



SKYPE? KÉZAKO?

Ce logiciel informatique gratuit, ultrafacile d'utilisation, vous permet de passer des appels téléphoniques gratuits via le Net. Pour l'utiliser, rien de plus simple: rendez-vous sur www.skype.com et cliquez sur «Télécharger Skype». Ensuite, il ne reste plus qu'à vous créer un compte et appeler vos amis, enfants, collègues, amoureux... À l'infini!



- Sur quoi tu bosses?
Pour rester en contact, ils 'skypent' tous les jours. Des conversations banales... Mais ce qui compte, c'est de se voir, même à travers un écran. «Skype, c'est temporaire pour moi, c'est une façon de patienter en attendant de se voir 'vraiment'. Pour nous, c'est ce qui compte le plus», affirme Hélène, le sourire triste, mais le regard déterminé. Bientôt, Clément viendra en Belgique et ils se verront tous les jours, enfin.

Et si Skype n'existait pas?

«Ça n'aurait rien changé!», la réponse de Thom fuse. «Quand Lisa est venue me voir, ici, à Kingston (Canada), on a retrouvé notre complicité en... une seconde! Avec ou sans Skype, notre relation reste la même.» Même son de cloche chez Hélène: «On ne perd jamais notre complicité. Dès qu'on se revoit, elle revient, tout naturellement». Pour la psychologue, «la complicité et la façon dont est vécue la séparation dépendent des bases du couple avant la distance. Si elles sont solides, il a beaucoup plus de chances de tenir.»

une minute, j'appelle Lisa. Au début de l'Erasmus, je m'amusais comme un fou, je ressentais moins le manque. Aujourd'hui, j'ai beaucoup plus souvent envie de l'entendre, de lui parler.» Lui parler, Lisa adore! Surtout quand elle a un petit coup de blues. Un 'Skype' et hop! le moral revient au beau fixe. La plupart du temps. «Quand ça ne va pas du tout, le fait de le voir me frustre énormément. Je me rends compte que Skype ne le remplace pas. Il n'est pas là et ça me démoralise encore plus.»

La réconciliation virtuelle

Parfois, ils râlent aussi, se plaignent, se disputent. «On s'énerve quand un de nous deux ne se sent pas écouté. Parfois, il y en a un qui parle trop. Du coup, il ne reste plus de temps pour l'autre. C'est assez frustrant», sourit Thom derrière son écran. «Les disputes sont saines pour le couple, qu'il soit 'longue distance' ou pas, confirme Audrey van Erck. Mais le manque de communication est un problème récurrent dans ce type de relation. La distance peut laisser place à beaucoup d'interprétations. Il faut mettre des mots sur ce qu'on ressent.» Pour Lisa, le problème, c'est plutôt la réconciliation virtuelle: «On ne peut pas se réconcilier aussi bien que dans la réalité. La dispute passe, on n'en parle plus. Mais en Belgique, il y aurait eu un petit bisou, ma main dans la sienne... Avec Skype, la dispute n'est jamais tout à fait close.» Thom n'a pas le même ressenti: «C'est un problème de filles. En étant rationnel, il y a toujours moyen de faire la paix.»

Du virtuel au réel

Depuis huit mois, Hélène est amoureuse de Clément. Le problème? Il habite à Grenoble, en France.
- Comment s'est passée ta journée?

L'AMOUR LONGUE DISTANCE avec Skype

VOTRE AMOUREUX VIT À L'AUTRE BOUT DU MONDE? CE N'EST PAS UNE RAISON DE COUPER LE CONTACT. GRÂCE À SKYPE, VOUS POURREZ CONTINUER À VOUS PARLER, FACE À FACE... GRATUITEMENT! UNE FAÇON DE MIEUX GÉRER LA SÉPARATION.

Texte Florence Cooreman (stg.) /
Coordination Yannic Duchesne /
Photos Corbis

- Allô?
- Coucou Lisa! Ça va?
- Coucou Thom!
Une conversation comme les autres. Ou presque. Thom et Lisa, ensemble depuis cinq ans, sont chacun derrière leur écran. Skype est devenu leur meilleur allié. Grâce à ce logiciel, ils se parlent – et se voient – via leurs ordinateurs, alors qu'ils sont séparés par plus de 7 000 kilomètres. Thom est au Canada. Étudiant à Louvain-la-Neuve, il est en Erasmus. Et le Canada, c'est loin, très loin. «En temps normal, on se voit tous les deux jours. Comme nous sommes très occupés, on se voit surtout pendant les repas, puisqu'on a la chance d'être dans la même université. Depuis que Thom est en Erasmus, on 'skype' cinq fois par semaine, pendant une trentaine de minutes. On discute de tout et de rien, ou on se raconte notre journée. Parfois, on

se lance dans des débats, on compare nos derniers travaux, on commente la dernière vidéo qui buzze sur le Net. Comme un vrai couple...», sourit Lisa.
Pour Audrey van Erck psychologue, spécialisée dans le couple, «Thom et Lisa sont un couple assez fusionnel. Ce type de relation ne change pas avec la distance, il s'adapte aux moyens du bord. Dans ce cas-ci ce sont les médias, surtout Skype.»

Communiquer... autrement

«Je crois que la séparation est plus difficile pour moi que pour lui, remarque Lisa. Je suis toujours dans ma routine quotidienne alors que Thom découvre un nouveau pays...» Aujourd'hui, Thom découvre surtout les syllabi et les bibliothèques canadiennes... «J'ai énormément de travail. Dès que j'ai

Pas que pour les amoureux!

Skype n'est pas seulement un bon plan pour communiquer en amoureux. Il y a deux ans, la fille de Renée, Aurore, partait faire une deuxième rhéto, aux États-Unis. Quelle angoisse pour les parents! Renée avait entendu parler de Skype durant les réunions de préparation, mais ne l'avait jamais utilisé. Aujourd'hui, elle raconte: «Grâce à Skype, on voyait Aurore trois ou quatre fois par semaine. Évidemment, il y avait la séparation physique, mais, à part ça, c'est comme si elle n'était pas partie! Avec la webcam, elle nous a présenté sa famille d'accueil, faisait visiter la maison, défilait en tenue de pom-pom girl... Elle a même assisté aux fêtes de famille, en Belgique! Je savais que les fêtes de fin d'année allaient être une période difficile pour elle. Alors, le soir de Noël, on a pris un ordinateur portable et on a installé Aurore à table. Elle pouvait prendre la parole, discuter avec sa grand-mère. Elle était au réveillon avec nous!» L'angoisse de la séparation s'est finalement transformée en une aventure enrichissante. Aussi bien pour les parents que pour Aurore, qui a bien profité de son expérience. «Elle vivait à fond, faisait toutes sortes d'activités. Ça nous rassurait de la voir évoluer dans son environnement...»

LES CONSEILS DU PSY

Les conseils d'Audrey van Erck, pour mettre toutes les chances de son côté lorsqu'on vit une relation longue distance.

POUR LES COUPLES

➤ Aménagez-vous des moments pour vous voir «en vrai». Un écran ne peut combler le manque de tendresse et d'affection, indispensables dans le couple.

➤ Il n'y a pas que Skype. Mettez aussi l'accent sur les liens «physiques», comme une lettre ou un cadeau envoyé par la poste. Ces petites attentions permettent aussi d'entretenir la flamme.

➤ Communiquez! Sur ce qui va, bien sûr, mais autorisez-vous aussi à communiquer sur ce qui ne va pas.

POUR LES PARENTS

➤ Essayez de lâcher prise. C'est le moment où jamais de tester votre capacité à laisser la prune de vos yeux prendre ses distances.

➤ Le syndrome du nid vide est difficile à gérer? Skype est un bon outil pour entretenir la relation durant la séparation. Mais limitez-vous à la simple curiosité («Qu'est ce que tu as fait aujourd'hui?» «À l'école, ça va?»), et évitez de lui transmettre votre anxiété. Votre enfant appréciera.