



ACTU **INTERVIEW**

En exclusivité

Malheureuses en couple



# Ces femmes qui n'osent pas

Si le nombre de divorces augmente toujours, **il existe une frange silencieuse** de femmes qui ne parviennent pas à quitter



**Jean-Claude Kaufmann**  
sociologue spécialiste du couple, chercheur au CNRS.

Ce livre est né d'un trop-plein. Celui déversé par de nombreuses femmes sur leur situation personnelle. Alors qu'il enquêtait pour son précédent ouvrage sur le rapport des Français à leur lit, le sociologue Jean-Claude Kaufmann voit affluer sur son blog ([www.jckaufmann.fr](http://www.jckaufmann.fr)) une multitude de témoignages de femmes qui racontent s'agripper au bord du matelas pour ne pas frôler le corps du conjoint qu'elles ont aimé et que, désormais, elles ne supportent plus. Pour mille raisons, elles ne peuvent se résoudre à rompre, piégées dans ce qu'elles décrivent comme un enfer conjugal. Un piège insidieux et insaisissable qui les fait mourir à petit feu, et questionne notre société actuelle, alors même que les combats des femmes pour leur liberté, leur émancipation, leur indépendance semblaient acquis depuis des décennies. En libérant la parole sur le blog, chacune de ces femmes a pu raconter son histoire, ses blessures, son ressenti et ses doutes. Une manière de sortir de cet étouffement conjugal. Donnant là matière à l'auteur pour nourrir un nouveau livre.

**Femme actuelle : Quels sont les points communs à toutes ces femmes ?**

**Jean-Claude Kaufmann :** Il s'agit de femmes qui ne sont plus heureuses dans leur couple, voire profondément malheureuses. Ces femmes font un constat d'échec : elles savent qu'elles veulent quitter leur conjoint, mais n'y parviennent pas. Elles veulent se maintenir, coûte que coûte, dans un équilibre précaire

en mettant un couvercle sur la marmite, mais vivent un enfer. La base du couple, c'est le renforcement mutuel de l'estime de soi. Parfois, pour différentes raisons, la confiance s'effondre, le couple tombe dans l'ennui, la routine, et cette mécanique fragile casse. Très vite, tout bascule : les petites attaques sournoises, l'impossibilité à communiquer, les agacements réciproques... L'homme se replie sur lui-même, se mure dans le silence, se retire de la vie sociale, quand la femme essaie, en vain, de trouver des solutions. Face à des fantômes, elle s'effondre intérieurement.

**F. A. : Pourquoi n'arrivent-elles pas à partir, à quitter leur conjoint ?**

**J.-C. K. :** Parfois, tout simplement pour des raisons matérielles. Une incapacité financière à prendre son autonomie ou, plus trivialement, la difficulté à renoncer à un certain confort. A cette maison qu'on a mis si longtemps à construire, à décorer. A cela s'ajoutent des explications d'ordre psychologique : l'angoisse de faire du mal à l'autre. Et, plus encore, de faire souffrir les enfants. Elles sont très nombreuses à dire qu'elles partiront lorsqu'ils seront grands et, du coup, restent piégées des années... En somme, c'est l'amour qui piège. Parfois, elles mettent en place des stratégies pour partir, font des recherches de logement pendant des années, mais n'arrivent jamais à passer à l'acte.

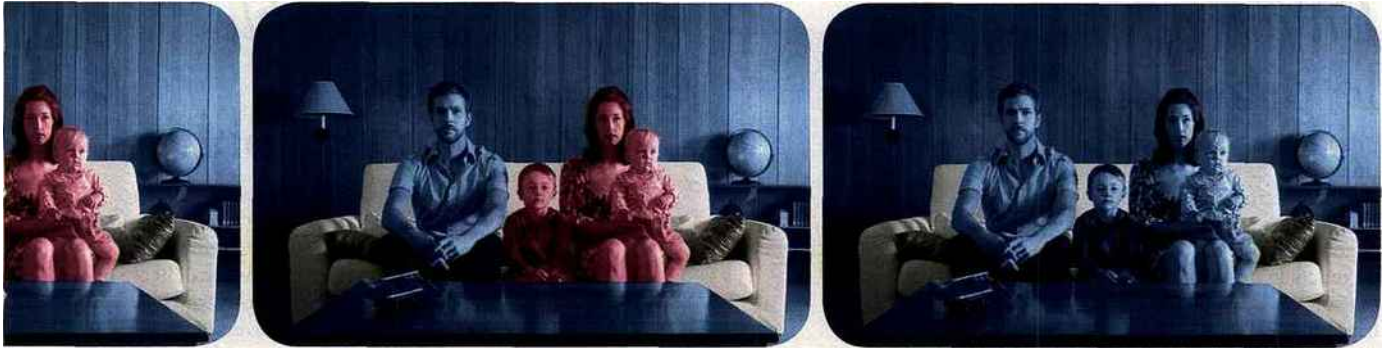
**F. A. : Ont-elles un profil sociologique particulier ?**

**J.-C. K. :** Je dirais que ces femmes piégées se situent dans le ventre mou de la société. Il s'agit d'épouses, de mères qui ont surinvesti la sphère familiale. Elles travaillent mais considèrent que leur profession est secondaire par rapport à la vie de famille. Elle n'acceptent pas que leur couple ait mal tourné,

et nourrissent ce rêve fou que ça va repartir un jour. Elles placent souvent la stabilité du foyer avant leur désir d'autonomie. Elles ne sont pas habituées à vivre d'abord pour elles-mêmes. Le piège conjugal est de plus en plus puissant à mesure que l'on se rapproche de la pauvreté. A l'inverse, cela touche un peu moins les femmes très impliquées professionnellement et socialement.

**F. A. : Comment expliquer ce phénomène, alors que les femmes sont de plus en plus indépendantes et autonomes ?**

**J.-C. K. :** Le couple transforme l'individu en profondeur. Les goûts se fondent, les réseaux de relations changent. Une culture conjugale commune se construit jour après jour. Se séparer, c'est perdre aussi cette identité. Et, du coup, on s'interroge : « Qui est-on sans l'autre ? » Derrière la difficulté à partir se cache une angoisse identitaire. Finalement, leur question n'est pas : « Comment vais-je me débrouiller ? » mais plutôt : « Qui vais-je être ? » La vie est tellement dure qu'on cherche le maximum de sécurité. Et le moins inconfortable, c'est de se dire qu'on va partir, mais qu'on attend demain. Je crois que ces femmes piégées sont avant tout de grandes amoureuses déçues, qui n'arrivent pas à faire le deuil de la relation idéalisée qu'elles auraient pu avoir. Les hommes, eux, s'accommodent mieux que leur compagne de la décevante réalité. Notre société de compétition et d'évaluation systématique produit un déficit structurel d'estime de soi, qui tend à devenir la maladie de notre époque. Le couple apparaît au départ comme le lieu du réconfort. Et même quand cette fonction se délite, on reste de peur d'affronter le monde extérieur... Le rêve de consolation est infini. Mieux vaut vivre mal à deux que seule, en somme.



# reprendre leur liberté

leur conjoint. **Un phénomène révélé** par le sociologue Jean-Claude Kaufmann dans un nouveau livre\*. PAR SARAH GANDILLOT

**F. A. : La pression sociale est-elle une entrave ? Ce regard extérieur les empêche-t-il de passer à l'acte ?**

**J.-C. K. :** La pression sociale intervient dès la rencontre. On cherche à coller à un modèle : on veut un mari, une maison, des enfants. Du coup, on se case pour correspondre à la norme, et seulement après on regarde si on peut atteindre le bonheur. Les femmes se disent qu'une fois qu'elles auront mis ça en place, elles seront protégées. Mais pour qu'il y ait sécurisation, il faut qu'existe cette mécanique amoureuse. Vient ensuite la pression des autres couples que l'on imagine parfaits et qui faussent l'image que l'on a du sien. Or, tout le monde est défaillant à l'intérieur du foyer, tout en donnant l'illusion que tout va bien... Le qu'en-dira-t-on reste, aujourd'hui, extrêmement fort.

**F. A. : Pourquoi, parfois, propagent-elles une image fausse de leur propre couple ?**

**J.-C. K. :** En effet, certaines mettent en scène positivement leur supposé bonheur familial... pour faire bonne figure. On est tous les communicants de notre existence. Et les réseaux sociaux n'arrangent rien. Du coup, pour correspondre à la norme, elles posent elles-mêmes les éléments du piège. Car, comment faire pour tout à coup changer complètement de discours quand ça va trop mal, alors qu'on a fait croire depuis des années qu'on nage dans le bonheur... Qu'on a publié sur son compte Facebook les images de la prétendue famille parfaite. Personne ne vous croit, et votre entourage vous déconseille de partir. Et le piège se referme un peu plus.

Personne ne vous croit, et votre entourage vous déconseille de partir. Et le piège se referme un peu plus.



\* « Piégée dans son couple », éditions Les liens qui libèrent.

## Elles l'ont vécu

**« Prête à me sacrifier pour ma fille »**

Depuis que ma fille est née, il y a un peu plus d'un an, je vis une sorte de colocation avec mon conjoint. Je ne supporte plus cette vie car je deviens aigrie. Je ne sors plus car mon conjoint ne veut pas sortir. Je ne sais plus où j'en suis sentimentalement. Je n'ai jamais été aussi seule que depuis que je suis en couple. Pourtant, je reste. J'ai subi le divorce

de mes parents : les juges, les avocats, les commissariats... je connais. Je ne veux pas infliger à ma fille l'absence de son père. Je suis prête à me sacrifier pour elle, à rester dans cette situation jusqu'au jour où elle prendra son envol. Son bonheur passe avant le mien. Et puis, je suis enfin propriétaire, j'ai injecté mes économies, je ne veux pas les perdre. Je redoute aussi de me retrouver seule. On sait ce qu'on perd, mais pas ce qu'on retrouve.

Stéphanie

**« Je reste dans cette petite vie sans passion »**

Mieux vaut vivre seule que mal accompagnée ! Combien de couples ont une arrière-boutique qui ressemble à la vitrine qu'ils exposent ? Sûrement pas autant qu'on le croit. J'ai 55 ans, mariée depuis vingt-six ans à un homme plus âgé. J'ai quatre filles qui ne vivent plus avec nous, et ne comprennent pas que je reste encore avec ce mari que je ne supporte plus. Quand je songe à le quitter, il le sent et devient doux et collant, mais je ne peux pas le faire souffrir.

Il n'est pas méchant, et je n'oublie pas qu'un jour il a quitté sa vie familiale pour moi. Alors, je reste. Je me projette dans une vie de célibataire, je ressens l'euphorie de sortir sans subir de reproches. Mais rentrer dans un appartement vide... Alors, je reste dans cette petite vie sans passion, sans violence non plus, vide mais tranquille. Même agrippée au matelas, c'est toujours mieux que perdue, seule au milieu du lit.

Nathalie

Les prénoms ont été modifiés. Témoignages issus du blog de Jean-Claude Kaufmann.