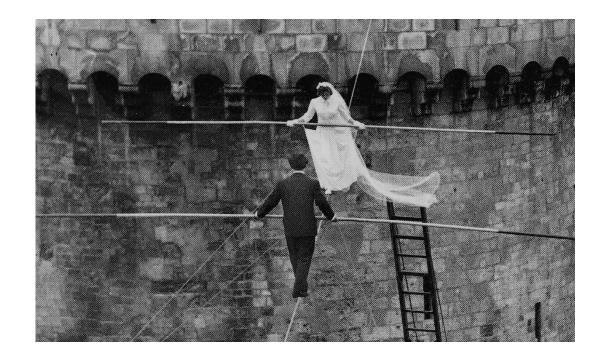
Le couple une solution et un problème !

 \sim

François MOUTARDE



Sommaire

- 1- Le couple, une solution et un problème!
 - I. La formation du couple
 - II. Le couple vit dans un équilibre dynamique entre ces deux polarités.
- 2- Le couple, une solution et un problème ! Une Solution
 - I. Reprenons mon équation « 1+1=3 »
 - II. La Conversation Thérapeutique dans le couple.
 - III. Le couple thérapeute de l'individu
 - IV. Les lunettes binoculaires systémiques :
 - V. Le processus de construction de culture du couple chez Anaïs et Paul :
- 3- Le couple, une solution et un problème ! Un problème
 - I. Les déséquilibres dans l'engagement de chacun dans le couple
 - II. Stabilité du couple et cycles de vie
 - III. Couple et familles d'origines
 - IV. Couple et recomposition familiale :
- 4- Le couple, une solution et un problème ! l'intervention d'un espace tiers
 - I. Le but d'une thérapie de couple
 - II. Les moyens de la thérapie de couple

1- Le couple, une solution et un problème!

Chaque humain petit ou grand a besoin de vivre avec des compagnons relationnels qui comptent, des « autrui significatif » comme disent les sociologues (1). Les expériences menées de privation de relations donnent toutes des résultats catastrophiques, que ce soit les pathologies de l'attachement chez le nourrisson, la solitude morale de certains enfants et adolescents dans des milieux peu affectifs, l'isolement des adultes.

La personnalité, l'identité, le sentiment du Soi se construisent dans un rapport complexe à l'autre, dans une relation qui est faite de réponses « Oui », de réponses « Non » et de confrontations négociations avec les attentes et les besoins de l'autre. Cela est vrai dans la relation parent-enfant ou dans la relation de couple.

En somme la relation est indispensable pour que la personne se construise, et l'absence de relation est mortifère.

Mais « trop de relation » est également mortel :

- La maman ou le papa qui fait à la place de son enfant, qui a une relation trop fusionnelle avec lui.
- Le couple au sein duquel chacun renonce à son identité au profit de son appartenance au groupe
- ou bien lorsque l'un abandonne sa parole, sa pensée à l'autre et laisse l'autre diriger et conduire le couple ou le groupe familial.

L'identité de l'individu se dissout alors.

I. La formation du couple

Chaque homme et chaque femme vit ses relations dans le cadre de cercles concentriques composés de proches et d'intimes (amours, conjoint, enfants, parents, amis) qui lui permettent de maintenir très fort son sentiment d'être connu, reconnu, aimé, estimé, soutenu. Cela conforte son estime de soi, son sentiment d'être une personne, son sentiment d'être.

Dans le premier cercle se situent les « autrui significatif » et principalement le conjoint, les enfants et les parents.

Le couple occupe une place toute particulière dans la mesure où chacun est pour l'autre cet « autrui significatif » avec lequel il va fonder une nouvelle entité, distincte des familles d'origines.

C'est dans cette conversation prolongée (2), intime, émotionnellement chargée, faite de partage, de complémentarité, de confrontations plus ou moins tendres que va se constituer l'esprit du couple, sa philosophie d'abord puis celle de la famille crée ensuite.

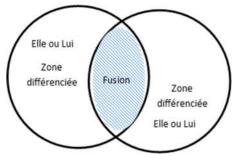
C'est ainsi que l'équation du couple va pouvoir s'écrire : 1 + 1 = 3

De cette conversation qui s'inscrit dans le temps, entre deux individus distincts, va naître une entité nouvelle d'une autre nature, le couple puis la famille.

Au départ chacun est une personne distincte de l'autre, en interaction avec lui. Le couple n'est alors qu'une virtualité embryonnaire qui n'a pas encore acquis une consistance suffisante pour que l'on puisse parler de "couple". Chacun le sent bien faisant souvent un pas en avant puis un pas en arrière, se protégeant d'un engagement risqué. Une période où chacun s'approche et observe.

Progressivement se crée un espace relationnel où, dans les interactions, on ne sait plus qui commence et qui finit, qui a l'initiative et qui suit, qui est la cause et qui est l'effet. Apparait alors l'intimité, la fusion.

De cette fusion va naitre la troisième personne, le couple. On a l'habitude de le représenter ainsi:



Si l'on représente chaque personne du couple par un cercle on peut dire que dans un premier temps les deux cercles se côtoient sans aller jusqu'à s'imbriquer suffisamment pour créer une partie fusionnée.

Un peu comme cela:



Le couple suppose donc un certain équilibre fusion/différenciation, chacun pouvant dire *Je*, c'est la zone différenciée où la personne parle et vit en son nom propre, mais aussi *Nous*, voire *On*.

Le couple est fait de ce dialogue conversationnel entre une part de fusion et une part de différenciation, permettant ainsi à un Nous d'exister et à chaque individualité de se construire, se nourrir, se ressourcer et se sécuriser dans le couple.

II. Le couple vit dans un équilibre dynamique entre ces deux polarités. L'équilibre du couple repose donc sur la capacité de chacun à fusionner au sein d'un « Nous » qui est l'âme du couple et par ailleurs à respecter l'autre membre du couple en tant

qu'autre, dans son altérité, sa différence.

Les pathologies du couple viennent très souvent de cette difficulté à trouver ce bon équilibre.

En ce sens on peut dire que le couple constitue *une solution* au sens où il permet à chacun de grandir, et *un problème* dans la mesure où il peut devenir une prison où chacun se sent enfermé dépossédé de son droit à l'identité.

Solution il permet à chacun d'enrichir sa construction personnelle.

Problème il bloque cette construction générant alors des pathologies somatiques, psychosomatiques, psychologiques.

- Dans un prochain post je développerai l'aspect solution du couple
- Puis dans le post suivant j'aborderai l'aspect problème du couple.

(1) BERGER, P.; KELLNER, H. 1988. « Le mariage et la construction de la réalité », Dialogue n° 102, Paris, p. 6-23 [1964].

(2) Par conversation je n'entends pas seulement un échange verbal entre deux ou plusieurs personnes. Il s'agit plutôt d'un échange interactif qui se joue sur plusieurs terrains tels que la rencontre des modèles relationnels, culturels, émotionnels, sentimentaux issus de l'histoire familiale et personnelle de chaque membre du couple.

Merci de votre lecture



Le document complet est en cours de relecture et d'édition.

Si vous souhaitez consulter le document complet, n'hésitez pas à m'envoyer un courrier à ..

François MOUTARDE (françois MOUTARDE (françois MOUTARDE (françois-moutarde@hotmail.fr)