

# Vivre avec la passion du conjoint

## Partager sa vie avec un ou une passionné(e), c'est souvent... passionnant. À condition que son occupation ne devienne pas envahissante.

« **L**orsque j'ai rencontré mon compagnon, nous avons tout de suite partagé un goût pour le rock, raconte Lucile, mère de deux enfants. Pour lui, c'était une vraie passion, qu'il a conservée, d'ailleurs. Il joue dans un groupe, répète toutes les semaines et donne même de petits concerts. Son investissement ne m'a jamais posé problème. Au contraire. Je suis contente qu'il cultive son univers. » Vivre avec un passionné, c'est souvent passionnant. On découvre des domaines que l'on n'aurait pas forcément explorés soi-même et on peut aussi puiser de l'énergie dans son engagement. « Les gens passionnés sont très vivants, très actifs, ils déplacent des montagnes et le conjoint peut tirer parti de cette vitalité », observe ainsi Serge Hefez, psychanalyste et thérapeute familial.

Partagée, une passion peut même contribuer à souder le couple, comme pour Annie et Jean-Louis, deux amoureux du patrimoine : « Avec mon épouse, nous avons développé un goût pour les objets et les vieilles pierres, même si chacun s'intéresse à des domaines un peu différents, raconte Jean-Louis. Moi c'est la céramique, elle les tissus et la mercerie. » Aujourd'hui à la retraite, le couple continue à écumer les brocantes et les vide-greniers, même s'il reconnaît que sa maison est « déjà bien encombrée ». « Chacun a un espace à soi mais Jean-Louis trouve toujours que j'en ai trop », confie Annie dans un éclat de rire. Malgré les petites remarques, leur passion commune n'a jamais tourné à la rivalité, comme cela peut parfois arriver. Au contraire, elle fait partie des choses qui les « unissent », assure-t-elle : « Nous sommes toujours prêts à nous lever à 5 heures du matin le dimanche pour aller faire une brocante ensemble. » Même non partagée, la passion du conjoint peut « devenir le ciment du couple », relève Serge Hefez. Il y a des personnes qui ont besoin d'être dans la lumière, dans un rapport un peu dévorant au monde, et d'autres qui se nourrissent davantage de la relation et de ce que leur apporte, indirectement, l'engagement du conjoint. Aujourd'hui encore, ce sont plutôt les



Aux puces de Saint-Ouen, où les passionnés de brocante aiment flâner. Jean Daniel Sudres / Voyage Gourmand

femmes qui vivent dans l'ombre des passions masculines, même si cela a un peu tendance à changer. » Pour être bien acceptée par le conjoint, la passion doit toutefois être perçue comme légitime, observe de son côté le sociologue François de Singly : « Les hommes acceptent plus facilement que leur femme se passionne pour leur travail que pour des loisirs, relève-t-il. La légitimité de la passion dépend du système de valeurs de chacun mais aussi de l'adéquation entre le type d'activité pratiquée et le genre. » Autrement dit, on s'accommode mieux de la passion de l'autre lorsqu'elle correspond à des critères personnels, familiaux ou sociétaux.

**Pour être acceptée par le conjoint, la passion doit être perçue comme légitime.**

La passion du conjoint organise le couple tant que l'autre ne s'investit pas ailleurs. « Le jour où il commence à cheminer, à l'occasion d'une psychothérapie, d'un nouveau hobby ou de l'arrivée d'un enfant, l'équilibre de la relation peut vaciller », analyse Serge Hefez. Tout à coup, celui, ou plus souvent celle donc, qui vit aux côtés du passionné va trouver que son activité prend trop de place et pèse sur le quotidien. « Mon mari a toujours aimé les défis sportifs mais à la naissance de notre troisième enfant, il est vraiment devenu passionné de course à pied, témoigne Marie, en couple depuis vingt-cinq ans. Il a commencé par courir le marathon, et un an plus tard il s'est lancé dans l'ultra-trail, une course de 174 km ! Il passait son temps à s'entraîner en semaine, le week-end, et je me suis retrouvée à m'occuper seule de nos trois enfants. La vie tournait autour de ses courses et comme tout "héros" il avait besoin de partager ses exploits. Au début, il nous a emmenés avec lui, et j'ai trouvé l'ambiance sympa, mais très vite j'ai compris que je ne pourrais pas supporter longtemps cette passion envahissante. » Souvent seul, le conjoint finit parfois par se sentir délaissé, d'autant que le passionné peut vouloir transmettre sa passion aux enfants et partager avec eux son activité. « Il peut avoir l'impression de compter moins que la passion et éprouver



## Vivre avec la passion du conjoint

« On peut lui dire qu'on ne partage pas son goût pour son activité, mais si on n'y accorde aucune attention, cela revient à nier une partie de sa personnalité. »

●●● Suite de la page 13.

même un sentiment de trahison et d'infidélité », constate Véronique Parjadis, conseillère conjugale. Pourtant, rien à voir avec l'amour. « Il n'y a pas d'investissement libidinal ou affectif dans la passion, précise Serge Hefez. Nous sommes plus proches de l'addiction, même si c'est encore autre chose car il y a une part de créativité en jeu, explique-t-il. Le passionné est en prise directe avec le plaisir, et les émotions extrêmement fortes qui le lient à son activité ou son

« Il faut que le couple définisse un cadre. »

objet. Il n'y a tout simplement pas de place pour un tiers. » Vouloir réguler la passion de son conjoint s'avère donc souvent compliqué, voire contre-productif. « Il est inutile de poser des ultimatums, ce serait forcément mal vécu, prévient Véronique Parjadis. Le partenaire qui se sent délaissé doit exprimer son ressenti mais sans faire de reproches. Il faut que le couple définisse un cadre pour que chacun y trouve son compte. Celui qui n'a pas de hobby doit accepter que l'autre vive sa passion, dans le respect des limites posées. Mais il est indispensable qu'il pense à lui et cultive ses propres centres d'intérêt. » S'occuper de soi et prendre du recul par rapport à la passion du partenaire ne signifie pas pour autant s'en désintéresser. « On peut lui dire qu'on ne partage pas son goût pour son activité, mais si on n'y accorde aucune attention, cela revient à nier une partie de sa personnalité », dit encore Véronique Parjadis. Lorsque la passion de l'autre ne nourrit plus la relation, les conjoints doivent trouver un nouvel équilibre, entre activités communes et individuelles. Et c'est un vrai défi à une époque où « l'idéal du couple est très contradictoire, entre besoin de relations fusionnelles et envies d'indépendance », souligne Serge Hefez.

Avoir une passion ne serait plus tellement dans l'air du temps, selon François de Singly : « Le modèle psychologique dominant est d'avoir une vie avec plein de dimensions, ce qui n'interdit pas les loisirs et un monde à soi, mais ne correspond plus au concept de la passion, note-t-il. Puis les hommes sont plus impliqués dans leur rôle de père qu'autrefois et ont donc moins de temps pour s'investir dans une activité dévorante. »

Paula Pinto Gomes

### repères

#### Les Français et leurs loisirs

En 2018, ils ont passé 11 h 53 par semaine à pratiquer des activités pour le plaisir. Les actifs y consacrent 9 h 09 par semaine contre 16 h 55 pour les retraités.

Des inégalités entre hommes et femmes existent également : 13 h 15 par semaine pour les premiers, 10 h 40 pour les secondes.

Les loisirs numériques restent le passe-temps préféré de 68 % des Français. La moitié des personnes interrogées cite également le fait de voir des amis ou des proches (49 %), mais aussi les loisirs culturels (46 %).

En 2018, ils y ont consacré en moyenne 660 € par an. Un budget stable par rapport à 2017.

Source Sofinscope

### témoignages

## Concilier son couple et ses loisirs personnels

« On a fait des compromis »

Fanny, en couple depuis trois ans

« Je vis avec un passionné de jeux vidéo qui passe dix heures par semaine à jouer. Au début, j'ai été déstabilisée, moi qui ai grandi dans une famille où il n'y avait pas la télé. J'ai eu l'impression d'entrer dans un monde parallèle ! J'ai réussi à dépasser mes préjugés en comprenant que le jeu était une soupape de décompression et pas seulement quelque chose de puéril. Sa passion a été pesante tant que je ne savais pas quoi faire de mon côté. J'attendais beaucoup des temps communs. Aujourd'hui, j'arrive à mieux gérer. On en a parlé ensemble pour éviter les incompréhensions et on a fait l'un et l'autre des compromis. Il m'encourage aussi à vivre ma passion pour l'escalade et accepte de faire des



S'intéresser à la passion de son conjoint permet d'apprendre à mieux connaître son partenaire. Fred Marie/Hans Lucas

randonnées. Lui joue moins en ma présence et moi, j'essaie de m'ouvrir un peu plus à son univers. »

« Partager des centres d'intérêt est important »

Luc, en couple depuis 25 ans

« Ma femme est passionnée d'équitation et de course à pied. Nous avons longtemps couru ensemble jusqu'à ce qu'une tendinite m'oblige à arrêter. Aujourd'hui, je l'accompagne de temps à autre à VTT, lorsqu'elle fait du cheval ou de la course. Elle est aussi partante pour faire du vélo, du ski ou de la randonnée avec moi. L'équitation lui prend du temps – à une époque, elle allait au club presque tous les jours – mais elle y va surtout lorsque je suis au travail. Le week-end, cela ne me dérange pas non plus parce que j'en profite pour bricoler. Le seul problème c'est que

c'est un sport dangereux. Elle a déjà fait plusieurs chutes... Le fait de partager des centres d'intérêt est important pour l'équilibre de notre couple. Si ma femme ne pratiquait que des activités solitaires, ce serait gênant. »

« Toute la famille devait participer »

Claire, en couple depuis 30 ans

« Mon mari vient d'une famille dans laquelle tout le monde fait du bateau. Moi, je n'étais pas familière de cette culture. J'avais fait un ou deux de stages de voile à 18 ans mais ce n'était pas mon univers. Comme nous passions toutes nos vacances au bord de la mer, j'ai fini par m'y mettre. Au début, nous avions un petit bateau pour faire des balades à la journée. Un jour, mon mari a racheté un vieux bateau de croisière en bois qu'on a restauré pendant plusieurs années. C'était un projet qui lui tenait

à cœur. Toute la famille a participé pour l'aider à manœuvrer et pour l'entretenir. Il faut poncer, réaliser les vernis tous les ans... Cela demande de l'énergie et un vrai budget. Mais je ne lui ai jamais fait de reproches. On a effectué des traversées extraordinaires, même si nous sommes souvent restés en Bretagne et en Normandie, où la météo n'est pas toujours au beau fixe l'été. Nous nous sommes aussi pas mal disputés. Mon mari trouvait que les enfants n'en faisaient pas assez. De plus, c'étaient des vacances difficiles à organiser. Et c'était toujours moi qui m'en occupais. Aujourd'hui, les enfants sont grands, ils partent moins souvent avec nous. Mon mari râle un peu mais je crois qu'il a compris qu'ils avaient aussi leur vie. Depuis quelques années, il fait partie de deux associations de voile et il part seul en croisière avec d'autres passionnés. »

Recueilli par Paula Pinto Gomes

sur la-croix.com

D'autres témoignages

**Entretien.** De nos jours encore, certaines femmes ne s'autorisent pas à arracher au quotidien un peu de temps pour elles-mêmes.

## « Les passions masculines sont valorisées socialement »

Christian Bromberger

Ethnologue (1)

**Les hommes sont-ils plus nombreux que les femmes à avoir une passion ?**

**Christian Bromberger :** C'est souvent le cas mais cela dépend quand même des activités. Le bricolage ou la mécanique sont plutôt pratiqués par des hommes. Le jardinage, la généalogie, la peinture ou l'équitation le sont davantage par les femmes. Avec l'évolution de la so-

ciété, il y a plus de passions mixtes, comme la course à pied mais le contraste persiste entre les passions masculines dites « dures » et les passions féminines plus « douces ». Le temps accordé à ces activités diffère. Les hommes y consacrent une plus grande partie de leur temps libre, d'autant que les passions masculines sont valorisées socialement.

**Ce n'est pas forcément le cas pour les femmes...**

**C. B. :** On a longtemps considéré que les femmes devaient s'occuper des enfants et du foyer et que cela suffisait à leur épanouissement. Les mentalités ont évolué. Aujourd'hui encore, leur temps est partagé entre les obligations professionnelles, la

famille et les tâches domestiques, ce qui laisse peu de place aux loisirs. La passion est un temps pour soi arraché au quotidien, et certaines femmes ne se l'autorisent pas.

**Qu'est-ce qui motive les passionnés ?**

**C. B. :** La principale motivation, c'est d'avoir du temps pour soi. La pratique d'une activité-passion a souvent un ancrage psychologique profond. Derrière le hobby s'exprime le besoin de donner un sens personnel à sa vie, au-delà de l'appartenance à une famille et à un groupe social. À cette quête s'ajoute un désir de reconnaissance qui conduit parfois à une sorte d'« héroïsation de soi ». Le passionné

éprouve un sentiment de satisfaction à travers des réalisations personnelles et une forme d'incomplétude qui le pousse à aller toujours plus loin dans sa pratique. Une passion peut aussi se transmettre dans la famille. En étudiant la passion pour le football, j'ai été frappé de voir qu'il y avait toujours un père, un oncle ou un grand frère qui avait emmené au stade. Parfois, c'est une rupture ou un événement qui amène à s'intéresser à une activité. Lorsqu'un proche décède, il arrive qu'on se passionne pour la généalogie pour comprendre d'où l'on vient.

**La passion était considérée comme néfaste. Aujourd'hui, elle peut être un moyen de se réaliser.**

**C. B. :** Cette évolution s'explique par un temps de loisirs plus long, et par le déclin du militantisme politique et le recul de la religion. En étudiant la passion du football à Marseille, je me suis rendu compte qu'il n'y avait plus beaucoup de patronages ni de jeunesses communistes et que le sport prenait la place laissée vacante. L'évolution des pratiques correspond à un changement de mentalité dans une société qui valorise la réalisation de soi et la performance, même dans les loisirs.

Recueilli par Paula Pinto Gomes

(1) Passions ordinaires. Du match de football au concours de dictée, Éd. Hachette, 2002.

Publicité



## UNE CATÉCHÈSE VIVANTE

QUI REJOINT LES ENFANTS ET LES FAMILLES !

EN PAROISSE OU À L'ÉCOLE DÈS 7 ANS

EN FAMILLE

La découverte de la Parole de Dieu.



Des chants.

Des prières.

Des vidéos qui rejoignent les enfants dans leur réalité de vie.



Des animations pour les fêtes liturgiques.

Un plateau de jeu avec une appli pour :

partager

chanter

danser

prier en famille



Tester une séance gratuitement

Contactez Sylvie au 02 41 53 27 62  
www.merveilles-de-dieu.fr

Médiaclap  
édition