

Vivre avec la passion du conjoint

Par [Paula Pinto Gomes](#), le 2/4/2019 à 05h28

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



« Lorsque 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.

La passion peut contribuer à souder le couple

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 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, notamment, acceptent plus facilement que leur femme se passionne pour leur travail que pour des loisirs*, relève-t-il. *La légitimité de la passion dépend à la fois 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.

Un équilibre à trouver

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 25 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 aussi 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 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 objet. Il n'y a tout simplement pas de place pour un tiers. »*

Entre couple et loisirs personnels, un équilibre à trouver

Le conjoint du passionné doit aussi s'occuper de lui

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 aussi 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 parfois 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 d'ailleurs plus tellement dans l'air du temps, selon François de Singly : *« Aujourd'hui, le modèle psychologique dominant est plutôt 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. Sans compter que les hommes sont plus impliqués dans leur rôle de père qu'autrefois et ont donc moins de temps pour s'investir dans une activité souvent dévorante. »*

« Les passions masculines sont valorisées socialement »

Les Français et leurs loisirs

Les Français consacrent de plus en plus de temps à leurs loisirs.

En 2018, ils ont passé 11 h 53 par semaine à pratiquer des activités pour leur plaisir, soit 1 h 44 de plus qu'en 2017. Cette évolution cache néanmoins des disparités. 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 pour 68 % de Français. La moitié des personnes interrogées cite également le fait de voir des amis ou des proches (49 %). D'autres apprécient les loisirs culturels (46 %), la musique (40 %), les loisirs de plein air (39 %), la gastronomie (32 %) et le sport (31 %).

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

Source Sofinscope

Pistes

Des questions :

Véronique Parjadis, conseillère conjugale et familiale à la Maison des familles du 92, suggère quelques questions à se poser lorsque la passion d'un des conjoints prend trop de place dans la vie du couple :

- « Mon conjoint vit sa passion et moi, où est ma place ? »
- « Notre couple ne vient-il pas après la passion de mon conjoint ? »
- « La passion de mon conjoint oui, mais jusqu'à quel point, y a t il des limites ? »
- « Dans un couple, faut-il partager la passion de son conjoint ? »
- « Sa passion ne représente-elle pas une part très (trop) importante dans notre budget familial ? »
- « La passion a un prix, lequel ? »

Des adresses, des sessions pour les couples :

- Maison des familles du 92 : Conseil conjugal et familial. Tél. : 01.47.61.13.80 ou www.maisondesfamilles92.com

- « Cler Amour et Famille » : association chrétienne de conseil conjugal, dans toute la France. Rens. : 01.48.74.88.35 ou www.cler.net

- « Association nationale des conseillers conjugaux et familiaux » (ANCCF). Cette association fédère dans toute la France des professionnels pouvant répondre aux

questionnements des couples. www.anccef.fr

Des livres :

?*La danse du couple* (Éditions Fayard), de Serge Hefez

?*Libres ensemble* (Éditions Pocket), de François de Singly

?*Passions ordinaires. Du match de football au concours de dictée*, (Ed. Bayard/Hachette)

?*Solitudes subies, solitudes choisies* (Editions Oskar), de Dominique Contardo-Jacquelin.

?*Petit guide de l'amour heureux* (Odile Jacob), de Stéphanie Hahusseau.

Paula Pinto Gomes