

Couples à distance, loin des yeux, près du cœur

[la-croix.com/Famille/Parents-et-enfants/Couples-distance-loin-yeux-pres-coeur-2018-10-02-1200973161](https://www.la-croix.com/Famille/Parents-et-enfants/Couples-distance-loin-yeux-pres-coeur-2018-10-02-1200973161)

Emmanuelle Lucas

2 octobre 2018



Paul, 25 ans, en a assez. C'est décidé, le jeune homme rentre à Lyon, où l'attend son amie. *« On est en couple depuis quatre ans et on n'a jamais vécu ensemble, ça suffit maintenant ! »* Il a donc rendu son studio en région parisienne, bouclé sa valise et se prépare à s'installer sur les bords du Rhône. Quitte à devoir redoubler d'efforts pour obtenir un travail. *« Ce sera peut-être un peu plus long de trouver un CDI mais je sais qu'avec Camille on se correspond parfaitement bien. Et ça, c'est irremplaçable »*, lance-t-il.

Valérie, elle, habite en Bretagne. Une vie au bord de la mer, les pieds dans l'eau, un cadre idéal pour élever sa fille Laura. Alors quand son mari Jean-Jacques a eu une opportunité professionnelle à Angers après quelques années de chômage, le choix du couple a été vite fait : Valérie et Laura sont restées en Bretagne, et Jean-Jacques est devenu « célibataire géographique », passant la semaine dans un studio et rentrant le week-end.

Ils se parlent par écrans interposés

Il semble loin, en effet, le temps où vivre loin de son conjoint était le fait exclusif des marins et des militaires. Aujourd'hui, les couples à distance sont nombreux. Ils font et défont leurs valises au gré des TGV qui mettent Marseille à trois heures de Paris et se parlent par écrans interposés pendant les jours de semaine. Bref, on peut désormais être ensemble... séparément.

Dans les grandes villes, certains couples choisissent même de s'installer, de leur propre gré, « *chacun chez soi* ». Les sociologues les appellent les LAT (de l'anglais « Living apart together »). Pour eux, pas de départ le lundi matin pour retrouver un bureau à Londres, Berlin ou l'autre bout de la France. Ils vivent dans la même ville mais gardent chacun leur appartement, dans l'espoir de mieux faire durer leur couple, de le mettre à l'abri des tracasseries du quotidien.

« *Les LAT ont un profil bien particulier. Soit ils sont très jeunes, soit ils ont déjà eu une expérience de couple longue et ont déjà des enfants d'une précédente union. Ils ressentent alors moins l'injonction de vivre ensemble car, quelque part, ils ont déjà fait la preuve qu'ils étaient capables de cela* », décrypte Arnaud Régnier-Loilier, chercheur à l'Ined, qui a consacré une recherche récente à ces couples. Ce mode de vie reste très minoritaire.

Une contrainte plus qu'une philosophie

La vie commune reste en effet le grand critère de l'existence du couple. On ne conçoit guère, en France, « *d'avoir des enfants sans vivre ensemble*, reprend Arnaud Régnier-Loilier. *La proportion de couples qui vivent séparément à la naissance de l'enfant est infime* ». Pourtant, et comme un paradoxe, c'est souvent la présence d'enfants et les besoins de la famille qui, plus tard, contraignent certains couples à vivre, au moins pour quelque temps, entre deux trains, deux villes et deux logements, relève Édith Berlizot, conseillère conjugale et familiale au Cler et auteure d'une thèse sur *Les Célibataires géographiques*. Ces conjoints – à 90 % il s'agit d'hommes – acceptent de vivre quelque temps loin de leur femme et enfants pour travailler à des centaines, voire des milliers de kilomètres.

« *Le plus fréquemment, l'un des membres du couple est muté ou se voit proposer un nouvel emploi. L'autre reste alors avec les enfants afin de leur épargner un changement d'école ou de garder un lieu de vie agréable* », explique encore Édith Berlizot. Ces couples sont loin de faire du chacun chez soi une philosophie. Ils se contentent de faire face, comme ils peuvent, aux aléas de la vie.

Une option qui n'est pas sans risque

L'option n'est d'ailleurs pas sans risque, prévient la conseillère conjugale. « *Ce choix ne peut se faire à la légère car l'éloignement peut fragiliser le couple. Celui-ci doit impérativement faire le clair sur les raisons de sa décision : pourquoi accepter ce travail si loin de la maison ? Pourquoi ne pas déménager tous ensemble ? Il faut évaluer s'il ne s'agit pas en fait d'un premier pas vers une séparation.* »

Ensuite, il faudra éviter plusieurs écueils et notamment que chacun vive en parallèle, que l'autre soit idéalisé ou un peu oublié. C'est pourquoi, il faut se fixer une limite dans le temps, avec une date de retour. Mieux vaut aussi tout faire pour instaurer un vrai partage, prévoir des rituels, comme lire un même livre afin d'en parler au téléphone, se parler à heure fixe « *afin de faire de la place à l'absent* » dans la vie sociale. « *Cela peut avoir son importance, par exemple, de refuser un apéro entre copains pour pouvoir être au téléphone à telle heure* », conseille Édith Berlizot.

Rester fidèle à ses valeurs et à ses projets d'avenir

Avec ces garde-fous, la distance ne devrait pas condamner le couple. Certains y trouvent même une forme d'équilibre et certains bénéfiques. Stéphanie en témoigne. Son compagnon travaille en semaine en Allemagne, et elle se trouve seule aux commandes de la famille. *« Très peu de gens comprennent ce que je vis et pourquoi je l'accepte, témoigne la jeune femme. Mais en fait, je suis très heureuse de cette situation. Quand Simon revient, chaque week-end, c'est une vraie fête. On est heureux de se retrouver. Honnêtement, je crois que nous sommes beaucoup plus amoureux que la plupart des gens que je connais. En plus, j'éprouve une vraie fierté à pouvoir lui permettre d'avoir ce boulot auquel il tient. »*

Malgré l'éloignement, le couple peut rester fidèle à ses valeurs, à ses projets d'avenir. Mais vivre ainsi, alors même que la distance prive d'intimité partagée et empêche de faire lit commun, ne peut se justifier qu'au service d'un projet.

Alors que le célibat géographique peut ouvrir de nouvelles possibilités de rencontres, la fidélité réside aussi dans les idéaux et les projets du couple, dans ce qu'il est capable ou pas de construire à deux. *« Bien au-delà de la seule sexualité, la vraie fidélité suppose en effet de laisser la première place au conjoint dans toutes les dimensions de la vie »,* estime Édith Berlizot. Si le fait d'accepter tel ou tel emploi permet de servir un projet commun, alors il y a moins de risque que la distance s'installe au cœur du couple.

Un phénomène qui prend de l'ampleur

Il est impossible de dénombrer précisément les célibataires géographiques qui travaillent en semaine loin de leur famille puisque leur statut juridique et fiscal reste inchangé.

Cependant, plusieurs chiffres de l'Insee donnent une idée de l'ampleur du phénomène :

► 317 000 personnes ayant un emploi travaillaient à plus de 200 kilomètres de leur lieu de résidence en 2013, soit une hausse de + 35 % par rapport à 2008. Ce sont essentiellement des hommes qui, dans quatre cas sur dix, travaillaient en région parisienne.

► 1,2 million de personnes se disent « en couple » avec quelqu'un qui ne vit pas dans le même logement.

► 15 % des couples « non cohabitants », c'est-à-dire qui vivent au moins parfois dans deux logements distincts, sont mariés.

À lire

La famille à distance. Mobilités, territoires et liens familiaux sous la direction de Christophe Imbert, Éva Lelièvre et David Lessault, Ined. Sociologues et démographes mais aussi géographes et anthropologues.

Il fallait bien les efforts conjugués d'une vingtaine de chercheurs, tous réputés dans leurs domaines, afin de suivre l'évolution de la famille dans les méandres des relations à grandes distances. En effet, la recherche tâtonne et a du mal à saisir ces nouveaux modes

de vie qui échappent largement aux grandes catégories statistiques que sont le « ménage » ou la « résidence principale ». Les experts appellent donc à réviser les classiques et dressent un état des lieux exhaustif des connaissances disponibles.

Jamais seuls ensemble, de Jacques Salomé, éd. de l'Homme, 2002. Le psychosociologue Jacques Salomé propose des pistes pour un amour durable, respectueux du désir d'épanouissement de chacun.

Pour les enfants

Je t'aime tous les jours, de Malika Doray, Didier Jeunesse. À partir de 3 ans.

« *Mon petit amour, je t'aime tous les jours, même ceux où je pars car je reviens toujours* », dit la maman. Le petit chat l'attend et compte les jours en déposant des cailloux blancs jusqu'à son retour. Un joli livre pour attendre le retour d'un parent en déplacement.