

## Jeunes couples précaires Point de vue d'une psychologue

Le thème de la matinée est la pauvreté. Tous les secteurs de la société sont concernés par cette question de la pauvreté des jeunes, par la place et les conditions de vie qu'elle leur accorde. La pauvreté matérielle des jeunes couples s'accroît, la pauvreté des familles monoparentales se développe, un nombre grandissant d'enfants est élevé sous le seuil de pauvreté.

La précarité est une des formes de la pauvreté. C'est une situation d'équilibre fragile avec un risque important d'effondrement vers la pauvreté. Les couples de jeunes vivent dans des conditions précaires, sont eux-mêmes précaires, puis tombent dans la pauvreté si une des variables mises en place pour assurer leur équilibre se modifie et remet en cause l'ensemble.

Leur précarité matérielle n'est pas seule en cause dans cette chute dans la pauvreté. Leurs critères de vie, leurs valeurs, leurs modes de fonctionnement psychologique sont déterminants à leur insu dans leur vie courante et expliquent en partie les difficultés qu'ils rencontrent pour rester en couple et élever leurs enfants. Ils se mettent ensemble rapidement par élan amoureux irrésistible sur le moment mais ensuite les facteurs de désunion psychologiques potentiels sont amplifiés par les difficultés matérielles au point qu'ils arrivent à un point de non-retour, avec des ruptures et des situations de détresse matérielle et affective dramatiques pour chacun et surtout pour les enfants.

**Quelles peuvent être les raisons psychologiques de cette fragilité, de cette précarité des jeunes couples ?**

### 1/ Quelques chiffres

On assiste depuis plusieurs années à des modifications très rapides des différentes manières de se mettre en couple, de fonder une famille et de se séparer, avec :

- un accroissement constant du nombre de couples qui se constituent et ont des enfants **en dehors de toute inscription sociale et civile**.

**L'union libre** devient le mode de vie dominant. **La cohabitation** est devenue un mode de vie habituel chez les jeunes. 90% des couples qui se marient vivent déjà ensemble.

- Le nombre **de mariages civils** a considérablement diminué et les **mariages religieux** représentent moins de la moitié de l'ensemble des mariages. Le nombre de pacs progresse et est proche du nombre de mariages civils.

En France en 2025, il y a eu environ :

- . 247.000 mariages dont 7.000 entre personnes de même sexe.

- . 204.000 pacs c'est-à-dire presque autant que de mariages. Le pacs est simple sur le plan administratif, d'un coût réduit, et simple à dissoudre.

- Environ 50% des **enfants** naissent en dehors du mariage. Cependant il y a une nette augmentation des reconnaissances de paternité, alors même que le nombre d'unions libres augmente. La reconnaissance de la filiation et de la paternité n'est donc plus liée à l'inscription civile ou religieuse du mariage. Un nombre important d'enfants ne verra pas ses parents se marier. Un grand nombre de couples se marient après la naissance du second enfant.

- **Le nombre des ruptures et les divorces** augmente constamment.

- . 120.000 divorces, toutes générations confondues. Un mariage sur 2 se termine par un divorce, dont 35 à 45% chez les jeunes de moins de 30 ans.

. 70.000 dissolutions de pacs, par consentement mutuel ou par ruptures unilatérales, c'est-à-dire 1 sur 3, sans qu'on puisse préciser le nombre de qui se sont transformés en mariage.

. Ces statistiques ne rendent pas compte du grand nombre de ruptures des jeunes qui vivent en couple sans aucune inscription civile et se séparent sans que personne ne puisse leur venir en aide. Leur souffrance de ces ruptures passe inaperçues alors qu'elles laissent le plus souvent des séquelles durables.

Ces divorces ou ces séparations ont un effet de bascule vers la pauvreté avec doublement des frais fixes des foyers éclatés et nécessité d'avoir 2 logements. Le père et la mère se retrouvent en situation de pauvreté. La demande de logements se trouve accrue et leur prix augmente.

- Le nombre **des familles monoparentales** est en constante augmentation (environ 2.000.000.), soit entre 20 et 25% des familles, une famille sur cinq.

La séparation des parents est à l'origine des trois quarts des familles monoparentales.

. 23% des enfants vivent donc dans une famille monoparentale, c'est-à-dire environ 2,4 millions d'enfants. 41% de ces enfants vivent sous le seuil de pauvreté contre 21% de l'ensemble des enfants.

. Une jeune mère sur 4 -soit environ 1,5 million- est en situation de famille monoparentale et élève seule son enfant ou ses enfants, principalement dans les villes.

Ce sont le plus souvent des femmes très jeunes qui élèvent seules des enfants en bas âge.

- Le nombre **des familles recomposées** augmente régulièrement avec un nombre croissant d'enfants vivant dans des familles aux structures complexes et compliquées pour eux. Ces enfants sont soumis à des climats de conflits et de violences, à des ruptures, à des séparations plus ou moins longues dans le temps, à des conflits de fidélité qui modifient en profondeur leur personnalité.

- **Les jeunes couples qui restent unis** peuvent être aussi confrontés à des difficultés qui n'aboutissent pas à une séparation et restent secrètes mais qui sont douloureuses à vivre et aggravées par le poids des difficultés matérielles.

(D'après les prévisions, les jeunes actuels auraient plusieurs unions successives dans leur vie avec des périodes intermédiaires plus ou moins longues de célibat. Aujourd'hui, environ 18 millions de personnes vivent seules soit un peu plus de 20% de la population française.)

## 2/ Une révolution des mentalités

Les jeunes sont souvent issus de familles monoparentales ou recomposées. Ils quittent tard le domicile familial, parce qu'ils font des études, parce que les logements sont trop chers, parce qu'ils n'ont pas d'emploi correctement rémunéré ou stable. La place donnée aux réseaux sociaux est centrale. Elle a de nombreux avantages mais elle peut aussi être utilisée par beaucoup au détriment du développement de leur intériorité. Le « zapping » devient défensif et peut leur permettre d'éviter une authentique élaboration personnelle.

Dans les sondages, leurs valeurs prioritaires sont la famille, le couple et l'amour, l'amitié, le travail et la réussite professionnelle, donner un sens à sa vie. Dans les faits :

**Le bonheur personnel** est devenu un devoir. Être heureux et se réaliser est devenu un impératif. La vie a de la valeur, elle doit être vécue pleinement et avec plaisir. Il y a un droit au bonheur et même un devoir de bonheur effectif, dans le moment présent, qui ne soit pas remis à un avenir lointain et incertain.

Dans ce contexte, **l'amour est central mais au service de leur bonheur**. Le primat est donné au développement personnel, à la sollicitude vis à vis de soi-même. **L'affectif immédiat** est au

moins aussi important que la réalisation d'un projet. L'autre est au service de soi, leurs choix de vie doivent concilier l'équilibre entre travail et vie personnelle.

Le sens de **la souffrance** a évolué avec une prise de conscience de la valeur intrinsèque de chaque existence. On ne fait plus d'effort et on ne se « force » plus si c'est pour être malheureux. On se respecte soi-même autant que l'autre et on ne se **sacrifie** plus pour lui si l'effort n'est pas réciproque. Les séparations de couple rentrent dans cette logique de ne pas souffrir.

L'affirmation de son **identité spécifique est fondée sur soi-même** et non plus sur l'appartenance à un groupe social ou à une activité professionnelle particulière. C'est l'autodétermination de soi (que les partisans de la théorie du genre ont mis en valeur) avec la priorité donnée à ses choix individuels et au respect de son désir et de son autonomie. Cet individualisme se justifie par l'idée ou l'illusion que la liberté réside dans son choix individuel.

Chacun est **propriétaire de sa vie** et **propriétaire de son corps**. La société n'a pas son mot à dire sur ce qui relève de la manière dont on dispose de sa vie. (La contraception, l'avortement, l'euthanasie, sont des choix et des droits).

**L'amitié** a une place prépondérante dans cette manière de construire et d'affirmer son identité. Le groupe d'amis et de copains est au centre de la vie relationnelle. Il tient lieu de référence et de modèle. Il contribue à la constitution d'un sentiment d'identité commune partagé dans le moment présent.

Les liens sont électifs, le respect des identités des uns et des autres est très important. Chacun fait ce qui lui correspond sans avoir à en rendre compte. La tolérance, le respect de la liberté, l'absence de jugement critique sur la manière de vivre des uns et des autres font partie du vivre ensemble. **La liberté** qu'on accorde aux autres garantit la liberté personnelle.

**Leur famille d'origine** est idéalisée mais tient une place secondaire. Ils sont peu sensibles à l'expérience des générations précédentes.

Avec le développement des **réseaux sociaux**, la manière de créer des liens amicaux est complètement renouvelé: gratuité, partage, créativité mais aussi fugacité des contacts, valorisation du présent immédiat, zapping et impatience.

L'attachement aux groupes d'amis des réseaux sociaux peut entrer en conflit avec la vie du couple. A ce sujet, l'accès très précoce des jeunes garçons à la pornographie sur internet peut être une addiction dont ils ont du mal à se débarrasser et qui nuit à leur vie de couple.

La fréquentation des réseaux sociaux qui pourrait renforcer la tolérance et l'ouverture d'esprit aux différences des autres les enferment surtout dans le choix de relations en conformité avec ce qu'ils sont.

**Une anxiété** sur l'avenir. **La précarité** s'impose comme toile de fond dans l'existence de beaucoup, pas toujours comme réalité immédiate, mais comme une inquiétude diffuse qui s'installe dans la vie des couples.

### **3/ Leurs mises en couple sont progressives et précaires**

On peut distinguer plusieurs étapes dans leur entrée dans la vie amoureuse :

- **les amoureux adolescents** :

Ce sont des couples très jeunes ayant des relations sexuelles précoces, le plus souvent dans leur groupe d'amis proches.

Ce sont des relations amoureuses et sexuelles imprégnées de l'**immaturité** affective normale à cet âge-là. Le corps y est peu ou mal protégé (le sien et celui de l'autre) parce qu'il n'est pas respecté comme faisant partie de l'unité de la personne mais plutôt comme un objet.

L'appartenance à leur **groupe d'âge** est importante voire tyrannique, avec des comportements de conformité aux injonctions du groupe par peur de l'exclusion ou du sentiment d'infériorité. A cet âge-là, les relations amoureuses ne sont pas durables mais l'amour qu'ils se portent est intense et fusionnel.

Les **souffrances amoureuses** éprouvées au moment des ruptures peuvent être très vives comme en témoignent les tentatives de suicide de cette époque de leur vie. Ils les mettent de côté sans se consoler vraiment. L'attente de la rencontre idéale est toujours aussi grande. L'entrée dans une nouvelle histoire amoureuse est marquée d'emblée par la crainte plus ou moins consciente de l'échec et de la rupture qui reporte leur désir d'engagement durable par crainte de l'échec.

D'autres se durcissent sur le plan affectif et prennent l'habitude d'avoir des relations sexuelles sans lendemain et sans tenir compte de l'autre.

- Quand ils décident de **vivre en cohabitation**, c'est à l'issue d'un cheminement commun pendant lequel ils transforment l'attraction amoureuse de leurs premières relations intimes en un amour plus construit. Ils font donc les choses dans l'ordre suivant : relations intimes rapidement après la première rencontre, cohabitation à la fois chez leurs parents respectifs, ou chez l'un ou chez l'autre. Il n'y a pas de séparation explicite d'avec la famille d'origine. La proximité affective imaginaire ou réelle avec les parents ou les frères et sœurs persiste parfois trop longtemps et barre l'élaboration progressive d'un engagement plus complet. Puis ils s'installent ensemble dans un appartement commun.

#### **- la naissance du premier enfant et le choc des narcissismes.**

L'enfant est conçu ensuite, dans la mesure où ils pensent que leur amour sera durable et qu'ils auront les moyens matériels de l'élever.

En fait, près de la moitié des jeunes couples se séparent après plusieurs années de vie commune, et souvent au moment de la première grossesse ou de la naissance du premier enfant.

Pendant cette période de la grossesse et la naissance du premier enfant, le cocon à 2 dans lequel ils se sont installés auparavant éclate, le jeune père se sent exclu et ne supporte pas de se sentir momentanément délaissé. Le risque de rupture de sa part est important. Rien ne fait barrage à une séparation brutale quand ils vivent en cohabitation. La cohabitation de gré à gré sans aucune inscription civile n'est pas suffisamment protectrice pour l'enfant et la mère.

Les couples ignorent que cette période est à risque de ruptures ou de fragilités. Ils n'en ont pas été avertis. Les conséquences en sont d'autant plus graves que les jeunes femmes sont sans ressources ou avec des ressources limitées. Celles qui travaillent sont également vulnérables même si elles ne demandent pas à être protégées sur le plan matériel. Elles vont être confrontées à la difficulté d'élever seules des enfants.

Dans un couple trop précaire ou trop carencé, un certain nombre de jeunes femmes ne déclarent pas leur grossesse aux services sanitaires et sociaux et sont dans un complet isolement d'aides et de prises en charge au moment de l'accouchement.

Ces séparations très précoces à la naissance de l'enfant sont une des causes principales de la grande pauvreté des familles monoparentales.

#### **- Un engagement progressif et précautionneux : le pacs puis le mariage**

L'engagement vient tardivement. L'engagement est autant vis-à-vis de soi-même et de son désir personnel que vis-à-vis de l'autre.

S'engager comme couple institué et fonder une famille se fait par étapes avec une inscription sociale progressive comme le manifeste le succès du pacs en préalable au mariage.

**C'est l'enfant qui crée la famille** et non le couple qui crée la famille dans laquelle va venir l'enfant. Il est déclaré à la mairie et c'est lui qui fait passer le couple d'un état de vie privé à une insertion civique et sociale. Il apparaît comme le fondement de leur union et il est donc mis d'emblée en place d'enfant roi autour de qui gravite le couple de ses parents. Le couple en lui-même n'est pas l'élément fondateur de la famille.

**La mise en ménage stable et le mariage** sont les aboutissements d'un cheminement commencé très tôt plutôt que comme le démarrage d'une nouvelle manière de vivre. Le mariage est souvent considéré comme un point d'arrivée et non plus comme le commencement d'un nouveau projet, ce qui peut engendrer bien des malentendus.

Il est très valorisé sur le moment. Il donne une valeur publique au couple. Il a des effets positifs de protection du couple et des enfants puisqu'il impose un délai pour se quitter.

Il comporte également des risques potentiels difficilement prévisibles puisque la moitié des couples qui vivent ensemble depuis plusieurs années et ont des enfants divorcent après un ou deux ans de mariage.

#### **4/ Les crises dans les couples à l'origine des ruptures.**

Pourquoi ces ruptures rapides après le mariage alors qu'ils vivent ensemble depuis des années ?

**Ils attendent trop** l'un de l'autre, en particulier que l'engagement définitif les répare de toutes les blessures affectives qu'ils ont connues avant de se rencontrer, ce qui est une tâche infaisable. De plus, la communication entre eux se fait sous le signe de la contradiction avec l'injonction de tout se dire et en même temps des refus d'aborder ensemble les sujets relevant de l'intimité des consciences et de la conscience morale personnelle. Ils ne veulent pas renoncer à leur autonomie intérieure.

**Leur conception des relations homme- femme représente une difficulté majeure et sont à l'origine de crises graves.**

Ils doivent inventer ensemble et séparément de nouvelles manières de se situer dans leur couple.

La montée de la place des femmes a complètement transformé les relations homme/femme. Elles ont la maîtrise de leur fécondité, une carrière professionnelle et une autonomie matérielle. Hommes et femmes sont devenus interchangeables dans leurs places à l'intérieur du couple. Les rôles masculins et féminins, les rôles paternels et maternels, les places d'autorité respectives, font l'objet de négociations et de conflits permanents et interminables pour redéfinir la place de chacun et en particulier la place paternelle.

L'enjeu est très important pour l'enfant car il a besoin d'un tiers entre sa mère et lui pour développer son autonomie psychique.

Le père est progressivement est mis à l'écart ou se met lui-même à l'écart, ce qui fait que la famille monoparentale devient un état de fait normal. La crise de la figure masculine et de la figure paternelle prépare l'effacement du modèle paternel.

**Ils doivent apprendre à traverser les crises.**

L'usure du quotidien, les déceptions, les conflits, les revendications, prennent la forme de crises graves et de ruptures auxquelles ils ne s'attendaient pas. Pendant les premiers temps de leur cohabitation ils ont pris l'habitude de ne pas les gérer les conflits parce qu'ils ont la possibilité de se quitter ou en pensant que le mariage les résoudrait.

Par la suite, ils vont devoir affronter des crises de fond qu'ils avaient soigneusement évitées jusque-là, apprendre à y résister, et les surmonter au prix de remaniements affectifs et des renoncements douloureux qu'ils peinent à accepter.

**Les ruptures et les divorces** sont considérés comme un mal, pour les enfants qui en sont les premières victimes, pour les femmes avec un nombre accru de familles monoparentales en situation de grande précarité, pour les pères séparés de leurs enfants et qui ne peuvent plus tenir leur place paternelle. Ruptures et divorces sont déterminants dans la montée de la pauvreté des uns et des autres.

Ils sont à 75% l'initiative des femmes. Certaines disent ensuite qu'elles n'auraient pas divorcé si elles avaient eu conscience de la dureté de la vie qui les attendait et des regrets qu'elles auraient de leur vie antérieure. Pour d'autres, la souffrance de la solitude est plus acceptable que celle de la trahison, de l'humiliation, de la maltraitance, de l'indifférence ou du sentiment de destruction intérieure qu'elles éprouvaient.

La possibilité de divorcer dans un couple peut être abusivement valorisée : « La seule chose importante dans l'individualisme, c'est la certitude que l'individu continue à valider positivement ses appartenances, ses liens, ses positions... C'est la raison de l'énoncé suivant qui peut heurter s'il est mal compris ; la possibilité de divorce donne sens à la relation conjugale. Non parce que la rupture est un idéal ; mais parce que la liberté de se séparer rend possible la réélection et donc la valeur du maintien du lien. » (Fr. de Singly).

Cette illusion que le lien qui unit deux personnes reste vivant parce qu'il peut être rechoisi constamment méconnaît et met à mal tout le processus de maturité et d'amour que représente l'engagement définitif et la valeur d'une alliance qui peuvent permettre de traverser les crises graves. La fidélité à la parole donnée devant témoins est davantage protectrice du couple, de la mère et de l'enfant que la confiance de gré à gré sans aucune inscription civile.

### **5/ La pauvreté affective, morale et matérielle des jeunes femmes en situation de famille monoparentale**

Ces jeunes femmes isolées avec des enfants sont en attente affective d'une relation amoureuse stable et protectrice. De ce fait, elles sont la proie de relations passagères ponctuelles, qui les démolissent plus qu'elles ne leur apportent de bonheur. Les enfants vivent des expériences d'abandons successifs déstructurantes pour eux en s'attachant à ces compagnons de passage.

Lorsqu'elles élèvent seules leurs enfants, il leur est très difficile d'occuper des postes salariés réguliers ou en CDI. Et pourtant, elles ont besoin d'avoir une activité professionnelle même précaire pour garder des contacts et ne pas se désocialiser complètement. Ce sont donc elles qui acceptent des postes et à des horaires dont personnes ne veut : caissières samedi, dimanche et jours de fête, en soirée, ménages tôt le matin, etc... en laissant leurs enfants sans surveillance.

Les pères eux aussi peuvent être dans une situation de grande pauvreté avec un salaire très modeste, une pension alimentaire à payer, des déplacements coûteux nécessaires pour continuer à voir leurs enfants. Ils vivent dans leur voiture, en cohabitation avec d'autres pères dans la même situation qu'eux, dans des logements misérables.

### **6/ Comment les aider ?**

Il existe une constante, c'est que plus les gens sont pauvres, moins ils demandent d'aide et s'ils la demandent, c'est dans un périmètre restreint autour de leur lieu d'habitation.

#### **- Pour les couples au moment du mariage,**

- Les informer et les former à ce sur quoi ils s'engagent, développer leur accès à l'altérité et à leurs différences.

Des propositions de préparations au mariage leur sont proposées par les mairies pour les mariages civils, et par l'Église catholique pour les mariages religieux. Les bases concrètes du mariage, les droits et les devoirs de chacun, les engagements de fidélité, d'indissolubilité, l'accueil des enfants à naître sont précisés.

Au cours de la préparation religieuse au mariage, le prêtre leur propose des entretiens avec lui puis avec des accompagnateurs formés qui les reçoivent en groupe de jeunes couples. Le but est de les aider à approfondir leur conception du mariage et de la vie commune, de faciliter le dialogue entre eux pour leur permettre de s'exprimer sur des sujets qu'ils n'abordent pas toujours. Certains leur donnent la possibilité de s'exprimer librement au cours d'un entretien individuel pour qu'ils puissent éventuellement formuler leurs doutes et leurs hésitations sans crainte de faire de la peine à l'autre.

Le mariage comme sacrement est approfondi après avoir précisé ce qu'il impliquait dans sa dimension humaine.

(Dans la durée ensuite, des appuis leur sont proposés, comme les Équipes Notre Dame par exemple, pour un accompagnement humain et spirituel de leur vie de couple avec le devoir de s'asseoir par exemple, la rencontre régulière amicale d'autres couples, etc.)

#### **- Pour les mères seules ou les parents isolés :**

**La priorité est de les sortir de leur isolement** et de les aider à créer des liens dans leur vie quotidienne et cela d'autant plus qu'elles sont sans emploi.

. Avec leur entourage immédiat dans leur lieu de vie, parents et proches, jeunes femmes entre elles, communautés de proximité (religieuses le plus souvent) installées dans leurs immeubles et qui assurent une présence efficace auprès des plus précaires et des plus isolés.

. Par la création de lieux de rencontres à l'initiative des mairies, des paroisses, ou des associations, autour d'un café ou d'une activité commune, pendant les temps scolaires pour celles qui ne travaillent pas. Ces lieux d'accueil sont très investis par les jeunes femmes dans les banlieues isolées.

**- Dans tous les cas.** Des lieux d'écoute et d'accueil pour des entretiens ponctuels, sans rendez-vous, anonymes, gratuits, seul ou en couple. Parler avec un tiers dans les moments de solitude ou de crise permet de sortir de l'enfermement de sa souffrance, de sa colère et ou de sa déception, et d'envisager des solutions. Ce mode d'accueil est assuré par certaines paroisses, mairies ou associations, avec des bénévoles qualifiés et même professionnels.

**- L'aide aux enfants** est essentielle. Ce sont les grands oubliés et malmenés dans ces situations de ruptures et de monoparentalité.

. Aide aux devoirs scolaires, patronages, sorties extra scolaires. Éducateurs spécialisés pour les aider les enfants pendant les périodes extra-scolaires.

. Accompagnement des relations mère- enfants: Chantiers éducation des AFC sur les compétences d'éducation cachées des mères. Lieux d'accueil des tous petits ensembles avec leurs parents sur le modèle des maisons vertes...

L'aide à apporter à ces jeunes et à leurs enfants est indispensable pour qu'ils puissent se rendre compte et expérimenter que se structurer et vivre en société leur est possible, avec le respect et le souci de chacun et de leurs enfants.

Anne Lannegrace

