

LES CAUSES DES CONFLITS CONJUGAUX

Les partenaires du couple conjugal sont issus chacun d'une famille, d'une société, d'une culture et d'un environnement donné et sont également les produits d'expériences personnelles positives ou négatives qui déterminent leurs comportements, leurs visions du monde, bref, leurs réactions. Ne pas tenir compte de cette influence indélébile de notre passé sur nous-mêmes et sur notre conjoint, c'est tout simplement emprunter la voie spacieuse, mais aux issues incertaines de l'illusion amoureuse ou des conceptions erronées de l'amour conjugal qui fera l'objet du premier point que nous aborderons à présent.

L'ILLUSION AMOUREUSE OU LES CONCEPTIONS ERRONEES DE L'AMOUR CONJUGAL

Sans nous aventurer dans ce périlleux exercice de la définition du mot amour, retenons tout simplement que par illusion amoureuse ou conception erronée de l'amour conjugal, nous entendons des idées irréalistes, des idéalizations exacerbées de la notion d'amour ou surtout de la vie conjugale.

Ainsi, on pense à tort qu'aimer, c'est avoir un fort désir sexuel pour un sexe opposé. Un jeune homme dira qu'il aime beaucoup une fille pour dire qu'il ressent pour elle une forte attirance sexuelle. Or généralement, une fois le désir sexuel satisfait, ce "grand amour" disparaît et il lui semble qu'il a eu une mauvaise appréciation de la réalité parce qu'un (e) autre plus belle apparaît toujours le lendemain. En réalité, l'objet du sexe apparaît désirable uniquement pendant le temps très court que dure l'excitation et il est ensuite indésirable. Quant à la personne aimée, elle fait l'objet d'une attention et d'une tendresse constante.

L'illusion amoureuse consiste également à penser que se marier, c'est accéder au paradis terrestre, que l'être aimé est sans défaut. Cette forme d'illusion provient de la parade amoureuse ou le rituel qui guide les premiers pas de l'un vers l'autre. Il s'agit ici du « look », du choix des lieux de rendez-vous, de l'effort que l'on fait pour se retrouver en l'autre et s'adapter à lui, puis se conformer à ses désirs. En fait, les deux personnes qui viennent de se rencontrer suscitent réciproquement une impression qui a valeur de certitude. Le faisant, on minimise les différences ou alors elles sont simplement ignorées dans un déni

total de la réalité. C'est donc le « ce que je veux voir de toi » qui importe et non le « ce que tu es réellement » qui prime. Ce qui est visé ici, c'est un amour romantique fondé sur les mythes de la relation idéale de couple. Cette façon de vouloir faire coller la réalité aux rêves fait que les acteurs du couple en formation se prennent souvent à leur propre jeu et sont convaincus dans une sorte de personnalité « as if », qu'ils sont ce qu'ils prétendent être. Le problème est qu'une fois que ces certitudes sont installées dans le psychisme et donnent une vraie fausse personnalité aux membres du couple, il n'est pas aisé pour eux de changer leur image en cours de route. Corrélativement, beaucoup d'époux ne se connaissent pas avant de se marier ou du moins se connaissent si peu. Si donc la parade amoureuse est inévitable en début de rencontre, il est important pour les personnes qui veulent vivre en couple d'avoir recours aux spécialistes de la question pour essayer d'approfondir leur impression et connaissance de l'autre. Ainsi, s'il est vrai qu'on ne pourra jamais connaître totalement son (ou sa) conjoint (e), il est aussi vrai qu'une fois l'euphorie de la rencontre passée, on peut au moins approfondir certaines visions du monde de l'autre avant de s'engager pour le meilleur et pour le pire. A défaut d'une telle démarche, on risque un jour d'entendre des phrase du genre « Je ne savais pas que tu étais comme cela, tu as bien caché ton jeu, tu m'as trahi, tu n'étais pas comme cela au début... » On voit finalement qu'il ne suffit pas de s'aimer mutuellement pour que toutes les difficultés de la vie disparaissent, bref, autant d'idées souvent trop romantiques qui n'aident pas forcément ceux qui les entretiennent à réussir leur vie de couple.

L'illusion amoureuse peut aussi se traduire par des attentes trop grossières. On attend de l'autre qu'il réalise pour nous le rêve longtemps caressé, qu'il nous délivre d'une situation pénible, en un mot, qu'il joue pour nous un rôle de messie. C'est ce que certains spécialistes qualifient d'amour de compensation, de déficit ou de refuge. Ici, les relations sont, entre autres, construites sur la base de guérisons réciproques des blessures de la vie ou de ressemblances de problème. Dans ces conditions, il est clair que si le partenaire n'arrive pas à répondre à un moment donné à ces attentes, l'équilibre du couple prend un coup. Or, il semble que le véritable couple est celui où chaque conjoint s'investit à fond pour la pérennité de l'édifice commun : le couple.

L'illusion amoureuse consiste également à se dire que comme on s'aime, on sera toujours d'accord, on se comprendra toujours, on se supportera quoi qu'il arrive, on rira toujours ensemble et on pleurera ensemble, bref, tout ira

toujours bien comme sur des roulettes. Cette vision du couple conjugal signifie que l'homme et la femme ne font qu'un. C'est le couple parfait vu de l'extérieur et surtout recommandé par nos institutions. Dans la réalité, de tels couples fonctionnent parce que l'un des membres digère l'autre qui accepte d'abandonner son identité pour se fondre dans celle de son compagnon ou de sa compagne. C'est ce que certains thérapeutes de couple appellent « le processus de cannibalisation conjugal. » Cette relation fusionnelle où l'une des composantes du couple prend le risque de perdre l'essentiel de sa personnalité, aboutit à long terme à des conflits, voire des crises au sein du couple conjugal. C'est dans cette logique qu'on entend dire « je suis fatigué (e) de te supporter, je ne peux plus faire de sacrifice, j'ai le droit d'exister... ». Il faut donc comprendre que dans le couple conjugal, les rêves de fusion ne sont qu'utopie. Pour que chacun vive, au sens le plus large, dans un couple conjugal, les spécialistes s'accordent sur le fait que dans le couple, il existe trois parties, le « je », le « tu » et le « nous » ou « moi », « toi » et « nous ». La relation harmonieuse exige que chaque partie ait une vie personnelle et facilite la relation de l'autre.

Finalement, que retenir de l'illusion amoureuse ou des conceptions erronées de l'amour conjugal ?

Il est donc souhaitable d'avoir une conception objective et réaliste du couple et de l'amour afin d'éviter les surprises désagréables. Encore une fois, un spécialiste en conseil conjugal ou un thérapeute de couple peut aider les futurs mariés et même les anciens couples qui font actuellement les frais de ces "fausses conceptions" à poser de nouveaux fondements pour leur couple et repartir sur des bases plus solides et plus durables. Tout ceci pour dire que l'amour ne supprime pas les traits pénibles du caractère, les difficultés à communiquer, le poids du passé, les différences entre l'homme et la femme qui constituent des facteurs non négligeables de l'harmonie conjugale. Car, comme le dit un spécialiste, « l'amour ne lève pas miraculeusement les difficultés à vivre à deux au quotidien, encore moins les différences dans le couple », deuxième aspect des causes des conflits que nous analyserons aujourd'hui.

LA MECONNAISSANCE DES DIFFERENCES ENTRE L'HOMME ET LA FEMME

En plus des différences biologiques, l'homme est différent de la femme, surtout au plan psychologique. Il importe, pour éviter de s'exposer ou d'exposer son couple à des incompréhensions et à des frustrations très dommageables, de comprendre que ces deux êtres qui veulent vivre ensemble ont chacun, une activité, une sensibilité, une intelligence, une volonté, une personnalité, des aspirations, une manière de communiquer et une sexualité différente. Ces différences entre l'homme et la femme, en dehors de l'aspect biologique, donc naturel, sont surtout le fruit d'un conditionnement culturel à la différenciation sexuelle depuis la naissance des individus.

En effet, même depuis le berceau, les enfants entendent des discours qui leur inculquent inconsciemment l'image que leur société et l'inconscient collectif attendent d'eux et qui posent les fondements de ces différences psychologiques. Ainsi, on entend dire « Un garçon ne pleure pas » ou encore « C'est quel garçon qui est mou comme ça ? », « Une fille doit toujours garder le sourire », « Une fille doit toujours être belle », ... Dans la présente contribution, nous relèverons les différences au niveau de la sensibilité, de 'activité, des aspirations, de la communication et de la sexualité entre l'homme et la femme, ainsi que le rôle attribué à l'homme et à la femme dans le modèle dit « classique » du couple conjugal. Précisons au passage que la communication et la sexualité dans le couple peuvent être l'objet de réflexions qui dépassent le cadre de cet article. C'est donc sommairement que nous allons les traiter ici.

Au niveau de la sensibilité, l'homme est en temps ordinaire peu impressionnable, tellement on lui a appris à ne pas montrer ses sentiments « Un garçon ne pleure pas », lui-a-t-on toujours répété. Ainsi, quand il souffre, l'homme recherche plus la compréhension de sa femme que des flots de paroles ou de la consolation. A l'opposé, la femme se caractérise par son hyper-émotivité, ce qui fait qu'elle peut pleurer sans honte et se laisser aller facilement, même en public. Pour elle, partager ses sentiments et sentir qu'ils sont pris en compte est un besoin essentiel. C'est pourquoi elles se plaignent souvent de l'indifférence ou de l'insensibilité de leur homme face à leur souffrance.

Au niveau de l'activité, alors que l'homme a tendance à s'isoler et à se concentrer, ce qui fait qu'il demande de la tranquillité et répugne les cris et les

bavardages pendant qu'il travaille, la femme au contraire se caractérise dans son activité par son ouverture au monde extérieur, un besoin permanent d'agir et sa grande capacité d'adaptation. Une femme qui fait la cuisine peut trouver une occasion pour laver son bébé et causer avec son amie sans que la qualité de ses œuvres en soit affectée. Au niveau des aspirations, ce qui caractérise l'homme est qu'il a besoin d'être encouragé et soutenu par son épouse, qu'elle lui fasse confiance et non qu'elle lui fasse la morale ou qu'elle lui cherche querelle.

Quant à la femme, son besoin pressant est celui de sécurité et d'amour. Sans ces éléments, elle a tendance à prendre ses distances vis-à-vis de son mari. Dans sa quête de ces aspirations, elle ira jusqu'à provoquer son mari pour s'assurer que sa réaction confirme son amour pour elle. En fait, elle a un besoin permanent d'être rassurée et ce, de diverses manières. Dans le fonds, la femme possède un réservoir affectif tellement profond qu'il a constamment besoin d'être rempli d'acceptation, d'affection, de compliments de tendresse, et surtout d'écoute. Au niveau de la communication, l'homme parle d'ordinaire à sa femme pour trouver des solutions, pragmatique qu'il est. Il a tendance à aller droit au but ; et c'est pourquoi face aux difficultés et aux incessantes plaintes de sa femme, il propose un avis ou une réponse. Pour résoudre ses problèmes, il n'a pas besoin d'en parler sur la place publique. Bien au contraire, il a besoin de s'isoler pour réfléchir, pour méditer sur ses problèmes. Il consulte peu sa femme ou quand il le fait, il tient rarement compte des suggestions de celle-ci. En fait, il se définit comme le maître à penser du couple. C'est pourquoi sa femme le trouve souvent peu attentif à ses besoins et a l'impression qu'elle n'existe vraiment pas pour son homme.

Quant à la femme, elle parle pour le simple plaisir de partager. Pour elle, la relation est primordiale. C'est pourquoi elle raconte à son mari ses joies et ses peines de la journée, non pas pour chercher des solutions, mais par souci de consolider son intimité avec lui. En réalité, à travers sa communication, le vrai besoin exprimé par la femme, c'est d'être écoutée et comprise. Autre élément de différence entre l'homme et la femme que nous relèverons dans le présent article se situe au niveau de la sexualité.

A ce niveau, généralement, l'homme recherche plus la satisfaction sexuelle. Le désir peut s'emparer de lui sans que son cœur y participe. A ce propos, un adage de chez nous ne dit-il pas que « La qualité de l'eau pour éteindre le feu importe peu » ? Pour dire que l'essentiel pour l'homme, c'est d'abord de satisfaire un besoin physiologique. C'est l'une des explications de

certaines relations sexuelles « atypiques » entretenues par certains hommes mariés avec des servantes, des prostituées, etc.

L'homme a d'ordinaire une satisfaction sexuelle très rapide et très brève au contraire de la femme qui peut avoir des rapports sexuels sans en éprouver le moindre désir ou plaisir. En réalité, sa sexualité est très liée à sa sensibilité et à son affectivité. C'est pourquoi elle atteint parfois difficilement l'orgasme pendant l'acte sexuel. Pour la femme, l'acte sexuel n'est pas un simple acte limité dans le temps, mais plutôt un univers d'amour, de tendresse, d'affection et d'acceptation.

Le dernier aspect de la méconnaissance des différences entre l'homme et la femme est le rôle attribué à l'homme et à la femme dans le modèle dit classique du couple conjugal. Il est admis que les membres du couple se doivent une protection mutuelle, entendue comme un échange de services. Classiquement, l'homme apporte une protection sociale et économique à la femme et celle-ci en retour doit apporter la fidélité, l'attention portée aux enfants et s'occuper de la maison. Une telle distribution des rôles et des échanges suppose implicitement que dans le couple conjugal, monsieur est le « ministre des affaires étrangères » et madame, le « ministre de l'intérieur ». Aujourd'hui, les données ont changé, madame est de plus en plus indépendante économiquement et monsieur lui demande de participer à la sécurité économique du foyer conjugal. Dans le même temps, sous les tropiques, après le travail, c'est elle qui s'occupe toujours des soins des enfants, du ménage, de la cuisine tandis que monsieur passe du temps avec ses amis, lit son journal ou alors couché dans le divan, suit un important match de football à la télévision. On voit donc que les comportements des hommes et des femmes ne suivent pas toujours l'évolution socioculturelle. Sans être une fois de plus un donneur de leçon, nous avançons que la dynamique et les contraintes socioculturelles actuelles impliquent que les couples actuels doivent inventer d'autres formes de protections réciproques. En fait, un remaniement ministériel avec la création d'autres postes ministériels s'impose à monsieur et madame. Cela veut tout simplement dire que le mari qui demeurera toujours le chef du gouvernement, doit revoir ses attributions ainsi que celles de sa femme pour les adapter aux exigences du moment. La survie du couple conjugal en dépend.

On retient ici que le fonctionnement de l'homme diffère considérablement de celui de la femme et que la méconnaissance de ces différences peut aboutir à des malentendus, des frustrations préjudiciables à l'harmonie du couple. Il

importe donc que les partenaires du couple conjugal se montrent plus compréhensifs et plus indulgents face à ces « caprices naturels » de leur vis-à-vis. Car rappelons-le, un conflit peut naître de rien mais n'oublions pas non plus que les comportements jugés négatifs (trop critique, trop impulsif, trop égoïste, trop irresponsable ou immature, etc.) sont souvent mis en avant dans les conflits conjugaux. Or en réalité, ces comportements peuvent être des caractéristiques mal perçues liées au sexe de l'autre.

Pour conclure, nous soutenons avec les thérapeutes que pour l'équilibre du couple, il est primordial de bien choisir son partenaire et de décider de former un couple par amour, par complicité, par respect mutuel et non pour fuir la solitude, par dépendance, pour vouloir éviter le deuil d'une relation antérieure ou pour la sécurité financière. Ensuite, il faut connaître ses besoins, ses forces et ses faiblesses. Il faut accepter l'autre tel qu'il est, c'est-à-dire s'ouvrir au changement individuel de chacun au fil du temps et de ses expériences personnelles et travailler aux ajustements qui en découlent. Enfin, les couples doivent partager des activités, des valeurs et buts et être conscients de l'importance d'entretenir l'aspect sexuel de la relation. En dernier ressort, les conjoints doivent consulter le plus tôt possible et ne pas attendre qu'il soit trop tard.

CELUI QUI A DES OREILLES, QU'IL COMPRENNE

CELLE QUI A DES OREILLES, QU'ELLE COMPRENNE AUSSI