions, gender, and marital quality. *Social Psychology Quarterly*, 64(1), 55-71.
- O'Rand, A. M., & Farkas, J. I. (2002). Couples' retirement timing in the United States in the 1990s: The impact of market and family role demands on joint work exits. *International Journal of Sociology*, 32(1), 11-29.
- Piña, D. L., & Bengtson, V. L. (1993). The division of household labor and wives' happiness: Ideology, employment, and perceptions of support. *Journal of Marriage and Family*, 55(4), 901-912.
- Smith, D. B., & Moen, P. (1998). Spousal influence on retirement : His, her, and their perceptions. *Journal of Marriage and the Family*, 60(3), 734-744.
- Smith, D. B., & Moen, P. (2004). Retirement satisfaction for retirees and their spouses: Do gender and the retirement decision-making process matter? *Journal of Family Issues*, 25(2), 262-285.
- Szinovacz, M. E. (2000). Changes in housework after retirement: A panel analysis. *Journal of Marriage and the Family*, 62(1), 78-92.
- Szinovacz, M. E., & Davey, A. (2005). Retirement and marital decision making: Effects on Retirement Satisfaction. *Journal of Marriage and Family*, 67(2), 387-398.
- Szinovacz, M. E., & DeViney, S. (2000). Marital characteristics and retirement decisions. *Research on Aging*, 22(5), 470-498.
- Szinovacz, M. E., & Schaffer, A. M. (2000). Effects of retirement on marital conflict tactics. *Journal of Family Issues*, 21(3), 367-389.
- Vinick, B. H., & Ekerdt, D. J. (1991). Retirement: What happens to husband-wife relationships? *Journal of Geriatric Psychiatry*, 24(1), 23-40.
- Webber, M. S. (2000). *Perceived congruency of goals as predictors of marital satisfaction and adjustment in retirement*. Texas Tech University.
- Wolcott, I. (1998). *Families in later life. Dimensions of retirement*. Australia: Australian Institute of Family Studies.

Pour citer cette analyse

Dayez, J.-B. (2013). Le couple à l'heure de la retraite. *Analyses Énéo*, 2013/03.

Avertissement : Les analyses Énéo ont pour objectif d'enrichir une réflexion et/ou un débat à propos d'un thème donné. Elles ne proposent pas de positions avalisées par l'asbl et n'engagent que leur(s) auteur(e)(s).

Énéo, mouvement social des aînés asbl

Chaussée de Haecht 579 BP 40 - 1031 Schaerbeek - Belgique  
e-mail : info@eneo.be - tél. : 00 32 2 246 46 73

En partenariat avec



Avec le soutien de



Avec l'appui de

