

## **Acceptez votre partenaire tel qu'il est !**

Si l'amour est un sentiment merveilleux, la vie de couple n'est pas forcément une sinécure ! Entre les frictions et les incompréhensions, on peut se demander si hommes et femmes sont faits pour vivre ensemble ! Et si la clé du bonheur était d'arrêter de vouloir à tout prix changer l'autre, pour accepter tel qu'il est ? En moins d'un demi-siècle, les modèles féminins et masculins ont considérablement changé. Sur bien des aspects l'homme et la femme tendent maintenant à se ressembler de plus en plus, gommant les spécificités. Or ; selon John Gray, auteur du livre. Les hommes viennent de Mars ? Les femmes viennent de Venus, se serait la cause essentielle de l'échec actuel des relations de couple. Ainsi il serait préférable d'accepter l'autre tel qu'il est plutôt que de vouloir absolument le faire changer. Cette condition serait même indispensable pour que le couple puisse tenir la route. Alors, devez-vous cesser d'attendre l'impossible ?

### **Des extraterrestres l'un pour l'autre...**

Pour John Gray, la différence entre hommes et femmes serait aussi radicale que s'ils étaient issus de deux planètes éloignées : leurs façons de communiquer, d'agir, de ressentir, de penser et d'aimer seraient complètement différentes. Les hommes prôneraient l'efficacité, la réussite, l'autonomie, le pouvoir et seraient, davantage intéressés par les objectifs et les résultats que par les relations et les personnes. Pour les femmes ce qui compte, ce serait l'échange, les sentiments, le don de soi, l'intimité.

### **Des besoins affectifs de base différents**

En s'appuyant sur ses 20 ans d'expériences de thérapie du couple, John Gray dresse ainsi une liste des priorités affectives des hommes et des femmes engagés dans une relation amoureuse. Autrement dit, il définit ce dont ils ont impérativement besoin pour se sentir aimés et épanouis dans leur couple. Selon lui, les femmes attendraient avant tout de l'attention, de l'écoute, de la compréhension, du respect, de l'attachement, la reconnaissance et l'acceptation de leur sentiments (de leurs humeurs changeantes aussi). Les hommes, pour leur part, demanderaient avant tout de l'admiration, de l'approbation, de la confiance et d'être appréciés tels qu'ils sont (sans que l'on cherche à les changer).

Autant dire que face à de telles divergences les malentendus et les conflits sont incontournables. Les mésententes sont inévitables si chacun attend de l'autre qu'il ait des centres d'intérêts et un comportement amoureux identique au sien.

### **Evoluer ensemble...**

Redécouvrir que nous sommes radicalement différents et prendre en compte les besoins de chacun seraient donc les premiers pas à faire pour donner une chance à son couple. Comprendre le conjoint et l'accepter évite d'accumuler les frustrations, les rancœurs, les déceptions pour tout ce qu'on attend et qui ne vient pas (ou pas comme on le souhaite). De plus, cette meilleure compréhension permet d'offrir à l'autre ce dont il a réellement besoin.

C'est uniquement une fois cette compréhension mutuelle installée que le couple peut aller de l'avant. Les hommes et les femmes sont alors prêts à évoluer et faire les menues concessions indispensables à l'aménagement d'une relation satisfaisante et suffisamment solide pour tenir dans les intempéries.

A vous donc de faire preuve d'ouverture, de tolérance, de respect... Ces qualités vous seront utiles dans votre couple, mais également dans votre vie en général !