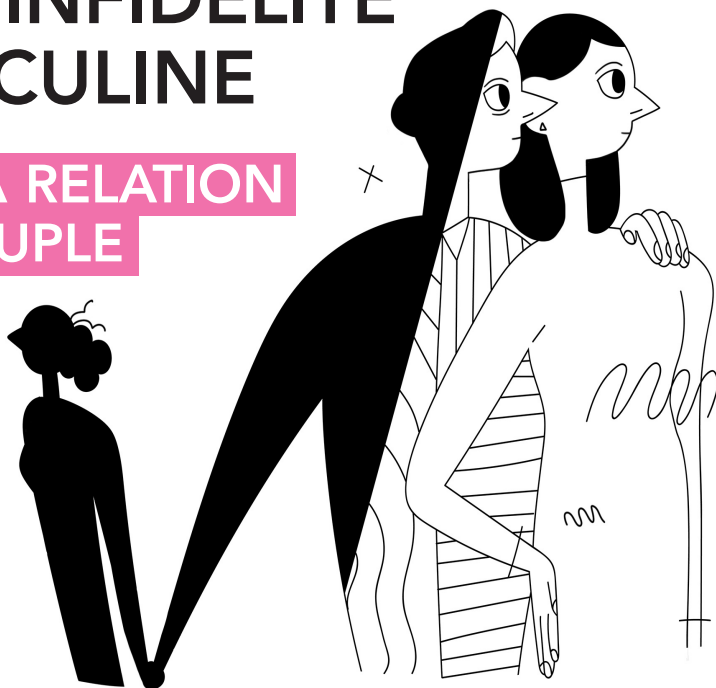


LES CONSÉQUENCES DE L'INFIDÉLITÉ MASCULINE

SUR LA RELATION DE COUPLE



Par Mara Bevilacqua

INTRODUCTION

Plusieurs études démontrent que la dynamique du couple est inévitablement altérée suite aux relations extra-conjugales expérimentées par un des deux partenaires. Une prise en charge du couple face à l'infidélité masculine peut s'avérer intéressante dans le cadre d'une consultation conjugale et sexologique. En effet, chacun des partenaires sera amené à y déposer son ressenti face à ce coup de canif donné dans le contrat tacite de la fidélité. Certes, cette démarche n'est pas aisée à effectuer lorsque le couple est touché par une crise conjugale générée par l'infidélité. S'engager dans une telle

démarche nécessite donc une certaine capacité à se remettre en question et à entrevoir le phénomène de l'infidélité comme une coresponsabilité des deux partenaires en posant un regard interactionnel sur les motivations ayant amené l'autre à découvrir du plaisir à l'extérieur de la sphère conjugale.

VERS UNE COMPRÉHENSION DE L'INFIDÉLITÉ AU MASCULIN...

L'infidélité n'est pas une question d'identité de genre même si chaque mode de réactions est spécifique que l'on soit un homme ou une femme. Le point de vue de l'infidèle dans son versant masculin est à concevoir dans une approche holistique

incluant les différentes sphères relationnelles dans lesquelles il évolue : familiale, sociale et professionnelle.

L'attrait pour les relations extraconjugales semble être nourri par l'excitation de la nouveauté, des effets énergisants de la passion sexuelle et de la valorisation que l'infidèle en retire. Simultanément, il ressent le poids de la culpabilité, notamment lorsqu'il n'a rien à reprocher à sa partenaire.

Les raisons invoquées par la plupart des hommes rencontrés en cabinet de consultation sont diverses et variées dont les plus saillantes sont : le manque d'intérêt sexuel de la partenaire, la parentalité primant sur la conjugalité, le besoin d'expérimenter d'autres sources de stimulations érotiques et un appétit sexuel débordant. En fonction du caractère soit éphémère, soit permanent de la relation extraconjugale, les conséquences sur la dynamique de couple seront différentes. En effet, ce type de relations semble être pour certains la voie royale pour sortir d'un couple insatisfaisant, et pour d'autres une prise de conscience d'un mal-être au sein du couple avec cette intention d'en prendre soin.

Sans basculer dans les clichés de l'homme volage, il semble judicieux de comprendre les origines liées à l'infidélité afin de guider au mieux le couple durant le processus de la prise en charge conjugale et sexologique.

APRÈS LE DÉVOILEMENT, QUE RESTE-T-IL DE L'ENTITÉ COUPLE ?

Le contexte du dévoilement a une incidence sur la manière d'intégrer l'infidélité

survenue dans le couple, à savoir le découvrir par soi-même, l'apprendre par le partenaire ou encore par un tiers.

La personne qui est trompée est amenée à s'interroger sur l'essence même de son couple, la confiance portée à l'autre et les émotions qui la traversent avec cette hantise que cela ne se reproduise. Malgré le fait que la confiance soit rompue, cela ne signifie pas pour autant que la relation de couple soit vouée à l'échec. Il s'en suit inéluctablement une remise en question de l'entité couple : certains n'y survivent pas avec ou sans thérapie conjugale, d'autres surmontent l'atteinte faite au couple en se reconstruisant à l'aide d'un travail thérapeutique.

D'un point de vue systémique, l'infidélité est perçue comme un symptôme de crise dans le couple. Il n'y a donc pas de coupable désigné selon cette lecture du phénomène de l'adultère. La responsabilité est donc partagée. Le contexte d'accusation peut alors se transformer en contexte de coopération dans le cadre de la prise en charge du système conjugal afin de retrouver une certaine homéostasie en régulant ce qui a amené le dysfonctionnement.

L'art de la consultation conjugale et sexologique réside dans le fait de permettre aux deux partenaires de comprendre les raisons qui ont poussé l'infidèle dans les bras d'une autre personne et tenter de ramener dans le couple ce que celui-ci a appris de lui-même.

Un des objectifs est de re-consolider le couple afin qu'il puisse à nouveau élaborer des projets communs. Pour tendre

vers cette dynamique conjugale, un cheminement individuel est à parcourir en osant emprunter des pistes sinueuses ouvrant la voie aux difficultés conjugales et en faire découler des ressources potentielles de changement. L'issue de la consultation conjugale est également tributaire de la capacité de chacun des partenaires à se reconstruire, dont un autre enjeu thérapeutique sera de panser la blessure narcissique engendrée par la trahison de l'autre.

Si nous nous référons à l'expérience clinique et à la pratique en sexologie, nous constatons que les conséquences les plus souvent évoquées par les personnes sont la perte de la confiance en l'autre, un sentiment de trahison par rapport à l'engagement initial du partenaire ; une prise de conscience d'un dysfonctionnement relationnel et contextuel ayant mené à l'infidélité ; une réactivation de certaines blessures narcissiques ; une exacerbation de l'angoisse d'abandon. Dans certains cas, l'infidélité peut être vécue comme un réel traumatisme affectant non seulement le couple mais aussi l'ensemble du système familial dont les enfants.

UN HOMME EMPORTÉ PAR LE TOURMENT DE L'INFIDÉLITÉ...

Le présent cas clinique, exposé ci-après, reflète l'évolution d'une prise en charge conjugale et sexologique étalée sur une année ayant mené le couple vers une reconstruction positive et un plein épanouissement tant individuel que relationnel. Chacun des partenaires s'est engagé dans le processus thérapeutique dont l'objectif commun était de recon-



struire le couple en posant un regard nouveau sur leurs perspectives d'évolution commune.

Histoire du couple et de la vie familiale

Il s'agit du couple formé par Jérôme (45 ans) et Marie (44 ans), ensemble depuis vingt ans. De cette union sont nés deux enfants, un garçon et une fille, âgés respectivement de 12 et 8 ans. Avant la naissance des enfants, le couple a pris le temps de savourer les petits bonheurs de la vie à deux en explorant chacune des facettes de l'autre. Leur vie sexuelle était épanouissante et tous deux aimaient procurer du plaisir à l'autre.

Ils ont voyagé, développé leur sphère sociale, réalisé leur projet d'habitation et évolué au niveau de leur carrière professionnelle respective. En effet, Jérôme s'est longtemps investi dans le domaine sportif avant de reprendre des études et d'occuper un poste de responsable d'équipe dans une institution publique. Suite à ce changement d'orientation professionnelle, il a adopté une attitude déférente au sein de la dynamique familiale, notamment en étant moins disponible pour ses enfants et davantage irritable envers Marie. Cette dernière ne reconnaissait plus l'homme qu'elle avait épousé et en était affectée.

Durant cette période, Marie a également rencontré des problèmes de santé qui l'ont affaiblie et Jérôme s'est chargé de la gestion de la vie familiale. L'intimité sexuelle du couple en a été altérée, ce qui n'a pas été facile à vivre pour Jérôme qui se décrit comme ayant un « bon appétit sexuel ».


 Cela est vécu comme une trahison de l'entité couple fondé sur les bases d'une confiance mutuelle.
 

De l'intimité conjugale à l'infidélité...

La sexualité du couple a évolué au fil du temps. Au début de leur relation, Jérôme et Marie avaient une intimité débordante et leurs fantaisies érotiques pimentaient leurs ébats sexuels. L'arrivée des enfants n'a pas réfréné leurs ardeurs sexuelles étant donné qu'ils continuaient à consacrer du temps au couple conjugal tout en assumant leurs responsabilités en tant que couple parental.

Il y a quelques années, l'état de santé de Marie s'est fragilisé et a engendré de la fatigue physique et psychologique. De ce fait, elle éprouvait moins de désir sexuel et la sexualité du couple en a pâti, au grand désespoir de Jérôme. Après de nombreuses recherches médicales, il s'est avéré qu'elle souffrait d'épilepsie.

Parallèlement à cette crise passagère du couple, Jérôme est sollicité par une jeune collègue qui lui fait des avances. Il succombe à la tentation et croque le fruit défendu. Ils entretiendront une relation extraconjugale de deux ans et leur sexualité sera essentiellement passionnelle. Cette jeune femme s'est éprise de lui et est devenue intrusive dans la vie de Jérôme. Ce dernier a donc décidé de mettre un terme à leur relation. La maîtresse a commencé à adopter des

comportements déplacés à l'égard de Jérôme, notamment sur leur lieu de travail engendrant des tensions relationnelles avec d'autres collègues. La situation s'est tempérée suite à la mutation de cette jeune femme dans une autre institution publique.

Quand l'infidélité se dévoile, tout s'envole...

Un jour, Marie reçoit un appel téléphonique du mari de la maîtresse de Jérôme lui révélant la relation extraconjugale entretenue par leurs conjoints respectifs. Le dévoilement de l'infidélité par un tiers a généré un effondrement émotionnel et une certaine incompréhension chez Marie d'autant plus que son époux est qualifié de jaloux à son égard, notamment lors de leurs activités sociales. Cela est vécu comme une trahison de l'entité couple fondé sur les bases d'une confiance mutuelle. Une blessure narcissique se réouvre chez Marie faisant à nouveau saigner la plaie de l'infidélité de son propre père envers sa mère qu'elle a vu souffrir.

Comme un vent de désarroi souffle sur le système familial et l'équilibre s'envole avec ce dévoilement. Les enfants seront les témoins de cet effondrement du couple conjugal au détriment du couple parental.

Que reste-t-il de notre amour ?

Les répercussions sur la dynamique de couple ont été nombreuses : bouleversement émotionnel chez Marie, perte des repères au niveau de la dynamique de couple, crainte mutuelle de perdre son/sa conjointe, déséquilibre du système familial. Les enfants seront également affectés et utiliseront différents modes réactionnels pour exprimer leur peine.

Suite à cette déferlante émotionnelle, Jérôme prend conscience de la souffrance causée à ses proches en raison de la relation extraconjugale entretenue avec sa collègue. Il est envahi d'un sentiment de culpabilité et s'aperçoit que son amour pour Marie est toujours aussi intense. Cet amour étant réciproque malgré les vicissitudes conjugales et familiales.

Cadre de la consultation conjugale et sexologique

La demande de consultation conjugale et sexologique émane de Jérôme qui souhaite réparer son couple car il se refuse à perdre sa femme ainsi que sa famille. Quant à Marie, elle est preneuse de ce suivi même si le dévoilement de l'infidélité est récent, à savoir un mois au moment du démarrage de la prise en charge.

L'intervalle entre chaque séance a d'abord été d'une fois tous les quinze jours, ensuite une fois par mois, et enfin une séance trois mois après l'observation d'une amélioration de la vie conjugale. L'obédience thérapeutique de la prise en charge se réfère à la thérapie conjugale brève selon le modèle de Palo Alto dont l'objectif est

d'amener les personnes vers un changement durable, notamment pour retrouver une certaine harmonie conjugale en surmontant les difficultés rencontrées à un moment donné du parcours de vie. Le thérapeute utilise des stratégies orientées vers les solutions pour sortir des obstacles de la vie de couple.

Lors de la première séance, le couple a été reçu ensemble afin de définir l'objet de la démarche thérapeutique selon la vision du monde des deux partenaires. D'emblée, nous observons que les deux partenaires sont en souffrance. Chacun a exposé sa position face à l'infidélité masculine et les répercussions de celle-ci tant sur le système conjugal que familial. Ensuite, chacun des partenaires a été reçu de manière individuelle afin de leur offrir un espace de parole personnel pour exprimer leur ressenti. Cela leur a également permis de décharger certaines tensions et d'en apaiser d'autres. La reprise des séances en couple a favorisé le processus de réparation conjugale en abordant les divers aspects conflictuels ayant amené un certain éloignement de part et d'autre.

De l'infidélité à la reconstruction du couple...

Un des leviers de changement a été la prise de conscience d'un dysfonctionnement relationnel et contextuel ayant mené à l'infidélité. Jérôme et Marie ont clairement exprimé leur désir et volonté de reconstruire leur vie conjugale. Le travail en profondeur sur les causes et les répercussions de l'infidélité a donné une autre dimension à leur entité couple. L'un comme l'autre, ils ont mieux saisi le mode de fonctionnement de leur couple et de

leur partenaire. Ils ont appris à communiquer en écoutant l'autre et en identifiant tant leurs besoins que leurs attentes individuelles et réciproques. Il s'en est suivi une réactivation de leur vie sexuelle qui s'est avérée être plus épanouissante. Le couple a également investi du temps pour tendre vers un meilleur équilibre du système familial dans lequel chacun des membres a repris sa juste place.

Jérôme et Marie sont parvenus à surmonter l'infidélité en investissant le cadre thérapeutique et en respectant le cheminant individuel de l'autre. En effet, Marie a eu besoin de retrouver confiance en son mari en sachant que la maîtresse de celui-ci était présente sur le lieu de travail, elle était envahie par la crainte que la relation extraconjugale ne reprenne entre eux. Cela l'insécurisait au point qu'elle se montrait agressive envers Jérôme. Nous avons travaillé cet aspect-là en séance afin que Jérôme ne soit pas dans une réassurance excessive envers Marie. Bien que cette dernière ait progressivement retrouvé cette confiance en son époux, la mutation de la maîtresse a contribué au renforcement des acquis thérapeutiques.

La continuité du travail réalisé en séance s'est poursuivie dans le contexte de la vie quotidienne en mettant en place d'autres modes de communication et d'entrer en relation, notamment pour récupérer la confiance en l'autre.

D'AUTRES SITUATIONS D'AMOURS INFIDÈLES PASSÉES PAR LA CONSULTATION...

Ces situations issues de la pratique clinique renvoient également à l'analyse du

phénomène des relations extraconjugales et de ses implications dans la consultation conjugale et sexologique.

Cas de Benjamin, 32 ans

Suite au dévoilement de son infidélité à son épouse, il décide de se rendre à une consultation en sexologie sur les conseils de sa thérapeute. Lors de la sexo-anamnèse, nous apprenons que sa femme a été sa première partenaire sexuelle à l'âge de 20 ans. Quant à elle, elle a eu des relations sexuelles avec d'autres partenaires avant de rencontrer son époux. Celui-ci se décrit comme étant introverti et peu confiant en lui. Il présente son épouse comme n'étant pas très portée sur le sexe et peu friande à explorer des fantaisies érotiques pour pimenter leur intimité sexuelle. Cette monotonie au sein du couple et le fait de ne pas se sentir suffisamment désiré par son épouse ont conduit Benjamin à s'offrir les services d'une prostituée. Malgré le sentiment de culpabilité engendré par cette infidélité, il a fait l'expérience d'une autre forme de sexualité qui l'a renforcé dans sa masculinité et virilité.

L'épouse a également été invitée à la consultation conjugale et sexologique. A l'issue de celle-ci, le couple a conçu un enfant et l'accès à la parentalité a eu des répercussions sur la sphère sexuelle, notamment la fatigue ressentie et la réorganisation de leur mode de vie. Actuellement, la fréquence des rapports sexuels est sporadique, ce qui amène Benjamin à consulter des sites à caractère pornographique pour assouvir ses pulsions sexuelles en se masturbant.

Cas de Christian, 50 ans

Christian se présente à la consultation en se définissant comme étant malade suite à son infidélité chronique. Il évoque un besoin insatiable de satisfaire son appétit sexuel en gérant plusieurs relations extra-conjugales simultanément. Pour la énième fois, son épouse a découvert via la messagerie électronique qu'il entretenait une relation avec une autre femme, rencontrée dans la sphère professionnelle dans laquelle il évolue.

Le travail a été entrepris seul dont l'objectif était de comprendre les motivations de cette pulsion d'aller constamment vers d'autres femmes pour combler un désir sexuel. Il s'est avéré que dans l'analyse de son parcours sentimental, il avait rencontré une femme plus âgée à la fois manipulatrice et castratrice tant au niveau de sa sexualité que dans la confiance en soi. Il semblerait que ce soit un des éléments d'explication de sa tendance à l'infidélité. Après analyse de son mode de fonctionnement, il ne présentait pas le tableau clinique de l'addiction sexuelle, ce qui lui a permis de porter un autre regard sur les relations extraconjugales entretenues. Dès lors, Christian s'est recentré sur sa vie conjugale et familiale en prenant conscience que le sexe dans sa démesure n'est pas uniquement le carburant de sa vie. Son épouse lui a pardonné son écart de conduite puisque l'essentiel pour cette femme était de préserver leur noyau familial. Ils ont reconstruit une autre forme de conjugnalité conciliant du temps pour le couple conjugal et parental.

Cas de Gilbert, 48 ans

L'infidélité a été découverte par la fille aînée de Gilbert lors de l'utilisation de son téléphone portable. Il s'est expliqué à ce sujet avec son épouse, ce qui a généré des tensions conjugales et familiales. Le motif de la consultation conjugale était d'aider le couple à faire face aux répercussions de la relation extraconjugale entretenue par Gilbert et une de ses collègues vivant à l'étranger. Dans cette situation, Gilbert nous a fait part que l'attitude sexuelle envers cette autre femme était davantage orienté vers ses capacités intellectuelles ainsi que la valorisation de ses compétences professionnelles. Lui-même étant d'origine étrangère, il a dû s'adapter à un autre mode de vie et y a également emmené sa famille. Son épouse, étant sous le coup de la colère suite à l'infidélité subie, n'a pas su s'engager dans le travail thérapeutique. Gilbert a donc poursuivi seul les séances, ce qui a impliqué la mise en place de stratégies différentes pour aborder la dimension du couple en l'absence de Madame. Après plusieurs mois, le couple a dépassé la crise conjugale sans pour autant se reconstruire sur des bases plus solides et est resté fragilisé. En effet, Madame ne cesse de lui reprocher son infidélité dès que le couple rencontre des tensions qu'elles soient conjugales ou familiales.

POUR TENTER DE CONCLURE...

Au travers de ces différentes situations cliniques, nous constatons que les conséquences de l'infidélité mas-

culine sont vécues comme une fracture relationnelle et affective face à l'engagement de fidélité envers l'autre. Certains couples l'affrontent en tentant d'y trouver du sens par l'intermédiaire d'une prise en charge conjugale et sexologique qui s'avère être une voie à emprunter afin de les guider au mieux vers le chemin de la réparation et de la reconstruction. D'autres couples n'y parviennent pas, notamment lorsque la blessure narcissique causée par l'infidélité est profonde et que la plaie émotionnelle met du temps à cicatriser.

Tant l'homme que la femme, ils disposent de ressources intérieures qui leur permettent d'accéder à une autre forme de conjugalité suite à la relation extraconjugale vécue par un des partenaires. Pour ce faire, il est nécessaire de les accompagner en respectant leur individualité, leur histoire personnelle et familiale. Le contexte de survenue de l'infidélité est également à prendre en considération pour les amener à une compréhension de celle-ci dans une vision interactionnelle de coresponsabilité partagée.

L'ouverture du couple au travail thérapeutique requiert de trouver la clé qui débloquera les cadenas affectifs pour accéder à l'épanouissement conjugal.

>> RÉSUMÉ

Les conséquences de l'infidélité masculine sur la relation de couple seront exposées en faisant référence à divers cas cliniques rencontrés dans le cadre de la consultation conjugale et sexologique. Chacun des partenaires du couple réagit différemment face aux relations extraconjugales en fonction de la position qu'il adopte : soit celle de l'infidèle, soit celle de la personne trompée. Vécu comme un véritable tsunami émotionnel, le couple parvient-il à se reconstruire une fois que la vague se retire ? Quels sont les dégâts relationnels et affectifs qui en émergent ? Nous analyserons ce phénomène au travers d'une situation de couple dont les répercussions ont été utilisées comme un levier de changement au sein du couple. Cette approche semble être une piste intéressante à explorer au niveau de la pratique clinique conduisant vers trois issues possibles : une reconstruction du couple, une séparation inéluctable ou une autre forme de conjugalité.

MOTS CLÉS

INFIDÉLITÉ ; RELATION DE COUPLE ; CONSULTATION CONJUGALE ; RECONSTRUCTION ; SEXOLOGIE.

BIBLIOGRAPHIE

- Dalpe Y. (2012), « *L'infidélité n'est pas banale. Comment composer avec une crise conjugale ?* », Montréal, Les Ed. Québecor.
- Pasini W. (2007), « *Les amours infidèles* », Milan, Odile Jacob.
- O'Hanlon Hudson P., Hudson O'Hanlon W. (2003), « *Thérapie conjugale brève. Réécrire les histoires d'amour* », Bruxelles, Satas (traduction française).

Mara Bevilacqua

Psychologue, psychothérapeute, sexologue. Belgique.