

L'infidélité

Est-ce la fin de la relation ?



Vécue le plus souvent comme un tsunami, l'infidélité bouleverse la relation de couple, entraînant une perte de repères, de confiance, engendrant peur, tristesse, colère et doutes pour chacun des partenaires. Quels enjeux se cachent derrière cette prise de risque ?



QUE CONSIDÉRER COMME DE L'INFIDÉLITÉ ?

Chacun peut y aller de son interprétation, en fonction de son histoire personnelle : « Un baiser, c'est déjà une infidélité » ou au contraire : « Tant que ce n'est pas du sexe, ce n'est pas de l'infidélité ».

La psychologue américaine Shirley Glass a défini l'infidélité de façon claire et univoque : combinaison, en proportion variable, de trois paramètres. Il existe un secret autour de cette relation ; une implication émotionnelle de la part de la personne infidèle ; une alchimie sexuelle entre les deux personnes (sans qu'il y ait nécessairement de rapports sexuels, ce qui inclut les relations virtuelles via internet).

“ Nous chercherions inconsciemment dans la relation de couple, la fusion à la Mère ”

POURQUOI CE PASSAGE À L'ACTE ?

Entre les tâches ménagères répétitives, les contraintes professionnelles et le temps consacré à l'éducation des enfants, difficile de contourner la routine quotidienne. Lorsque les moments privilégiés à deux se font rares, certaines frustrations peuvent apparaître et avec elles, le désir d'évasion. Les causes d'infidélité sont multiples, on peut, entre autres, évoquer le manque d'épanouissement sexuel, l'ennui, un sentiment de solitude ou un besoin d'être rassuré. Les personnes infidèles invoquent le plus souvent un « manque d'amour ».

Si la communication est en mode « reproches », inefficace, voire destructrice ou que le dialogue est rompu, c'est la porte ouverte au passage à l'acte.

Selon une lecture psychanalytique, homme ou femme, nous chercherions inconsciemment dans la relation de couple, la « fusion à la Mère ». Cette plénitude vécue in utero, All Inclusive, où l'on est l'objet d'un amour inconditionnel. Bien sûr, au stade du miroir, l'enfant s'aperçoit que lui et sa mère sont deux êtres distincts et cette dernière ne peut ni le combler, ni lui épargner tous les maux. Il en est exactement de même dans la relation de couple. La frontière est ténue entre les attentes légitimes et celles qui revêtent un caractère idéaliste.

S'EN REMETTRE

Après les tourments liés à une infidélité, il est question de décision. Partir ? Rester ? S'il n'y a pas d'urgence, la pénibilité de la situation incite parfois à abdiquer. Certes, le temps de la reconstruction est long et jalonné de remises en question.

Donner du sens, reconstruire sur d'autres bases, jouer cartes sur table, jauger ses sentiments, prendre sa place... Parfois la rupture semble inévitable, chaque histoire est singulière. La relation de couple appelle à une constante vigilance car rien n'est jamais acquis.



Sylvie Hock

Conseillère conjugale et familiale
www.cerclodeparolecreative.com