

Parlez-nous d'amour!

FACE AUX JOURNALISTES DE "FEMME ACTUELLE" ANTOINETTE BOUNINE ET MAXIME BUATHIER, PLUSIEURS COUPLES NOUS RACONTENT LES JOIES ET LES DIFFICULTÉS DE LA VIE À DEUX. CETTE SEMAINE, LEURS QUERELLES SONT MISES EN LUMIÈRE PAR LA PHILOSOPHE NICOLE PRIEUR. PAR HÉLÈNE GUINHUT

Episode 7

LE CONFLIT



Céline & Clément

Céline: Moi, je dis tout ce que je pense et tout de suite. Et après, je passe à autre chose.

Clément: Sans filtre!

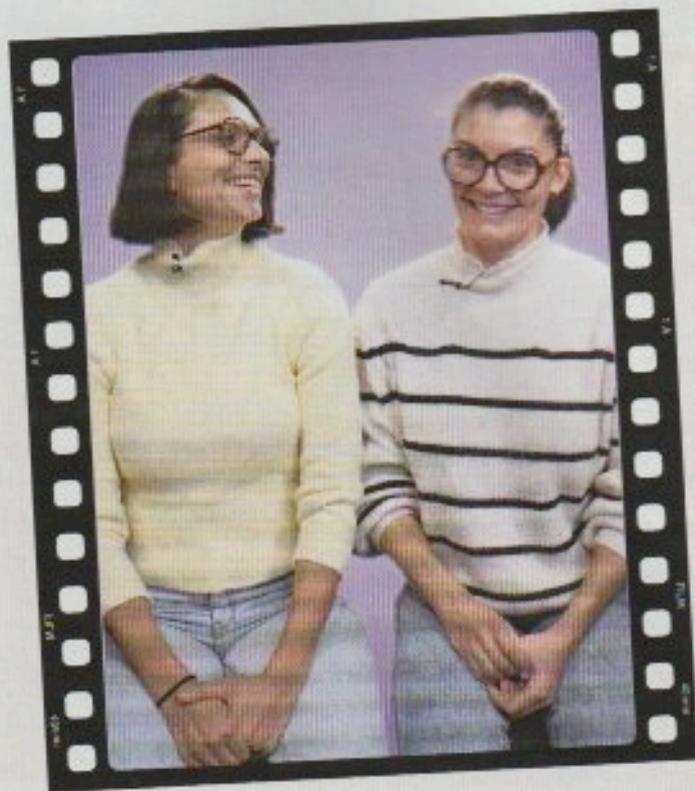
Céline: Oui, sans filtre... Parce que sinon, je rumine. Toi, tu es plutôt de la team «Je boude pendant plusieurs jours». Je trouve ça invivable, on ne peut pas vivre comme ça.

Clément: Je n'ai pas boudé depuis longtemps...

Comme le dit l'expression populaire, «qui aime bien, châtie bien». Dans le couple, les moments de frictions sont en effet inévitables. «Les petits conflits, c'est quand même plusieurs fois par semaine», admet ainsi Clément, le compagnon de Céline, face à la caméra de *Femme Actuelle*. Nicole Prieur,

philosophe et thérapeute familiale, le reconnaît également: «Un lien vivant appelle constamment des ajustements. Les disputes sont inévitables, et elles peuvent être plus ou moins difficiles à dépasser. Mais quand on les dépasse, elles renforcent le couple.» La psychanalyste distingue néanmoins la dispute du conflit, qui est nettement plus violent.

«Les disputes, ce sont des chamailleries, des agacements, des cris de colère qui peuvent exploser à partir de faits qui semblent anodins. Dans la dispute, on croit au couple et on essaie de trouver des solutions. Dans le conflit, en revanche, l'autre n'est pas partenaire mais adversaire. Il faut qu'il y ait un gagnant et un perdant.»



Manon & Fanny

Manon: Moi, je ne dis rien, et elle braille. En fait, je fais exprès d'être le tempérament opposé pour qu'elle se calme.

Fanny: Et moi, le tempérament opposé pour qu'elle s'énerve. On se prend souvent la tête quand il y a trop de monde autour de nous. On a juste besoin de se retrouver. On est engagées l'une avec l'autre. Donc on sait que, même si on se prend la tête, il n'y aura pas de motif de rupture.

Chacun sa voie

Lorsque la tension monte, les deux conjoints n'ont pas toujours la même attitude. Chez Alison et Raphaël, c'est: «Moi je boude, et elle, elle crie.» Alors que Manon, en couple avec Fanny, explique: «Moi, je ne dis rien, et elle braille.» Des modes d'expression qui ne surprennent pas Nicole Prieur. «Souvent, dans le couple, il y a deux attitudes différentes, l'un des deux sera plus dans le silence quand l'autre hurlera. Lorsqu'on se connaît et qu'on respecte ses différences, ça peut évoluer. Le danger, c'est quand les positions sont symétriques: cela risque d'aller vers l'escalade et de ralentir le dénouement», analyse la thérapeute.

Les sujets explosifs

À l'origine d'une dispute, il y a souvent un élément déclencheur. Les amoureux évoquent pâle-mêle les enfants, le ménage, l'épuisement ou la pression. «Il y a une période où on était vraiment très fatigués parce que la petite nous menait la vie dure», se souvient Olivier. Sa compagne, Anne-Marie, complète: «Finalement, c'est pour

des choses assez banales.» Dans son livre *Disputez-vous bien! Pour bien vous entendre avec vos proches* (éd. Robert Laffont), Nicole Prieur identifie six sujets propices aux tensions. «D'abord, il y a le rapport au temps, à l'espace (qui inclut la question de l'ordre), le rapport aux enfants, bien sûr, le partage des tâches, l'argent et la représentation qu'on a du couple, énumère-t-elle. J'ajouterais la question des valeurs, qui peut vite déboucher sur un conflit car c'est beaucoup plus ancré en nous.»

La résolution de la dispute

Bien sûr, les couples se réconcilient s'il s'agit d'une dispute. Pour Nicole Prieur, «après l'explosion, il y a un moment de maturation où l'on doit réfléchir à la raison pour laquelle ça nous met en colère». Parce qu'un couple doit apprendre à vivre avec ses différences et à survivre à ses différends, elle précise: «Les disputes nous permettent de mieux nous comprendre mutuellement et d'aller l'un vers l'autre.» C'est d'ailleurs ce qu'explique très bien Anne-Marie, en couple avec Olivier. «Il y a toujours l'un de nous deux

qui revient vers l'autre. On admet très facilement qu'on n'a pas été très sympa, que les mots peuvent avoir dépassé nos pensées», relativise-t-elle. Pour ces couples qui s'aiment, le bonheur d'être ensemble reprend le dessus... jusqu'à la dispute suivante! ●

RETROUVEZ LES
VIDÉOS EN INTÉGRALITÉ
SUR LE COMPTE INSTAGRAM
DE FEMME ACTUELLE



@FEMME_ACTUELLE

Prochain épisode:
L'accouchement (le 23 août).