La genèse de ce livre

Nous avons passé des années à former tout type de public au Process Communication Model (PCM), nommé aussi Process Com en France pendant des années. Il s’agit d’un outil de connaissance de soi et de compréhension de la relation à l’autre. Il n’y a pas une session sans témoignage des participants au sujet de leur conjoint. Nous entendons régulièrement des prises de conscience, des changements de posture, des rééquilibrages. « Il y a un avant et un après PCM » nous disent-ils souvent.

Nous souhaitons ici proposer des clefs de compréhension de nos fonctionnements conjugaux pour que l’avant/après opère aussi dans l’un des champs relationnels les plus précieux : celui du couple.

Il existe de nombreux ouvrages sur le sujet, qui nous enseignent les « techniques amoureuses ». Nous avons pris le parti ici de nous positionner principalement depuis des histoires qui se sont terminées. Qu’est-ce qui fait que cela n’a pas fonctionné entre les deux partenaires ? Comment Process Communication Model peut nous aider à décrypter nos comportements inopportuns, par lesquels nous nous dirigeons vers la fin de l’histoire plutôt que d’enrichir la relation en nous synchronisant à la façon de voir le monde de notre conjoint ?

Comme le disait Lao Tseu, « L’échec est le fondement de la réussite » : nous avons recueilli une vingtaine de témoignages d’histoires dont la plupart sont abouties, prenant le parti que comprendre nos échecs nous permettrait de trouver nous-même le mode d’emploi pour une relation sereine et stimulante.

Reprenons cette citation de Christiane Singer qui illustre très bien la philosophie de ce livre : « Aucune relation n’est une perte de temps : si elle ne vous a pas donné ce que vous cherchiez, elle vous a montré ce dont vous aviez besoin » : les témoignages illustrent parfaitement cela. Les ruptures sont le fruit de besoins devenus impossibles à satisfaire auprès de notre conjoint. Quel apprentissage en garder pour la suite du chemin ? Comment s’inspirer des histoires de nos témoins pour savoir rebondir ? Nous souhaitons par cet ouvrage déclencher les prises de conscience pour plus d’intelligence amoureuse.

Notre livre se voulant accessible à toute personne souhaitant comprendre les enjeux relationnels de son couple, nous avons souhaité donner un minimum de théorie tout en le rendant stimulant pour notre public d’experts PCM.

Tous nos témoins sont certifiés au modèle PCM, c’est pour cela que vous retrouverez de nombreuses allusions à nos secteurs du coaching ou de la formation dans les histoires évoquées.

Il s’agit d’un ouvrage destiné à tout lecteur ayant envie de mettre de l’énergie dans sa relation amoureuse, qu’il soit en couple hétérosexuel, homosexuel, en couple non exclusif, en polyamour…Nous sommes tous en quête d’une meilleure communication avec l’être aimé pour tendre vers une vie plus harmonieuse.

« Parce que nous n’avons encore rien trouvé de mieux que de se parler pour se comprendre »... et si nous l’appliquions à notre couple pour commencer ?

# Un écrit à quatre mains

Cet ouvrage est le fruit d’un regard croisé d’un autre duo symbolique puissant dans une vie : celui d’un père et sa fille.

Nous avons une belle connivence depuis toujours, un intérêt commun pour ce modèle relationnel si efficace au point d’y consacrer nos vies professionnelles à plein temps et, surtout, nous trouvons tous les deux qu’il n’y a rien de plus précieux dans la vie que l’amour.

Nous vous proposons le regard d’un homme et d’une femme, de deux générations différentes sur la qualité relationnelle dans le couple.

Comment donner le meilleur de nous-même ? Comment prendre soin de la relation ? Comment nous synchroniser pour éviter les conflits qui mènent au désamour ? …

Nous vous souhaitons de développer la conscience de vos fonctionnements relationnels pour continuer à investir votre relation affective, pour améliorer ce qu’il y aurait à améliorer pour une vie de couple épanouissante et enrichissante, voire même de comprendre pourquoi cela n’a pas fonctionné dans une précédente histoire amoureuse !

# Une précieuse rencontre

Avant d’aller plus en avant dans la découverte de la puissance de PCM pour fluidifier nos relations amoureuses, quelques mots sur nos rencontres déterminantes.

**Delphine :**

J’avais 10 ans lorsque j’ai rencontré un homme dont je ne comprenais pas la langue et qui allait pourtant être déterminant pour le reste de ma vie.

Pour ma vie d’enfant et d’adolescente d’abord, puisqu’il avait donné les codes de mon fonctionnement optimal à mon père qui a su s’y prendre au mieux pour m’aider à grandir.

Pour ma vie professionnelle ensuite, puisque j’ai décidé de me consacrer à l’enseignement de son modèle après l’avoir expérimenté et en avoir découvert la puissance dans ma première vie professionnelle parfois chaotique.

Pour ma vie relationnelle, car j’ai acquis une grille de lecture inouïe pour me sortir d’impasses relationnelles dans bien des situations.

Pour ma vie amoureuse enfin, car son modèle permet de se comprendre au quotidien et de savoir quoi faire pour insuffler de l’harmonie relationnelle quand il y en a besoin.

Il s’agit bien de Taibi Kahler, docteur en psychologie dont j’admire le génie depuis déjà quelques décennies.

Mon père a introduit le modèle PCM en France quand j’avais 10 ans, je m’y suis certifiée lorsque j’en avais 30. Après quinze ans d’enseignement en entreprise et dans le domaine du coaching, je suis heureuse de créer un espace pour la relation de couple par l’écriture de cet ouvrage. Je vous souhaite d’y trouver des clefs pour mieux naviguer dans le domaine passionnant de la vie amoureuse !

**Gérard :**

C’est en mars 1987 qu’a commencé l’aventure de la Process Communication en France.

C’est tout d’abord l’histoire d’une rencontre avec un grand homme, Taibi Kahler.

J’avais organisé un séminaire avec une vingtaine de collègues, la plupart étant comme moi psychothérapeutes formés en Analyse Transactionnelle.

Ce fut un coup de cœur immédiat pour l’homme et pour son modèle.

J’étais impressionné par le charisme, la simplicité et l’authenticité de l’homme.

Lorsqu’il nous a remis à chacun notre inventaire de personnalité suite au questionnaire que nous avions rempli, ce fut lumineux.

J’avais au compteur une bonne dizaine d’années de psychothérapie individuelle et en groupe, en bioénergie, en Analyse Transactionnelle et malgré tout ce travail personnel, l’origine de certains de mes comportements me paraissaient encore obscure.

J’ai découvert, à la lecture de mon inventaire de personnalité, que mon type de personnalité de base était Empathique.

C’était pour moi évident, je me reconnaissais à cent pour cent dans la description de ce profil.

En apprenant le modèle, j’ai découvert que nous avions plus ou moins des caractéristiques des cinq autres types de personnalités. Mais ce qui pour moi était réellement révolutionnaire dans le monde de la psychologie a été la découverte du concept de phase.

La phase correspond à notre source de motivation actuelle, ce que nous cherchons aussi bien dans notre vie professionnelle que personnelle. Celle-ci peut changer, entraînant alors des changements comportementaux importants à l’origine de nombre de turbulences dans la vie professionnelle comme personnelle.

Ayant découvert que j’étais en phase Promoteur, je réalisais peu à peu qu’il ne s’agissait pas pour moi de n’être que dans l’Empathique, que dans l’amour et la recherche d’amour, mais aussi d’être dans la recherche d’excitation, de challenge, de défi.

J’étais à un moment dans ma carrière où je cherchais autre chose. Je ne savais pas très bien quoi. Je savais bien que j’avais encore des choses à régler de mon histoire et de mon passé, mais je me sentais démuni, ne sachant pas par quel bout prendre ce que je ressentais comme étant chez moi une puissante source de motivation.

Au cours d’une pause, Taibi m’a proposé de faire du marketing pour lui en France.

Ne connaissant rien ni à la formation en entreprise ni au marketing mais sentant qu’il y avait là une bonne opportunité à saisir, j’ai immédiatement acquiescé.

L’aventure, qui dure déjà depuis plus de trente-cinq ans, avait commencé.

Cyril, mon fils, a décidé de rejoindre l’entreprise. Il en a repris dix ans plus tard le flambeau.

Delphine ma fille, co-auteure avec moi de ce livre, nous a rejoints également.

Craignant peut-être que son père ne s’ennuie s’il prenait complètement sa retraite, Cyril m’a proposé il y a déjà trois ans d’écrire un livre sur PCM et le couple.

Pour ce faire, j’ai demandé à des collègues formateurs ou coachs certifiés en PCM qui avaient vécu une histoire de couple qui était terminée leur témoignage sur les raisons de cet échec.

Le cœur de ce livre comporte un peu plus d’une vingtaine de témoignages, avec les hypothèses que nous pouvons faire, en utilisant la grille de lecture que nous offre le Process Communication Model, sur les causes de l’échec ou, dans deux cas, la poursuite de l’aventure qui avait bien failli sombrer, de chacun de ces couples.

Avec Delphine, nous avons choisi de vous présenter les concepts essentiels pour comprendre ce qui impacte nos relations de couple et ce dont nous avons besoin pour qu’il fonctionne de façon enrichissante pour chacun.

Le lecteur connaissant déjà bien le modèle constatera que j’ai pris quelques libertés avec l’orthodoxie de celui-ci.

Celles-ci reposent sur plus de trois décennies d’observation, de transmission et d’accompagnement.