

Déco, travaux, loisirs... Quand des sujets futiles divisent le couple



© Shutterstock

Anna Ashkova - publié le 22/02/25

Les disputes autour de la décoration ou les loisirs peuvent sembler futiles en apparence, mais elles touchent en réalité des problématiques plus profondes liées à l'identité et à la place de chacun dans le couple.

Quand Marthe et Alexandre ont acheté leur appartement, la jeune femme n'imaginait pas que le sujet des travaux pourrait presque briser leur mariage. Malgré la fatigue due au travail et la charge mentale liée aux enfants, ils y ont mis toute leur énergie, mais n'ont pas su échapper aux disputes. "Mon père a toujours fait tous les travaux dans notre maison, d'une étagère à accrocher dans la cuisine au parquet à polir dans le salon", explique Marthe, triste de constater que son époux n'est pas capable de repeindre les murs du salon.

Chez Hélène et Jacques, ce sont les objets de décoration qui ont fait des vagues dans leur ménage durant plusieurs années. "Il n'arrêtait pas de me dire que nous avions une déco digne d'un appartement Ikea, impersonnelle et comme chez tout le monde. Et quand je lui demandais de faire des choix de tableaux ou de miroirs, il me faisait des propositions horribles ou bien, au contraire, trouvait que ce n'était pas nécessaire d'avoir tel ou tel objet. Résultat, lorsque nous avons déménagé, j'ai décoré le nouvel appartement à mon goût et tant pis si ça ne lui plaît pas", fustige cette avocate parisienne. Tout comme les tâches ménagères, les questions sur les travaux ou la décoration peuvent parfois être source de disputes au sein d'un couple. "Des conflits qui ne sont pas seulement dus à des différences de goûts et d'affinités, mais aussi à des habitudes de vie et des rôles appris dans l'enfance, qu'on apporte dans le couple. Il est essentiel de revenir à la source pour

mieux comprendre et accueillir l'autre", explique Laurence de Saint Vincent, conseillère conjugale et familiale au cabinet parisien Mots Croisés.

La communication et l'écoute de l'autre

Si Alexandre ne se sentait pas à l'aise avec les travaux manuels, c'est que dans sa famille, ses parents ont toujours fait appel à des professionnels. Une réalité qui, une fois exposée à son épouse, a permis au couple de trouver des compromis. "Il est fréquent que, dans un couple, l'un des conjoints attende des choses de l'autre sans avoir discuté au préalable. L'important est de dire sa propre réalité, de mettre des mots sur ses sentiments. La communication est essentielle pour éviter que l'un des conjoints se sente "utilisé" par l'autre", conseille Laurence de Saint Vincent. Mais le conflit peut aussi surgir autour de la collaboration ou du rapport de force : comment accepter que l'autre impose ses goûts et, inversement, comment prendre sa place sans imposer.

Dans un couple, il n'y a pas de gagnant ni de perdant, les deux conjoints avancent main dans la main.

Pour Laurence de Saint Vincent, dans des sujets de décoration comme dans ceux liés à la différence de goûts, qu'il s'agisse de l'art, des voyages ou encore de la nourriture, il faut "accepter que ce que l'on aime ne plaise pas nécessairement à l'autre". Ainsi, les désaccords, en lien avec les tâches ménagères, les sorties ou encore les voyages en famille, peuvent être évités si les rôles et les attentes sont clairement définis. Il faut chercher à trouver un compromis qui respecte les désirs et les besoins de chacun. "L'idéal est de négocier de manière bienveillante, sans imposer sa propre vision à l'autre. Chacun doit pouvoir exprimer ses envies. Lorsqu'une décision est prise, les deux parties doivent y adhérer activement et veiller à ce que les besoins et les envies de chacun soient pris en compte."

Des sujets de disputes pas si futiles s'ils font souffrir

Les disputes autour des tâches ménagères ou des petites habitudes peuvent sembler futiles en apparence, mais elles touchent souvent à des problématiques plus profondes liées à l'identité et à la place de chacun dans le couple. "Il est essentiel de comprendre ce que ces sujets viennent chercher chez l'un et l'autre, et de se rendre compte que, bien que le sujet puisse sembler anodin, le fait de se sentir écrasé par l'autre peut transformer ce conflit en quelque chose de bien plus lourd", précise encore la spécialiste, insistant sur le fait que "dans un couple, il n'y a pas de gagnant ni de perdant, les deux conjoints avancent main dans la main". En résumé, la clé pour résoudre ce type de conflit est la communication, la bienveillance et la volonté de trouver des solutions ensemble en veillant à ce qu'elles soient respectueuses et équilibrées.