

La jalousie amoureuse chez les conjoint(e)s des massothérapeutes. par Nathalie Houde, M.A. Sexologue clinicienne et psychothérapeute

La pratique de la massothérapie sous-tend inévitablement un rapport d'intimité physique avec les clients. Mais que fait-on quand cette intimité vient menacer la relation amoureuse du massothérapeute? Quand l'idée de vous imaginer masser des corps fait naître chez votre conjoint(e) des sentiments de jalousie?

Plusieurs massothérapeutes m'ont fait part de ce vécu, ne sachant trop quoi faire pour rassurer leur conjoint(e). Certains préféreront éviter cette situation en offrant un service de massage pour femme ou pour homme seulement. Mais est-ce la bonne solution à envisager? Est-ce là l'idéal de votre pratique professionnelle?

Je vous propose donc d'approfondir votre compréhension des manifestations de la jalousie amoureuse, ainsi que des moyens pour limiter ses effets dans votre couple et dans votre pratique de la massothérapie.

Qu'est-ce que la jalousie amoureuse ?

Michelle Larivey, auteure de « La puissance des émotions » fait une distinction entre la jalousie-envie et la jalousie amoureuse. La jalousie-envie est un sentiment camouflant bien souvent une émotion de colère qui indique à la personne qu'un de ses besoins n'est pas satisfait et qu'elle résiste à déployer des forces pour combler ce besoin. La jalousie amoureuse pour sa part consiste en un mélange de peur et de colère engendré par l'insécurité. Cette insécurité porte parfois sur notre propre valeur et parfois sur la valeur de l'autre. « La jalousie amoureuse réside dans la peur de voir notre place ravie par un autre dans le cœur de l'être aimé ». Le fait de vivre de l'insécurité nous fait souvent vivre de la colère envers cette personne, car à cause d'elle, nous craignons de perdre ce que nous avons, nous redoutons de voir notre besoin affectif frustré.

À quoi sert la jalousie amoureuse?

La jalousie amoureuse n'est pas bonne ou mauvaise en soi. Elle traduit sur un premier plan la peur de perdre un bénéfice important que procure la relation avec l'autre. Sur un autre plan, elle révèle à la personne jalouse sa propre insécurité par rapport à sa capacité de séduction et à son estime d'elle-même. Dans les deux cas, la jalousie nous ramène à nous, à nos besoins, à nos désirs. D'une certaine manière, elle nous indique à quel point l'autre est important pour nous, et à quel point nous désirons aussi l'être également pour l'autre.

La jalousie n'est donc pas malsaine en soi, c'est ce que nous faisons à partir d'elle qui peut l'être. Elle peut générer dans certains cas beaucoup d'agressivité et de colère quand les besoins et l'insécurité cachés derrière sont grands. Quelle que soit l'intensité de la jalousie, il est nécessaire que la personne reconnaisse l'importance que l'autre a pour elle, ainsi que les frustrations affectives qui l'alimente. La clé, comme pour toutes les

émotions, c'est la responsabilisation. La personne doit comprendre que sa jalousie lui appartient et qu'elle est une voie d'évolution, aussi pénible que cela puisse être. Tant et aussi longtemps qu'elle cherchera à blâmer l'autre sur ses attitudes et ses comportements, elle n'aura aucun pouvoir de transformer son sentiment de jalousie.

Que faire avec la jalousie amoureuse?

En reconnaissant le sentiment d'insécurité réveillé par la jalousie, cela ramènera inévitablement la personne à elle-même, et bien souvent à son manque de confiance en elle-même. Ce n'est pas parce qu'on a confiance en ses compétences professionnelles qu'on a nécessairement confiance en soi, en tant qu'homme, que femme, qu'amoureux(se), qu'amant(e). Le travail sur la confiance en soi demeure une solution très efficace, qui donnera des bénéfices non seulement pour la jalousie amoureuse mais dans bien des sphères de la vie. Il est important aussi de réaliser qu'il est impossible pour un humain d'apprécier qu'une seule personne, que de désirer qu'une seule personne. C'est souvent la nature irrationnelle et irréaliste de ce désir qui est à la source même de la souffrance dans la jalousie amoureuse. Donc, en réalisant pour vous-même que vous désirez à l'occasion quelqu'un d'autre sans pour autant remettre en question votre relation amoureuse vous aidera à accepter cela chez l'autre aussi.

Jalousie amoureuse et massothérapie

Être en relation de couple avec un(e) massothérapeute est un terrain particulier pour faire émerger des sentiments de jalousie même chez ceux qui n'en ont jamais ressentis.

Lorsque votre partenaire prend le risque de vous partager sa jalousie et l'insécurité que cela lui fait vivre de savoir que vous massez des beaux hommes (belles femmes), écoutez et acceptez ses sentiments sans les banaliser, les rejeter, les dramatiser ou les prendre personnels. Son insécurité lui appartient, mais rien de vous empêche de le rassurer, de lui dire que vous tenez à lui, lui rappeler pourquoi vous l'aimez. Dans certains cas, cela sera suffisant pour diminuer l'insécurité passagère.

Il est aussi fort probable que votre partenaire ne conçoive pas la massothérapie de la même manière que vous. Pourquoi ne pas lui offrir une initiation en massage pour l'aider à dédramatiser certaines choses? Vous pourriez aussi l'inviter à faire un suivi en massage avec un(e) massothérapeute que vous ne connaissez pas. Ces deux options pourraient l'amener à comprendre comment vous vous sentez à masser différentes personnes, à vivre les enjeux de la relation thérapeutique massothérapeute-client et à reconnaître le cadre de travail professionnel des massothérapeutes.

De plus, vous êtes directement responsable du message que vous envoyez à votre conjoint(e) quant à votre professionnalisme. Par exemple, lorsque vous massez votre conjoint, évitez de mélanger massage thérapeutique et massage érotique, pour qu'il réalise à quel point votre frontière est claire. Ce qui aura un effet sécurisant pour lui. Je vous recommanderais aussi de bien délimiter votre territoire professionnel, pour éviter que votre partenaire croise inutilement vos clients, ce qui pourraient venir réveiller chez

lui des peurs irrationnelle liés à certains traits physiques de vos clients. De toutes manières, il est préférable de bien délimiter votre vie privée de vie votre professionnelle, autant pour vous que pour vos clients.

Rappelez-vous que la confiance en soi et en l'autre sont les clés essentielles pour dépasser la souffrance liée à la jalousie amoureuse.

Envoyez-moi vos suggestions d'articles! Cette chronique est pour vous!
chronique_sex0_fqm@hotmail.com

La théorie sur la jalousie amoureuse est tirée du livre « *La puissance des émotions* » de Michelle Larivey, Ed. de L'homme, 2002.