

Titre de la formation: L'infidélité dans le couple

Formateur : François St Père, Ph. D., psychologue

Problématique : Les psychothérapeutes sont souvent désarmés devant toute la complexité que suscite la problématique de l'infidélité. Il leur est difficile de bien cerner les motifs personnels et relationnels à l'origine du phénomène. Confrontés à la souffrance considérable de la personne trompée il est tentant de tomber dans le piège de vouloir la protéger et ainsi saboter l'alliance à l'endroit du partenaire infidèle. Enfin, les psychothérapeutes rapportent manquer de stratégies pour bien assister les clients lors de la crise initiale suite à la découverte de l'infidélité.

Besoin : Le psychothérapeute doit pouvoir assister les clients à mieux comprendre les vulnérabilités à l'origine de l'infidélité et le traumatisme vécu par la personne trompée. Il doit également développer des stratégies visant à aider les clients à mieux composer avec la crise initiale, puis les accompagner à prendre une décision sur le futur de leur relation et pour ceux qui le désirent les seconder vers la reconstruction de leur relation.

Formateur : Dr François St Père, est psychologue spécialisé en thérapie de couple et en médiation familiale. Il pratique en clinique privée depuis plus de 15 ans et est cofondateur de la **Clinique de psychologie St-Lambert**. Il est également l'auteur de l'ouvrage **L'infidélité – Un traumatisme surmontable** (Éditions de l'Homme, 2012). En plus de prononcer des conférences sur les relations homme-femme et de former des intervenants, il est régulièrement invité à se prononcer sur différents aspects de la vie à deux dans les médias. Enfin, il a enseigné à l'Université de Montréal et collaboré à la mise en place et à l'élaboration de différents projets de recherche traitant de l'efficacité de la thérapie conjugale.

Clientèle : Cette formation s'adresse aux psychothérapeutes désireux de mieux comprendre et de mieux intervenir auprès de couples aux prises avec la problématique de l'infidélité.

Résumé de la formation : une journée de 6h (de 9h à 16h30, repas de 12h à 13h30). Cette journée de formation a comme objectif général de permettre aux professionnels de la relation d'aide de se familiariser avec la problématique que pose l'infidélité et de se doter d'outils éprouvés afin d'aider ceux et celles qui se présentent à eux à composer avec cette situation particulièrement éprouvante pour leur vie à deux.

De façon plus spécifique, la démarche proposée définit d'abord la nature propre de l'infidélité en la distinguant aussi de ce qu'elle n'est pas. L'atelier fait par la suite état des types d'infidélité les plus courants en pointant également les étapes de la relation où les partenaires sont susceptibles de devenir plus vulnérables à l'adultère. Après avoir présenté les réactions prévisibles de l'infidèle et de la personne trompée à la suite de l'aveu ou de la découverte de l'infidélité, on fait état d'un certain nombre de méthodes adaptées susceptibles d'aider les conjoints concernés à surmonter la crise initiale et, si possible, à s'en sortir avec un minimum de séquelles. Afin d'aider les partenaires à prendre une décision éclairée concernant leur avenir

commun, les participants se voient par la suite proposer une formule spécifiquement conçue pour aider les couples à faire un bilan complet de leur relation. De nombreuses ressources complémentaires sont également suggérées aux intervenants inscrits afin qu'ils puissent accompagner adéquatement ceux et celles qui choisissent de relancer leur vie commune de même que les conjoints qui décident de mettre un terme à leur relation.

Objectifs :

1. Définir l'infidélité et identifier les motifs personnels et relationnels à son origine.
2. Appliquer les stratégies d'interventions efficaces pour aider les clients à mieux composer avec la crise initiale.
3. Accompagner les clients dans une démarche de prise de décision quant à l'avenir de leur relation.
4. Appliquer les stratégies d'interventions efficaces pour aider les clients qui le veulent à reconstruire leur relation.

Contenu :**1. Circonscrire l'infidélité**

- a. Les fondements d'une relation de couple
- b. L'infidélité et ce qu'elle n'est pas
- c. Vers une définition de l'infidélité
- d. Prévalence du phénomène
- e. Les motifs personnels et relationnels à l'origine de l'infidélité
- f. Les différents types d'infidélité

2. L'aveu ou la découverte de l'infidélité

- a. Les réactions traumatiques des personnes trompées
- b. Les réactions des infidèles suite à la découverte

3. Surmonter la crise initiale

- a. Stratégies pour mieux composer avec le traumatisme
- b. Développer une communication empathique
- c. Encadrer les discussions
- d. Est-il bon de tout savoir sur l'infidélité du partenaire ?

- e. Chercher du soutien auprès de son réseau
- f. Ce que les enfants devraient connaître

4. Faire un bilan de la relation

- a. L'inventaire de la relation de couple
- b. Fondements de l'amour heureux

5. Les alternatives à la reconstruction de la relation

- a. la séparation temporaire
- b. la séparation définitive

6. Se donner une seconde chance

- a. Comment terminer l'aventure
- b. Rétablir la confiance
- c. Développer des attentes réalistes
- d. Ce que signifie pardonner
- e. Redevenir un couple heureux

Méthode pédagogique: L'exposé théorique sera ponctué d'exemples pratiques. Les participants se réuniront en petits groupes pour échanger sur des vignettes cliniques afin d'intégrer les notions enseignées. Le formateur répondra aux différentes questions des participants.

Attestation : Une attestation de participation (6h) sera remise aux participants à la fin de la formation.

Bibliographie sommaire

CROSBY, J. F. (1985). *Illusion and Disillusion : The Self in Love and Marriage*. Belmont, CA: Wadsworth Publishing.

DREZNICK, M. (2002). *Sexual and Emotional Infidelity : A Meta-analysis*. Dissertation submitted to the University of Albany, Department of Psychology.

FORWARD, S. (1992). *Obsessive Love*. New York: Bantam Books.

GLASS, S., WRIGHT, T. (1997). *Reconstructing Marriages After the Trauma of Infidelity*. In Halford, W.K., Markman, H., *Clinical Handbook of Marriage and Couples Intervention*. England: Wiley and Sons Ltd.

HETHERINGTON, M., KELLY, J. (2002). *For Better or For Worse*. New York: W.W. Norton Publishing.

LANGIS, P. (2003). *L'amour et le couple*. Montréal : Éd. Méridien.

LAWSON, A. (1988). *Adultery*. New York: Basic Books.

LUSTERMAN, D. D. (2002). *Infidélité et après ? – Trouver sa réponse sans se détruire ou tout détruire*. Paris : Interéditions.

MONEY, J. (1980). *Love and Love Sickness : The Science of Sex, Gender Differences and Pair-bonding*. Baltimore: Johns Hopkins University Press.

PITTMAN, F. (1989). *Private Lies*, New York: W.W. Norton Publishing.

TENNOV, D. (1979). *Love and Limerence : The Experience of Being in Love*. New York: Stein and Day Publishers.

WEEKS, G. et al. (2003). *Treating Infidelity : Therapeutic Dilemmas and Effective Strategie*. New York: W.W. Norton Publishing.