

Sociologie des peines de coeur

Transcription de la discussion avec Victor Coutolleau

Programme PRESAGE : Comment les liens amoureux, amicaux, et familiaux, sont-ils imbriqués les uns dans les autres

Selon l'INSEE, environ 6 adultes sur 10 sont en couple en France. Et qui dit couple, dit potentiels moments de creux, de flottement, déceptions, voire parfois séparation.

On en parle aujourd'hui avec un sociologue, Victor Coutolleau, qui est post-doctorant à Sciences Po au sein du Programme d'études sur le genre. Il a réalisé une thèse de doctorat, disponible en ligne depuis 2023, sur le travail émotionnel lié à la gestion de ces peines de coeur au sein du Groupe d'étude des méthodes de l'analyse sociologique de la Sorbonne.

Bonjour Victor Coutolleau.

Victor Coutolleau : Bonjour.

PRESAGE : Alors si vous en êtes d'accord, je voudrais qu'on revienne au tout début de votre thèse, parce que je crois qu'au départ vous vouliez travailler sur comment les gens qui vivaient une déception amoureuse pouvaient essayer de donner du sens à cette expérience en cherchant à l'analyser, et peut-être même à l'expliquer. Et puis finalement, votre sujet de thèse il a un petit peu évolué. Est-ce que vous pourriez nous expliquer tout ça, et peut-être nous raconter un peu ce cheminement ?

Victor Coutolleau : Oui en effet moi au départ dans mon projet de thèse je voulais étudier la manière dont les gens donnaient sens à posteriori, en fait, à leurs peines de coeur. Donc c'était à la fois, c'était les séparations, c'était les moments de creux dans les relations, les râteaux. Bêtement aussi réussir à identifier pourquoi ça n'a pas marché, ce qui a posé problème. Et je faisais ça, c'était un peu à la suite de mes mémoires en fait, de mes mémoires de socio où j'avais travaillé sur des représentations culturelles en fait. Je travaillais sur les différences de représentations culturelles en fonction du genre dans des expériences étaient liées à la vie amoureuse. Et là je voulais un peu voir concrètement comment ça s'incarnait dans la vie des gens. Et le problème que j'ai rencontré c'est que ça n'a pas du tout marché empiriquement. Je travaillais à la fois sur des statistiques et dans des entretiens. Et en fait, quand on pose la question aux gens de "qu'est-ce qui s'est mal passé ? et cetera", ils ont souvent du mal, en fait, à donner des raisons précises. Ça va être un un peu un fouillis de raisons. Alors soit ils vont parfois donner des raisons très générales de type "ça ne pouvait pas marcher entre nous", soit au contraire ils vont donner des raisons très très spécifiques. Exemple que je balance tout le temps : je travaillais sur ma base de données statistiques et une enquêtée à qui on a demandé pourquoi elle avait voulu se séparer a dit : "la pétanque prenait trop de place". Et là-dessus, bon courage pour avoir un raisonnement sociologique là-dessus... Donc raison très générales, très spécifiques, et pas de différences de genre, donc là-dessus je piétinais un peu. Et, en fait, au fur et à mesure, je me suis dit qu'il fallait prendre au sérieux certains discours d'enquêtés qui me disaient qu'ils n'y pensaient plus parce qu'ils avaient envie de passer à autre chose. Et je me suis rendu compte que j'avais une hypothèse de départ erronée mais assez commune en sociologie qui est : les acteurs sociaux sont des chercheurs de sens. Et je parlais du principe que la priorité des gens, quand ils étaient confrontés à ces situations, c'était de comprendre pourquoi, tout ça, et ... Alors qu'en fait c'est pas forcément ce à quoi on pense en premier.

L'important c'est d'aller mieux, et aller mieux ça peut impliquer de vouloir passer à autre chose, de ne pas trop y penser, et ne pas trop y penser c'est l'inverse de chercher du sens. Et je me suis dit qu'éventuellement il serait intéressant, plutôt que de regarder le sens que les gens donnent à ces expériences, de voir ce qu'ils font pour aller mieux. Donc j'ai fait, plutôt que de faire une sociologie des représentations, j'ai fait une sociologie des pratiques. Et quand on se penche sur ces pratiques de gestion des déceptions, ce qu'on appelle dans le jargon sociologique "du travail émotionnel", là on voit des différences de genre un peu incarnées se dégager.

PRESAGE : Et vous avez un peu parlé de râteaux, de séparations. Le titre de votre thèse je crois qu'il mentionne les "déceptions amoureuses" : est-ce que vous pourriez nous expliquer un peu plus en détail ce que ça recouvre exactement ?

Victor Coutolleau : Donc au début vous avez utilisé le terme de "peines de cœur" qui est peut être plus adapté. Le terme de déception amoureuse il est un peu jargonneux mais je l'utilisais parce que pour tout ce qui est râteaux, tout ce qui est séparations, moments de creux dans les relations, on a en commun, à mon sens, en fait une même situation qui est : on a des attentes affectives vis-à-vis de la relation, elle est censée nous rendre heureux, heureuse, et on a un décalage entre ces attentes affectives et la réalité de la relation ... d'où le terme de déception. On a des attentes élevées, la situation n'est pas en alignement. Mais le terme de "peines de cœur" est plus adapté, c'est beaucoup plus compréhensible.

PRESAGE : Et dans vos travaux, et vous avez un peu commencé à nous en parler, vous parlez d'émotions et notamment de sociologie des émotions. À première vue on pourrait penser comme ça que les émotions ça appartient peut-être à un autre champ de recherche, peut-être plus à la psychologie. Est-ce que ça fait longtemps en fait que la discipline sociologique s'intéresse aux émotions ?

Victor Coutolleau : Ah ça, je vais avoir une réponse de sociologue, ça va être : oui et non. Pour le oui, en fait, depuis le début de la discipline on voit qu'il a des sociologues qui travaillent sur la manière dont la vie en groupe influence l'état émotionnel des individus. L'exemple classique, c'est, on va prendre Émile Durkheim, qui est considéré comme le grand sociologue français du début du XXe siècle, qui définissait comme objet de la sociologie les faits sociaux qu'il définit comme "toutes manières de faire, de penser, ou de sentir qui sont susceptibles d'exercer sur l'individu une contrainte, tout en étant générale à l'étendue une société donnée". Donc il y a déjà quelque chose au niveau de la sensation ou de de l'émotion. Et lui il joint le geste à la parole, parce que dans ses études empiriques sur le suicide on voit qu'il a tout un travail, en fait, sur la manière dont les situations économiques, les croyances religieuses, ça peut plus ou moins exposer les gens à des états émotionnels de détresse qui vont plus ou moins inciter au suicide derrière. Donc c'est présent chez lui, et si on continue chez les classiques, mais en passant de l'autre côté du Rhin, chez Max Weber, par exemple. Alors lui on voit que dans ses travaux empiriques aussi il a beaucoup de réflexions sur la manière dont le groupe influence la manière dont les gens vivent leurs émotions. Donc dans son gros classique *L'Éthique protestante et l'Esprit du capitalisme*, en fait, il a tout un propos sur les conséquences psychologiques du dogme calviniste chez les croyants. Il dit que le dogme calviniste ça entraîne des angoisses terribles, en fait, chez les croyants, ça entraîne beaucoup de flip. Donc déjà on a la croyance religieuse qui entraîne un état émotionnel, mais ce qu'il ajoute c'est que les pasteurs doivent

gérer ça. Donc il y a toute une gestion des émotions par les pasteurs qui doivent réussir à rassurer leurs fidèles et à leur fournir des causes qui expliquent pourquoi ils sont aussi flippés, schématiquement, et aussi ce qu'ils doivent faire pour aller mieux derrière. Donc on a à la fois l'exposition à des états émotionnels, et à la fois une gestion qui est gérée par le groupe social. Donc ça c'est pour le oui : on a ça depuis les origines de la discipline.

Et maintenant pour le non, c'est que souvent ces réflexions sur les émotions c'était quelque chose d'un peu "en passant" : on doit traiter les émotions pour répondre à une question de recherche qui est autre, pour Durkheim les variations de taux de suicide, pour Weber pourquoi il y a une affinité entre le protestantisme et le capitalisme. Et en fait c'est surtout depuis les années 1970 et 1980, en particulier, qu'on commence à avoir des efforts de la part de sociologues qui disent : "on a même tout un tas de travaux qui traitent des émotions en passant, mais on a des régularités qui se dégagent". Typiquement ce que je disais avant : le groupe social ça peut exposer à des états émotionnels particuliers, mais ça peut aussi inciter à interpréter ces émotions de telle ou telle manière. Et donc il y a un peu cette idée de "est-ce qu'il ne serait pas temps de mettre à plat tous ces points communs, pour avoir des concepts partagés, des méthodes partagées, pour rendre ces études les plus efficaces ?". Et d'un point de vue pratique ça se voit aussi parce que c'est ... on voit un certain nombre de réseaux de recherche qui se dégagent. Alors je crois que pour l'American Sociological Association il y a un réseau de recherche qui a émergé en 1986, si je me rappelle bien. En Europe c'est plus tard, c'est en 2004, dans la European Sociological Association. En France on n'a pas de réseau de recherche spécifique. Donc on voit que ça prend un peu de temps schématiquement. Et un autre indicateur, c'est vraiment l'émergence de figures marquantes qui sont clairement identifiées comme sociologues des émotions. Et là-dessus, à mon sens il y a surtout la figure d'Arlie Hochschild qui est une sociologue américaine qui a créé le concept de travail émotionnel que je citais tout à l'heure. Donc cette idée que les individus ne sont pas passifs face à leurs émotions, qu'ils vont chercher à comprendre ce qu'il se passe, évaluer la légitimité du sentiment, et derrière chercher à, en fait, agir face au sentiment en question, s'il est légitime de chercher à le modifier et cetera. Et tout ce travail d'interprétation et de gestion des émotions c'est ce qu'on appelle, donc, le travail émotionnel. Et le groupe est toujours présent là-dedans : le groupe donne des normes sur ce qui va être légitime, ou pas, de ressentir, va donner des méthodes pratiques pour aller mieux, et cetera.

PRESAGE : Je pense qu'on va revenir d'ailleurs sur cette question du groupe parce que dans vos recherches vous montrez qu'en fait les individus, ils ne sont jamais vraiment seuls face à leur peine de cœur, face à leurs déceptions amoureuses. En fait, c'est un travail collectif que les gens ils font avec d'autres personnes à qui ils se confient. Est-ce que vous pourriez nous expliquer un peu, nous en dire plus sur ce travail vraiment collectif ?

Victor Coutolleau : Oui, ça c'était vraiment un truc très inattendu pour moi et ça trahit un peu mon propre positionnement de chercheur par rapport à mon objet. Mais ça tient beaucoup au changement de perspective qu'on a vu dans la première question, le moment où j'ai commencé à m'intéresser aux pratiques. Et le moment où j'ai commencé à réaliser qu'il y avait quelque chose de très collectif derrière, c'était très inattendu pour moi parce que j'avais un peu cette représentation, que le couple c'est surtout une affaire entre deux personnes, que c'est une affaire d'écoute, que c'est une affaire de communication. Et en fait je réalisais que quand on demande aux gens ce qu'ils ont fait quand ça n'allait pas dans leur relation et cetera, et bien souvent ils vont voir des amis, ils vont en parler avec leur famille.

Et que ces relations de confiance où on parle des choses qui ne vont pas, c'est vraiment une toile de fond très importante dans la manière dont les gens vivent leurs relations. Ça peut participer aux séparations, au sens où les confidents peuvent légitimer des envies et inciter à sauter le pas. Ça peut aussi participer à l'entretien des relations, au sens où souvent on va aller voir des confidents pas pour qu'ils nous disent de rompre, mais simplement pour avoir un espace de décompression où on va casser du sucre sur le dos du partenaire, on va "bitcher un coup" comme disait plusieurs de mes enquêtés. On sait que c'est pas honnête, mais on sait aussi que ça permet de relâcher un peu la pression et de rendre la relation plus supportable. Et donc cette influence je la voyais dans les séparations, mais aussi c'était quelque chose qui était présent même avant la relation. Souvent les confidents qu'on consulte pendant, ils ont pu être là avant pour évaluer un petit peu si on avait des chances avec la personne concernée, ils sont aussi là après, après la rupture pour un peu rassurer les personnes leur rappeler que leur vie ne se limite pas à leur relation qu'ils viennent de perdre, et ça ça peut aussi passer par la critique acerbe des ex.

PRESAGE : Et ce travail émotionnel que font les confidentes et les confidents, est-ce que il est-il fait plutôt par des femmes, par des hommes, ... est ce que vous avez noté quelque chose par rapport à ça ?

Victor Coutolleau : Si on part du principe que ma thèse s'appelle "La gestion des déception amoureuse comme travail émotionnel genré" c'est oui, j'ai vu un effet du genre dessus.

Et c'est même quelque chose de très marqué qui s'est dégagé à la fois dans les stats, et à la fois dans mes entretiens. Donc si, on on part des stats, puisque c'est le plus parlant, l'enquête sur laquelle je travaillais était une enquête de l'Ined qui s'appelle l'Étude des parcours individuels et conjugaux qui a été déployée en 2012 - 2013 on demandait aux gens qui avaient connu une séparation de relation cohabitante, alors d'abord on leur demandait s'ils avaient envisagé la séparation avant qu'elle ait lieu, et si oui on leur demandait s'ils avaient parlé de leur envie de séparation à quelqu'un d'autre avant d'en parler au partenaire. Et quand on regarde les différences hommes-femmes, c'est alors ... 60% des femmes on en parlé à quelqu'un d'autre avant d'en parler à leur partenaire, c'est le cas pour 40% des hommes. Donc on a un bel écart de 20 points. Et même si on reformule différemment, on peut dire que la norme chez les femmes c'est d'en parler à quelqu'un d'autre, là où la norme chez les hommes c'est de ne pas en parler.

Ça devient aussi plus intéressant quand on regarde avec qui les gens en parlent. On a une tendance partagée entre les hommes et les femmes : c'est que les hommes tendent à en parler aux hommes, et les femmes tendent à en parler aux femmes. Mais c'est un peu déséquilibré. Chez les femmes, de mémoire, je crois que c'est 80% des femmes qui en ont parlé qui en ont parlé en premier lieu à une femme. Donc c'est, vraiment, c'est une majorité écrasante qui se tourne vers d'autres femmes. Quand on regarde du côté des hommes c'est entre 50 et 60% qui se sont tournés en premier vers un homme. Donc ça reste une majorité, mais c'est une majorité quand même beaucoup plus relative, et on a quand même une proportion assez importante, donc entre 40 et 50%, qui vont se tourner en premier lieu vers une femme. Donc vraiment là-dessus on voit qu'il y a quand même une tendance au fait que c'est principalement les femmes qui vont assumer la gestion des déceptions amoureuses de leurs proches en fait.

Donc ça c'est les tendances au niveau des statistiques. Maintenant dans les entretiens, quand on regarde le détail c'est aussi intéressant de chercher à voir pourquoi : qu'est ce qui fait que les femmes se tournent plutôt vers des femmes, et les hommes se tournent plutôt

vers des hommes, mais pas tant que ça. Et ce qu'on remarque dans les entretiens que j'avais avec des enquêtées femme, c'est que souvent cette confiance elle s'impose un peu comme une évidence. Elle s'inscrit dans la continuité de sociabilités quotidiennes féminines où chacune se tient au courant de ce qui se passe dans la vie des autres, et y compris des absentes. Et c'est même marqué chez les femmes qui me disent qu'elles ne parlent pas trop de leurs peines de cœur. Chez elles, en fait, elles se présentent directement comme des exceptions dans des groupes de copines où ça parle beaucoup plus.

Et ça me permet d'amener un point qui est important : c'est que pour pas mal de femmes, cette évidence de la confiance elle n'est pas forcément vécue comme une bonne chose. La confiance ça peut aussi être imposé de l'extérieur, et elles elles pouvaient vivre ça comme étant un peu une espèce d'obligation, je cite, "d'ado attardée" où en fait on va avoir les proches qui vont s'immiscer dans une dimension personnelle de la vie. Et, ce qui permet d'amener un point vraiment qui est très important je trouve dans ce que je cherche à dire de ma thèse c'est que la confiance c'est toujours à double tranchant. C'est à la fois une ressource, et c'est à la fois une méthode de contrôle social. Et à cet égard, le fait que les femmes en parlent plus ça implique aussi que leur vie sociale, et leur vie sentimentale en particulier, se fait plus sous le regard d'autrui.

PRESAGE : Et je crois que dans votre recherche vous avez aussi intégré les vécus de personnes lesbiennes, de personnes gays, de personnes bisexuelles. Est-ce que ça a apporté une perspective un peu différente ou ça vous a permis de mieux comprendre ces dynamiques de genre ?

Victor Coutolleau : Oui. Et bien de fait j'ai commencé ma thèse par là pour les entretiens. Parce que je trouve qu'il y a un petit biais dans la plupart des recherches en sociologie du couple, en particulier celles qui bossent sur les différences de genre. Souvent c'est les couples hétérosexuels, et je trouve que quand on bosse sur les différences de genre c'est intéressant d'avoir des couples de même sexe derrière. Donc mes premiers entretiens c'était avec des personnes qui n'étaient pas hétérosexuelles. Et ça a été, en fait ça a été très important pour me permettre de comprendre là où il y a ... de quelle manière le genre jouait une influence sur les pratiques de confiance, mais aussi les moments où il n'y avait pas que du genre. Parce que par exemple l'effet était très visible, en fait, chez les enquêtés gays que j'ai interrogés. Parce que, en fait tout se caractérisait par un éloignement des cercles de confiance classiques au sein de la population hétérosexuelle, en particulier parce qu'ils cherchaient un peu à éviter le stigmate de l'homosexuel qui ... enfin la "figure du pédé", qui est la principale figure repoussoir des masculinités actuellement. Et ce qui était intéressant c'était de voir qu'ils ne recomposaient pas leurs cercles de confiance de la même manière. Tous avaient tendance à éviter la confiance auprès d'hommes hétérosexuels. Mais chez les plus jeunes, qui avaient souvent un rapport très, un rapport de distance avec le milieu LGBT en fait, qui voyaient comme étant une incarnation très délégitimante de ce qu'était l'homosexualité, l'image de la "cage aux folles", l'image très efféminée ou très vulgaire de l'homosexualité, donc ils cherchaient à fuir cette image là. Et c'était possible parce que souvent ils utilisaient des applications de rencontre, en fait. Ça leur permettait de rencontrer des partenaires sexuels sans avoir à passer par le milieu. Et une des conséquences de ça c'est qu'ils n'avaient pas beaucoup d'amis gays. Et quand on regardait souvent, c'était souvent le cas pour les générations plus âgées, on avait des hommes qui n'avaient pas, enfin, qui voyaient en fait le milieu comme la seule manière de rencontrer des partenaires, et qui donc étaient souvent plus ou du moins mieux implantés

sur le milieu de LGBT que mes premiers enquêtés. Et eux avaient des pratiques de confiance qui incluait des hommes, mais c'était des hommes gays ou bisexuels, des femmes hétérosexuelles ou non, et en fait les grands absents ça restait les mecs hétéros derrière. Donc on voit ici comment y a un enjeu de genre, c'est-à-dire l'enjeu rattaché à la figure de l'homosexuel efféminé, en fait, qui joue comme un repoussoir. Mais il n'y a pas que ça. Il y a aussi des affaires de génération, des affaires de classe, ça dépend beaucoup, en fait, des sociabilités qu'on va avoir par ailleurs dans notre vie quotidienne.

PRESAGE : Et vous rappelez aussi dans votre recherche que le couple n'est pas une chose, n'est pas quelque chose, qui existe indépendamment de tout le reste. Les couples ils sont intégrés dans les institutions et quand on vit une déception amoureuse, quand on vit une peine de cœur, parfois on se pose la question de se séparer. Et là, il y a souvent des contraintes économiques, des contraintes juridiques, des contraintes légales, qui entrent en jeu. Et vous mettez vraiment l'accent là-dessus dans vos recherches. Est-ce que vous pourriez nous ... déjà nous donner quelques exemples concrets ? Et puis nous expliquer en quoi c'est important de ne pas oublier ce point là ?

Victor Coutolleau : Oui, parce que ça c'est vraiment ... Merci de ramener ça sur la table, parce que je ne veux vraiment pas donner, suite à la thèse, l'image que la confiance c'est super et que ça vient compenser les inégalités matérielles au sein des relations.

Le premier truc à avoir en tête, c'est que à partir du moment où le couple cohabite c'est pas qu'une affaire de cœur, c'est aussi une affaire d'argent, c'est une affaire de logement, c'est une affaire de contrat de mariage, et ce genre de chose. Et typiquement, quand vous cohabitez avec quelqu'un, la séparation c'est une question qui pose des questions de cœur, mais aussi des questions de conditions de vie. Et ce que j'avais souvent dans mes entretiens avec les enquêtés c'était toujours cette question du logement, en fait. Quand on prend l'initiative de la séparation, souvent on doit quitter le logement. Et quand on n'a pas les moyens, souvent on va devoir se tourner vers les proches. Et c'est là où justement on a encore un petit peu un petit bout de confiance derrière : c'est que souvent on va se tourner vers la famille, vers les amis, qui vont déplier un clic-clac pour quelques temps, histoire de permettre d'avoir un logement indépendamment du partenaire. Et ça, donc, cet effet un peu atténuateur des conditions économiques sur les envies de séparation, c'est un truc qu'on retrouve chez tout le monde. Mais c'est quelque chose qui est particulièrement marqué dans le cadre des situations de dépendance matérielle. C'est-à-dire qu'on a quand même toute une littérature maintenant qui montre que la dépendance économique des femmes c'est quelque chose qui nuit à leur initiative des séparations. Donc c'est un truc qu'on retrouve dans la littérature anglo-saxonne, et je retrouve aussi ça dans ma thèse : les femmes qui disent qu'elles étaient dépendantes financièrement de leur conjoint sont plus susceptibles de dire qu'elles ont subi la séparation que les autres. Donc on a vraiment, en tout cas une chape de plomb de la dimension matérielle qui pèse sur l'interprétation des déceptions. Et sur ce point en fait les confidents ils peuvent aider, mais qu'à la hauteur de leurs propres moyens. Comme je le disais : ça peut déplier un clic-clac, mais derrière ça ne peut pas compenser des inégalités salariales. Et sur ce point je renvoie vraiment, par exemple, au bouquin de Céline Bessière et Sibylle Gollac sur *Le genre du capital*, où elles développent bien que la famille reste traversée d'inégalités et que c'est aussi appuyé sur des dispositifs légaux. C'est-à-dire que, par exemple, un des facteurs très marquants, là-dessus, c'est la répartition du travail domestique : les femmes assument la majorité du travail domestique. Et ça peut sembler comme étant une espèce de compromis de bon sens, c'est-à-dire que les

hommes souffrent moins de discriminations dans la sphère du travail, donc à la rigueur pourquoi pas les hommes se spécialisent dans le travail salarié, et les femmes dans le travail domestique, et les chèvres sont bien gardées. Le problème c'est que le système social français il est historiquement basé sur le principe des cotisations : donc quand vous travaillez dans un emploi salarié, vous cotisez pour le chômage, vous cotisez pour la retraite ; quand vous faites du travail domestique, vous ne cotisez pas. Donc typiquement un couple dans lequel l'homme aurait toujours travaillé, la femme aurait toujours fait le travail domestique, s'ils se séparent la femme n'a pas droit au chômage, parce qu'elle a pas cotisé pour ça. Et là-dessus, alors il y a des dispositifs légaux qui visent à compenser ça, mais là je renvoie encore au *Genre du capital* pour montrer à quel point ces dispositifs sont imparfaits. Et ces dispositifs sont imparfaits, et les confidents ne peuvent rien changer par rapport à ça. C'est à dire que vous avez beau avoir le meilleur ou la meilleure amie du monde, elle ne pourra pas vous faire rattraper les trimestres de retraite que vous n'avez pas cotisés parce que vous vous êtes arrêtée de travailler pour vos enfants. Donc là-dessus ça rappelle que le cercle de proches ne peut pas tout, que c'est des questions de droit, des questions de politique publique, et qui dit politiques publiques dit question politique.

PRESAGE : Merci.

Victor Coutolleau : Merci !

PRESAGE : Genre, et cetera. c'est le podcast du Programme de recherche et d'enseignement des savoirs sur le genre de Sciences Po. La musique est signée Lune.

Un lien vers la transcription de cet épisode est disponible en description. Pour aller plus loin, vous retrouverez également en description des liens vers des références bibliographiques dont la thèse de Victor Coutolleau réalisée sous la direction de Didier Lapeyronnie et de Beate Collet.

Si vous avez aimé cet épisode, n'hésitez pas à ajouter des étoiles sur votre plateforme d'écoute et à le partager autour de vous. Merci et à bientôt.