

8 façons de détruire son mariage avec les réseaux sociaux

Article rédigé par *Liberté politique*, le 17 mars 2016

[source : [Aleteia](#)]

Une récente étude indique qu'il y aurait bien un lien entre l'utilisation des réseaux sociaux numériques et les problèmes conjugaux.

Est-il vrai que les réseaux sociaux sur Internet peuvent entraîner un divorce ? Réponse dans : [Social network sites, marriage well-being and divorce: Survey and state-level evidence from the United States](#), une étude menée à l'instigation de la prestigieuse université chilienne Pontificia Católica, dont les conclusions indiquent qu'il y a bien un lien entre l'utilisation des réseaux sociaux numériques et les problèmes conjugaux.

Un article publié par *The Christian Post* (« [Facebook Users Are More Likely to Divorce, Study Finds](#) ») montre que, rien qu'aux États-Unis, l'Académie américaine des avocats matrimoniaux (AAML) a constaté une hausse de plus de 80% des problèmes conjugaux à cause des réseaux sociaux.

Voici 8 manifestations concrètes qui peuvent vous servir de test pour détecter une éventuelle menace sur votre mariage :

1. Vous passez votre temps sur Facebook depuis votre téléphone portable plutôt que discuter avec votre conjoint ?

Selon le *Daily Mail*, une nouvelle étude révèle que nous passons plus de temps sur notre portable qu'avec notre conjoint, avec une durée moyenne d'utilisation de 119 minutes par jour.

1. Ce que d'autres postent sur Facebook vous semble plus intéressant que ce que peut faire votre conjoint ?

Votre conjoint a beau être à côté de vous, les publications de vos amis sur Facebook vous semblent plus importantes, ce qui peut créer à la longue une distance dans le couple.

1. Vous ne « likez » aucune publications de votre conjoint ?

Cela semble tout simple, mais cela compte. Les « j'aime » sont une façon de manifester votre intérêt. Si vous le faites sur le profil de vos amis, pourquoi ne pas le faire également sur celui de la personne que vous aimez le plus au monde ?

1. Vous êtes trop intéressé par le profil d'un(e) ami(e) sur Facebook ?

D'après les informations données par Facebook lui-même, les interactions sur un réseau social sont fortes entre personnes partageant les mêmes articles et aimant les publications l'une de l'autre au cours des 100 jours précédant le début d'une relation de couple. Surveillez-vous.

1. Vous ne surveillez pas assez vos amis sur Facebook ?

Selon le *Pew Research Center*, la moitié des utilisateurs de Facebook ont plus de 200 amis ; le nombre d'amis qu'un couple a en commun a donc son importance. Attention à ce que vos amis ne fassent pas de commentaires négatifs sur votre conjoint, car cela pourrait provoquer des conflits au sein de votre couple et entre les cercles d'amis.

1. Vous surveillez tout le temps le profil de votre conjoint ?

D'après l'étude citée par le *Daily Mail*, on peut effacer son propre profil Facebook mais vouloir titiller le profil le conjoint sur son propre profil, en lui demandant en permanence quelles sont ses interactions, ses publications, etc., ce qui peut provoquer disputes et difficultés autour de la confiance au sein du couple.

1. Peu vous importe les configurations de vie privée sur Facebook ?

Le mariage est une relation basée sur la confiance. Gardez à ne pas exposer votre vie à la face du monde plutôt que la partager avec votre conjoint. Si vos amis en savent plus sur vous que votre mari/épouse, il y a un problème.

1. La photo de votre profil n'est pas appropriée ?

Votre photo en dit beaucoup sur vous. *The Atlantic* indique d'ailleurs que ce qui rend populaire une image de profil est le nombre de « j'aime » et de commentaires qu'elle suscite. Attention à ne pas rechercher uniquement la popularité, au détriment de votre dignité.