

## LE COUPLE, AU FOND C'EST QUOI ?

### ***Introduction***

---

Tout au long du cycle de soirées-débat portant sur « Les formes de conjugalités et sexualités contemporaines », la question du couple a traversé notre réflexion : le couple et la sexualité, le couple et les problèmes sexuels, l'agressivité dans le couple, le désir, etc. Si toutes ces questions gravitent autour de la notion de couple, nous n'avons toujours pas défini ce en quoi consiste le couple, son mode de fonctionnement et sa raison d'être.

Si les soirées en boîte n'ont fait que remplacer les bals populaires ou privés, organisés à l'initiative de familles désireuses de « caser leur petits derniers », force est de constater que la cour traditionnelle, bien qu'elle se soit maintenue jusqu'aux tous débuts du XXe siècle, n'est plus l'apanage de la société occidentale actuelle<sup>1</sup> et que le contrôle parental sur la formation du futur couple n'est plus un présupposé. Le courant romantique a fait irruption dans le couple et a bouleversé d'un revers de la main toutes les valeurs traditionnelles. Aujourd'hui, le mariage n'est plus une nécessité et le divorce est en perpétuelle augmentation. Alors, c'est quoi un couple ?

### ***Le couple d'aujourd'hui : une pluralité normative***

---

Comme l'a très justement souligné Pierre Collart, psychologue dans la Clinique de la sexualité et du couple de Charleroi, il est très compliqué, actuellement, de définir ce qu'est un couple. Certaines personnes vivent à deux sous le même toit mais considèrent qu'il ne se passe plus rien entre elles et qu'elles ne sont dès lors plus un couple. D'autres personnes vivent chacune chez elle mais considèrent malgré tout qu'elles forment un couple. Plus complexe encore, un patient de Pierre Collart est marié mais ce qu'il considère comme étant son couple, c'est la relation qu'il entretient avec sa maîtresse.

La difficulté de définir ce qu'est un couple vient de ce que l'on appelle la **pluralité normative**. Évidemment, le couple formé par Monsieur et Madame qui vivent ensemble avec leurs enfants existe toujours. Mais à côté de ceux-là, d'autres modèles de couple, parfois très étonnant, existent. Cette pluralité normative date des années 1960-1965 au moment de la révolution sexuelle en Occident et de la libération des mœurs.

### ***Le couple : comment et pourquoi ?***

---

Comment et pourquoi forme-t-on un couple ? La réponse qui nous brûle les lèvres est évidemment l'amour et avec un grand A s'il vous plaît ! Mais, pour les sociologues, évoquer l'amour au moment de la formation du couple est une vaste blague. En effet, sociologiquement parlant, on peut dire que le choix amoureux se décide avant même que l'on sache que l'on va choisir quelqu'un. Que nos jeunes amoureux fougues ne s'en

---

<sup>1</sup> SERVAIS (Paul), *Histoire de la famille et de la sexualité occidentale*, Louvain-la-Neuve, 1993 (Collection Pédasup, 26), p. 34.

offusquent pas ! C'est ce que l'on appelle l'**homogamie sociale**. Autrement dit, nos déterminants sociaux (environnement social, culturel, familial, etc.) impliquent que l'on va éliminer, inconsciemment, toute une série de partenaires potentiellement possibles<sup>2</sup>. Par exemple, certains couples se forment à l'unif, or les études supérieures ne concernent, en moyenne, que 10% de la population. Donc, on élimine d'office 90% des hommes et des femmes qui ne font pas d'études supérieures. Mais que nos mêmes jeunes amoureux fougueux se rassurent, l'amour vient tout de suite après cette « présélection ».

Le tout n'est pas seulement de former un couple, reste encore à comprendre pour quelles raisons on se met ensemble, et, encore plus étrange, pourquoi on le reste ! Nous vivons dans une société de plus en plus individualiste, et dans une société individualiste, l'autre représente un obstacle à notre liberté personnelle. Si je décide de former un couple avec quelqu'un qui va rester avec moi tout le temps, je mets ma liberté personnelle fortement en danger.

Le challenge principal dans le couple, c'est ce que Pierre Collart appelle le « libre ensemble ». Chacun doit trouver, dans son couple, le juste milieu afin de tirer un maximum de profit du fait de vivre ensemble tout en payant le moins possible de frais. En empruntant le vocabulaire financier, on pourrait définir le couple comme un « placement » mutuel fonctionnant sur le principe de maximisation coût/bénéfice. Parfois, les routes se prolongent parallèlement et on reste ensemble, parfois, les routes se séparent et on n'a plus tellement de choses à se dire, ou on n'a plus suffisamment envie de donner autant à l'autre. Cela renvoie à l'idée que chacun détermine des territoires du « je » (temporels, spatiaux, symboliques, etc.) dans lesquels le « je » doit rester « je ». Puis, à un certain moment, on accepte de construire un territoire commun, celui du « nous », qui recouvre en partie le nous mais pas totalement. C'est cet équilibre entre ce qui reste à moi et ce que l'on met en commun qui, si on arrive à s'accorder, permet de bien vivre son couple.

Mais qu'est-ce qui se cache derrière le principe de coût/bénéfice ? Incontestablement, c'est l'idée de bonheur. Et le bonheur est en fait un sentiment subjectif qui implique que quand je suis avec l'autre, je suis mieux que quand je suis seul. Comme nous l'a expliqué Patrick De Neuter, psychanalyste, l'amour apporte aux amoureux un apport d'énergie, de dynamisme et de confiance en soi. Cela donne un sentiment de naissance, voire, de renaissance. Mais alors pourquoi deux tiers des relations amoureuses se soldent-elles par une rupture ? Pas seulement parce que l'on est malheureux ensemble, mais aussi parce qu'on a le sentiment de ne plus être suffisamment heureux ensemble. La diminution du sentiment de bonheur entraîne la rupture.

### ***Mode de fonctionnement d'un couple***

---

Toute relation humaine (familiale, amoureuse, professionnelle, etc.) se déroule dans un contexte particulier. Ce contexte réunit toutes les ressources possibles d'une relation mais cadre aussi ses limites. Il donne, en quelque sorte, les règles du jeu.

---

<sup>2</sup> D'après une étude, entre 1976 et 1989 sur les facteurs de choix dans la formation du couple, l'importance donnée à l'appartenance au même milieu diminue mais reste non négligeable, passant de 48,1% à 36,2%.  
*Ibidem*, p. 41.

Dans le cadre de la relation de couple, il y a deux individus qui ont chacun des attentes l'un vis-à-vis de l'autre. Et pour que cela fonctionne bien, il faut que les deux membres du couple répondent aux *a priori* de l'autre. Pour répondre à ces attentes, chaque individu dispose de rôles spécifiques. L'identité personnelle peut être comparée à une lasagne, un empilement de rôles que l'on apprend et que l'on acquiert au fur et à mesure de notre existence et de nos expériences. Par exemple, je suis une femme, je vais me marier et acquérir le rôle d'épouse, puis je vais avoir des enfants et acquérir le rôle de mère. L'être humain actualise des rôles et les adapte à sa personnalité. En fonction des contextes, l'être humain va dans sa palette de rôles et joue ce rôle. Et tant que cela correspond à ce que l'autre attend de moi, cela fonctionne bien. Évidemment, rien n'est gratuit. Dans la relation que j'entretiens avec l'autre, je recherche toujours quelque chose de l'autre et cet autre vise à obtenir quelque chose de moi, consciemment ou inconsciemment.

### **Conclusion**

---

Alors un couple c'est quoi ? Ce n'est pas un homme et une femme, ce n'est pas un vieux et une jeune ni un homme et un homme. C'est simplement deux personnes qui, à un moment donné, trouvent l'un dans l'autre ce qui les complète et ce qui les rend heureux, le tout dans un climat de confiance et respect. Dans le monde occidental actuel, le bonheur est devenu une valeur sacrée, voire peut-être un devoir. Une vie réussie, c'est une vie débordante de bonheur, un bonheur dû à l'épanouissement personnel, à la réussite sociale, à la réussite financière, etc. Les codes de la société traditionnelle sont tombés laissant les individus libres de leurs choix amoureux mais aussi responsables de leur bonheur.

### **Sources**

---

COLLART (Pierre), *Une clinique de la sexualité et du couple*, Intervention lors du cycle de soirées-débat organisées par le CEFA asbl du 19 février au 23 avril 2009, Louvain-la-Neuve, le 19 février 2009.

DE NEUTER (Patrick), *Les agressivités conjugales masculines. Leurs causes et leurs remèdes*, Intervention lors du cycle de soirées-débat organisées par le CEFA asbl du 19 février au 23 avril 2009, Louvain-la-Neuve, le 6 mars 2009.

HALMOS (Claude), « Les blessures d'amour sont inévitables », 2001.

SERVAIS (Paul), *Histoire de la famille et de la sexualité occidentale*, Louvain-la-Neuve, 1993 (Collection Pédasup, 26).