

Pourquoi l'on se dispute pendant les repas de famille (et comment y remédier)

Clara Degiovanni publié le 22 décembre 2023 10 min

Loi immigration, conflit au Proche-Orient, affaire Depardieu... Les raisons de s'écharper n'ont jamais été aussi nombreuses. Pourquoi les périodes festives sont-elles si propices à la dispute ? Qu'est-ce qui, dans le repas de famille, fait obstacle à la possibilité même d'une « trêve de Noël » ? Réponse avec **Erving Goffman**, **Pierre Bourdieu**, **Hannah Arendt** et **Norbert Elias**.

Avec, en cadeau, **quelques conseils pour affronter les fêtes**.

« *Ils en ont parlé.* » Le célèbre dessin de presse *Un dîner en famille*, réalisé en 1898 par le dessinateur **Caran d'Ache** à propos de l'affaire Dreyfus, n'a pas perdu de son actualité. Le repas de famille, censé être un lieu de détente et de convivialité, se change parfois en arène violente et impitoyable. Mais pourquoi ? Qu'est-ce qui, dans le repas de famille, a tendance à mettre le feu aux poudres et à échauffer les esprits ?

► **À lire aussi** : “On aime l'idée de famille car elle donne aussi l'impression d'échapper à la solitude et à la mort”

Pour répondre à cette question, plongeons-nous d'abord dans ce qu'est vraiment un repas de famille : une scène de théâtre. C'est cette lecture du monde comme une immense représentation théâtrale que propose le sociologue américano-canadien **Erving Goffman** (1922-1982), dans son livre *La Mise en scène de la vie quotidienne*. Dans la cuisine de cette pièce de théâtre, on trouve ce que le sociologue appelle « les coulisses ». Le repas s'y prépare, quelques médisances s'y chuchotent déjà, couvertes par un grand vacarme de vaisselle et de plats en train de mijoter. Les hôtes font en quelque sorte « monter la sauce » : ils préparent le terrain des potentielles exaspérations à venir et des sujets à ne pas aborder. Cette préparation, avant l'arrivée des invités, est une « répétition générale »_. Les hôtes zélés font inconsciemment monter la pression.

Dans la salle à manger, il y a « le lieu de la représentation » : la scène, l'endroit où se dérouleront les discussions, les débats et les potentielles disputes. Là aussi, les choses sont plus ou moins prévues. Un plan de table vise à anticiper les voisinages incompatibles. La décoration sert à rappeler le contexte : l'esprit de Noël, la fête, la fin des soucis, le confort d'un repas partagé. À première vue, tout semble fait pour éviter le drame.

Rater son rôle

Mais le lien entre un repas de famille et une scène de théâtre ne s'arrête pas au décor et à la mise en scène. Les différents membres du repas de famille sont eux aussi des acteurs. Ils ont prévu leur rôle, ils ont soigné leur préparation. Contrairement à ce que l'on pourrait croire, le repas de famille n'est pas terrain spontané, où chacun peut se permettre d'être « soi-même ». Il est au contraire un lieu ritualisé dans lequel un « *individu joue un rôle* » et « *demande implicitement à ses observateurs de prendre au sérieux l'impression qui leur est donnée* ». Cela ne veut pas dire que tout le monde ment et que tout est factice. Il s'agit plutôt d'aiguiser, d'éclairer, de faire saillir une certaine dimension de sa personnalité : de donner à voir ce que l'on veut montrer de soi aux autres.

Et c'est ici que le bât blesse. Car le repas de Noël n'arrive qu'une seule fois par an. Le rôle qu'on choisit plus ou moins consciemment de jouer a donc pu évoluer entre le moment présent et l'année passée. Le frère considéré comme timide veut montrer qu'il a pris de l'assurance. La tante réputée anxieuse veut se montrer plus apaisée. De même, entretemps, certains sont devenus parents, d'autres végétariens. Les opinions politiques des différents membres de la famille ont également pu évoluer, se diluer ou se radicaliser. Toutes ces transformations peuvent créer des confusions et des tensions. « *L'impression que l'individu tente d'engendrer chez ceux parmi lesquels il se trouve* » est en inadéquation avec ce qui est attendu de son public. Tout se passe comme si la pièce censée être bien huilée se changeait alors en petit théâtre d'improvisation. De là peuvent surgir les malentendus, les incompréhensions, les quiproquos... et les disputes.

Selon Goffman, celui qui se rend compte que les autres ne croient pas au rôle qu'il tente de jouer, opte la plupart du temps pour une posture « cynique ». Il devient l'observateur amer et désenchanté du repas et décide de se désengager petit à petit de la conversation, avec mauvaise humeur et distance. Si plusieurs personnes le rejoignent dans cette position, quelque chose dans le repas de Noël commence à se fissurer. Graduellement, la « magie » de la représentation s'étiole et la fête finit par tomber à l'eau.

Guindés versus sans chichis

Dans la famille, les transformations des uns et des autres, qui conduisent à des altercations, peuvent s'expliquer par des changements de trajectoires sociologiques. Untel, par exemple s'est mis à travailler dans une banque et possède désormais un haut salaire, ce qui a changé sa manière de consommer et de se comporter. Ce genre d'évolution peut créer des divergences et des désaccords sur le déroulé même du repas de Noël. Là où certains prônent le « sans chichis », d'autres vont « vouloir mettre les formes ». Si l'on suit le sociologue **Pierre Bourdieu**, ces divergences sont loin d'être anecdotiques et témoignent de « *morales* », et de « *visions du monde* » bien distinctes. Il l'explique clairement dans *La Distinction. Critique sociale du jugement* (1979).

“La familiarité est pour les uns la forme la plus absolue de reconnaissance, l’abdication de toute distance, l’abandon confiant, la relation d’égal à égal ; pour les autres, qui veillent à ne pas se familiariser, l’inconvenance de façons __trop libres”

Pierre Bourdieu, *op. cit.*

La définition même de ce que signifie « être une famille » peut donc varier à l’échelle d’une même famille. Ce qui peut être perçu comme de la convivialité par les uns sera considéré par un manque de classe et une mauvaise éducation par les autres. Dire d’une partie de sa famille qu’il s’agit de « beaufs », par exemple, renvoie à cette fracture profonde.

Ces divergences sociologiques, à l’origine de tensions, façonnent et expliquent également des différends politiques tout aussi brûlants. Par exemple, aujourd’hui, le véganisme, le féminisme, l’antiracisme, les avatars contemporains des diverses formes de militantisme... sont des terrains particulièrement propices à la brouille et à la confrontation. Pour autant – et c’est là tout le paradoxe de Noël –, tout le monde s’entend collectivement, ou en son for intérieur pour « éviter les sujets qui fâchent ». Pourquoi ces derniers sont-ils malgré tout (souvent) mis sur le tapis ?

La politisation de la sphère privée

Remontons d’abord dans le temps et tentons de comprendre non pas ce qu’est la famille... mais ce qu’elle n’est plus. Dans l’Antiquité, la sphère privée désignait le foyer, la cellule familiale, protégée des affres et des soubresauts de la politique. Dans *Condition de l’homme moderne* (1958), **Hannah Arendt** l’explique en ces termes.

“Dans la pensée antique, tout tenait dans le caractère privatif du privé, comme l’indique le mot lui-même ; cela signifiait que l’on était littéralement privé de quelque chose, à savoir des facultés les plus hautes et les plus humaines”

Hannah Arendt, *op. cit.*

Autrement dit, cette haute valeur humaine qu’est la politique n’avait pas lieu d’être en famille, qui était un endroit dévolu à la reproduction de l’espèce humaine, et donc au soin des enfants. La famille antique, décrit Arendt, était de surcroît « le siège de la plus rigoureuse inégalité ». « Le chef de famille, le maître », régnait sur le foyer. Dès lors, il n’y avait pas de place pour le débat ou le conflit ouvert au sein des familles, car une parole tutélaire, celle du *pater familias*, pouvait s’arroger le droit de remettre chacun à sa place.

Aujourd’hui, la famille est plus égalitaire. Les enfants, en grandissant, deviennent adultes et souhaitent exprimer leur avis. L’évolution de la société vers plus d’égalité entre les genres, donne aussi de plus en plus la parole aux femmes. Cette horizontalisation des rapports permet à chacun de faire porter sa voix, d’exprimer son avis... et donc son désaccord. Plus profondément, la famille a cessé d’être un lieu uniquement dédié au soin des enfants et à

l'entretien du foyer. La médiatisation de la politique, à la télévision d'abord puis désormais sur les réseaux, a fait pénétrer le monde politique au sein des maisons. Chacun est (sur)exposé, chez lui, à l'actualité politique nationale et internationale. Toutes les conditions sont ainsi réunies pour que le repas de famille puisse reproduire, à l'intérieur même du foyer, la forme d'une arène politique ou d'un hémicycle. Loin d'être un havre dépolitisé, la maison se mue en place publique. **La fête n'est plus une fête privée**, au sens antique du terme.

La puissance de l'individu

Il fut un temps où le foyer était dépolitisé, où les liens familiaux primaient sur tout. Avant d'être soi, on était le fils du cordonnier ou de la duchesse. On existait aux yeux des autres, en vertu de notre appartenance. On était, en quelque sorte, « fabriqué » par nos parents et nos ancêtres. Dans ce contexte, la rupture familiale, l'opposition avec les siens formait donc la pire chose qui pouvait arriver. S'opposer à sa famille, ce n'était pas « s'affirmer » ou s'imposer, c'était perdre une part de soi-même, amputer une dimension – la plus reconnue et la plus importante – de son identité sociale.

Les accrochages actuels lors des repas de famille témoignent d'un changement de paradigme. On ne cherche plus forcément (ni à n'importe quel prix) à être reconnu par les siens, à appartenir à un clan, mais au contraire à exister par soi-même. Tout se passe comme si chacun, à la faveur d'un repas de famille, expérimentait dès lors une sorte de crise d'adolescence. Maladroitement, et plus ou moins consciemment, on cherche à se poser en tant qu'individu, à affirmer son originalité, à montrer que l'on s'émancipe de la tutelle écrasante de ce que l'on estime être « l'avis de la famille ». Dans *La Société des individus* (1987), le sociologue **Norbert Elias** explique qu'il s'agit de faire primer non plus ses points communs avec les autres, mais sa différence profonde.

“La structure des sociétés évoluées de notre temps a pour trait caractéristique d'accorder une plus grande valeur à ce par quoi les hommes se différencient les uns des autres, à leur ‘identité du je’, qu'à ce qu'ils ont en commun, leur ‘identité du nous’. La première, l'‘identité du je’, prime sur l'‘identité du nous’”

Norbert Elias, *op. cit.*

Dès lors, l'enjeu d'un repas de famille n'est pas de s'associer mais au contraire de se distinguer. Chacun, désirant sortir du lot, prend dès lors le risque de se retrouver en concurrence et en désaccord avec les autres. Le repas de famille peut ainsi devenir le lieu où tout le monde se sent, à un moment donné et d'une manière ou d'une autre, l'incompris, le vilain petit canard ou, pour le formuler de manière plus positive et rebelle, l'*outsider* – celui qui a réussi à sortir du rang.

Quelques conseils pour s'apaiser

Des différences sociologiques et politiques indépasseables, une tendance à l'individualisme... L'avenir du pourtant tant attendu repas de Noël semble un peu obscur. Si vous appréhendez le réveillon, voici pourtant quelques conseils qui pourront éventuellement être utiles !

- **Faire confiance au pouvoir relaxant des « coulisses ».** On l'aura compris grâce à Goffman, dans un repas de famille, il y a l'avant-scène, le lieu de la représentation d'un côté, et les coulisses de l'autre. Si elles sont le plus souvent localisées dans la cuisine, elles peuvent se créer de manière virtuelle, en faisant des apartés avec les personnes que l'on apprécie et qui pourront constituer autant de soupapes de décompression. Les coulisses permettent de se comporter « *de manière relativement informelle, familière et détendue* » ; elles sont un moment agréable, dans lequel on n'a pas à être « *sur nos gardes* », explique Goffman.
- **Profiter du spectacle.** Certes, il peut y avoir de l'hypocrisie et des faux-semblants dans les repas de Noël, surtout pour les familles très élargies qui ne se voient qu'une fois par an. Mais au lieu de regretter cette dimension, on peut, explique Goffman, « *tirer plaisir de la mascarade* », en faire un jeu, s'en amuser, rendre tout cela ludique et plaisant. On évite ainsi – tant que faire se peut – de prendre tout cela au sérieux et de s'affliger du jugement des uns et des autres. Après tout, cela ne dure qu'une soirée.
- **Ne pas chercher à tout prix à « convertir » les autres à ses opinions.** Si la famille peut être le lieu de l'affirmation de soi et de son individualité, le temps du repas de Noël n'est peut-être pas le moment le plus adéquat pour convertir les autres à « sa cause ». Il ne s'agit pas de se renier, ni de jouer un rôle dans lequel on ne se reconnaît pas, mais plutôt d'apprivoiser l'instant tel qu'il est : une réunion annuelle, chargée d'attentes contradictoires, de caractères parfois incompatibles, d'opinions divergentes et parfois inconciliables. Une soirée, c'est sans doute un peu court pour transformer les valeurs morales profondes d'un individu, lesquelles sont dépendantes de son quotidien, de son lieu de vie et de sa sociabilité.
- **Se dire qu'un repas de Noël n'est pas un « tout » monolithique.** Comme tout rituel humain, il est plein de nuances et de rebondissements. À l'occasion d'un même repas, voire d'une même discussion avec un interlocuteur, vous pouvez changer plusieurs fois d'humeur. Si la famille est malheureusement pour certains un lieu de violence qu'il faut fuir à tout prix (si c'est le cas, on peut tout à fait choisir « sa famille » de Noël parmi ses amis), elle reste pour beaucoup un espace complexe et surprenant, plein de paradoxes et de (bonnes) surprises. Tantôt place publique et lieu du débat, elle peut redevenir, quelques instants après, un cocon confortable et plein de chaleur humaine. Le repas de famille a beau être parfois une pièce de théâtre un peu guindée, huilée des jours à l'avance, il peut devenir, le jour J, un espace drôle et surprenant, plein de maladresse et de tendresse. On peut enfin le voir comme une occasion de se distinguer des nôtres, de souligner notre différence profonde et notre individualité, et, à la faveur d'un petit coup dans le nez... se

rendre compte que l'on est intimement reliés à eux par un ensemble de souvenirs en commun et d'aventures partagées.