



perfectionnement.com

FORMATION EN LIGNE



« Oh! prenez garde, monseigneur, à la jalousie! – C'est le monstre aux yeux verts qui produit l'aliment dont il se nourrit! »

William Shakespeare, *Othello*

PROBLÉMATIQUE

De toutes les émotions ressenties, la jalousie est l'une des émotions les plus difficiles à réguler. La jalousie fait partie de la nature humaine. Nous vivons de la jalousie car nous nous sentons connectés à l'autre d'une façon particulière. Lorsque le lien à l'autre est à risque, nous pouvons alors nous sentir menacés ou encore blessés. La jalousie est donc une expérience émotionnelle normale qui a des fonctions adaptatives. Cependant, la jalousie peut devenir problématique, lorsqu'elle vient submerger nos émotions, biaiser nos pensées et nous faire poser des gestes contrôlants et hostiles.

La jalousie est complexe et comprend un mélange d'émotions. C'est un état émotionnel viscéral, fondamental et parfois violent. On peut se sentir débordé par les émotions et les pensées intrusives jalouses, et les comportements jaloux résultants peuvent être très délétères.

C'est un voyage dans les profondeurs du désir de possession exclusive, de la crainte de la perte/abandon/trahison, en passant notamment par les méandres de l'hostilité et de la douloureuse humiliation qu'un autre soit préféré, qui nous attend dans cette formation.

Plusieurs patients nous consultent parce que leurs réactions jalouses posent problème au sein de leurs relations. Souffrant, ils sont à la recherche d'outils pour diminuer l'anxiété causée par leurs pensées intrusives et pour les aider à se contrôler quand ils se sentent submergés par la jalousie. Les patients sont souvent très honteux de parler de leur jalousie. La jalousie étant souvent socialement perçue comme un manque de contrôle personnel, comme une dépendance à l'autre ou comme le résultat d'une estime de soi faible et insécure, les patients peuvent être très hésitants à en aborder certains aspects.

perfectionnement.com

FORMATION EN LIGNE



perfectionnement.com

FORMATION EN LIGNE

À travers cette formation, nous approfondirons comment nous pouvons aider nos patients à comprendre les dynamiques psychologiques et relationnelles qui alimentent leurs comportements jaloux et leurs stratégies de possessivité contrôlantes. Il est essentiel d'en saisir les complexités et de comprendre les angoisses sous-jacentes aux enjeux psychologiques de la jalousie pour éclairer nos réflexions et nos interventions cliniques. Plusieurs cas cliniques et extraits littéraires seront présentés pour illustrer les rouages et les modes d'expression de la jalousie.

CLIENTÈLE

Cette formation s'adresse aux psychologues, psychothérapeutes, médecins, psychiatres, intervenants sociaux et intervenants en santé mentale.

DURÉE DE L'ACTIVITÉ

6.5 heures.

FORMATRICE



Dre Geneviève BEAULIEU-PELLETIER est psychologue clinicienne et conférencière. Formée à l'Université de Montréal ainsi qu'au sein des départements de psychiatrie de l'Hôpital Notre-Dame et de l'Institut universitaire en santé mentale de Montréal (hôpital Louis-H Lafontaine), Dre BEAULIEU-PELLETIER œuvre depuis maintenant plus de dix ans en pratique privée auprès d'une clientèle majoritairement adulte présentant des troubles de la personnalité et des troubles anxieux ou de l'humeur. Elle a également développé une expertise dans le traitement de l'adversité vécue dans l'enfance et l'adolescence et dans l'accompagnement des enjeux de la parentalité. Son approche clinique s'inscrit dans une orientation théorique psychodynamique, avec une coloration humaniste.

perfectionnement.com

FORMATION EN LIGNE



perfectionnement.com

FORMATION EN LIGNE

À titre de professeure associée à l'Université du Québec à Montréal, elle enseigne et participe à de nombreux projets de recherche portant sur la régulation des émotions, la mentalisation, les états mentaux et les stratégies défensives émotionnelles. Ses travaux de recherche sont financés par le Conseil de recherches en sciences humaines (CRSH).

Dre BEAULIEU-PELLETIER se passionne pour la vulgarisation des connaissances en psychologie. Autrice de nombreux textes et créatrice de capsules vidéos adressées au grand public, elle offre des conférences et des formations dans divers organismes, écoles et entreprises. Régulièrement sollicitée à titre d'experte pour des émissions de télévision, de radio/podcast et des articles dans les médias écrits, Dre BEAULIEU-PELLETIER intervient pour analyser et commenter diverses thématiques qui émergent dans l'actualité.

OBJECTIFS

1. Envisager les fonctions adaptatives et évolutionnistes de la jalousie;
2. Aborder les formes d'expression de la jalousie (jalousie émotionnelle, cognitions jalouses et comportements jaloux);
3. Considérer l'étendue des réactions jalouses de la normalité à la psychopathologie;
4. Analyser comment la jalousie se manifeste à travers divers tableaux cliniques;
5. Explorer les enjeux développementaux et les « étapes » de la constitution de la jalousie;
6. Approfondir les enjeux psychologiques et les angoisses sous-tendant le vécu jaloux;
7. Comprendre ce qui peut alimenter les formes de jalousie violente;
8. Questionner notre propre rapport à la jalousie pour être en mesure de mieux accueillir le vécu jaloux de nos patients (réactions qui peuvent être confrontantes par moments);
9. Fournir des pistes d'intervention et des outils qui pourront être utiles dans les suivis cliniques où les enjeux de jalousie se manifestent;
10. Présenter des attitudes chez le clinicien qui favorisent l'accompagnement des patients dans la reconnaissance et l'expression adaptative de leur jalousie.

PRÉALABLE

Aucun.

perfectionnement.com

FORMATION EN LIGNE



CONTENU

I. Définition du concept de jalousie

- a. Étymologie du terme et développement du concept de jalousie.
- b. Jalousie normale versus pathologique.
- c. Lien entre jalousie et regard.
- d. Distinction entre envie et jalousie.

II. Les formes d'expression de la jalousie

- a. Jalousie émotionnelle.
- b. Cognitions jalouses.
- c. Comportements jaloux.

III. « Étapes » de la constitution de la jalousie

- a. Jalousie normale.
- b. Jalousie projetée en l'autre.
- c. Jalousie délirante.

IV. Enjeux psychologiques de la jalousie

- a. Deuil de l'objet d'amour cru perdu.
 - i. Attachement et engagement.
 - ii. Crainte de la perte et du renoncement.
- b. Possessivité.
 - i. Désir de possession exclusive.
 - ii. Contrôle et emprise.
- c. Humiliation.
 - i. Blessure narcissique.
 - ii. Trahison.
 - iii. Culpabilité (sentiment de responsabilité).
- d. Hostilité.
 - i. Attrait et ressentiment (envers l'objet aimé).
 - ii. Agressivité (hostilité envers le rival).
 - iii. Composante persécutrice.

V. La jalousie dans différentes sphères de vie

- a. Jalousie fraternelle.
- b. Jalousie au sein de la famille et des familles recomposées.
- c. Jalousie dans la sphère professionnelle.
- d. Jalousie dans la sphère sociale.
- e. Jalousie dans la sphère amoureuse.



VI. Formes de jalousie violente

- a. Crime « passionnel ».
- b. La jalousie homicide.
- c. Séparation impossible.
- d. Tuer pour se libérer.

VII. Quand la jalousie fait défaut...

- a. Absence apparente de jalousie.
- b. Absence de revendication narcissique.
- c. Refoulement.

VIII. Destins de la jalousie

- a. Persistance de la jalousie.
- b. Évolution narcissique (renoncement).
- c. Évolution dans le sacrifice de soi (conservation du partenaire).
- d. Évolution constructive (dépassement du conflit).

IX. Travailler le vécu jaloux en séance

- a. Prise de conscience des ramifications de la jalousie et de ses conséquences personnelles et relationnelles.
- b. Soutenir le processus de mentalisation du vécu jaloux.
- c. Exploration des stratégies jalouses de contrôle non-adaptatives.
- d. Tolérance à l'incertitude.
- e. Considérer des interprétations alternatives.
- f. Évaluer et apprendre à tolérer les pensées intrusives jalouses.
- g. Communiquer sa jalousie à l'autre.
- h. Pistes pour surmonter l'infidélité dans le couple.

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

Formation sous forme d'exposé magistral et présentation de cas cliniques. La diffusion en direct sera suivie d'une période d'échanges/questions.

ATTESTATION

Une attestation de participation de 6.5h sera remise aux participants ayant complété la formation.



BIBLIOGRAPHIE SOMMAIRE

- Allen, J.G., Fonagy, P. & Bateman, A.W. (2008). *Mentalizing in clinical practice*. American Psychiatric Publishing.
- Andersen, P. A., Eloy, S. V., Guerrero, L. K., & Spitzberg, B. H. (1995). Romantic jealousy and relational satisfaction : A look at the impact of jealousy experience and expression. *Comunication Reports*, 8(2), 77-84.
- Ashton Wigman, S., & Graham-Kevan, N. (2008). Investigating sub-groups of harassers: The roles of attachment, dependency, jealousy and aggression. *Journal of Family Violence*, 23, 557-568.
- Assoun. P-L. (2011). *Leçons psychanalytiques sur la jalousie*. Economica.
- Attridge, M. (2013). Jealousy and relationship closeness: Exploring the good (reactive) and bad (suspicious) sides of romantic jealousy. *SAGE Open*, January-March, 1-16.
- Baumeister R.F., Vohs K.D., DeWall C.N., & Zhang, L. (2007). How emotion shapes behavior: feedback, anticipation, and reflection, rather than direct causation. *Personality and Social Psychology Review*, 11, 167-203.
- Beaulieu-Pelletier, G., Bouchard, M-A, & Philippe, F. L. (2021). Loss-related mental states impair executive functions in a context of sadness. *Heliyon*, 7(3), e06599.
- Beaulieu-Pelletier, G., Bouchard, M-A., Philippe, F. L. (2013), Mental States Task (MST) : Development, validation and correlates of a self-report measure of mentalization. *Journal of Clinical Psychology*, 69, 671-695.
- Brassard, A., Brault-Labbé, A., Gasparetto, C. A., Claing, A., & Lussier, Y. (2020). Validation de la version francophone de la Multidimensional Jealousy Scale. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 52(2), 154-158.
- Dalloz, D. (2007). *Si la jalousie m'était contée... La jalousie décryptée à travers les contes*. Éditions de La Martinière.
- Debbané, M. (2018). *Mentaliser*. DeBoeck Supérieur.



perfectionnement.com

FORMATION EN LIGNE

- Elphinston, R. A., Feeney, J. A., & Noller, P. (2011). Measuring romantic jealousy: Validation of the multidimensional jealousy scale in Australian samples. *Australian Journal of Psychology, 63*, 243-251.
- Houel, A., Mercader, P., & Sobota, H. (2008). *Psychosociologie du crime passionnel*. Presse Universitaires de France.
- Klein, M. (1957). *Envy and gratitude: A study of unconscious forces*. Hogarth Press. Reprint: (1975). *The writings of Melanie Klein, Vol. 3: Envy and gratitude and other works, 1946-1963* (pp. 176-235). Hogarth Press and the Institute of Psychoanalysis.
- Lagache, D. (2008). *La jalousie amoureuse*. Presses Universitaires de France.
- Leahy, R. L. (2021). Cognitive-Behavioral Therapy for envy. *Cognitive Therapy and Research, 45*, 418-427.
- Leahy, R. L. (2018). *The jealousy cure: Learn to trust, overcome possessiveness & save your relationship*. New Harbinger Publications.
- Leahy, R. L., & Tirch, D. D. (2008). Cognitive Behavioral Therapy for jealousy. *International Journal of Cognitive Therapy, 1(1)*, 18-32.
- Lettre à Ludwig Binswanger du 7 janvier 1920, in Sigmund Freud, Ludwig Binswanger, *Correspondance 1908-1938*, Calmann-Lévy, 1995, p. 223.
- Mattingly, B. A., Whitson, D., & Mattingly, M. J. B. (2012). Development of the Romantic Jealousy-Induction Scale and the Motives for inducing romantic Jealousy Scale. *Current Psychology, 31*, 263-281.
- Parker, J. G., Kruse, S. A., Aikins, J. W. (2010). When friends have other friends: Friendship jealousy in childhood and early adolescence. In S. L. Hart & M. Legerstee (Eds.), *Handbook of jealousy: Theory, research, and multidisciplinary approaches* (pp. 516-546). Blackwell.
- Patti, M-F. (2018). *La jalousie : Métamorphose de l'envie*. Éditions In Press.
- Pfeiffer, S. M., & Wong, P. T. P. (1989). Multidimensional jealousy. *Journal of Social and Personal Relationships, 6*, 181-196.

perfectionnement.com

FORMATION EN LIGNE



perfectionnement.com

FORMATION EN LIGNE

- Potyszová K., & Bártoová K. (2020) Jealousy and Infidelity. In: Shackelford T., Weekes-Shackelford V. (eds) *Encyclopedia of Evolutionary Psychological Science*. Springer.
- Pytlak, M. A., Zerega, L. M., & Jouser, M. L. (2015). Jealousy evocation : Understanding commitment, satisfaction, and uncertainty as predictors of jealousy-evoking behaviors. *Communication Quarterly*, 63(3), 310-328.
- Sroufe, A. (1995). *Emotional Development: The Organization of Emotional Life in the Early Years*. Cambridge University Press.
- Tandon, A., Dhir, A., & Mäntymäki, M. (2021). *Internet Research*, 31(5), 1541-1582.
- Zandbergen, D. L., & Brown, S. G. (2015). *Personality and Individual Differences*, 72, 122-127.