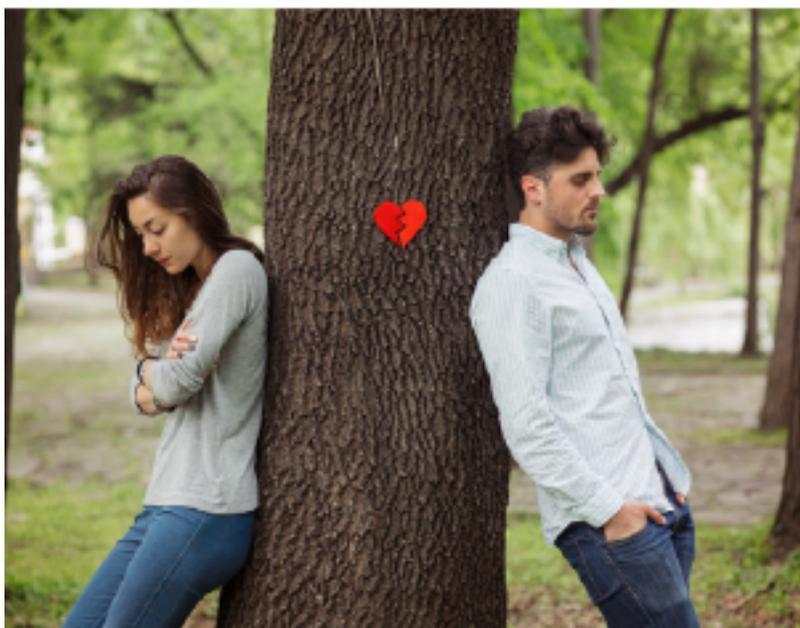




# Bulletin Mensuel

Jean-Michel Etienne, Ph.D.

Août 2023



## Quelles sont les causes de la rupture de la communication ?

"Il est fondamental de comprendre que, tout comme une fleur a besoin d'eau et de soleil pour s'épanouir, tout type de relation a besoin d'une communication bonne et efficace pour se développer et rester en bonne santé.

Avez-vous déjà eu une conversation avec votre conjoint qui s'est terminée sans que rien n'ait été accompli ? Vous discutez d'un sujet pendant des heures et vous vous retrouvez dans une impasse inconfortable. Vous vous éloignez et vous vous demandez ce qui n'a pas fonctionné. Pourquoi n'avons-nous pas pu résoudre ce problème ? Si vous avez déjà eu l'une de ces conversations, vous savez à quel point l'expérience peut être frustrante.

Au bout d'un certain temps, cette rupture de la communication conduit un couple à conclure que rien ne peut être résolu en parlant ensemble. Par conséquent, ce couple s'éloignera lentement l'un de l'autre.

Si vous êtes actuellement confronté à l'absence ou à la rupture de communication dans vos relations, vous devez identifier la cause de cette rupture et la modifier avant de vous enfoncer davantage dans le désespoir.

### Voici quelques causes de rupture de la communication.

**1. L'entêtement.** La communication commence toujours par la volonté d'échanger des idées sur un sujet dans une attitude d'ouverture et d'amour.

Cependant, lorsqu'un conflit survient avec votre conjoint, vous vous braquez et refusez de communiquer ? Insistez-vous sur votre façon de faire ou sur votre point de vue ? L'entêtement est comme un mur que vous érigez entre vous et votre conjoint.

La rupture de la communication aurait pu être résolue si les deux parties avaient fait preuve d'un peu plus de souplesse et de compromis l'un envers l'autre. Les époux défendaient obstinément leurs positions et ne voulaient pas voir le point de vue de l'autre. C'est pourquoi Dieu demande aux maris et aux femmes de se soumettre les uns aux autres dans la crainte de Dieu (Eph. 5 :21).

### 2. Lorsque vous n'êtes pas prêt à admettre vos fautes.

La première façon de révéler votre entêtement est de ne pas vouloir reconnaître vos propres fautes. Lorsque vous êtes tous deux offensés par le comportement de l'autre, rien ne sera accompli tant que l'un d'entre vous ne reconnaîtra pas sa propre faute. En général, le problème n'est pas l'apanage d'une seule personne. Dans la plupart des cas, il faut être deux pour provoquer un conflit. Vous pouvez être responsable de 10 % ou de 90 % du problème, cela ne fait aucune différence. Vous devez assumer votre part de responsabilité dans le problème.

### 3. La comparaison.

La comparaison est un autre obstacle à une communication efficace. Si vous dites des choses comme "Tu es comme ta mère" ou "Pourquoi ne peux-tu pas agir comme ton père", vous commettez une grave erreur. Comparer votre conjoint à d'autres personnes mènera toujours votre conversation à une impasse. Votre conjoint considérera qu'il s'agit d'un rabaissement personnel et se mettra immédiatement sur la défensive. Par conséquent, au lieu de comparer votre conjoint à d'autres personnes, pourquoi ne pas essayer de traiter les problèmes spécifiques qui vous séparent et détruisent votre relation ? Ce serait la meilleure façon d'utiliser votre temps et vos efforts de communication.

Mes amis, la communication est la clé de votre relation conjugale. Ne manquez pas la grande bénédiction que Dieu vous réserve, à vous et à votre conjoint, lorsque vous jouissez d'une douce communion l'un avec l'autre. Réglez les problèmes qui peuvent détruire votre unité et saisissez toutes les occasions de vous rapprocher l'un de l'autre.

**Note : De plus amples informations seront données sur ce sujet dans le prochain bulletin d'information.**