

Retraite et séparation dans le couple

L'accroissement régulier depuis plusieurs décennies de l'espérance de vie, avec une espérance supérieure de quatre à cinq ans pour les femmes, a une incidence sur la durée de vie à la retraite (en moyenne une vingtaine d'années) et sur la durée de vie en couple. C'est à ce croisement que nous allons nous arrêter en présentant les enjeux mobilisés, dans les couples, par la retraite de l'un, de l'autre, des deux.

Il importe tout d'abord de prendre en compte la dimension historique et les modèles sociaux du travail, de la famille et du couple dans lesquels les nouveaux retraités de la société ont vécu. À cet égard, Mai 68 et ses effets ultérieurs ont été très marquants, de même que l'accès à la contraception, le développement du travail des femmes, mais aussi, à partir du milieu des années 1970, l'insécurité en matière d'emploi et le développement du chômage qui a une forte incidence sur la vie des couples.

Il convient d'ajouter à ceci deux autres éléments concernant le couple et la conjugalité :

→ la baisse régulière du nombre de mariages au profit soit du Pacs, soit de l'union libre.

→ l'augmentation régulière du nombre de divorces. De surcroît, on divorce de plus en plus tard, les générations atteignant actuellement la retraite n'étant plus prises comme les générations précédentes par les représentations très négatives du divorce. Dans les dix dernières années, le nombre de divorces chez les plus de 60 ans a été multiplié par deux. L'Ined indique qu'en 40 ans le taux de divorce après 35 ans de mariage s'est multiplié par 9 !

Dans un propos plus développé, il conviendra aussi de prendre en considération la

durée de vie du couple, le fait qu'il s'agisse d'un premier, d'un second, troisième... couple, sachant que les statistiques font ressortir un pique de séparation aux cinq ans de vie du couple, quel que soit l'âge de ses membres lors de la rencontre.

COUPLE ET ENJEUX PSYCHIQUES

Avant de nous centrer plus précisément sur le couple et ses devenir autour de la retraite, il convient de rappeler que le couple (quelle que soit sa forme légale) se fonde sur une rencontre consciente et inconsciente, sur de l'idéalisation et sur la formation d'idéaux communs. Avec le temps, les attentes de chacun vis-à-vis du couple (et de l'autre) évoluent et il convient pour le couple d'en prendre la mesure afin de savoir si des réajustements, une nouvelle construction sont possibles (et désirés) ou si, au contraire, la séparation paraît être la meilleure solution, la question se redoublant de la dissymétrie qui peut apparaître lorsque l'un des membres a trouvé un nouvel objet d'investissement (un autre homme, une autre femme) et pas l'autre. Un couple qui a des années de vie commune est déjà passé le plus souvent par ce type de réaménagement qui entraîne une certaine, et nécessaire, désidéalisation du couple. Ce réaménagement relève de la crise, au sens du déséquilibre d'une forme de lien et d'organisation, crise qui passe par un réaménagement ou une séparation. Ainsi en particulier lors de l'adolescence des enfants, du moment où ils quittent la maison, du moment où ils deviennent

eux-mêmes parents, de la confrontation à la retraite et/ou au vieillissement des parents...

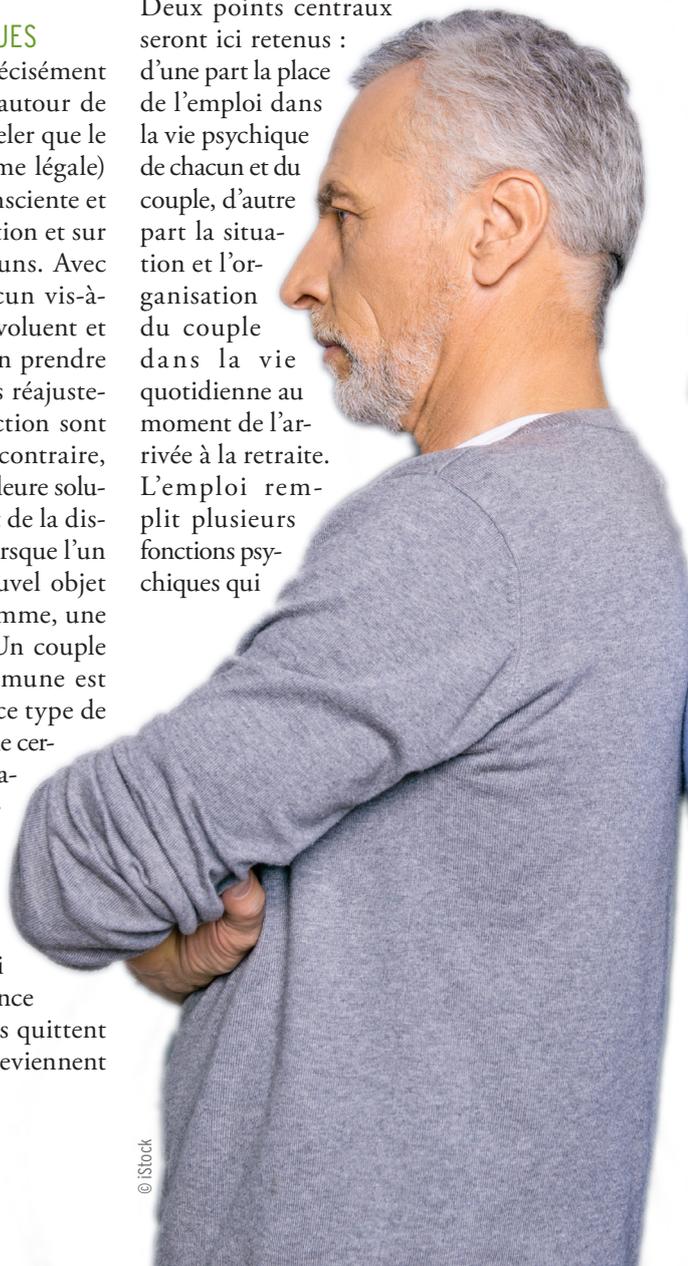
TRAVAIL, RETRAITE ET TERRITOIRES DU QUOTIDIEN

Deux points centraux seront ici retenus :

d'une part la place de l'emploi dans la vie psychique de chacun et du couple, d'autre part la situation et l'organisation du couple dans la vie quotidienne au moment de l'arrivée à la retraite. L'emploi remplit plusieurs fonctions psychiques qui

Jean-Marc Talpin,
Psychologue clinicien

Professeur de psychopathologie et psychologie clinique, Université Lyon 2
Centre de recherche en psychopathologie et psychologie clinique
Président de l'Association Rhône-Alpes de gérontologie psychanalytique



ont une forte incidence dans le couple : organisateur de la temporalité (sur la semaine, sur l'année), objet d'investissement stable, gratification narcissique, liens sociaux (cf. Talpin J.-M.). Lorsque l'un (ou les deux à la fois) se retrouve à la retraite, il faut réorganiser la temporalité, trouver un nouveau rythme, de nouveaux investissements ou développer certains d'entre eux, anciens, éventuellement investir de nouveaux liens, sinon l'autre risque d'être très/trop sollicité, tant sur le plan des échanges que sur celui de la recherche de reconnaissance narcissique, qui est toujours un enjeu fort dans les couples, le plus souvent inconsciemment. Le temps libéré par la retraite entraîne chez chacun une recherche d'occupations, à commencer bien souvent par les occupations domestiques, dont la répartition est le résultat d'un travail psychique dans le couple, entre partage, délégation, appropriation, confiscation... Pour prendre un exemple assez stéréotypé, mais fréquent, pensons à ces hommes qui ne participaient en rien

aux tâches ménagères et qui se mettent brusquement à vouloir faire les courses, voire cuisiner. Il n'est pas rare que les femmes le supportent mal car elles se sentent alors désappropriées, sans qu'on leur demande leur avis, de tâches qui ont participé à leur identité dans le couple, quand bien même ce ne fut

pas d'emblée un choix. Il peut y avoir de la rétorsion dans le refus de certaines femmes de lâcher certaines tâches.

Cette question des territoires peut aussi être envisagée comme enjeux narcissiques dans le couple, les activités participant à l'identité de chacun, ce qui explique que, même si l'on s'en plaint, il n'est pas facile d'y renoncer.

En somme, la retraite dans le couple fonctionne comme révélateur des dimensions inconscientes ou implicites des répartitions dans le couple (cf. le remarquable livre de Kaufmann sur la gestion du linge dans le couple). Le déséquilibre provoqué par la retraite va en cascade en provoquant d'autres au sein du couple.

Pour un regard plus précis, il faudrait distinguer différents cas : ceux où les deux membres du couple prennent leur retraite au même moment (avec le cas particulier des commerçants et parfois des artisans ou agriculteurs qui ont travaillé toute leur vie ensemble), ceux où les départs se font en décalage, ceux enfin où l'un des membres était à la maison depuis un moment, qu'il s'agisse des femmes au foyer ou d'un membre qui a vécu une longue période de chômage avant la retraite.

Tout ceci prend souvent d'autant plus d'importance que le couple a la représentation que chacun a encore probablement encore de nombreuses années à vivre, avec l'autre, ou pas...

ENSEMBLE, CHACUN DE SON CÔTÉ : LIEN ET SÉPARATION

Lorsque les membres du couple sont à la retraite, ils vont généralement, au moins dans un premier temps, avoir beaucoup de temps en commun à la maison. Selon les histoires, les caractères, les personnalités de chacun, ce temps ensemble peut être vécu sur un axe qui va du très attendu (le travail étant alors vécu comme ce qui a contraint à la séparation) au redouté (le travail ayant offert en quelque sorte un prétexte à la séparation).

La séparation d'avec l'emploi, les collègues, l'entreprise relance la question de la nature et de l'évolution du lien dans le couple, de la fusion à la séparation physique et légale. Mais il s'agit d'abord ici de séparation psychique, en tout cas de séparation psychique suffisante entre

les membres du couple : cette séparation psychique suppose que chaque membre puisse suffisamment exister pour son propre compte, qu'il soit suffisamment différencié de l'autre. Ce qui est complexe c'est que, dans un couple, les deux membres n'ont jamais tout à fait les mêmes besoins, n'en sont pas au même point de leur histoire quant aux liens de couple. Je prendrai le rapide exemple d'un couple que je rencontrais dans un atelier d'écriture que j'anime dans un cadre associatif : les membres de ce couple, qui avait pris leur retraite ensemble, s'étaient inscrits à cet atelier et m'expliquèrent qu'après avoir été beaucoup séparés pour des raisons professionnelles, ils étaient heureux de pouvoir tout faire ensemble. Au bout d'un an, ils me dirent que la dame reviendrait l'année suivante mais pas le monsieur, pour deux raisons : d'une part il ne s'y retrouvait pas dans l'écriture, d'autre part ils trouvaient tous les deux que, maintenant, ils étaient mûrs pour avoir des activités communes (en particulier avec les amis du couple) et d'autres individuelles, selon leurs goûts propres. Dans le couple à la retraite, une source de tension fréquente est la place accordée aux enfants et surtout à la garde des petits-enfants, certain.e.s retraité.e.s se définissant avant tout comme grands-parents (cf. Attias-Donfut C.) quand d'autres veulent d'abord profiter de leur temps libre, en couple ou seul.

POUR CONCLURE

Au moment de la retraite, le couple est confronté à ses projets : projets singuliers de chacun, projets du couple, projet de continuer comme avant, ou autrement, ou fantasme de repartir à zéro, dans la vie amoureuse comme dans la vie sociale... Il est aussi pris dans l'idéal du vieillir ensemble, la pression des enfants, des liens en commun. Dans un tout autre registre, il est pris dans des enjeux financiers dont il convient de ne pas minimiser le poids, en particulier chez les moins aisés : vivre seul coûte plus cher que vivre à deux, en quoi parfois l'économie financière et l'économie psychique divergent. <

BIOGRAPHIE

- Attias-Donfut, C., Segalen, M. 1998. Grands-parents. La famille à travers les générations, Paris, Odile Jacob.
- Dupré-Latour, M. 2005. Les crises du couple, Toulouse, Eres.

- Lemaire, J-G. 1979. Le couple, sa vie, sa mort, Paris, Payot.
- Kaufmann, J.-C. 1992. La trame conjugale. Analyse du couple par son linge, Paris, Nathan.
- Talpin J.-M., (2017), La retraite ou la négativité au travail, Nouvelle revue de psychosociologie, Toulouse, Eres, N° 23