

136
BIJOUX
QUI
RENDENT
FOU

GLOSS

Le coup
d'éclat beauté

JOUE-LA COMME
GWYNETH

Divorcer sans
conflit,
c'est possible

CUISINE

Chic, un
pique-nique !

Marion
Cotillard
LES SECRETS
D'UNE VIE
D'ACTRICE

Chemises, robes,
T-shirts, accessoires

MODE

LES IMPRIMÉS

RÉVEILLEN
LE STYLE

1648 - 3567 - F: 2,20 €



ADAIRE. 9 MAI 2014

TOPOLITAINE 2,20 €. AND : 2,60 €. BEL : 2,50 €.
VD. A : 4,80 €. D : 4,50 €. ANTILLES A : 5,50 €.
I : 6 €. RÉUNION A : 6,50 €. GUY S : 4 €. CH : 4,30 FS.
N : 5,90 €. GR : 4,40 €. ITA : 3,60 €. LUX : 2,50 €.
PORT cont : 3,60 €. NL : 4,50 €. NCAL : 460 CFP.
P. TUN : 5,40 DNT.



La photo officielle de la séparation de Chris Martin et Gwyneth Paltrow...

LE DIVORCE PAS LA GUERRE !

Se séparer sans s'écharper, une gageure que Gwyneth Paltrow et son mari prétendent publiquement avoir relevée. Mais, en privé, est-ce vraiment possible ?
Enquête et témoignages.

Par **DANIÈLE GERKENS**

UNE FOIS DE PLUS, GWYNETH ne fait rien comme les autres. Fan de macrobiotique, cuisinière et femme d'affaires, elle réinvente ce coup-ci l'art de la séparation en quittant Chris Martin, le chanteur de Coldplay. Respect, tendresse... Après dix ans de mariage et deux enfants (Apple, 9 ans, et Moses, 8 ans), leur divorce semble tout sauf sanglant. Pour preuve, une annonce commune sur le site de l'actrice (goop.com), une photo radieuse des futurs ex-époux et un texte plein d'amour intitulé « Conscious Uncoupling » : « Après avoir travaillé ensemble et séparément depuis plus d'un an (et, bien que nous nous aimions profondément), nous allons nous séparer. Cependant, nous sommes et serons toujours une famille et, par bien des manières, nous sommes plus proches l'un de l'autre que jamais. » Suit une explication célébrant les vertus d'une séparation en pleine conscience, concept élaboré par la psychologue américaine Katherine Woodward Thomas. La semaine suivante, la famille partageait une semaine de vacances aux Bahamas. Dans la vraie vie, est-il possible de se séparer et de rester proches ? Le divorce peut-il être une occasion de mûrir, voire de s'épanouir ?
« A défaut d'avoir réussi mon couple, je souhaitais réussir mon divorce, raconte Irène, 39 ans. Mariée à 28 ans, je me sentais mal à 35 ans. Si, moi, j'avais beaucoup changé, mon mari était resté le même. Nous avons divorcé par consentement mutuel et j'ai fait des concessions à cause de Manon, 8 ans, et de Félix, 5 ans. Si c'était à refaire, je ne changerais rien. J'épouserais Cédric et je le quitterais. Ces deux choix m'étaient nécessaires. » Irène est bien de son époque. Le socio-

logue François de Singly (1) rappelle le poids des normes sociales : « Dans les années 90, on devait réussir son divorce pour le bien des enfants, pour lesquels il s'agit toujours d'une épreuve. Depuis peu, les choses changent. Aujourd'hui, au-delà des enfants, on veut souvent réussir son divorce pour son bien propre et, éventuellement, pour celui de l'autre. C'est ce que j'appelle le divorce pour développement personnel. Le couple n'est qu'une étape transitoire sur un chemin de vie qui en comptera plusieurs. » La vie, y compris amoureuse ou conjugale, serait faite de chapitres. Lorsque l'un d'entre eux se ferme, certains refusent de brûler le livre en entier. « Dans cette logique, tout événement est positif car il permet de mûrir », poursuit le sociologue. Plus facile à dire qu'à faire ? L'avocate Lorraine Delva met un bémol : « Rares sont ceux qui disent vouloir réussir leur divorce. Mais il est vrai que, de plus en plus, nos clients ne veulent pas perdre trop de temps, d'argent et d'énergie dans un contentieux qui risque de polluer une nouvelle relation. De la société aux médias, en passant par un monde judiciaire débordé, les couples sont encouragés à trouver des compromis. » La négociation serait-elle la clé de l'apaisement ? La proposition de loi portant réforme du divorce envisage en tout cas d'imposer une médiation aux futurs divorcés. →

@elle

Divorce :
êtes-vous prête
à refaire votre
vie ? Faites le
test sur elle.fr

La famille de
Gwyneth au
grand complet

**HELENA, 45 ANS**

« MON EX
EST COMME UN
FRÈRE »

« Vingt ans de vie commune, deux enfants... et un bout de temps que notre couple battait de l'aile. On se disputait sans parvenir à tourner la page. L'inondation de notre maison a été le déclic. D'un commun accord, on s'est séparés. Comme on n'était pas mariés, on a tout réglé entre nous, sans avocat. Mon ex a choisi de vivre près d'ici et je l'ai même conseillé sur sa déco intérieure. Six ans plus tard, il reste beaucoup de tendresse, même si nous nous exaspérons vite l'un l'autre. Avec les enfants, je veux être irréprochable. Jamais je n'ai dénigré leur père. Parfois, on déjeune tous les quatre, je revois avec plaisir sa famille. Ce n'est ni un ami ni un ennemi, plutôt un frère que je n'ai pas choisi, que je connais parfaitement et avec lequel il faudra faire, quoi qu'il arrive. »

AVOCATE EN DROIT DE LA FAMILLE et membre du bureau de l'AFPDC (2), Carole Pascarel promeut le divorce collaboratif, méthode d'origine nord-américaine permettant aux couples d'inventer ensemble les modalités de leur

séparation. « Une séparation non digérée entraîne frustrations et déséquilibres, et risque d'aboutir devant le juge dans les années qui suivent. Un divorce collaboratif est élaboré main dans la main par les clients et leurs avocats dans le cadre d'un contrat en tenant compte des besoins de chacun : besoins matériels, dettes morales, carrière mise en veille... Ce travail commun dans une transparence totale n'est pas idyllique ! Il peut y avoir des cris, des larmes, des portes qui claquent. Mais, au final, on trouve une solution qui permet à chaque partie d'être entendue et respectée. Cela apaise les esprits et les rapports. Se reconstruire quand on sait où on va et dans quelles conditions, c'est plus facile. Cela trace également un cadre pour les éventuels futurs conjoints. » On pourrait donc réussir sa séparation, quelle qu'en soit la cause. « Oui, assure Brigitte Rozen, avocate en droit de la famille. Mais, pour cela, la communication doit se poursuivre en dépit du maelström d'émotions qu'entraîne une séparation. Divorcer ou se séparer en paix, c'est trouver un accord valorisé par les deux parties. Cela implique de manifester du respect pour soi-même, pour l'autre, pour ce qui a été et pour ce qui sera. » Ne nous leurrions pas : en dépit des divorce-parties qui se généralisent outre-Atlantique, se séparer en paix ne signifie pas dans la joie. Tristesse, regrets, colère, haine... Reste que les sentiments ne doivent pas perdurer à long terme.

RÉELLE, L'ÉPREUVE DE LA SÉPARATION peut être surmontée. Pour la psychiatre Stéphanie Hahusseau (3) : « Comme la mort ou la solitude, elle renvoie à des émotions extrêmes. Accepter d'aller mal, s'interroger sur ses émotions et prendre la responsabilité de ce que l'on vit peut être à terme une expérience magnifique. Cela rejoint la notion de "Thérapie existentielle" développée par le Dr Irvin Yalom, idée selon laquelle il faut apprendre à vivre malgré nos angoisses. Mais ce n'est possible que si on n'est pas dans la dépendance de l'autre, que les questions matérielles (argent, enfants, logement) ne pompent pas toute l'énergie et qu'on évite l'écueil d'une posture victimaire. » Un divorce sans victime ni bourreau ? « Il faut faire une différence entre le contrat social du mariage et la relation sentimentale, nuance le psychanalyste Patrick Avrane (4). Les conflits éclatent si un des conjoints se sent lésé, sans qu'on voie sa souffrance reconnue. Les couples qui se séparent en paix sont ceux qui ne sont plus amoureux ou ceux apaisés par des tiers. Au fond, il faut que tous deux aient envie de signer un traité de paix, de remplacer un contrat par un autre. » D.G.

(1) Auteur de « Séparée : vivre l'expérience de la rupture » (éd. Armand Colin).

(2) Association française des praticiens du droit collaboratif (droit-collaboratif.org).

(3) Auteure de « Petit Guide de l'amour heureux - à l'usage des gens (un peu) compliqués » (éd. Odile Jacob).

(4) Auteur de « Les Chagrins d'amour : un moment de vérité » (éd. Seuil).

MARNIE, 38 ANS

« JE SUIS FIÈRE
DE NOTRE
DIVORCE »

« Après notre rencontre, on a enchaîné bébé, mariage et second bébé. Moins de deux ans après, Nicolas m'a dit : "Je pars car ce n'est pas ça ma vie." Le ciel m'est tombé sur la tête ! Comme il avait beaucoup souffert du divorce sanglant de ses parents, il voulait à tout prix qu'on préserve notre

entourage. Moi, j'oscillais entre l'envie de le massacrer et celle de transiger.

Après des mois de cauchemar, on nous a parlé du divorce collaboratif. Au début, j'avais envie de hurler. Comment pourrais-je collaborer avec ce salaud ? On s'est accrochés, on s'est engueulés, on s'est posés et on a négocié avec nos avocats. Ça n'a pas été facile. Devant le juge, j'étais fière qu'on ait tout réglé par nous-mêmes et que ce ne soit pas un étranger qui tranche. En sortant du palais de justice, on pleurait tous les deux. Dans l'avenir, je pense qu'on sera respectueux et courtois dans le cadre parental, mais nous ne serons jamais amis. »

VICTOR, 55 ANS

« NOUS AVONS
RÉUSSI CETTE
SÉPARATION
À TROIS »

« Quand on a divorcé, nos enfants étaient très jeunes (3 ans et 1 an). Le départ de Valérie me dévastait mais je ne me voyais pas retenir une femme qui ne voulait plus de moi... Ensemble, on a trié les meubles : on est allés acheter ce qui manquait à chacun et je me suis porté caution pour sa location. Un an plus tard, elle vivait avec Pierre. C'est lui qui, au quotidien, a élevé mes enfants. Au fil des années, nous avons tous mis du nôtre pour que cela fonctionne. Plus d'une fois dans son salon, on a discuté d'un échec scolaire ou d'un souci de fumette. On se fait confiance. Notre motivation, l'équilibre de nos enfants a toujours supplanté nos envies ou nos émotions personnelles. Au bout de vingt ans je me dis que nous avons réussi à dépasser la peine pour élaborer une autre sorte de relation. Laquelle ? Je ne sais pas très bien, mais je sais qu'il y tiens. »