

La complémentarité dans le couple à travers les rêves¹

Jean-Luc Lacroix², t.s., t.c.f.

In this article, the author presents the main theories related to the choice of the spouse to highlight the neurotic complementarity aspects in our intimate personal relationships. He then succinctly comments on the importance of dreams in psychotherapy and on their place in marital therapy; finally, he stresses that the dreams spouses have often clearly reveal the complementary aspects of their relationship. A case is presented by way of illustration.

Qu'est-ce qu'une science? Si une science se fonde uniquement sur des expériences répétées et chiffrables, on exclut du champ scientifique l'archéologie, l'histoire humaine, l'évolution de Darwin et le « big bang ». Cette conception étroite néglige une grande partie de la réalité.

C'est en ces termes qu'Hubert Reeves, astrophysicien, répondait à Sylvie O'Dy, lors d'un entretien publié par *l'Express* le 9 novembre 1990, qui lui demandait s'il ne fallait pas considérer la démarche psychanalytique comme non scientifique. L'étude de la formation et du maintien des systèmes conjugaux et familiaux nous fait voir des connaissances révélatrices de la réalité. Nous croyons très (trop?) souvent que les relations matrimoniales ne sont que des histoires d'amour et de haine dans lesquelles la « science » ne peut intervenir. Seuls les romanciers, les rêveurs et certains thérapeutes qu'un de mes patients appelle « pelleteux de nuages » (!!!) vont s'intéresser à ces histoires d'amour, pensons-nous.

D'autres diront encore qu'ils n'ont qu'à communiquer, à bien se parler, mais que cela tient de la philosophie et non de la science.

Le présent article vise à faire ressortir clairement les aspects scientifiques de l'étude de la relation amoureuse et de ce qu'on appelle de façon populaire la complicité. Trop d'intervenants, me semble-t-il, escamotent les enjeux sous-jacents au choix d'un conjoint et se contentent de faire des interventions de type « négociation » sous-estimant la puissance de la complémentarité dans le couple, que même les rêves révèlent et nous aident à comprendre.

Les bases de la formation du couple

Le commun des mortels croit que s'ils ont choisi tel partenaire, cela est dû au hasard. Si nous insistons auprès de ces personnes pour savoir ce qui les a attirées chez leur partenaire, on trouvera des motivations assez générales liées au partage d'intérêts, de besoins, de valeurs, de buts, d'attentes similaires. Règle générale, le conjoint est du même âge, de la même langue, de la même race, du même « background » culturel, de scolarité équivalente, etc.

Et pourtant! Et pourtant, ce n'est là que la pointe de l'iceberg. Le fait de rencontrer notre conjoint dans un bar, chez un ami, sur la rue me paraît sûrement lié au hasard, mais pourquoi

¹ Article publié dans la revue *Le Travailleur Social*, Volume 59, n° 3, Automne 1991, pp. 105-108.

² Jean-Luc Lacroix est sexologue, travailleur social ainsi que thérapeute conjugal et familial. Il a enseigné la thérapie conjugale et familiale dans différentes universités québécoises et est actuellement chargé de cours à l'École de service social de l'Université de Montréal. Il exerce en bureau privé et agit à titre de formateur et superviseur au Québec et en France.

cette personne et non telle autre? Ou, devrions-nous dire, pourquoi ce type de personne plus que tel autre? Lynch et Blinder (1983) nous disent que le fait de tomber en amour avec une personne en particulier à un moment en particulier est lié à notre structure de personnalité et à notre niveau de maturité émotionnelle.

Nous ne tombons pas en amour par coïncidence : le choix de nos amant(e)s suit une logique psychologique dont nous sommes loin d'être toujours conscients. En d'autres mots, nous cherchons un(e) conjoint(e) pour satisfaire une foule de besoins complémentaires : le besoin de fusion, selon Joseph Zinker (1983), serait une force compulsive chez l'être humain, car nous sommes attirés chez l'autre par ce que nous ne croyons pas posséder en nous-mêmes, faisant ainsi place à un jeu de projections mutuelles.

C'est sans doute ce qui fait dire à Scharff et Scharff (1987) que, dans l'union saine, les individus peuvent mieux contenir les projections des aspects de soi indésirables que l'on tente de porter sur l'autre. Et ils ajoutent:

« In the atmosphere of love and trust, these can be accepted, worked with, modified and returned. Each partner can thus discover the hidden aspects of the personality, experience them as they contract, upset, or manipulate the partner, and take responsibility for them. » (p.88)

Ce jeu de projections mutuelles, Zinker (1983) le nomme « complémentarité ». Même si les différences sont essentielles dans une relation mature afin de maintenir la relation vivante, un minimum de terrains communs s'avère nécessaire à la survie du couple : en fait, c'est un peu, comme le disait Virginia Satir, comme si deux « demi-personnes » se reliaient pour faire un « être entier », afin de mieux affronter le monde.

Ainsi, l'extraverti choisit l'introverti parce que chacun a perdu contact avec une partie de lui, partie qu'il n'accepte pas en lui, mais qui devient idéalisée chez l'autre. C'est ce qui fait d'ailleurs, me semble-t-il, que les raisons qui rendent notre conjoint attirant à nos yeux sont souvent les mêmes qui nous donnent envie de le quitter. Ainsi, l'extraverti qui choisit l'introverti parce que ce dernier peut mieux s'intérioriser finira par dire de son partenaire qu'il ou elle fait du « nombrilisme », ou encore qu'il ou elle est dépressive. Et à l'inverse, l'introverti dira de son partenaire, en début de relation, qu'il lui permet d'aller vers les gens, d'être plus social. Plus tard, le même partenaire deviendra une « grande gueule » qui prend toute la place...

À cet égard, si le lecteur veut se familiariser avec plus d'exemples cliniques illustrant ces complémentarités, il lui faut lire « Si tu m'aimes, ne m'aime pas » de Mony Elkaim (1989).

Je crois que le concept de « résonance » et d'« auto-référence » n'est pas étranger à la complémentarité dont nous parlons ici. Ainsi, Elkaim écrit, en parlant d'un couple :

« ...mon hypothèse serait donc que le mari a sculpté son comportement de telle sorte qu'il conforte la construction du monde de sa femme quand il se conduit comme il le fait. » (p. 123)

En somme, nous choisissons inconsciemment un conjoint qui viendra ressusciter en nous de vieux fantômes, à travers lequel nous pourrions rejouer des situations du passé non réglées, car nous espérons parvenir à y résoudre nos dilemmes, nos souffrances devenues inconscientes. Bowen (1978) ne disait-il pas que les individus d'un même couple tendent à se situer au même niveau de maturité quant à leur développement personnel. Peut-être est-ce cela qui fera dire à

Lynch et Blinder (1983) que nos partenaires dans l'intimité sont des miroirs de notre soi :

« Irrespective of outward appearance, the people with whom we connect reveal our own level of security, self-esteem, wisdom, sexual development and integrity. » (p. 93)

Henry Dicks (1967) évoque aussi des idées similaires sur les choix des conjoints. Dicks y décrit un certain nombre de forces jouant pour renforcer ou détruire la relation conjugale. Il situe ces forces à trois niveaux :

- 1) le sous-système des normes et valeurs sociales ;
- 2) le sous-système des valeurs personnelles ;
- 3) le sous-système des forces inconscientes.

Scott Peck (1987), bien qu'il n'aborde pas spécifiquement le thème de la formation du couple, se rattache à cette conception de la « répétition névrotique » des situations du passé qui ne sont pas réglées lorsqu'il écrit :

« Sans cette sécurité de l'amour de mes parents qui se reflétait dans mon amour-propre, j'aurais probablement choisi le monde connu au lieu de l'inconnu et j'aurais continué à suivre le chemin que mes parents préféreraient, au prix de ma personnalité » (p. 156)

Ainsi, son chapitre sur le « risque de l'engagement » (pp. 157-169) illustre clairement comment le passé affecte notre présent et à quel point l'engagement et ses vicissitudes sont un facteur crucial dans l'évolution de la relation conjugale.

En somme, le fait de choisir tel(le) conjoint(e) plutôt qu'un(e) autre a un sens, au plan conscient et inconscient, par ses dimensions psychologiques et historiques.

La place des rêves

Pourquoi parler de rêves dans un tel contexte ? Voulant appuyer les aspects théoriques qui précèdent, je voudrais présenter ici le cas d'un couple m'ayant rapporté plusieurs rêves que chacun a fait, lesquels rêves illustrent bien la complémentarité de ce couple. D'ailleurs, le travail sur ces différents rêves a été d'une grande aide pour chacune de ces personnes et pour la structure du couple.

Pour plusieurs, il pourra sembler curieux qu'un thérapeute conjugal s'intéresse aux rêves de ses patient(e)s! Eh bien, personnellement, je crois qu'il faut réintroduire l'individu dans la thérapie systémique, car nous avons trop souvent travaillé sur les structures familiales et non sur les personnes, si ce n'est pour trop souvent les culpabiliser (Lacroix, 1990). En ne travaillant que sur la relation, et en laissant de côté les personnes, nous avons longtemps évité de toucher ce qui « crée la relation ».

Freud (1967) et Perls (1972) nous aident à mieux comprendre la place des rêves dans notre existence. Perls écrivant que :

« La Gestalt thérapie est une approche existentielle... Cette existence et ses problèmes sont... clairement inclus dans les rêves. Freud a dit du rêve qu'il était la «via regia», la voie royale vers l'inconscient. Et moi je crois que c'est la voie royale vers l'intégration. » (p. 59)

Je crois aussi que le rêve est une production spontanée, qu'il ne peut se produire par volonté, délibérément, et que les différentes parties du rêve sont des fragments de notre personnalité. Mais, à la différence de Perls, je ne crois pas qu'il soit inutile d'interpréter les rêves, lesquels apparaissent « comme une production psychique qui a une signification et qu'on peut insérer parfaitement dans la suite des activités mentales de la veille ». (Freud, 1967, p.11)

Mais revenons donc aux rêves et à ce couple : il s'agit de Danielle, 34 ans, et Armand, 42 ans. Tous deux sur le marché du travail, ils sont venus me consulter parce qu'ils se disputaient trop souvent. Ils se fréquentaient depuis un an et songeaient à une vie commune (qu'ils entreprendront en cours de thérapie), mais craignaient les possibles explosions que la proximité quotidienne ne manquerait pas d'exacerber. Danielle est une personne passionnée et vulnérable intérieurement, mais qui se montre extérieurement dure et blâmante quand elle se sent menacée dans sa vulnérabilité. Lui est raisonnable, réfléchi, logique : il pense les choses avant d'agir ou de parler. À sa façon, il peut être très dur par ses rationalisations qui contiennent souvent des blâmes dont il n'est pas toujours conscient.

La dynamique

Malgré le fait que tous deux craignent et anticipent les disputes parce que s'y sentant blessés, Danielle engeule vertement Armand parce qu'il est trop rationnel, trop distant, qu'il la juge dans sa façon d'être et l'analyse beaucoup plus elle que lui-même. Plus elle lui fait ces reproches, plus Armand se retire, se distancie, tout en niant qu'il en soit ainsi.

Il fera davantage un commentaire à l'effet que Danielle « surréagit » et que cela est sans doute dû à son vécu familial violent ... ce qui met Danielle encore plus en colère. Donc, plus il se retire, plus elle lui en veut, plus elle lui en veut, plus il se retire dans l'analyse rationnelle, dans l'intellectualisme...

Les rêves de Danielle

Lors d'une entrevue, Danielle rapporte se sentir très agressive face à Armand. Ils vivent dans la maison d'Armand, en banlieue de Montréal, et Danielle trouve ce milieu bourgeois et méprisant pour elle : les voisins ne pensent qu'à leurs biens, ne lui adressent pas la parole, etc. Armand trouve, quant à lui, que Danielle exagère, et tend à défendre son voisinage. Danielle lui rappelle comment, dans le quartier où elle vivait avant de venir chez Armand, les gens étaient plus simples et plus sympathiques à son égard, ce qui provoque de la colère chez Armand car il croit que Danielle désire lui faire vendre sa maison, à laquelle il tient. Travaillant avec eux cet aspect conflictuel, cela ravive des souvenirs douloureux pour Danielle : à 7 ans, elle a dû quitter son quartier défavorisé (où elle se plaisait) pour aller vivre dans un milieu plus aisé, ses parents pouvant alors se l'offrir. Ce changement a été traumatique pour elle, ayant subi rejet et humiliation à la nouvelle école.

La session suivante, Danielle rapporte deux rêves qu'elle relie à la session précédente, car elle trouve Armand insensible à ce que l'aménagement chez lui peut susciter de difficile en elle.

Rêve I

Le conjoint de sa meilleure copine, Caroline, la tient par les épaules. Elle se sent très bien, mais commence à se sentir mal à l'aise quand elle réalise que Caroline n'a pas l'air du tout contente. Par la suite, Armand arrive, « blessé, voire défiguré », dit-elle. Danielle lui demande ce qu'il a, et il repart en colère contre elle.

Après lui avoir demandé comment elle comprenait ce rêve, Danielle me raconte comment chez elle, dans sa famille d'origine, sa mère et sa soeur la dénigraient beaucoup et que si elle tentait de s'approcher de sa mère, sa soeur la rabaisait. De même, si elle faisait des choses à l'extérieur pour elle-même, sa mère se fâchait. Cela m'amène à lui proposer l'interprétation suivante : si elle *prend* ce qu'elle veut dans la vie, maman lui en voudra.

Quant à Armand, il se sent jaloux par rapport à ce rêve, le prenant à un premier niveau : Danielle est mieux avec d'autres hommes qu'avec lui. Je lui reformule que le rêve de Danielle me paraît une manifestation de son désir de proximité avec lui, mais qu'il lui semble difficile de combler ce besoin.

Mais que dire de la seconde partie du rêve ? Dans la réalité (et dans mon cabinet...), quand Armand est blessé, il part : physiquement ou émotionnellement. Il est capable d'une grande coupure avec ses affects, ce qui m'a souvent amené à lui dire que je le sentais « parti ».

Dans son rêve, Danielle s'intéresse aux blessures d'Armand, veut bien lui venir en aide, mais il s'enfuit... comme dans la réalité.

Rêve 2

Danielle est nue des épaules jusqu'aux hanches. Elle se sent très mal, mais les gens ne semblent pas s'en rendre compte. Il y a beaucoup de monde, elle tente de se cacher, mais sans succès. Puis elle voit Armand plus loin : elle crie, mais en vain. Elle essaie de le rejoindre, mais la foule est trop dense : elle n'y arrive pas.

À partir de ce matériel supplémentaire qu'elle fournit, je lui interprète que c'est comme vouloir cacher sa vulnérabilité, sa sensibilité, mais elle n'y arrive pas. Sa sensibilité ne dérange pas tant les autres, mais elle-même s'enrage souvent d'être vulnérable, « de peur qu'Armand n'utilise cela contre moi », ajoute-t-elle. Elle dit en plus que cela correspond aussi, dans la réalité, à combien elle voit Armand comme quelqu'un d'inatteignable. Elle est triste et Armand se défend fortement contre ces interprétations... Il quitte l'entretien en colère contre moi.

À la session suivante, c'est Armand qui rapporte un rêve : Il est dans une vieille maison, puis, tout à coup se retrouve dans une autre maison après avoir franchi une porte secrète qu'il ne connaissait pas. Il y a une grande pièce où se trouve un arbre : il est dans l'arbre et des loups (l'un d'eux en particulier) essaient de le mordre. Il se défend par des coups de pied. Il entend des voix l'appeler, mais il ne peut y aller. À travers les lattes du plancher apparaissent deux « bibittes » (l'une serait un monstre préhistorique miniature ...) qui l'effraient.

Armand identifie que Danielle et moi sommes les loups, mais surtout Danielle : il nous craint. Il se reconnaît lui-même comme coupé entre ses émotions et sa tête (associées au plancher et à l'arbre) et constate avec désarroi que si on veut s'en approcher, il vit cela comme une agression, un envahissement de l'autre sur lui.

Troublé, Armand me demande : « Est-il possible que je fasse autant de déni ? »

L'espace manque pour que nous analysions dans le détail ces trois rêves si riches, mais nos échanges ont permis de faire voir à chacun à quel point ils ont projeté sur l'autre, à quel point pour Armand descendre de l'arbre, c'est rencontrer des « bêtes préhistoriques » (Armand soupçonne tout le travail à faire dans son lien avec une mère écrasante, humiliante) et à quel point, pour Danielle, s'exposer et prendre sa place, c'est s'exposer à l'abandon.

Conclusion

Pour conclure, je me contenterai de rapporter la session suivante avec Danielle et Armand ...

Danielle débute en soulignant, avec émotion, à quel point ils ont pu se rapprocher, « sans guerre », durant le week-end. Comment tous deux peuvent mieux tolérer les malaises, les angoisses entre eux ... Soudainement, elle demande à Armand :

D: Qu'as-tu ?

A: Rien.

Thérapeute à D: Pourquoi lui avez-vous demandé ce qu'il a?

D: Parce que j'ai l'impression qu'il est fâché...

A: Non, non, non! J'étais ailleurs... en train de penser à quel point je suis coupé de moi, de toi, je nie les choses...

D: Alors pourquoi tu me dis qu'il n'y a rien... C'est à ce moment que je me fâche, car je *vois* qu'il y a quelque chose, sans savoir quoi!

Par ce passage, je crois que Danielle et Armand sont en train de passer d'une complémentarité névrotique à une complémentarité de croissance personnelle et de couple.

Bibliographie

BOWEN, Murray (1978). *Family Theory in Clinical Practice*, New York, Jason Aronson.

DICKS, Henry, V. (1967). *Marital Tensions: Clinical Studies towards a Psychoanalytic Theory of Interaction*, London, Routledge and Kegan Paul.

ELKAÏM, Mony (1989). *Si tu m'aimes, ne m'aime pas*, Paris, Seuil.

FREUD, Sigmund (1967). *L'interprétation des rêves*, Paris, Presses Universitaires de France.

LACROIX, Jean-Luc (1990). *L'individu, sa famille et son réseau*, Paris, ESF Éditeur.

LYNCH, Carmen and BLINDER, Martin (1983). « The Romantic Relationship: Why and How People Fall in Love, the Way Couples Connect, and Why they Break Apart, » *Family Therapy*, Volume X, number 2, pp.91-104.

PECK, Scott (1987). *Le chemin le moins fréquenté*, Paris, Éditions Robert Laffont.

PERLS, Frederick S. (1972). *Rêves et existence en Gestalt thérapie*, Paris, Épi éditeurs.

SCHARFF, David, E. and SCHARFF, Jill S. (1987). *Object Relation Family Therapy*, New York, Jason Aronson.

ZINKER, Joseph (1983). « Complementarity and the Middle Ground in Couples », *The Gestalt Journal*, Vol. VI. No 2, Fall 1983, pp. 13-27.