

QUAND LA GROSSESSE MINE LA FIDÉLITÉ

L'ARRIVÉE PROCHAINE D'UN BÉBÉ PRODUIT UN TREMBLEMENT DE TERRE PSYCHOLOGIQUE QUI PEUT MENACER LE COUPLE

TEXTE LAURENCE DISPAUX

LEQUEL TU PRÉFÈRES MON COEUR ?



Q «Ma meilleure amie soupçonne fortement son mari de l'avoir trompée pendant sa grossesse. Aujourd'hui que je suis enceinte, je me demande si c'est fréquent et pourquoi (même si concrètement je n'ai pas de raison particulière de m'inquiéter).»

ALEXANDRA, 32 ANS



NOTRE EXPERTE

Cette semaine, envoyez vos questions à **Laurence Dispaux**, psychologue-psychothérapeute FSP, conseillère conjugale FRTSCC, sexologue clinicienne ASPSC: laurence.dispaux@femina.ch

Réponse:

Ce n'est heureusement pas la norme, mais bien sûr cela arrive, comme à d'autres moments de transition ou de remaniement de la relation.

J'ai reçu des hommes et des femmes qui avaient eu des relations extraconjugales pendant la grossesse pour bien des raisons. On peut facilement imaginer la situation classique du conjoint qui se sent délaissé ou frustré si les câlins se font plus rares pendant la grossesse ou pour qui cet éloignement sexuel signifie se sentir moins aimé, rejeté; parfois, les changements hormonaux tendent la relation.

Une autre histoire récurrente est celle de la personne qui,

même en ayant désiré ce bébé, se sent soudain inexplicablement prise au piège, face à une sorte d'échéance qui signe la fin de la vie d'avant. Le discours de ces gens se focalise sur les nouvelles contraintes et responsabilités qu'elles appréhendent et se forme le sentiment de devoir «profiter tant que c'est encore possible» de la phase pré-enfant... pour multiplier les conquêtes, se sentir plus largement désirable.

Doutes et vulnérabilité

Pour beaucoup, cette douloureuse prise de conscience qu'il faut faire le deuil de la phase adolescente est décalée et apparaît à ce moment-là plutôt que

lors de la formation du couple, l'emménagement ou le mariage.

Autre variante, la crise identitaire autour de la paternité ou de la maternité. Les questionnements surgissent sur les capacités et les points de référence (les modèles parentaux notamment). Les doutes sur un schéma familial heureux surgissent et menacent de tout envahir... la porte de sortie est choisie inconsciemment pour pallier les angoisses. Dans d'autres cas, c'est de soudain imaginer l'autre en tant que parent qui bloque l'érotisation dans le couple et rend la personne vulnérable aux échappatoires.

Finalement, on pourrait dire que les émotions négatives liées à cette période (se sentir moins désiré ou important, angoissé par la phase de vie qui s'annonce ou par les nouveaux rôles à jouer) sont évacuées au travers d'une liaison plus ou moins longue. Il appartient aux deux personnes de dialoguer, d'explorer comment cheminer en accordant une place à toutes les émotions, y compris les moins joyeuses, à l'intérieur du couple. ●

ILLUSTRATION: LAVIGO, PHOTO: DR

CE QUI SE PASSE SOUS LA COUETTE PAR NICOLAS POINSOT

NOUVELLE ÉTIQUETTE Xennials, Millennials, Génération Y, Digital Natives... on pensait la liste des concepts cernant les générations enfin close. Erreur. La littérature anglosaxonne vient en effet de forger le terme de Digital Sexual Natives. Il concernerait toutes les personnes impliquant les technologies

numériques dans leur vie affective et sexuelle. La première vague de ces DSN a intégré les sites de rencontre et les chats pour draguer, ainsi que les plateformes pornos et les *camgirls* pour s'exciter. La seconde vague va encore plus loin, en invitant robots sexuels et autres hologrammes dans son lit.