

Comment réagir face aux conflits de couple de son enfant ?



© BearFotos I Shutterstock

Anna Ashkova - publié le 03/07/23 - mis à jour le 03/08/23

Face à une dispute ou une conversation orageuse, il est parfois bien difficile pour des parents de résister à défendre son enfant ou de tenter de ramener la paix dans son couple. Pourtant ni sa défense ni celle de son conjoint n'aidera à résoudre le conflit. Explications.

"François est très gentil !" Cette phrase lâchée par Anne lors d'une dispute entre son fils et sa belle-fille est restée très longtemps ancrée dans le cœur de Jeanne. "J'avoue que nous ne devons pas nous disputer devant mes beaux-parents mais on ne peut pas toujours contrôler nos émotions. S'ils étaient présents, ils n'avaient pas à intervenir. À ce moment, j'ai eu le sentiment que tout le monde s'est ligué contre moi", confie à Aleteia la jeune femme de 30 ans.

De son côté, Martin est content. "Peu importe nos différents avec ma femme Claire, ses parents prennent toujours ma défense, histoire de ne pas me faire sentir seul dans ce conflit", raconte cet ingénieur. Une prise de position avec laquelle Claire est plutôt d'accord. "Je vois dans cette démarche l'envie de mes parents de montrer à Martin qu'il fait entièrement partie de la famille. Mais j'avoue que parfois je trouve ça injuste, après tout c'est moi leur fille...". Dans les deux cas, il y a toujours des blessés. Mais alors quelle est la bonne attitude à adopter lorsqu'on assiste à une dispute conjugale de son enfant ? Faut-il tenter de régler le problème, essayer de faire en sorte que tout le monde fasse la paix ou choisir son camp ?

Aucune position à prendre

"Il faut tout d'abord souligner que les parents n'ont pas à prendre une place dans la vie de couple de leur enfant", explique Laurence de Saint Vincent, conseillère conjugale et familiale au cabinet parisien Mots Croisés. "Les parents peuvent apporter leur soutien et leur aide si c'est possible et seulement si l'enfant adulte ou le couple en fait la demande". Mais que faire dès lors qu'on assiste à une dispute conjugale de son enfant ? En tant que parent, cette situation peut faire souffrir et le besoin de venir en aide à son enfant peut se transformer en une défense. Une prise de partie qui selon la spécialiste n'aide pas vraiment le couple à gérer le conflit. "Pendant très longtemps, ma mère me défendait lors des disputes avec mon mari. Avec le temps et l'aide d'un psychologue, je me suis rendu compte que son comportement était très intrusif. Plus elle me défendait, plus la situation se détériorait. C'est comme si elle agitait le torchon rouge devant Franck", se souvient Isabelle.

À un conflit de couple, il existe une réponse de couple.

"Ce sujet est très délicat. Quand la dispute a lieu devant l'un des parents, on pourrait dire que celui-ci devient presque "otage" du conflit qui se produit sous ses yeux. Il est pris dedans malgré lui", note Laurence de Saint Vincent. Et de poursuivre : "On peut demander ce qui se passe et proposer son aide". Parce qu'assister à une scène de ménage n'est pas réellement plaisant, il est également possible de demander au couple de ne pas se disputer devant tout le monde. Pourquoi ne pas quitter la pièce pour redonner aux conjoints une intimité. "Ce serait la position médiane à prendre. Dire : "Je vois que ça ne va pas, je vais me retirer pour vous laisser gérer cela". Bien sûr à l'issue de la dispute, il est possible de vérifier si les deux vont bien, toujours sans s'immiscer dans leur couple", détaille Laurence de Saint Vincent.

Intervenir uniquement en cas de violence

Mais comment gérer ses émotions quand on voit son enfant se faire agresser verbalement par son conjoint et souffrir de cette situation ? Si l'envie est grande de dire : "Comment osez-vous lui parler ainsi ?", Laurence de Saint Vincent conseille d'être attentif à ses émotions et résister à l'envie de défendre sa progéniture. Et s'il est impossible de résister à ne pas s'interposer, la spécialiste de couple précise qu'il serait "plus malin de poser des questions plus ouvertes : Pensez-vous vraiment ce que vous dites ?".

"Si à un conflit de couple, il existe une réponse de couple, le parent est en droit d'intervenir dans la dispute uniquement en cas de violence", conclut Laurence de Saint Vincent.