



LA FIDÉLITÉ, VALEUR EN HAUSSE

En ces temps de crise et de précarité professionnelle, les jeunes croient plus que jamais à la constance amoureuse, quitte à **réinventer la vie de couple**. Exemples et conseils.

PAR SÉGOLENE BARBÉ

Le 19 juin dernier, devant les caméras venues immortaliser, au ministère de la Culture, ses nouveaux insignes de Chevalier de l'ordre national du Mérite, le comédien et réalisateur Yvan Attal créait la surprise en demandant en mariage sa compagne Charlotte Gainsbourg. Après vingt-deux ans de vie commune, trois enfants et d'insistantes rumeurs de séparation en 2012, la scène, digne d'une comédie romantique, a fait le tour du Web.

Monica Bellucci et Vincent Cassel (mariés depuis quatorze ans), Mélanie Thierry et Raphaël (en couple depuis onze ans) ou encore Guillaume Canet et Marion Cotillard (six ans au compteur)... Ces couples qui conjuguent glamour et longévité nous donnent envie d'y croire. « En temps de crise, le couple devient une valeur refuge, même les gays défendent le couple traditionnel et réclament le droit de se marier », commente Emmanuelle de Boysson, journaliste, romancière et auteure de l'enquête *Le Secret des couples qui durent* (éd. Presses de la renaissance). A l'heure de la précarité professionnelle et des lendemains qui déchantent, une enquête Love Intelligence révèle que 75 % des Européens estiment qu'être en couple représente un soutien moral et un gage de sécurité. Sur les sites de rencontre, 82 % des célibataires oublient les relations sans lendemain pour se concentrer sur la quête d'une relation stable!

Plus que jamais, les Français croient au couple et à la fidélité. Selon l'enquête « Valeurs » menée tous les neuf ans depuis 1981 par les sociologues de l'Association pour la recherche sur les systèmes de valeur (Arval), 84 % des Français jugent la fidélité essentielle

au succès d'un mariage, alors qu'ils n'étaient que 72 % en 1981. Et ce sont les jeunes qui ont le plus évolué sur la question : souvent accusée de dispersion, la génération « zapping » semble pourtant chercher, dans sa vie privée, une stabilité que la société ne lui offre guère. « Il y a trente ans, les 18-26 ans trouvaient la fidélité un peu ringarde, seuls 50 % la jugeaient importante pour la réussite d'un couple. Aujourd'hui, ils sont plus de 80 % à la plébisciter, commente Pierre Bréchon, directeur de l'Arval et chercheur à Sciences Po Grenoble.

Un choix qui valorise l'autre

Valeur surinvestie, la fidélité est pourtant soumise à rude épreuve. Au bureau, sur les réseaux sociaux, les tentations se multiplient, tandis que les sites de rencontre « spécial adultère » (Gleeden, Ashley Madison) font leur pub dans les couloirs du métro, promettent des « 5 à 7 » en toute discrétion et publient des enquêtes déculpabilisantes sur « l'infidélité, facteur de longévité du couple ». « C'est justement parce que l'infidélité est devenue plus facile que la fidélité a plus de prix, plus de sens : elle devient vraiment un choix qui valorise l'autre, une preuve d'amour », analyse Robert Neuburger, psychiatre, psychanalyste et thérapeute de couple (auteur de *On s'arrête?... On continue? Faire son bilan de couple*, éd. Payot). De ce couple idéalisé, on attend sans doute trop... Et, au moindre coup de canif dans le contrat, la confiance s'effrite. « L'infidélité est beaucoup moins tolérée qu'autrefois, notamment chez les jeunes couples. Elle est devenue la première cause de consultation dans mon cabinet, poursuit Robert Neuburger. Ce qui est dommage, c'est qu'on met souvent dans le même sac l'adultère ●●●

Sur le pont des Arts, à Paris, des centaines de cadenas symbolisent autant d'histoires d'amour. Aujourd'hui, plus de 80 % des 18-26 ans croient en la fidélité.

PHOTO © FRANÇOISE BOUILLON/MARCO POLO



Pour 77 % des Français, l'infidélité condamne le couple



●●● occasionnel et la liaison prolongée, sans prendre le temps de faire la différence. »

A l'heure où 77 % des Français estiment qu'elle condamne le couple², l'infidélité est souvent citée comme la première cause de divorce. Un divorce qui conclut, en France, un mariage sur trois (un sur deux à Paris) et intervient de plus en plus tôt: d'après le ministère de la Justice, le nombre de divorces survenant moins de trois ans après le mariage a augmenté de 50 % entre 1998 et 2003.

Nouveaux contrats amoureux

Pourtant, à condition d'en tirer des leçons, l'infidélité peut parfois raviver la flamme. « Pour certains, elle représente une épreuve nécessaire qui permet de

tout mettre sur la table et de repartir d'un pied allègre parce qu'on a failli se perdre: elle peut être l'occasion de se "re-choisir" », assure la psychanalyste Martine Teillac, auteur de *Pour un couple durable: vaincre et se libérer des crises du quotidien* (éd. Solar). Dans *La Déliaison amoureuse* (éd. Payot), le sociologue Serge Chaumier décrit ce qu'il appelle ces couples « fissionnels » (par opposition aux couples « fusionnels »), qui sont aussi de plus en plus nombreux à se bricoler de nouveaux contrats amoureux pour combattre l'usure du quotidien (qui augmente en même temps que notre espérance de vie).

A l'image de couples célèbres qui ne vivent pas ensemble (comme les comédiens Pierre Arditi et Evelyne Bouix, en couple depuis vingt-sept ans),

Yvan Attala a demandé la main de Charlotte Gainsbourg (en haut) après vingt-deux ans de vie commune. Quant à Vincent Cassel et Monica Bellucci, ils sont mariés depuis quatorze ans.

PHOTOS © VINCENT ISORE/JIP3/MAXPPP; SERGE HAOUZI/MAXPPP

En couple depuis vingt-sept ans, Evelyne Bouix et Pierre Arditi vivent séparément.



4 millions de Français font appartement séparé, selon l'Institut national d'études démographiques (Ined). D'autres donnent une nouvelle signification à la fidélité en restant avant tout fidèles à ce qu'ils se sont promis. « Je vois de plus en plus de couples libertins qui fréquentent les boîtes échangistes, ce qui ne les empêche pas de respecter le contrat qu'ils ont passé ensemble », raconte Robert Neuburger. Comme l'explique joliment Serge Chaumier, « la fidélité trouve aujourd'hui de nouvelles frontières qui ne sont pas forcément celles du corps ».

1. D'après un sondage Opinea pour serencotr.com de novembre 2012.

2. « Enquête sur la sexualité des Français », Sofres/Nouvel Observateur/RTL, avril 2009.

LES SECRETS DE L'AMOUR AU LONG COURS

Vivre en couple n'aurait rien de naturel. Pour la neurobiologiste Lucy Vincent, l'amour est un processus chimique destiné à assurer la survie de l'espèce qui ne durerait pas plus d'une trentaine de mois, soit moins de trois ans... Dans *Inventer le couple* (éd. Odile Jacob, 2003), le psychiatre et anthropologue Philippe Brenot explique quant à lui que l'homme est naturellement polygame, en quelque sorte « programmé » pour l'infidélité: le couple serait donc une construction culturelle qu'il faudrait sans cesse entretenir et réinventer. Voici quelques clés pour transformer l'amour fusionnel des débuts et évoluer ensemble.

SE FAIRE CONFIANCE

Pas si évident à l'heure où les nouvelles technologies facilitent les contacts : 27 % des Français ont déjà installé un logiciel espion dans le smartphone de leur conjoint (sondage TNS Sofres, novembre 2011). « Pourtant, si l'on fait confiance à son partenaire, il se sentira plus investi et aura moins envie de faire des écarts, assure la psychanalyste Martine Teillac. Mais, pour y parvenir, il faut déjà avoir confiance en soi... »

AVOIR DES PROJETS COMMUNS...

Se lancer dans un « business » commun (en France, 600 000 entreprises sont dirigées par un couple), construire une maison, une famille, cultiver le même goût pour la musique ou la randonnée... Les couples qui durent partagent des projets qui leur permettent de se tirer mutuellement vers le haut, de s'admirer l'un l'autre, de rester en mouvement. Une « méthode » qui a fait ses preuves chez des couples connus comme David et Cathy Guetta, rois du monde de la nuit.

... MAIS GARDER SON JARDIN SECRET

Pour continuer à se séduire mutuellement, « il faut résister au diktat de la transparence, ne pas chercher à domestiquer l'autre, ne pas tout se dire non plus », assure la

journaliste Emmanuelle de Boysson, qui a mené l'enquête auprès d'une cinquantaine de couples de tous âges. Le désir se nourrit d'une part de mystère, ce mystère qui nous a séduits lors de la rencontre et qu'on peut essayer de préserver malgré les années. « Garder une certaine pudeur dans ses sentiments, dans ses pensées peut être un bon instrument de longévité du couple, car cela suscite le désir de découvrir ce qui est couvert », suggère ainsi la psychanalyste Martine Teillac.

SURMONTER DES CRISES ENSEMBLE

Dépression, chômage, désert sexuel ou même infidélité... Les couples qui durent ont traversé des orages qui les ont rendus plus forts. « Mais, pour cela, il faut avoir l'envie commune de se battre, accepter parfois d'être déçu: aujourd'hui, on a plutôt tendance à rompre dès que le couple n'est plus conforme à notre idéal », déplore Emmanuelle de Boysson.

SAVOIR SE DISPUTER

En temps de crise, l'argent serait le premier motif de dispute au sein des couples (34 % des personnes interrogées reprochent à leur conjoint de dépenser trop, selon un sondage Codespromotion.fr de mai 2013), avant la famille (ou la belle-famille) ou les tâches ménagères... Autant de querelles qui permettent aussi de se dire ce qu'on a sur le cœur. « Il n'y a rien de pire que les non-dits, commente Martine Teillac. Les disputes permettent d'avancer, mais il faut éviter d'enfermer l'autre dans des jugements culpabilisants et parler plutôt de ce qu'on ressent, de ce qui nous blesse. »



> *Inventer le couple*, de Philippe Brenot, Odile Jacob, 240 p., 22,90 €.