

FIDÉLITÉ - LE DÉMON DE MIDI, est-il UN PASSAGE OBLIGÉ ?

Le démon de midi, tout le monde en parle mais personne ne le connaît vraiment. Il fait des vagues en silence et effraie les couples les moins avertis. D'ailleurs, existe-t-il réellement ? Explications avec Françoise Mariotti, psychologue-thérapeute.

Santé Magazine : Qu'est-ce que le démon de midi ?

Françoise Mariotti : « C'est une expression désuète qui correspond à une époque où l'infidélité conjugale était plus visible au masculin, dont le caractère irrépensible de la sexualité était vu comme prépondérant. Elle évoque aujourd'hui le fait que l'un des deux partenaires, après une vie de couple assez longue, témoigne d'une lassitude certaine en allant "voir ailleurs si l'herbe est plus verte" ! Je préfère pour ma part l'expression "la tentation de midi" car ces nouvelles pulsions n'ont rien de démoniaque. »

SM : Est-ce un passage obligé ?

FM : « Certes non. Il correspond souvent à **l'usure du couple installé, à une envie de renouveau** que l'on n'ose proposer ou susciter chez l'autre. Les couples qui ont une vie affective et sexuelle dynamique ne semblent pas passer par là. Il peut aussi survenir chez des couples où les partenaires sont jeunes mais sont ensemble depuis l'adolescence, cela n'a pas toujours à voir avec ce qu'on appelle "la crise du milieu de vie". »

SM : Le démon de midi est-il similaire chez l'homme et la femme ?

FM : « Etant thérapeute de couple, je constate que lorsque l'usure se fait sentir avec plus ou moins de désespoir, les tentations sont identiques quel que soit le sexe du partenaire. La fragilité libère les regards et l'on s'aperçoit alors que l'on peut être de nouveau désiré(e), convoité(e), et que le désir de nouveauté se fait de plus en plus pressant. Certain(e)s résisteront, d'autres non. Cependant la vision sociale de la sexualité n'est pas la même pour la femme que pour l'homme, à qui l'on prête plus facilement des aventures. Dans la réalité, il n'y a pas de différence. »

SM : Quelles sont les méthodes pour lutter contre ?

FM : « Tout dépend si la personne qui cède à la tentation de l'infidélité (ou d'infidélités multiples) tient à son couple, se dit que cette envie d'aller ailleurs ne durera pas. Il faut discerner si c'est un caprice, un nouvel essai, ou un profond désir de changement avant la rupture.

S'il y a intention de maintien de la relation, une thérapie de couple peut permettre de mettre à jour les points d'usure et de repérer les dynamiques pouvant de nouveau être mises en jeu pour relancer la vie ensemble. »

SM : D'ailleurs, faut-il lutter contre le démon de midi ? Pourquoi ?

FM : « Pourquoi moraliser ces pulsions de nouvelles envies ? Chacun(e) les vivra comme il ou elle le peut, le danger est à estimer selon ses possibilités. »

SM : Quels conseils donneriez-vous à un couple qui rencontre le démon de midi en ce moment-même ?

FM : « Se faire aider pour examiner les raisons de ces envies soudaines. S'agit-il de réveiller le désir d'un corps que l'on sent moins regardé, moins considéré ; s'agit-il d'une envie de désertier petit à petit la sphère intime du couple, et de se préparer au départ ; s'agit-il de compenser avec un sentiment d'urgence les nécessaires frustrations d'une longue vie à deux ? Et là, nous repérons ensemble les forces et décisions de chacun pour maintenir ou mettre fin doucement à la vie d'avant. »