

Thérapie du couple

Dans notre société contemporaine beaucoup de couple sont en faillite et un grand nombre d'entre eux éclatent. Cet éclatement trouve origine dans le désir personnel de rechercher un amour unique et le désir de continuer à avoir des relations intimes plurielles. De la même façon, on peut se trouver tirailler le besoin de maintenir sa liberté individuelle et le désir de s'attacher à une relation stable et durable.

Le couple n'est pas seulement l'addition des deux univers, il est lui-même une entité spécifique, complexe qui a ses propres propriétés. Actuellement, on assiste à une transformation du projet matrimonial, en effet, les finalités économiques les ont élevées au niveau des finalités affectives. Les nouveaux objectifs de la vie commune se basent plus sur l'exigence de complicité et de partage que sur les besoins de dialogue et de négociation.

Sur le plans sexuel : ce n'est plus un désir au sens ancien, à savoir d'obligation d'avoir plus de rapports sexuels, quelque soit la qualité de ceux-ci, mais plutôt un droit de jouissance. Chacun doit pouvoir satisfaire l'autre. L'accroissement considérable de divorces est dû en partie à cette surcharge d'exigences.

Sur le plan matériel : la question d'autorité, de chef, se trouve ébranlée, chacun apporte de la contribution pour bâtir le foyer, de même il y a souvent l'exigence d'apporter sa part.

La clinique du couple montre une organisation systémique où les deux partenaires s'organisent pour partager les rôles. Ils ont tous les deux la même disposition latente, le même problème sauf que l'un parvient à se contrôler alors que l'autre passe à l'acte. Bref, il met en pratique ce que l'autre combat aussi en lui. L'entourage et la famille accentuent le problème en considérant que l'une représente une charge pour l'autre.

On peut être rassuré si on rencontre quelqu'un qui est la caricature de nous-mêmes sur tel ou tel point (passivité, timidité...). Cette sécurité, assurance, peut paraître grâce à un partenaire plus défaillant. Ce lui-ci quant à lui trouve dans le 1^{er} une représentation de son idéal qui lui apporte satisfaction et gratification narcissiques.

C'est le cas notamment de ces couples constamment conflictuels mais inséparables. Chacun se voit le contraire de l'autre mais ces contraires s'assemblent pour former un tout. Cette union par un conflit profond de même

nature joue un rôle d'attirance et d'accrochage dyadique entre partenaires. On arrive à une situation inextricable et rituelle « je suis comme ci parce que tu es comme ça... ». Latitudo de l'un sert d'alibi à celle de l'autre, ce qui est étonnant c'est que ni l'un ni l'autre ne se rend compte de l'inutilité du procédé.

Quand on propose à ce genre de couple de choisir entre continuer de vivre cette problématique ou d'essayer d'en sortir, on voit surgir la cause : Le problème qui apparaît à ce moment là est la difficulté de s'imaginer vivre autrement ensemble.

Le système conjugal est un système complexe. On peut identifier trois principes essentiels de fonctionnement d'après l'étude de Furg Willy 1982

1. **La délimitation :**

consiste à apporter des réponses à deux types de questions : jusqu'à quel point peut-on être près de l'autre sans renoncer à soi-même ? jusqu'à quel point un couple peut se délimiter vis-à-vis de l'extérieur

Selon F. Willy « tout couple aura à chercher sa position sur la ligne continue allant de la fusion à la de l'unification rigide »

1.1. **La fusion** : le couple forme une unité symbiotique. Un moi commun.

Les partenaires aspirent à l'idéal romantique « l'amour c'est nous tout seuls ». Le couple est fermé sur lui-même dans une « super-intimité », chaque partenaire perd son soi propre pour un soi commun.

1.2. **La délimitation rigide** : chaque partenaire met une distance avec l'autre partenaire de peur de perdre sa liberté d'agir. Les enfants et l'extérieur forment un rempart protecteur contre une trop grande intimité infra-dyadique.

1.3. **Délimitation perméable** : les partenaires partagent une vie commune, forment un couple. Mais ils ne renoncent pas à être différents et dressent entre eux des frontières nettes. Aucun des deux ne renonce à soi-même pour l'autre.

En thérapie familiale un des symptômes visibles d'un couple conflictuel est l'imprécision des frontières entre les époux.

2. Principe de complémentarité :

La relation conjugale exige des qualités de stabilité, d'autonomie et de maturité.

La vie conjugal est un balancier entre la soumission et la dominance, entre la régression et la maturité. Par exemple quand l'un est triste et pleure l'autre le console et le rassure et réciproquement. Accepter sa propre régression devant l'autre et celle de l'autre est une condition pour arriver à mûrir individuellement et ensemble. Certes tout le monde ne s'inscrit pas dans ce processus. Certains apprécient le mode infantile et refusent la position d'adulte, d'autres se forcent à ce donner une attitude de force, d'autorité de maîtrise émotionnelle de tant que cette position généralement valorisée socialement c'est une manière de camoufler sa fragilité derrière une façade d'adulte.

3. Principe d'égalité de valeur des partenaires :

Cette égalité existe même si toutes les apparences montrent le contraire. Un partenaire qui a un statut professionnel plus élevé demeure tributaire du partenaire plus effacé. C'est lui qui participe souvent à l'arrière, aux activités de l'autre, d'où l'adage bien connu qui fait du mari le ministre des affaires étrangères et de la femme le ministre de l'intérieur. Une observation plus fine montre que, généralement, on ne peut savoir qui domine qui de tant plus qu'une victoire apparente peut entraîner des représailles.

Les couples en désarroi et thérapie :

Les couples consultent essentiellement pour des souffrances liées à manque d'amour sous-entendu par les frustrations, les errements, les ratés, les malentendus, l'ennui et tout le cortège des plaintes, des reproches et des difficultés relationnelles. Faire la part des choses relève souvent de l'exploit. Avec les couples en conflit permanent, ayant perdu le sens de la mesure, la moindre étincelle peut engendrer un drame. Le manque de lucidité et de retenue nécessite souvent des heures de travail avant que la situation ne se dissipe (et devient compréhensible). Il est remarquable que ces couples, même dans une souffrance, restent attachés ensemble à leurs habitudes.

En thérapie, on se focalise essentiellement sur les facteurs communs aux deux partenaires et la dynamique conjugale en négligeant les autres facteurs exogènes.

Il y a conflit quand une partie cesse de confirmer la qualité de l'autre.

Il y a rupture quand la dysconfirmation est mutuelle, chaque partenaire n'étant pas heureux, n'est plus capable de confirmer l'autre dans sa capacité à rendre heureux.