



« La malséparation » Jean Van Hemelrijck, Payot Edition, 2016

Si la séparation physique se fait rapidement, le psychisme, lui, a besoin de temps. Le fait de comprendre la construction et la déconstruction d'un couple, ses enjeux ainsi que les impacts reliés à tous les protagonistes impliqués permet d'éclairer ce bout de chemin tempétueux. Des clés et des exemples complètent cet ouvrage réparateur.



« Les 5 langages pour trouver l'amour », Gary Chapman, Leduc.s éditions, 2018

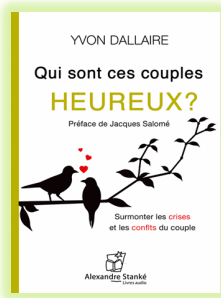
Vous sentez-vous frustré ne pas parvenir à vous épanouir dans vos relations ? Selon Gary Chapman, nous devons nous sentir aimé.e pour être heureux. Mais nous avons chacun.e notre personnalité et nous n'exprimons pas notre amour de la même manière. Si vous voulez donner ou recevoir efficacement, vous devez apprendre à parler le juste langage. Gary Chapman identifie cinq moyens d'expression principaux par lesquels chaque individu peut manifester son amour et nous apprend à les utiliser.



« On arrête?...on continue? Faire son bilan de couple » Robert Neuburger, Payot Edition, 2017, 4^{ème} édition revue et corrigée

Vous sentez-vous reconnu.e dans votre couple ? Le partage des tâches est-il équitable ? Comment les décisions sont-elles prises ? La communication est-elle bonne entre vous ? Quelle sorte d'intimité partagez-vous ? Faites-vous confiance à votre partenaire ? Du choix de la résidence à la gestion des finances, des pratiques sexuelles à la complicité, de l'amour de l'autre au respect de soi, ce livre est un compagnon des couples. Conçu pour être utilisé régulièrement, il aide

à trouver, dans une optique non conflictuelle, les mots pour questionner et être entendu.e. Parce qu'il est souvent possible d'éviter la séparation en se posant à temps des questions simples.



« Qui sont ces couples heureux ? Surmonter les crises et les conflits du couple » ,Yvon Dallaire, Option Santé Edition, 2006

Certains couples sont heureux le temps de la séduction et de la lune de miel, d'autres le restent à plus long terme parce qu'ils ont su surmonter les crises et les conflits inévitables de la vie à deux. Apprenez vous aussi à éviter les pièges de la routine et transformez votre relation en lieu d'épanouissement personnel, conjugal et familial. Le bonheur s'apprend et se construit.



« Migraine ou gros câlins ? », Iv Psalti, Le Livre de Poche, 2007

Peut-on entretenir le feu du désir dans les couples qui durent ? Sexophile, sexophobe ou intermittent du sexe: où vous situez-vous actuellement? Pour quelles raisons, passé le stade de la lune de miel et de l'amour passion, la plupart des couples connaissent-ils une baisse de fréquence des rapports sexuels ? Comment y remédier ? Qu'attendent respectivement les hommes et les femmes de leur relation amoureuse ? En étudiant la dynamique érotique de différents couples de longue durée et en analysant leur maturité et leurs motivations sexuelles, Iv Psalti, sexologue clinicien, nous livre les clés du bonheur à deux. Loin des idées reçues, il livre un plaidoyer pour une sexualité hédoniste et milite pour l'harmonie du couple et l'épanouissement individuel.