

# COUPER LE CORDON, UNE ÉTAPE SALVATRICE

Pour les jeunes (et moins jeunes) mariés, il n'est pas toujours évident de couper le cordon avec ses parents. Pourtant, ce processus est un passage obligé pour acquérir son autonomie et nouer de nouvelles relations avec eux

Difficile voir impossible dans certains cas d'envisager une vie de couple sereine sans réellement couper le cordon avec ses parents. Quitter la maison ne suffit pas. L'apprentissage de l'autonomie affective est un processus dont il convient de comprendre les clés et les enjeux. Pourquoi faut-il couper le cordon? Comment s'y prendre?

## Une étape nécessaire

A sa naissance, l'enfant est détaché de sa mère par le cordon ombilical qui l'a nourri durant toute la grossesse. Couper le cordon à l'âge adulte revêt la même symbolique, explique André Letzel, conseiller conjugal pour l'Association Objectif Couple: *«Couper le cordon est symbolique d'une séparation entre l'enfant et ses parents, et particulièrement de la relation étroite entre la mère et l'enfant»*. Une étape indispensable à la construction du jeune: *«D'une part, cette séparation favorise l'autonomie de l'adulte; d'autre part, elle oblige les parents à prendre conscience que leur enfant ne leur appartient pas, qu'il est une personne à part entière et qu'il a besoin de cette autonomie pour s'épanouir.»*

Des parents surprotecteurs et trop aimants provoqueront chez l'enfant un sentiment d'étouffement ou, au contraire, une perte d'autonomie et du sens des responsabilités.

Sans l'étape du sevrage, ces enfants, une fois adultes, affronteront de multiples effets secondaires handicapants pour leur construction de vie d'adulte: *« Des conséquences psychiques et des manifestations comportementales sont à craindre»*, avertit André Letzel.

## Des problèmes d'identité

*«Une dépendance affective peut entraîner un manque d'estime de soi et de multiples difficultés dans les liens de l'attachement»*. Selon le conseiller conjugal, une relation trop proche avec les parents peut donner au conjoint le sentiment de ne pas exister dans la relation. *«D'où des problèmes tels que l'angoisse de l'abandon, un surinvestissement de la relation ou des évitements.»*

Régis, 33 ans, marié depuis deux ans, est conscient de n'avoir pas totalement franchi cette étape: *«J'ai encore l'impression d'attendre l'approbation de mes parents dans certains domaines. Du coup, je peine à prendre certaines responsabilités et cela affecte mon couple.»*