

« On dépose énormément sur le couple aujourd'hui »

La thérapeute de couple Pascale Clerbaux invite à regarder autrement les mécanismes qui façonnent la vie à deux.

Par Amandine Fossoul

Le constat posé par l'autrice est clair : derrière des reproches en apparence anodins – « *On vit comme des coloc* », « *Tu ne t'occupes jamais de notre couple* », etc. – se cachent souvent des attentes et incompréhensions.

Les petites phrases du quotidien en disent beaucoup plus qu'elles n'en ont l'air...

On dépose énormément sur le couple aujourd'hui, et ça s'entend en consultation. J'avais envie de creuser ces banalités pour comprendre ce qu'elles racontent de l'histoire de chacun. Je voulais aussi les mettre en perspective avec notre époque. Je ne suis pas sociologue, alors je suis partie de ces « refrains » que j'entends sans cesse chez les couples qui viennent me consulter.

Comment définir un couple qui « réussit » ?

C'est d'abord un couple qui accepte de se poser des questions. Rien n'est figé : un couple évolue, change de forme, s'adapte sans cesse. La capacité d'adaptation est essentielle. On attend souvent que tout vienne de l'autre, mais on oublie que le couple n'est pas seulement deux individus. Il y a une troisième entité, le couple lui-même. En thérapie, ce ne sont pas deux personnes qui viennent me voir, c'est un couple.

Quel est le plus grand défi des couples d'aujourd'hui ?

La proximité. Chacun n'a pas les mêmes besoins. Certains ont besoin de mots, d'autres de gestes ou de contacts physiques. C'est souvent de là que naissent les reproches. Il y a aussi le manque d'initiative. L'un reproche souvent à l'autre d'être



Editeur

passif, d'avoir toujours le rôle du moteur dans le couple. C'est un refrain qui revient très souvent.

À quel moment est-il conseillé de consulter ?

Les deux partenaires se décident souvent quand ils sont au bord du précipice, parfois avec un pied dedans. Ils déversent leur désarroi et attendent énormément de la thérapie, presque autant que ce qu'ils attendaient de leur couple. Beaucoup considèrent encore que consulter est un aveu de faiblesse. Cette idée est encore très présente, alors qu'il serait souvent plus utile de venir avant que tout s'effondre.

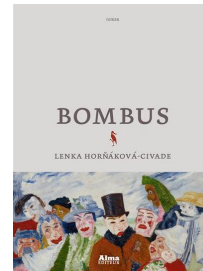
Dans un couple, l'interprétation prend souvent le pas sur la communication directe. Comment surmonter l'obstacle ?

Communiquer sans interpréter, c'est compliqué. On passe toujours les paroles de l'autre à travers notre propre filtre, celui de notre histoire, de nos expériences et de notre vision du monde. Il y aura forcément des ratés. Mais ce qui est intéressant, c'est ce qu'on en fait. Les couples qui ne se disputent jamais, je trouve qu'il y a quelque chose qui n'est pas normal. Cela signifie souvent qu'il y a des choses qui n'ont pas encore été explorées.



« *Le couple et ses refrains* », Pascale Clerbaux, éd. Samsa, 182 p., 20 euros.

Bombus ★★★



Bombus, c'est le nom du héros et le titre de ce roman dit « a-situé » : aucune localité concrète ne peut lui être attribuée. Un petit village, une communauté où tout le monde

se connaît, un carnaval comme institution. Et là-dedans, Bombus, élevé par sa mère Berthe et fruit d'un viol. Un roman d'apprentissage brillant à bien des égards, qui impressionne par la langue et les leçons qu'on peut en tirer sur les règles, la volonté et l'instinct. (R.J.)

Par Lenka Hornáková-Civade, éd. Alma, 192 p., 19 euros.

La lumière noire ★★★

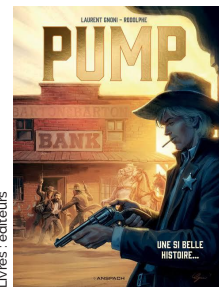


Le journaliste du « Soir » Pascal Lorent met de côté le quotidien, le temps d'un roman noir ancré dans les Hauts-de-France : plusieurs corps sont retrouvés dans des mises en scène macabres, parmi lesquels des

hommes pendus aux grilles d'un zoo ou un prof tué au porte-mine... Y a-t-il un lien entre ces meurtres ? Une enquête prenante à laquelle se mêlent les réalités sociales et politiques du moment. Un tour de force porté par une écriture ciselée et un souci du détail juste. (R.J.)

Par Pascal Lorent, éd. Weyrich, 350 p., 23,50 euros.

Pump T2 : Une si belle histoire... (BD) ★



Livres : éditeurs

Eddie s'est fait passer pour le neveu d'une morte. Peu scrupuleux, il trahit, trompe, magouille pour s'emparer de tout ce qui ressemble de près ou de loin à

une once de pouvoir. Il veut régner sur la ville ! Le T1 nous avait enchantés, le T2 nous a (un peu) laissés sur notre faim, la faute à un dessin qui manque de finesse dans les détails et les paysages. (P.C.)

Par L. Gnoni et Rodolphe, éd. Anspach, 46 p., 15,50 euros.