

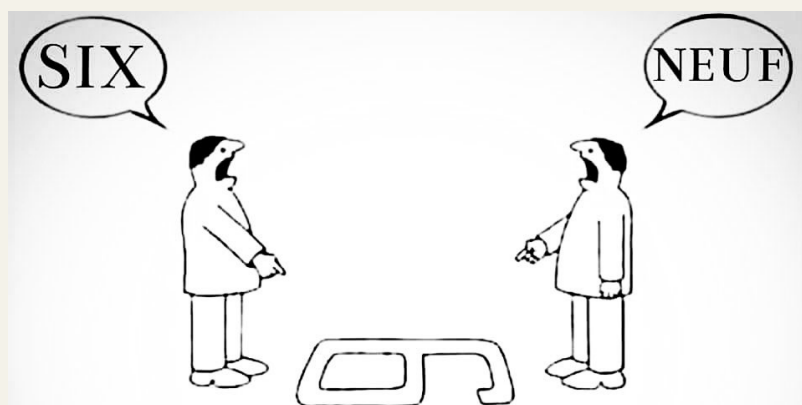
15 Janvier 2024

www.formation-systemie.fr

# Le billet de Tsipi...



## LE JEU DU 69 CONJUGAL QUI N'EST PAS DU SEXE!!!



CE N'EST PAS PARCE QUE  
TU AS RAISON, QUE MOI J'AI TORT.  
C'EST JUSTE QUE TU N'AS PAS  
LE MÊME POINT DE VUE QUE MOI.

Le 69 dans un couple n'est pas forcément limité à une position du kama sutra!

Il peut également être une astuce pour désamorcer un bras de fer dans une relation, quelle qu'elle soit, et en l'occurrence, une relation de couple.

*“On n'arrive plus à communiquer!!*

*Il / Elle ne supporte pas d'avoir tort! Il / Elle pense avoir toujours raison!*

*On passe notre temps à se disputer sur des brouilles!*

*On n'est pas d'accord sur l'éducation des enfants!...”*

Combien de thérapie conjugo-familiale démarre avec ces phrases???? Dans l'attente inconsciente, bien sûr, que le thérapeute tranche en faveur de l'un des partenaires!

## OU COMMENT DÉSAMORCER LA VERITE AU PROFIT DE LA REALITE PROPRE A CHACUN DANS LE COUPLE?

Ce matin, je recevais un couple dans la situation évoquée, à savoir, des disputes constantes, une incapacité à trancher ou à faire des compromis, l'impression de ne pas être écouté.e et entendu.e par l'Autre, voire une interprétation des tons employés et du comportement etc...

Un des points d'achoppement se cristallisait autour de l'éducation des enfants.

*“Le petit dernier n'a que 6 ans. Je ne veux pas qu'il fasse le tour du lotissement du village en vélo tout seul; c'est trop dangereux, il papillonne et est très distrait “*

*“Oui, mais moi je ne veux pas en faire des trouillards mais au contraire des enfants qui ont confiance en eux!!!”*

Bras de fer parental ô combien habituel! Et surtout, impossible de sortir, l'un comme l'autre, de leur postulat propre de départ!!!

## VÉRITÉ VS RÉALITÉ PROPRE DE CHACUN

J'ai raison, donc tu as tort... ET vice et versa bien sûr!!!

Et **être d'accord sur un désaccord est compliqué!**

Je leur ai donc proposé d'expérimenter un exercice. L'exercice du 6 et du 9! J'ai donc dessiné un 6/9 sur une feuille que j'ai posé par terre, tout en les invitant ainsi à se mettre de part et d'autre de ce dessin!

Je les ai ensuite invité à poser, chacun à leur tour, leur lecture de la problématique, puis les sentiments et émotions en lien.

Ils ont ensuite été, toujours à tour de rôle, dans la vision de l'Autre, en se déplaçant physiquement sur le territoire de leur partenaire, donc de l'autre côté de la feuille...

Puis, j'ai proposé à l'hôte, en présence physique de l'invité (qui est donc à ses côtés) de réexprimer ses sentiments et émotions, par rapport à son exposé de la problématique.

Puis, inversement, l'invité a regagné sa place et l'ancien hôte est devenu invité, avec la même consigne d'expression.



**Interdiction de juger ou de ne pas “être d'accord” quant à l'expression des émotions ou à l'exposé de la problématique!**

En effet, mes émotions m'appartiennent et personne ne peut décider à ma place de ce que je dois et peux ressentir!  
ET l'exposé de la problématique telle que je l'élabore est basée sur mes émotions!!

Ainsi, aller visiter le monde de l'Autre, aller visiter sa réalité propre et non pas LA VERITE (qui n'existe pas, mais ça, c'est un autre débat!!!), aura comme repercussions première d'avoir le sentiment d'avoir été entendu par son partenaire. D'avoir été entendu dans Sa réalité et non dans la Nôtre!



*Monde de l'un des partenaires*



*Monde de l'autre partenaire*

enVisite



Pour ne pas vous laisser sur votre faim, une des solutions trouvées à expérimenter a été de demander à l'un d'apprendre au petit dernier comment rouler à vélo sans papilloner, lui apprendre à être attentif dans ce qui se passe autour de lui, de faire du vélo avec lui pour lui montrer l'exemple, jusqu'à “validation des acquis de l'expérience”!

La peur a été entendue, l'axe confiance en soi est travaillé, et chacun a contribué à l'élaboration d'une sortie de crise!

## **QUOI QU'IL ARRIVE, N'EN FAIS JAMAIS UNE AFFAIRE PERSONNELLE.**

Une dernière chose et non la moindre: Le 2ème Accord Toltèque!

Lorsque l'on se parle, mais encore plus lorsque l'on s'écoute, notre inconscient, facétieux, joueur et farceur, nous ramène à nos plus profondes blessures. Et c'est souvent le filtre de compréhension qui est le premier activé dans la communication.

Alors, avant de calquer nos interprétations du comportement, du ton, des mots de la posture etc... de notre interlocuteur, demandons nous d'abord ce que cela vient toucher chez nous, et ensuite... 3ème accord Toltèque!

## **NE FAIS JAMAIS DE SUPPOSITIONS!**

Posons des questions pour éviter malentendus et déchiffrage malencontreux!

Merci à JL. et à E. de m'avoir fait confiance pour travailler sur leur problématique! Suite au prochain numéro pour les résultats de leurs exercices à la maison, puisqu'ils sont repartis avec la feuille du 6/9, et la consigne de devoir expérimenter les désaccords avec cet outil!

