

Prendre
SOIN de SOI

COUPLE

Rester malgré l'impasse...

Alors que l'amour n'est plus là et que la vie à deux tourne au cauchemar, alors que le divorce s'est banalisé, de nombreuses femmes ne partent pas, malgré la souffrance. Comment expliquer ce phénomène ?

PAR BERNADETTE COSTA-PRADES | PHOTOS PIETER TEN HOOPEN / AGENCE VU

Lui-même n'en est pas encore revenu, au point qu'il a consacré à ce sujet son dernier livre⁽¹⁾... Déjà interpellé par certains témoignages lors de sa dernière enquête⁽²⁾, qui révélait que des femmes s'accrochaient au bord du lit pour éviter tout contact avec leur partenaire, le sociologue Jean-Claude Kaufmann a vu se déverser sur son blog un flot de plaintes féminines rapportant une souffrance aiguë au sein de leur couple. La plupart de ces récits sont effrayants : humiliation, silence dédaigneux, parfois coups... Ces femmes supportent et ne partent pas en claquant la porte. Question simple : pourquoi ? « *La réponse est complexe. Certaines ne peuvent pas partir pour des raisons financières : elles ont travaillé à mi-temps pour élever leurs enfants, elles n'ont tout simplement pas les moyens de s'en aller. Mais celles qui le peuvent ne le font pas non plus, car elles ont du mal à renoncer à tout ce qu'elles ont mis des années à construire : la famille, la maison... Plus les années s'accumulent, plus c'est difficile. Elles choisissent cette stabilité plutôt que leur propre bonheur* », explique le sociologue. Beaucoup tiennent le coup parce qu'elles gardent en tête le projet de s'en aller, départ dont elles ne cessent de repousser l'échéance : elles partiront quand le dernier rentrera au collège, au lycée, quand

il quittera la maison... La perspective les aide à tenir, sans compter qu'elles espèrent secrètement que la situation pourrait finir par s'arranger. La bonne nouvelle, s'il faut en trouver une ? Les Femmes Majuscules sont avantagées sur ce point : elles trouvent le courage de partir quand leur progéniture s'est envolée du nid, à l'instar de la mère dans la chanson *To Daddy* d'Emmylou Harris. Celle-ci laisse un jour

un mot sur la table : elle s'est sacrifiée pour élever ses enfants, mais maintenant qu'ils sont grands, elle part chercher enfin l'amour ! « *Hélas, il est dommage que ces mères fassent un tel calcul, car bien souvent les enfants le leur reprochent : eux aussi ont souffert de la mésentente de leurs parents et auraient préféré qu'ils se séparent* », note Jean-Claude Kaufmann.

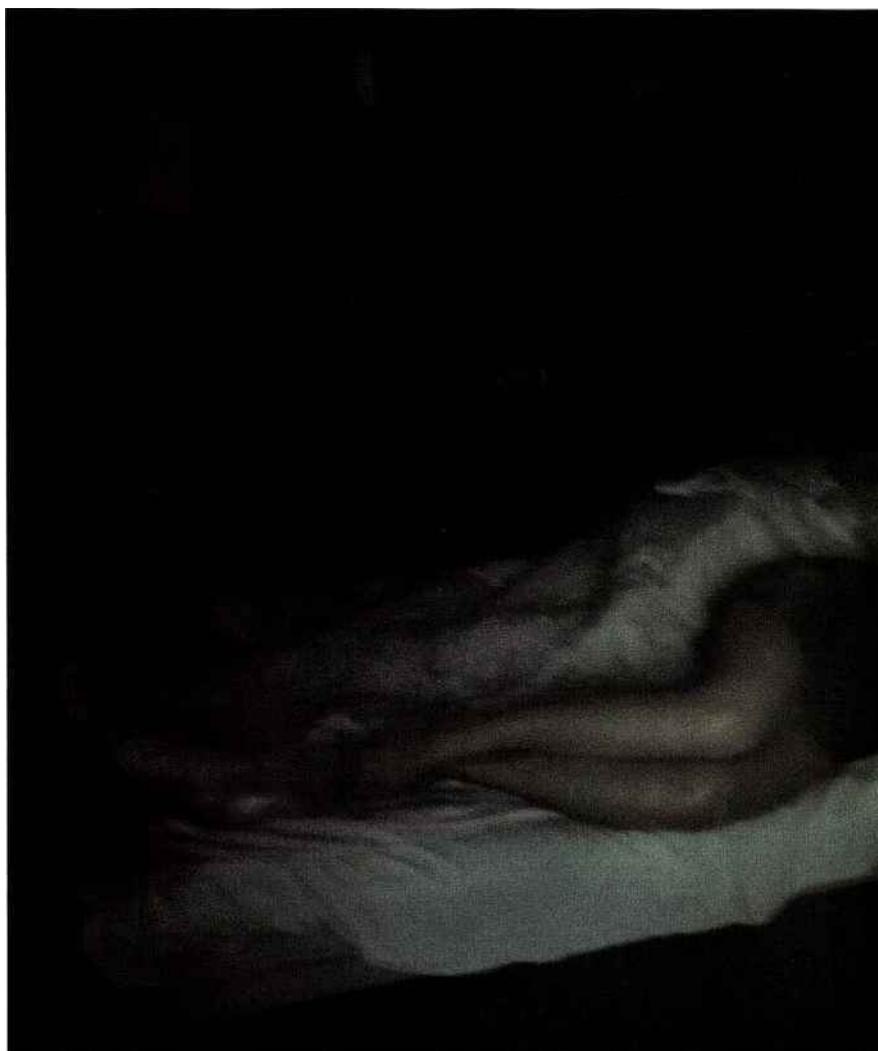
Les raisons avancées pour rester ressemblent étrangement aux arguments des femmes des années 1950 : peur du qu'en-dira-t-on, sacrifice pour les enfants... On serait tenté de crier : Au secours ! Simone, reviens ! Comment se fait-il que, cinquante ans après la lutte des



Le silence des hommes

Jean-Claude Kaufmann le regrette, mais son livre ne nous fait entendre qu'un seul son de cloche, celui des femmes. Il avait d'ailleurs dans un premier temps intitulé son livre *Le Cri des femmes et le silence des hommes*. *« J'aurais souhaité qu'ils s'expriment eux aussi, mais ils ne l'ont pas fait. C'est dommage, car il s'agit d'une situation qui se joue à deux. C'est la mécanique du couple qui s'enraye, il n'y a pas un bourreau et une victime ! L'homme est malheureux, mais à la différence de la femme, il se replie sur lui, s'éteint, se vide de toute vie, même s'il ménage les apparences »*, explique le sociologue. Une souffrance à bas bruit, mais qui n'en est pas moins réelle, et dont le spécialiste compte bien s'occuper dans une prochaine enquête. Bonne nouvelle : depuis la sortie de son ouvrage, ils sont de plus en plus nombreux à se confier sur son blog. Tremblons, nous risquons nous aussi d'en prendre pour notre grade ! Et si c'était une occasion de dialogue ?

www.jckaufmann.fr/piegee-dans-son-couple/



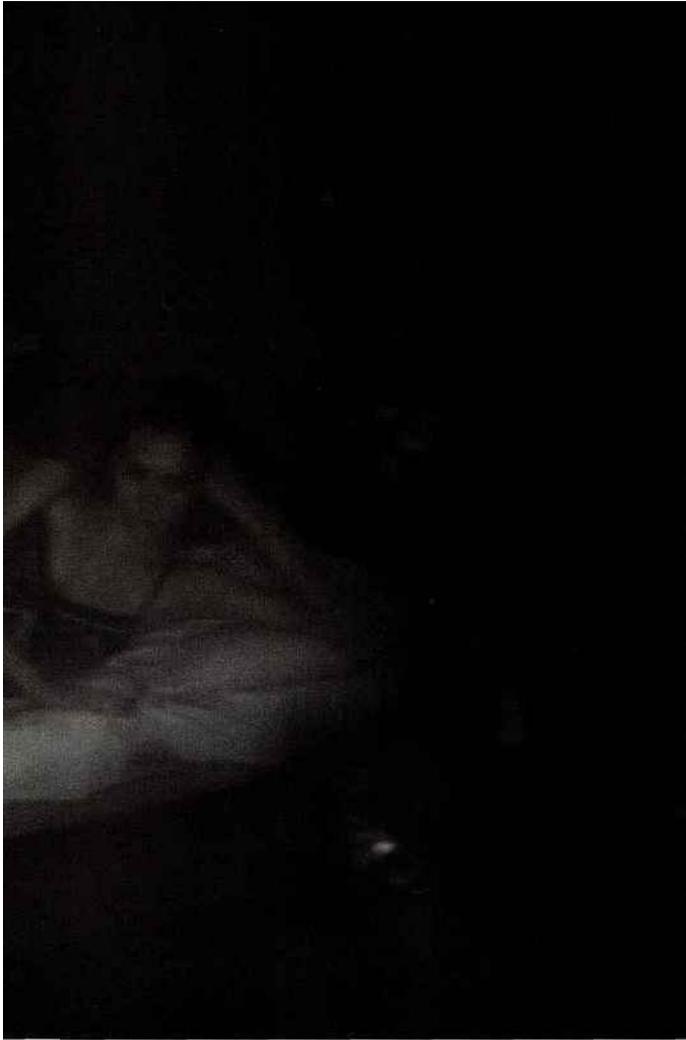
femmes, à laquelle notre génération a participé, nous nous retrouvions à nouveau dans ces impasses ? *« Je trouve notre époque terriblement conformiste : la norme, c'est de vivre en couple, d'élever les enfants. Sur ce point, nous sommes revenus en arrière. Il est dur de renoncer à un modèle que l'on nous présente comme un idéal »*, détaille le spécialiste. Voilà le grand coupable, ce miroir auquel de plus en plus de femmes s'accrochent, en dépit de toute réalité. *« Mes amies m'enviaient, nous avions l'air de former un couple heureux, j'alimentais cette vitrine flatteuse, alors qu'il ne se passait plus rien entre nous, que nous vivions chacun de notre côté »*, regrette Laurence. *« Bien souvent, ces femmes ont voulu donner une belle image de leur couple, de leur famille. Lorsqu'elles commencent à se plaindre et à chercher une oreille compatissante, elles n'en trouvent pas : on leur renvoie le fait qu'elles sont d'éternelles insatisfaites »*, note le spécialiste. Et les réseaux sociaux ajoutent encore à cette confusion, puisqu'ils sont le lieu où chacun se doit d'exposer ses photos les plus souriantes... Jean-Claude Kaufmann y voit encore un autre

travers : ces femmes qui restent dans un couple insatisfaisant ont souvent au départ un manque de confiance en elles, qui ne s'arrange pas sous les attaques répétées de leur partenaire. *« Et notre société malmène*

beaucoup l'estime de soi : nous sommes sans cesse évalués, "likés", pas "likés", comptons le nombre de nos amis sur Facebook : en période de fragilité, ces pratiques sont redoutables. »

À l'âge majuscule, on redoute évidemment de se retrouver seule, désemparée. *« On ne prend pas assez en compte le fait que le couple modifie la personnalité. Après des années de vie commune, nous ne sommes plus les mêmes, et l'on peut être légitimement effrayé par l'idée de perdre son identité, d'avoir tout à reconstruire. Sans l'autre, que serons-nous ? »*, poursuit le sociologue.

Tout de même, nous ne pouvons pas manquer de nous interroger sur le fait que ces femmes préfèrent rester en enfer plutôt qu'affronter une solitude qui ne pourrait être que bénéfique pour elles, au regard de ce qu'elles vivent. La psychanalyste Sophie



Cadalen en offre une autre lecture : « *La logique est difficile à saisir d'un point de vue de la raison, mais certains couples "jouissent" des frustrations qu'ils ont tricotées ensemble et auxquelles, pour des motifs totalement inconscients, ils ne veulent pas renoncer. L'autre, le méchant, figure dans un scénario bien rodé, tout comme la victime, dont la plainte constitue le couple. Tant que les deux y trouvent un "profit" névrotique, il y a peu de chances que la situation change.* » Inès se souvient d'avoir assisté à une scène chez une amie qui se plaignait que son mari ne lui offrait jamais de fleurs. « *Un soir, il arrive les bras chargés de tulipes pour son anniversaire. Elle les a laissées dans le papier toute la soirée, et quand il a fini par lui dire un peu tristement de les mettre dans l'eau, elle a répliqué agacée : "Tu sais bien que je préfère les roses !"* » Quoi qu'il fasse, l'autre fait mal, puisque c'est la partition qui lui est dévolue... « *Il est si pratique de se défaisser sur son partenaire de toutes ses peurs et ses insuffisances.*

Mais être adulte, c'est se demander : "Pourquoi est-ce que je reste dans un couple qui me rend malheureuse ?" En retrouvant une responsabilité, la femme récupère aussi la possibilité d'agir », encourage la spécialiste. Il ne s'agit pas de tout envoyer promener, mais de commencer à introduire un peu de doute, en osant le questionnement. La psychanalyste va plus loin : les femmes qui ne veulent pas renoncer à un certain confort, même matériel, auraient tout intérêt à faire calmement le tri entre les avantages et les inconvénients de leur situation. « *J'ai bien réfléchi pendant ces trois jours. Nicolas est facile à vivre, il est gracieux. Il fait de bons petits plats et régale mes enfants, c'est un homme cultivé et raffiné* », note Claire Bremond [lire encadré]. Décidée à revoir ses attentes à la baisse, elle décide de rester dans son couple. La différence avec les femmes plaintives ? Il s'agit alors d'un choix pleinement assumé, non subi. Voilà qui change tout ! ♦

1. *Piégée dans son couple*, éd. Les liens qui libèrent. 2. *Le Lit pour deux : la tendre guerre*, éd. JC Lattès.

Dans la tête d'une Femme Majuscule

Ô larmes, citoyens ! de Claire Brémond. Voilà un petit livre dont le titre laisse présager le ton. « *Je ne suis pas heureuse, mais je ne souffre pas, alléluia ! Dans une recherche de me réaliser à la perfection, je pourrais foutre le camp, mais trop dangereux, je reste ! Je remâche ma rancœur comme un chewing-gum usé. J'écris pour me venger et dénoncer tout ce que je n'ose pas dire par peur, par lâcheté, beurk...* » L'auteure nous fait suivre pas à pas les tribulations d'une femme « trop » amoureuse, « trop » dépendante, « trop » sensible, mais aussi, de son propre aveu, « trop lâche » pour s'en aller quand il le faudrait. Confrontée aux exigences auxquelles la femme doit faire face, elle nous conte sa vie dans un récit sans concession ni sans langue de bois. Gageons que des femmes devraient s'y reconnaître et ne plus se sentir seules face à leurs incohérences humaines, si humaines...

* Éd. Société des écrivains, à commander en ligne.