

**PETITE
BIBLIO
PAYOT**
PSYCHOLOGIE

ROBERT NEUBURGER

LE COUPLE

**LA PLUS DÉSIRABLE ET PÉRILLEUSE
DES AVENTURES**



« Un couple ne s'use que si l'on ne s'en sert pas. »

Pourquoi se met-on en couple et pourquoi désire-t-on avoir un enfant ? La réponse est moins évidente qu'on le croit, puisque la mise en couple fait généralement tanguer la relation amoureuse et que le désir et l'arrivée de l'enfant mettent souvent en péril le couple lui-même. Comment anticiper les difficultés qui peuvent surgir ? Et que faire quand des déséquilibres s'installent durablement ? Dans cet essai sans préjugés, Robert Neuburger prône la liberté de choisir, la créativité, la responsabilité personnelle, l'émancipation par rapport aux normes, et rappelle que les couples qui durent sont toujours ceux qui savent préserver une part de rêve.

Robert Neuburger, psychiatre, psychanalyste, thérapeute de couple et de famille, est l'auteur de plusieurs succès aux Éditions Payot, dont « *On arrête. On continue ?* » *Faire son bilan de couple*, et *Exister : le plus intime et fragile des sentiments*.

ROBERT NEUBURGER
AUX ÉDITIONS PAYOT

Les Paroles perverses. Les reconnaître, s'en défaire
Exister. Le plus intime et fragile des sentiments
Le Couple : la plus désirable et périlleuse
des aventures
« On arrête ?... on continue ? » Faire son bilan
de couple
L'Art de culpabiliser
Les Rituels familiaux
L'Autre Demande. Psychanalyse et thérapie familiale
Première séance. 20 raisons d'entreprendre
(ou non) une psychothérapie
L'Hypocondriaque : sa vie, son œuvre
(avec Gilles Dupin de Lacoste)

Site de l'auteur :
www.robertneuburger.com

Robert Neuburger

Le couple

La plus désirable
et périlleuse des aventures

*Illustrations
de Tom Tirabosco*

**PETITE
BIBLIO
PAYOT**

Robert Neuburger

Le couple

La plus désirable
et périlleuse des aventures

Illustrations
de Tom Tirabosco

**PETITE
BIBLIO
PAYOT**

Retrouvez l'ensemble des parutions
des Éditions Payot & Rivages sur
payot-rivages.fr

Conception graphique : Sara Deux
Illustration : © Bénédicte Muller

© Éditions Payot & Rivages, Paris, 2014
et 2015 pour l'édition de poche

ISBN : 978-2-228-91082-8

À Sveti, pour son soutien constant
et ses conseils précieux.
Merci aussi à tous les couples
et les familles rencontrés ; ils ne
savent pas combien je leur suis
redevable de ce qu'ils m'ont appris.

PRÉAMBULE

Pour faciliter la lecture de cet ouvrage, il me paraît nécessaire de présenter une notion fondamentale. Ce qui donne du sens à notre existence, ce sont deux piliers. D'une part, les relations que nous créons avec d'autres êtres, relations réciproques et de différentes natures : fraternelles, amoureuses, filiales, parentales. Et d'autre part, des relations d'appartenance, qui sont des supports d'identité. Celles-ci concernent les groupes humains auxquels nous décidons d'appartenir. Cela signifie également un rapport de réciprocité : nous nous sentons reconnus comme appartenant à ces groupes qui deviennent des supports d'identité et, en échange, nous contribuons à les faire exister par notre participation. Ces groupes peuvent être de

différentes natures : groupes fraternels comme la bande d'amis, groupes familiaux comme ce qui peut être ressenti dans des groupes idéologiques tels une famille politique, religieuse ou sportive. Enfin le couple et la famille qui comportent certes des relations entre les membres, mais aussi une dimension institutionnelle, support d'identité.

Cette différence majeure a été repérée en premier par Émile Durkheim, qui opposait l'amour relationnel et l'amour de l'appartenance : il disait aimer son épouse car il l'avait choisie, et aimer sa sœur car ils appartenaient à la même famille. De même, Elias Canetti montrait la différence entre relation et appartenance après avoir observé le comportement de sa mère : « Elle connaissait (ma mère) les mécanismes d'un certain délire autodestructeur au sein de sa famille ; elle aurait été fort capable d'écrire un roman là-dessus : elle n'en était pas moins fière de cette famille. Si ç'avait été de l'amour, je l'aurais peut-être mieux comprise. Mais nombreux étaient les protagonistes qu'elle n'aimait pas ; les uns, elle ne pouvait carrément pas les souffrir ; les autres, elle les méprisait ; mais pour la famille consi-

dérée comme un tout, elle n'éprouvait que de la fierté¹. »

L'enjeu de ces différents types de relations, relations d'être à être et relations à des groupes d'appartenance, est d'être nos supports d'existence. Sans ces derniers, nous sombrons aisément dans ce qu'on appelle aujourd'hui la dépression. Certains drames familiaux sont des illustrations de ce qu'il peut advenir lorsque ces supports viennent à manquer.

Le couple a pris une importance considérable parmi les supports d'existence, peut-être en raison de la défaillance des supports traditionnels tels la famille d'origine ou le monde professionnel. Mais un investissement trop centré sur une relation ou une appartenance est dangereux, car les alternatives manquent si surviennent des difficultés.

Les constats décrits dans cet ouvrage émanent de ma pratique clinique de thérapeute de couple et de famille. Mon champ de micro-observation se distingue des analyses basées sur des enquêtes de terrain qui nécessitent plus

1. Elias Canetti, *Écrits autobiographiques*, Paris, Le Livre de poche, coll. « Pochothèque », 1998, p. 7.

12 / *Le couple*

de recul et un grand nombre d'observations. Il n'en reste pas moins que ce que nous pouvons constater en tant que thérapeutes lors des consultations de couple ou de famille anticipe souvent ce qui sera ultérieurement démontré par les sociologues et permet parfois même d'orienter leurs recherches.