

# Vécu de solitude de femmes d'origine maghrébine

Anne Wezel,  
sociologue,  
maison médicale  
Forest Saint-  
Antoine.

.....  
*Cette enquête de terrain porte sur le vécu de solitude de femmes maghrébines habitant dans un quartier marqué par la précarité. Elle explore l'expérience intime avec la solitude : les liens à soi et aux autres qui créent la solitude, l'histoire de ces liens, l'histoire de ces solitudes.*

(1) De Solemne Marie, Robin Christian, Besnier Jean-Michel, Leloup Jean-Yves, Monod Théodora, La grâce de solitude, Albin Michel, Espace Libres, Albin Michel, 2006.

(2) Lebrun Jean-Pierre, « De la modernité et des maisons médicales » dans Santé conjugué n°17, Fédération des maisons médicales, Juin 2001, p. 12.

Mots clés : migrations, santé mentale, femmes, précarité.

.....

Je travaille comme accueillante dans une maison médicale dans un quartier de Bruxelles à forte population d'origine maghrébine. L'accueil à la maison médicale est un espace de rencontre où chaque personne trouve un espace où se poser et est écoutée. Au fil des contacts, on apprend à se connaître et à se comprendre. A travers ces rencontres, je perçois beaucoup de formes de solitude. Sept jeunes femmes d'origine marocaine ont accepté de partager avec moi leurs vécus de solitude.

chacun de nous est habité, nous dit Françoise Dolto. Le sentiment de solitude est « décréatif, générateur de souffrance, alors que la solitude, en elle-même, peut être créative : source de tensions, elle pousse à progresser, à atteindre un stade supérieur du soi »<sup>1</sup>. Un groupe dont les individus sont à la fois en lien et autonomes est générateur d'une grande créativité, il permet des formes d'expression de liberté individuelle et collective.

La culture occidentale, plus centrée sur l'individu que sur la communauté dont il fait partie, crée une solitude engendrée par un manque de communauté d'appartenance. L'importance donnée à l'autonomie et à la liberté des individus est supérieure à la conscience de la co-responsabilité des uns et des autres, beaucoup plus forte dans d'autres cultures. Un proverbe africain dit « Tu te dis « je » parce qu'un autre t'a appelé « tu » ». Ici et aujourd'hui, l'injonction fondamentale est : « Sois toi-même, sois autonome. ». On oublie parfois que c'est toujours à partir de l'autre que « je » est sujet. « Si je suis quelque part, dans une position de sujet, ce n'est pas seulement parce que je me suis émancipé, extrait, désenglué du rapport à l'autre mais aussi parce que c'est l'autre qui est le fin fond de vérité que je suis. Nous ne sommes sujets qu'à partir d'une altérité radicale »<sup>2</sup>.

Quels vécus de solitude connaissent ces femmes imprégnées de deux cultures fort différentes dans leur rapport à l'individu et à la communauté ?

## La solitude et le sentiment de solitude

Si l'isolement et l'exclusion créent un sentiment de solitude et empêchent l'autonomie, la solitude vécue positivement peut renforcer l'autonomie car elle permet de se confronter à soi-même. « La solitude seule permet de dépasser le stade du sentiment de solitude » dont

## Les espaces de solitude

Chaque espace relationnel peut être un espace de solitude ou un espace de lien. Un même espace est souvent, pour une même personne, un espace de solitude et de lien à la fois. A partir des récits des femmes rencontrées, j'ai questionné les vécus de solitude dans trois espaces de relations : la famille d'origine, le couple et le foyer.



### ● La solitude intérieure, liée aux relations avec la famille d'origine

La famille est le premier espace de vie, de lien et de solitude. Lorsque le sentiment de solitude est lié à la famille, il peut s'inscrire à l'intérieur des liens familiaux ou, au contraire, être lié à l'éloignement de la famille ou à son éclatement, dans les situations de divorce, par exemple.

#### La solitude dans la famille

Parfois, la solitude est incorporée dans la socialisation familiale. Salima\* a fait son apprentissage de la solitude en famille. C'est une belle jeune femme de trente-quatre ans. Elle n'a pas d'enfant. Jusqu'à vingt-sept ans, elle a vécu chez ses parents qui l'enfermaient chez elle, sans lien, ni avec sa famille ni à l'extérieur. Il y a trois ans, sur le conseil de son médecin, elle est arrivée du Maroc avec son mari pour échapper à ces relations familiales malsaines. Au Maroc, elle subissait un isolement psychique orchestré par ses parents. Elle était comme mise « en plonge » sur le plan psycho-affectif<sup>3</sup>. On niait son existence : « La solitude, c'est quand on s'intéresse pas à toi. On s'en fout si tu es là ou pas là. C'est comme un objet dans la maison, personne ne s'occupe de toi. C'est pour cela on va se sentir seule. Si, par exemple, moi je ne demandais pas « je veux ça ou ça », alors on s'en fout. Même si je suis malade. Je dois insister, je dois demander « j'ai besoin de ça, de ça, de ça » ». Il était interdit à Salima d'avoir des liens avec l'extérieur, d'avoir des amis. « Quand ils veulent ouvrir la porte, ils l'ouvrent et quand ils l'ouvrent pas, tu es toujours enfermée ».

Même avec sa cousine, sa « seule amie », elle ne pouvait avoir aucune intimité. Toujours enfermée, elle ne connaissait rien de la vie, elle ne savait pas « comment les gens font dehors ». Elle n'avait aucun droit. « C'est pour ça, tu n'as envie de rien parce que tu es toujours enfermée. Même si tu veux faire quelque chose, tu n'as pas le droit alors ce n'est pas la peine de rêver... ». Elle se tenait elle-même enfermée en même temps qu'elle était « mise en cage ».

Et on lui disait que c'est pour toujours. Cette contention psychique l'a conduite à un état dépressif. A ce moment-là, la solitude pour Salima c'est « comme si je vois le noir, ça donne envie de pleurer, ça donne envie de ne pas continuer à vivre. Ça donne envie de... de rien ».

Cependant, elle avait un ami avec qui elle correspondait par courrier. Il lui envoyait de l'argent en secret pour qu'elle puisse lui envoyer des lettres. C'était un cousin orphelin que les parents de Salima accueillait de temps en temps. Cette rencontre était vitale pour Salima qui mourait du manque de lien. Il a fini par lui demander sa main. Son père a d'abord refusé qu'elle quitte le domicile pour se marier, mais forcé par ses frères, il a fini par céder. Ses parents n'ont pas voulu faire de mariage coutumier. Là où vivait Salima, cela signifie, pour l'entourage, que la femme a fait une faute grave. « Il voulait me tuer. ».

Une fois mariée et sortie de chez elle, c'est sa honte, sa peur et sa timidité qui la tiennent enfermée et l'empêchent d'entrer en contact avec les gens. Salima n'a jamais appris à aller vers les gens, à leur parler. « Je dois toujours me taire ». Elle a le sentiment d'être devenue sa propre prison. Elle a incorporé la peur de l'extérieur. Elle ne parvient pas à donner quelque chose d'elle-même, même à son mari. Elle ne s'exprime que si on l'interpelle. Elle constate que, si elle partage quelque chose, ce sont ses problèmes car elle n'a que cela dans sa tête. Elle voudrait partager autre chose mais il n'y a rien d'autre. Elle a incorporé la solitude.

Le désir et la peur sont deux moteurs essentiels de l'être humain. Le désir ayant été limé si longtemps, la peur a envahi l'espace. Salima voulait faire des études, devenir professeur de sport, faire du dessin. Mais tout était interdit. Aujourd'hui, éloignée de ses parents, la reconquête du soi reste très difficile. « Il faut que tu saches que tu es peut-être quelqu'un qui n'existe pas ». Voilà les mots que la solitude a créés en elle. Les autres sont inaccessibles et elle-même n'est pas présente : « Je suis toujours ailleurs et c'est ce que je n'aime pas. Même quand je

\* Les noms des personnes interrogées ont été modifiés pour garantir le respect de l'anonymat.

(3) « Etre mis en plonge » fait référence à une sanction utilisée dans certaines communautés thérapeutiques pour toxicomanes. Sur décision du staff, un résident peut être soumis à un isolement psycho-affectif tout en restant dans le groupe. Pendant une période variable, les autres résidents ne peuvent ni lui parler ni lui répondre, ils doivent l'ignorer. Cette sanction aurait pour objet d'amener le résident à « réfléchir au thème de sa plonge ».

suis au réfectoire au travail, tout le monde parle, tout le monde rigole alors que moi, je mange et je pense toujours à autre chose... les gens me posent la question « A quoi tu penses ? ». Mais moi, je pense à rien. C'est comme si j'étais seule dans ce réfectoire. Il n'y a personne avec moi. ».

On est proche de la disparition, de la dissociation entre un moi et un toi, entre un moi et un monde. « Il est évident que dans la solitude, il y a une relation duale entre Je et Tu, entre Moi et le Monde. Que vienne à disparaître cette structure duale et l'on perd tout sentiment d'extériorité, et par conséquent tout sentiment d'intériorité. L'intériorité a toujours besoin du repoussoir de l'extériorité pour s'auto-entretenir. »<sup>1</sup>.

Salima ne m'a pas expliqué pourquoi ses parents l'enfermaient. On pressent un secret qu'on cache en l'enfermant. Quand on a un secret, on est discréditable, dit Ervin Goffman. Pour ne pas être tenté de partager le fardeau, on s'isole<sup>4</sup>.

D'autres interlocutrices ont fait l'apprentissage de la solitude dans leur famille à cause d'un secret de famille. Pour Mimouna, la solitude, c'est « un poids dans le cœur qu'on n'arrive pas à enlever ». Son secret, c'était l'adultère de sa mère. Elle n'était probablement pas seule à le savoir dans sa famille mais cela ne se disait pas. Elle se sentait seule avec ce secret et cette solitude « la rendait malade ». C'est au moment de la rencontre avec son mari qu'elle se délivre en le lui livrant. Une autre solitude cependant apparaît car toute sa famille rejette son mari parce qu'il bouleverse l'équilibre familial en mettant à jour le secret. Mimouna n'a pas trouvé le moyen de transformer ses relations familiales de solitude en relations de liens. Au contraire, la distance avec la famille est renforcée et le sentiment de solitude perpétué. « J'avais ce poids lourd à moi toute seule et alors après j'ai dû lui raconter et alors, c'est là que ça a fait des embrouilles entre ma mère et mon mari. ».

**Le sentiment de solitude peut aussi venir de l'éloignement de la famille**

La rupture avec la famille, premier lieu d'appartenance, peut être vécue comme un déchirement douloureux. Cette rupture peut être créée par

la migration. Mariée à vingt-deux ans avec un homme qu'elle aime et avec qui elle a beaucoup de complicité, Saliha a trois enfants. Le couple vit depuis quatre ans en Belgique où son mari travaille.

Saliha a grandi dans une famille aisée, nombreuse et chaleureuse au Maroc dans laquelle elle ne ressentait pas de solitude. « A la maison, on est quatre sœurs et deux frères. On parle, on discute... et d'un seul coup, hop, à l'étranger. Seule, personne... Haa, c'était la catastrophe. ». Le mode de vie plus individualiste ici que dans le lieu d'origine peut créer le sentiment de solitude. Pour elle, en Belgique, on se sent seul, même s'il y a du monde parce que « tout le monde court, tout le monde est pressé. Les gens ici n'ont pas une vie pour eux. Ils vivent pour travailler, pour gagner de l'argent, pour dépenser mais vivre pour vivre ? Je crois qu'ils n'ont pas de sens de vie. ».

Le sentiment de solitude peut aussi être lié à l'éclatement des familles, comme dans certaines situations de divorce. Khadija a dix-huit ans, deux enfants et porte un voile noir serré. Née en Belgique dans une famille aisée de père marocain et de mère belge, elle avait « beaucoup de liberté » mais se sentait seule. Ses parents, divorcés, travaillaient beaucoup et n'étaient pas très présents et, inquiets de son comportement, voulaient l'envoyer chez un psychologue. Khadija refusait de le rencontrer, c'est sa mère qu'elle voulait rencontrer. Dans les relations de famille, la solitude naît autant de la privation de liberté par autrui que de l'octroi de celle-ci, si cela va de pair avec le fait que les êtres co-existent mais ne se rencontrent pas.

● **La solitude dans le couple**

Lorsque le sentiment de solitude s'inscrit dans le couple, il peut être du à une difficulté de reconnaissance personnelle et mutuelle, à une relation trop fusionnelle, au mariage et ses différentes représentations ou encore à la séparation subie des conjoints.

Dina est une dame élégante, très aimable et porte un voile épais blanc, long dans le dos. Elle vit en Belgique depuis l'âge de onze ans. Mariée à dix-sept ans, elle a quatre filles. Elle

(4) Goffman Ervin, Stigmaté. Les usages sociaux des handicaps, Paris, Editions de Minuit, 1975. (1963).



préfère me voir à la maison médicale car son mari, en incapacité de travail, est à la maison. Elle veut ce moment rien que pour elle : « Quand vous avez dit la solitude, cela m'a touchée énormément. Pourtant je ne me sens pas seule... J'ai une grande famille avec presque tout le monde ici dans la commune et si je veux, j'ai des amis, je peux sortir mais ça vous empêche pas d'être seule même au milieu de tout ça. ».

Dina n'a pas de complicité avec son mari « qui n'est pas d'accord avec ce qu'elle a dans la tête » et qui la « contrarie » constamment. Elle ne se sent pas reconnue par lui ce qui crée sa solitude.

Elle pense que c'est par fierté qu'il se comporte ainsi. Accepter les idées de sa femme signifierait qu'elle le commande, lui, déjà fragilisé dans son estime de soi par son incapacité de travail prolongée. Il n'est pas possible pour eux d'en parler ce qui la fait souffrir : « Cette souffrance de solitude, elle est toujours là. Pourquoi ? Parce que la personne en face de vous ne reconnaît pas qu'elle vous comprend, qu'elle est d'accord avec vous, qu'il faut discuter ensemble des projets. Elle vous contrarie... C'est terrible de ne pas s'avouer cela face à face et que l'autre personne soit au moins un peu rassurée. Parce que, en même temps, l'assurance fuit aussi quand vous êtes toujours contrariée par l'autre personne. ». Dina se sent trahie par l'attitude de son mari. Elle a toujours cherché à communiquer avec lui mais elle se décourage. « Expliquer, parler ne sert pas toujours, il y a une éducation, une personnalité qui ne change pas. ». Elle vit comme une honte de demander à d'autres l'aide que le mari devrait lui apporter, et se confie rarement car elle ne veut pas faire porter ses problèmes aux autres. Elle ment à sa famille qui la questionne sur son état. « La douleur la plus forte, c'est de ne pas pouvoir vivre, se relâcher, je n'aime pas faire des choses en cachette ou mentir, j'aime bien les faire en le disant, en le criant sur le toit. ».

Depuis quelques temps, Dina ne reçoit plus d'allocations de chômage en son nom. Elle l'a vécu comme un renforcement de son isolement. « J'aurais aimé qu'on taxe les deux personnes mais pas isoler une personne comme ça, la priver de son salaire. ». Pour elle, retrouver un



emploi étant donné qu'elle n'est pas qualifiée est de l'ordre du rêve.

Dina et son mari, sans emploi, ont une identité affaiblie par une société qui ne les reconnaît pas. Ils ne parviennent plus non plus à se reconnaître mutuellement. Pour eux deux, reconnaître l'existence de l'autre renvoie à son propre sentiment de non-existence. L'aveu de faiblesse n'est pas possible car ce serait perdre complètement la face, entre eux mais également vis-à-vis des autres. Et quand on n'ose plus se dire, on s'isole dans le mensonge.

La dépression peut être une conséquence directe du sentiment de solitude. La relation épuisante que Dina vit avec son mari entame sa confiance en elle et son désir de vie : « Il n'y a pas que la solitude que l'on ressent, c'est aussi un manque de confiance... Ca vous va droit au cœur avec un couteau ». Elle espère que son mari réagira avant qu'il ne soit « trop tard au point que je serai vraiment dégoûtée de la vie. ».

Dina se sent entrer en dépression. « Je ne savais pas ce qui m'arrivait. Je commençais à avoir mal à la tête, à bloquer de la nuque. J'étais tout raide, mes muscles. Je sentais plus mon corps

et puis à l'estomac et puis je dormais plus, je mangeais plus. Et ça venait comme ça, ça s'enchaînait l'un derrière l'autre... On a envie de se renfermer, de ne plus rien dire et puis on se retrouve plongée dans la déprime sans s'en rendre compte. ».

Dina pense parfois à « couper les cordes », à quitter son mari parce que « c'est pas normal d'avoir si mal. ». Elle a tout essayé et lui ne change pas. « ...je n'arrive pas à sortir le mot mais on a toujours cette idée surtout quand on est en colère ou quand on broie du noir. ». Un des freins à cette éventualité est l'obligation morale et la crainte de punition divine. « Comment justifier, à la fin de ta vie, d'avoir séparé les enfants de leur père ou la mère de ses enfants ? Comment justifier de casser un honneur, la réputation de deux familles, une parole de Dieu alors que ton mari remplit son devoir de père et de mari, qu'il ne me trompe pas, ne me bat pas, ramène l'argent à la maison ? Justifier le divorce et tout ce qui va avec juste pour ma vie, ma santé ... ? Pourrais-je être pardonnée ? ». Par ailleurs, une rupture impliquerait toute la famille. « Ils ont très rarement entendu des plaintes ou des disputes. Ils seront étonnés, ils auraient du mal à croire, ils chercheront à calmer les choses, parler, t'as raison, donner raison à tout le monde mais sans face à face. Chez nous, c'est très soudé, il faut essayer à tout prix de protéger le maximum parce qu'une fois que c'est fait, c'est fait. C'est pour ça j'ose pas parler dans la famille. Parce qu'une fois tout dévoilé, les parents s'imposent, la famille ». Dina se trouve dans une situation d'ambivalence transculturelle. La solitude dans le couple lui est insupportable mais dans le modèle communautaire qui lui a été transmis, ce qui importe surtout c'est que le couple fait partie d'une famille élargie qui en est responsable. Prise en étau entre deux modèles, elle ne peut pas légitimer sa dépression et ses désirs contrariés.

La solitude dans le couple peut également être due à une relation fusionnelle, qui ne laisse pas assez d'espace entre les partenaires. C'est le cas de Salima, dont nous avons déjà entendu le récit. Comme femme, elle ne pouvait pas sortir seule de sa solitude, il fallait un conjoint pour quitter sa famille mais c'est une « pseudo » sortie car elle a plongé dans une autre forme de

solitude. Son mari, dépositaire de toutes ses souffrances, sait tout d'elle et c'est insupportable. Avec lui, privée d'un accès à l'intimité, dans une ouverture de soi à tous vents, elle se sent toujours aussi seule.

« Normalement, on doit avoir des amis à part le mari. Il doit toujours y avoir des choses qu'on ne peut pas raconter à son mari. Moi, je n'aime pas que je sois comme une page que mon mari puisse lire tout ce qui est écrit sur cette page. ». Ceci renvoie à l'intimité dont nous avons besoin pour nous sentir nous appartenir à nous-mêmes, nous sentir libre puisque détaché de l'autre dans l'espace. La transparence totale devant autrui plonge dans un mode relationnel fusionnel qui aspire et crée de la solitude.

Le mariage et les enfants peuvent éloigner les partenaires d'un couple. Ils ont changé la relation de Khadija avec son mari. « Avant qu'on était marié, on faisait plein de choses et on s'entendait très bien. Une fois qu'il y a eu les enfants, c'est plus la complicité qu'on avait avant...Avant le mariage, quand on allait manger, c'était ensemble, maintenant c'est les belles-sœurs et les enfants d'un côté, les maris de l'autre. ». Son rôle de mère a pris toute la place et elle délaisse son rôle de conjointe, ce que son mari lui reproche. « Parfois il me demande de sortir je dis non parce que je suis fatiguée, je sais pas où mettre mes enfants... ». Le mariage semble avoir plongé ce couple dans un modèle ancien de séparation entre les sexes avec une répartition plus figée des rôles des uns et des autres, alors que Khadija aspirait à un modèle conjugal plus contemporain.

Le sentiment de solitude peut également venir d'un éloignement. Saliha a vécu sans son mari au Maroc pendant plusieurs mois avant de le rejoindre « Quand j'allais au travail, j'arrive toujours la tête ailleurs, et tout le monde m'a fait la remarque « qu'est-ce que tu as Saliha, ton mari en partant en voyage a pris toute ton énergie ou quoi ? » ». Pour Saliha, le couple est un espace relationnel que le mariage a scellé pour la vie. Au nom de cela, elle est prête à quitter son pays et sa famille. Elle se sent libre au sein du couple. Les sacrifices qu'elle fait pour en garantir la pérennité lui sont naturels puisqu'ils nourrissent une relation choisie qui la rend heureuse. « Je me suis engagée au mariage et vraiment, on ne se sépare pas jusqu'à





la mort. Là où tu vas, je viens avec toi. Là où je vais, tu viens avec moi. Vraiment être en groupe, en famille, sentir la chaleur et tout ça c'est... c'est vraiment une liaison, c'est incroyable, j'aime ça, ha, j'adore ça. ».

### ● La solitude du foyer et des enfants

Six de mes sept interlocutrices ne travaillent pas hors du foyer. Pour les unes, le foyer est un lieu de protection et de reconnaissance, pour d'autres, un lieu d'enfermement.

La famille souvent nombreuse est le lieu principal d'appartenance. Khadija issue d'un mariage mixte, aujourd'hui mariée à un homme d'origine marocaine, compare la présence familiale dans la culture marocaine et belge. « Je trouve que dans les familles maghrébines, ils sont beaucoup plus solidaires. Quand je vois la famille de ma mère, il y a moins cette solidarité entre eux que dans la famille de mon mari. Dans la famille de mon mari, ils se téléphonent tout le temps, ils se voient tous les jours, c'est pas la même chose. ».

L'importance donnée aux liens avec la famille élargie restée au Maroc a, dans certaines familles, beaucoup diminué. C'est le cas pour Halima. Elle est née en Belgique dans une famille nombreuse où elle s'est toujours sentie heureuse et soutenue. Pendant son enfance, les liens avec la famille au Maroc étaient très forts, la famille allait souvent au pays. Aujourd'hui, Halima, son mari et son enfant y vont beaucoup plus rarement. La valeur de la famille élargie soutenue par les parents a moins d'importance : « Pour moi, le plus important, c'est mon foyer d'abord et ensuite mes frères, mes sœurs, mes parents mais pas trop le reste. Ca, c'est une différence entre la première génération et la nôtre. Je sais pas si c'est l'influence de vivre aussi dans un pays industrialisé... ».

Pour certaines femmes, le foyer protège « des autres », ceux qui font peur, ceux à qui on ne fait plus confiance ou ceux qui ne sont pas là.

Fatima perçoit la solitude comme une précieuse alliée. Elle me dit d'emblée : « J'aime bien rester toute seule, sans ami, sans rien du tout. « Je marche toute seule » ». Etre seule a une connotation très positive pour elle et signifie

pouvoir se débrouiller, être autonome. Fatima a choisi de garder une distance avec tous parce qu'« avec les autres, on ne sait jamais les problèmes. ». Les problèmes potentiels amenés par « les autres » sont que les enfants doivent aller à l'assistance sociale ou qu'une femme entre chez elle et lui prenne son mari. Fatima ne travaille pas. Le foyer constitué de sa maison, son mari et ses enfants est le lieu principal de son identité « Je suis fière de moi comme ça. Je suis contente. J'ai ma maison, mon mari, mes enfants, j'ai tout... je me sens pas seule mais hamdoulillah, j'ai pas de problème. ». Fatima joue le rôle de mère au foyer que son entourage attend d'elle et elle s'y sent bien, protégée du monde extérieur qu'elle craint.

Certaines femmes se projettent dans l'avenir grâce à l'unique perspective d'avoir des enfants. C'est le cas de Salima, prisonnière de sa solitude. « Déjà je me sens vieille et si l'année prochaine j'aurai un enfant alors ma vie ce sera pour mon enfant. J'aimerais bien donner à mon enfant tout ce que je n'avais pas. Et je sens que je n'aurai pas de temps pour moi. Parce que je sais que je vais être à mes enfants. Je vais tout leur donner, tout ce que j'ai pas eu et je vais bien insister qu'ils ne vont pas se sentir seuls. ».

Dans un monde clos où la possibilité de développement personnel et relationnel est difficilement envisagée, les enfants donnent un sens à la vie. Khadija nous dit : « De toute façon, la vie c'est un éternel recommencement... Parce que c'est quand même l'avenir de nos enfants qui se joue. Nous c'est déjà passé, maintenant c'est à nos enfants à bien évoluer, essayer qu'ils grandissent bien dans de bonnes conditions. ».

A contrario, le foyer est vécu, par d'autres femmes, comme un lieu de solitude subie. Pour Saliha qui ne peut plus travailler pour des raisons administratives, être seule dans son appartement devant la fenêtre, « à regarder les gens qui vont, qui viennent » est insupportable. Elle pense à approfondir ses connaissances en anglais et en informatique mais : « Je n'avais personne qui pouvait m'orienter, donc je n'ai rien pu faire. ». Le manque de contact quotidien avec autrui peut générer une perte de confiance en la capacité à parler à autrui. « Parfois je me disais « je crois que je saurai pas parler ». Quand on me demande quelque chose, je crois que

j'oublierai les mots, tout ça, même si je parle avec mon mari mais c'est pas la même chose. ». Pourtant, comme le dit E. Goffman : « Rien n'est plus efficacement le fondement d'un engagement commun que la parole »<sup>5</sup>. Saliha insiste sur cet immense besoin de partage qui se réalise au sein de son couple. « Quand mon mari rentre, on n'arrête pas de parler, surtout moi, je n'arrête pas, je ne ferme pas ma bouche, je parle, je parle, je parle, je n'arrête pas de parler, je lui pose des questions, qu'est-ce que tu as fait aujourd'hui au travail, qui est-ce que tu as rencontré, on parle, on parle. Heureusement qu'il comprend sinon ce serait difficile. Même maintenant, surtout quand les enfants dorment. Ha c'est pour nous, on parle, on parle, on parle. De tout, de tout, de tout. Même quand je parle avec ma mère, s'il y a quelque chose qui va pas là-bas et tout ça, on parle, on parle de tout, on n'arrête pas. ».

Avoir une activité professionnelle est une valeur prioritaire pour Saliha et Halima. A travers le travail, elles se sentaient utiles. Les activités ménagères sont vécues comme ennuyantes. Halima parle d'un vide, d'un sentiment d'inutilité. « Mon mari allait au travail, moi je m'occupais de ma petite fille. Une fois qu'on a déposé sa fille à l'école, on revient, la maison est vide. Un sentiment de rien faire, comme si... pas qu'on servait à rien mais bon pendant ce temps-là, je trouvais que c'était du temps gâché. ».

Par ailleurs, la responsabilité des enfants peut provoquer un sentiment de solitude si elle est assumée seule. « Il n'y a personne qui peut me remplacer comme maman. ». Khadija voudrait que ses enfants ne subissent pas la solitude qu'elle a vécue dans son enfance. La relation maternelle se vit parfois au détriment des autres espaces relationnels. Khadija, mère à dix-huit ans, ne côtoie plus ses amies : « Elles n'ont pas du tout la même chose que moi, elles sortent, elles vont voir des garçons et bon moi je ne peux plus me permettre de faire ça. ».

Halima constate avec inquiétude que sa vie, concentrée sur la tranquillité du foyer et le travail, prend la forme d'une routine qui laisse de moins en moins de place à d'autres espaces relationnels. La diminution du nombre de personnes auxquelles elle se sent reliée et de la

fréquence à laquelle elle les voit provoque une peur de « finir toute seule. ». Le cocon familial sert alors de garantie que cela ne lui arrivera pas. « Au moins qu'il y ait quelqu'un qui pense à vous. Parfois quand on me téléphone pas depuis un certain moment je fais « ha, personne ne m'aime, personne ne m'appelle. ».

Le repli sur le foyer est perçu à la fois comme facteur d'isolement et facteur de sécurité affective. La peur de l'isolement renforce la valeur cocon familial. Ce repli sur le foyer est valorisé au niveau individuel, regretté au niveau collectif.

Halima exprime le besoin de protection mais regrette le repli qui l'accompagne :

« - Même au niveau de la politique, chacun veut travailler pour lui, ne pas s'entraider, je vis, c'est pour moi, on va vers société égoïste, c'est ça qui fait qu'on a la solitude, forcément on se retrouve seul ben on s'étonne pas.

- La façon de gérer les problèmes d'immigration, on s'emmure, on se protège... ?

- On se protège, voilà, c'est cette politique de...

« attention à l'agression », « attention, l'autre peut être un danger ». Comme ces amis qu'on évite parce qu'ils vont encore vous demander de l'argent et jamais vous le rendre. C'est éviter certaine personne parce qu'elle va vous embêter... ».

Elle pense que la définition même de la relation doit être revue : « On veut une relation qui soit saine sans empiéter dans la vie de l'autre. On est des amis mais tu me déranges pas trop. C'est la définition de la relation qui doit être revue. Une relation : qu'est-ce que c'est ? Qu'est-ce que je peux demander ? On a peur de tout, donc forcément on rejette tout. Est-ce qu'une relation, finalement, c'est dépendre totalement de l'autre, c'est empiéter totalement ? ».

---

### Conclusion : l'expérience intime et transculturelle de la solitude

Le thème de la solitude, loin de heurter ces femmes, suscitait un intérêt et un désir, voire un besoin de partage. A partir de ce thème, elles m'ont parlé de leur vie, de leur identité, de leurs valeurs, de leurs choix, de ce qu'elles subissent.

(5) Goffman Ervin, *Façons de parler*, Paris, Les Editions de Minuit, 1987, p.80.



Quel que soit l'espace de relation, qu'il s'agisse de la famille, du couple, des enfants..., ces relations peuvent être porteuses de solitude pour les femmes que j'ai rencontrées lorsqu'elles ne se sentent pas reconnues et qu'elles n'ont pas la possibilité d'agir sur ces liens, de les modeler selon leurs aspirations. En situation d'autonomie dans la relation, par contre, celle-ci concrétise un réel lien nourrissant.

La solitude est liée à la reconnaissance et à l'identité. Le manque de reconnaissance par autrui met à mal le processus de construction de l'identité. Cela a des répercussions sur la santé physique et psychique des gens. L'autonomie devient défaillante. Le recours à une aide est nécessaire pour la reconquérir. La solitude met les individus dans la position du scaphandrier séparé des autres par une épaisse frontière. Le rêve, l'imagination, la mémoire sont de précieux outils qui peuvent permettre de recréer des canaux de communication avec soi-même et les autres.

Mes interlocutrices sont imprégnées de deux cultures, elles se retrouvent dans un entre-deux modèles du couple et d'elles-mêmes qui peut générer des ressentis de solitude. Tirillées dans leur identité, elles peuvent éprouver des difficultés à se reconnaître ou à légitimer leurs aspirations et à être reconnues dans celles-ci. Dans leur culture d'origine, la famille élargie est responsable des personnes qui la composent et est très présente mais ne laisse pas forcément la place à l'épanouissement individuel, ce qui peut générer un vécu de solitude. Dans la culture d'accueil, l'épanouissement de l'individu et de la cellule familiale nucléaire est prioritaire et peut également mener à la solitude à travers un repli sur soi.

L'une des portes de sortie face à la solitude sont les centres de santé au sein desquels ces femmes sont rassurées par rapport au respect de l'anonymat. Ayant un accès privilégié à ce vécu, les professionnels de la santé peuvent participer à la reconquête d'une autonomie, possible à travers le lien, à partir d'un travail de proximité... Cette proximité doit pouvoir exister dans la rencontre individuelle avec le soignant mais également dans des espaces de vie collective à inventer toujours. Un espace de vie et de parole consacré uniquement aux femmes existe

dans le quartier où je travaille. Il permet à certaines femmes de sortir de la solitude car, à l'abri des regards trop oppressants, elles sortent de chez elles, se rencontrent, vivent des choses ensemble et expriment entre elles leurs vécus. Elles retrouvent parfois un sentiment perdu d'utilité à la collectivité. Bien que cet espace soit ouvert aux femmes de toutes origines, les femmes d'origine maghrébine se retrouvent principalement entre elles. Comment favoriser davantage de mixité ? Les femmes rencontrées sont porteuses de savoir « être ensemble » de l'une et l'autre culture. Ouvrir des lieux locaux de vie collective où ces savoirs puissent se dire, se vivre et se mélanger à d'autres et qu'ensemble, on puisse inventer toujours l'« être et le faire ensemble ».

