

# La méthode anti-divorce de Florence



Les statistiques de l'INSEE sont sans appel : les divorces sont nombreux en France, et augmentent de façon exponentielle. Nous connaissons tous ces chiffres : un divorce sur trois mariages en France, et un sur deux en région parisienne.

## Divorcer, est-ce démodé ?

Ces chiffres veulent-ils dire que nous devenons plus libres dans notre rapport avec le sexe opposé, que nous n'hésitons plus à rompre un engagement pour préserver notre bonheur ? Autrement dit, le divorce constitue-t-il un progrès ? A l'époque de nos parents, divorcer était encore perçu comme un moyen de s'affirmer, le divorce offrait la possibilité de rompre ses chaînes si la relation ne « fonctionnait plus » ; c'était un pas de plus vers la liberté.

### **En 2011, divorcer ne rime plus du tout avec liberté !**

Le divorce n'est plus vu comme un progrès. Evidemment nous sommes dans une ère du couple où la liberté et la quête d'épanouissement personnel priment sur tout. C'est pourquoi aujourd'hui on perçoit le divorce comme UN ECHEC. Et souvent plus un échec de ses choix de départ qu'un échec sur la manière dont on a mené sa relation de couple.

Alors, pourquoi choisir de chercher sa liberté dans la douleur d'une rupture ? **Autant la choisir AVANT de s'engager, non ?**

On a la chance de pouvoir vivre notre liberté au moment de choisir ET de s'engager. Alors ne pas se donner **les moyens** de réussir nos choix amoureux et nos relations amoureuses ?

Notre exigence en amour est telle, en 2011, que nous ne pouvons plus mener notre vie amoureuse au gré de nos seules attirances physiques et intellectuelles ! Et pourtant, c'est que nous faisons, nous continuons à croire à la magie, et que cette magie doit continuer, toute seule (ou presque) au fil de la relation. Et la suite, vous la connaissez...

## Donnons-nous les moyens de faire des choix qui nous rendent heureux aussi sur la durée !

En travaillant un peu sur soi, sur ses attentes fondamentales, ses valeurs. En ayant la volonté, dans notre séduction, d'être authentique quand on se présente à l'autre (et non de contrôler notre discours comme je le

vois chaque jour...ce qui mène à des erreurs de castings évidentes). Voilà tout de même [quelques pistes](#) qui nous épargneraient quelques désillusions, non ?

**Soyons un peu lucides : nous sommes devenus très exigeants sur ce que doit nous apporter notre couple.**

Aujourd'hui, on voudrait que les sentiments du début durent toujours, que la petite flamme ne s'éteigne jamais. Mais pour que ce bel idéal soit réalisable, autant mettre toutes les chances de son côté et préparer ses choix par une solide réflexion. Il ne s'agit pas de lutter contre ses attirances, bien au contraire, **il s'agit de les enrichir (et de les rendre intelligentes si j'ose dire....)**. Je le vois chaque jour chez Love Intelligence : dès qu'une personne mûrit sa réflexion en prenant clairement conscience de ce qui est BON POUR ELLE sur la durée, ses attirances évoluent et « servent » son bonheur. Un exemple : une femme va s'intéresser alors à quelqu'un qu'elle ne « voyait » pas auparavant. Elle aura la capacité à s'ouvrir à lui d'une manière plus personnelle, intime et un cercle vertueux se met en place : l'autre se confie et il devient alors intéressant, le courant circule et les a priori du départ ne font plus le poids face à la complicité établie et une valeur commune partagée.

Alors comment engager une révolution pour éviter si possible toutes ces souffrances liées aux divorces ? En prenant le problème à la racine ! Aujourd'hui, la tendance est à la revalorisation de l'engagement. Si l'on en croit une étude réalisée récemment aux Etats-Unis, 40% des personnes mariées affirment être heureuses, contre seulement 18% des divorcés.

Oui, l'amour nous rend heureux, et nous voulons continuer à croire que le grand amour n'est pas seulement un conte de fée. Mais faire le bon choix, réussir son mariage, réussir son couple, c'est un art difficile qui exige un beau travail lié à la connaissance de soi, [quelques conseils](#) et donc... un peu de temps.

## Les 5 questions qu'on oublie de se poser



Depuis des années, en tant que fondatrice de Love Intelligence® et [www.love-intelligence.fr](http://www.love-intelligence.fr), j'ai rencontré des centaines de personnes qui connaissaient des problèmes dans leur vie conjugale ou qui n'arrivaient pas à s'engager ou trouver la bonne personne.... En leur parlant, en les écoutant, et en supervisant également mon équipe de coaches, je me suis rendue compte qu'il y avait 5 questions que ces personnes ne se posaient pas...

Et pourtant, quand les aidait à trouver les réponses, j'observais que les belles rencontres s'ouvraient pour les célibataires Et pour les couples, des déclics leur donnaient des idées pour faire progresser leur couple.

La première est la seule qui soit psychologique :

- On veut un couple moderne sans s'en donner les moyens : Nous exigeons de former notre propre couple, libre, détaché de nos influences familiales et du vieux modèle (patriarcal). Mais rares sont ceux qui sont libres de leur passé amoureux, libre des modèles et des influences que nous transmet notre entourage. Pourquoi ? Parce que, si réussir cette libération, c'est facile, encore faut-il se pencher quelques instants sur notre passé pour **voir ce que l'on veut garder et ce dont on veut s'éloigner ! C'est l'objet de l'étape 1 de mon approche.**

La 2<sup>ème</sup> : nous ne cherchons pas à comprendre qui est à même de nous rendre heureux sur la durée

- Nous avons perdu le réflexe d'appréhender une personne sous l'angle de ses valeurs. Aujourd'hui comme hier, on se laisse diriger par ses attirances, mais l'on ne prend pas le temps de les confronter aux valeurs fondamentales que nous attendons de l'autre et qui font que le couple sera harmonieux et complice longtemps. L'une des raisons, c'est que dans notre ère de consommation, on juge trop vite, car on est pressé, on veut se faire rapidement une opinion. Pourtant, plus on sait ce qui nous fait du bien en amour, plus on sait ce que l'on recherche (non pas en termes de physique ou de personnalité mais en terme de valeurs), plus on a de chances d'aller vers notre bonheur. **C'est l'objet de l'étape 2 de mon approche.**

" Impose **ta chance**, serre ton bonheur et va **vers ton risque** »...vive René Char !

La 3<sup>ème</sup> : nous travaillons notre séduction en matière de look ou de discours, alors que 90% de notre charme est ailleurs !!!

- Nous avons perdu le réflexe d'être vrai. Nous vivons dans l'hyper-contrôle : de notre discours (pour mettre en avant ce que l'on imagine être « bien chez nous », ou pour se prêter à une joute verbale) ...quand l'autre découvre notre visage complet, il déçoit car il n'y a plus de résonance avec ce qu'il est. Cela arrive tous les jours. Nous sommes soumis à un diktat de l'apparence qui nous impose des modèles tous faits et des codes de séduction, et NOUS EN OUBLIONS... de séduire puissance 10 ! Séduire puissance 10, pourtant c'est si facile ! c'est séduire en révélant ce que nous sommes vraiment. Il faut pour cela prendre conscience de ce qui nous rend unique et avoir l'envie de le révéler à l'autre ! **C'est l'objet de l'étape 3 de mon approche.**

La 4<sup>ème</sup> : nous « consommons les rencontres »

A l'époque des sites de rencontres et du manque de temps pour tout, nous avons tendance à vouloir que l'amour soit du « tout cuit » : on plaque nos attentes sur l'autre, et quand quelque chose chez lui ne nous convient pas, on zappe. Mais on ne peut pas commander une histoire d'amour comme on commande un plat tout préparé !

Plus on éveille son ouverture à l'autre, plus on a de chances de ne pas passer à côté d'une belle rencontre. La bonne disposition d'ouverture est celle qui donne à l'autre l'envie de se confier et qui lui fournit aussi des « prises » sur notre personnalité. Cette ouverture d'esprit permet de créer un pont entre notre cœur et celui de l'autre, pour qu'un échange vrai se passe...et, peut être alors, que les sentiments et l'amour circulent. Elle nous permet aussi de reconnaître tellement plus facilement quelles sont les « bonnes » rencontres, celles qui nous sont favorables ! **C'est l'objet de l'étape 4 de mon approche.**

La 5<sup>ème</sup> : nous ne savons plus créer de complicité

Combien de relations démarrent sur les chapeaux de roue mais s'arrêtent sans crier gare, laissant l'un des deux désorienté, déçu...Alors, posons-nous la question suivante : Comment tisser les liens d'une relation de qualité,

celle qui donne envie de construire, en fonction de la personnalité que j'ai en face de moi ? Créer la complicité génératrice de liens forts, rester féminine ou masculin dans le regard porté par l'autre, sur nous-mêmes (une des raisons majeures d'arrêt de la relation par l'homme est due au fait qu'il ne trouve pas sa place). Alors autant se poser au moins une fois cette question quand nous sommes dans une relation. En amour nous nous en posons tant d'autres qui ne mènent à rien ! Mettre en place cette complicité, **c'est l'objet de la dernière étape de mon approche**.

## Une méthode révolutionnaire ?

Je n'ai qu'un mérite : j'ai formulé clairement les 5 questions qu'il faut se poser pour trouver son bonheur en amour. Il faut s'accorder une pause pour y réfléchir et répondre si l'on veut ne veut pas tourner en rond et se faire mal en multipliant les déceptions. Nos attentes sont tellement fortes, rendons donc notre engagement plus dense et mûre et clarifions le chemin pour y parvenir.

Ces cinq livrets s'adressent à des personnes qui n'ont pas forcément de problèmes en amour, mais qui ne veulent pas perdre leur temps dans des histoires qui ne leur conviennent pas.



## Cinq étapes où je vous guide pour changer le cours d'une vie amoureuse.

**Cinq livrets reçus chez soi. Un livret = mon approche + des outils de coaching pour adapter mes conseils à votre contexte amoureux...**

En l'espace de cinq de 5 mois (mais les plus pressés font tous les exercices en 5 semaines !), j'aide à franchir cinq caps qui vous donnent confiance et une vraie direction pour avancer en amour sans perdre de temps. Certains disent aussi qu'ils donnent une conviction sur ce qu'est un « bon choix », d'autres parviennent à créer plus de complicité.

En plus des livrets et des exercices, je vous propose un espace membre sur [www.methode-florence.fr](http://www.methode-florence.fr), où vous pouvez répondre aux exercices de coachings si vous souhaitez qu'on lise vos réponses et qu'on vous donne notre retour. Il y a également des vidéos supports qui expliquent comment telle étape ou tel exercice a déjà provoqué de vrais déclics.

VOS réponses à mes cinq questions vous sont utiles tout au long de la vie.

Cinq mois pour se préparer à la plus grande aventure de sa vie ... C'est peu finalement !

La [Méthode Florence](http://www.methode-florence.fr) n'est pas un guide de séduction tout fait. Ce qui fait sa modernité et son efficacité, c'est précisément qu'elle s'attache à ce que vous trouviez des réponses qui seront éclairantes parce que ce seront

les vôtres. C'est comme si vous accrochiez alors à votre trousseau, quand vous sortez ou quand vous êtes avec votre amoureux(se), 5 nouvelles clés qui vous aident à aller dans la bonne direction.

**Prix** : 5 livrets chez soi et les outils de coachings : 30€ chaque mois pendant 5 mois.

**étape 1**  
Suis-je libéré du passé ?  
Nos anciennes histoires amoureuses et nos influences familiales entravent trop souvent nos choix amoureux.  
DOM, 36 ans  
Paris Match

**étape 2**  
Qui peut me rendre heureux(se) ?  
Tout le monde a déjà réfléchi à ses attentes (« J'aimerais qu'il soit comme ci... »). Mais sans une compréhension de ce qui apporte le bonheur sur la durée, le risque d'être déçu est grand.  
LOU, 42 ans  
Magazine ELLE

**étape 3**  
En quoi suis-je unique ?  
Lorsque vous comprenez ce qui est beau et unique en vous, vous suscitez plus naturellement l'intérêt.  
Raph, 35 ans  
Psychologie Magazine

**étape 4**  
Comment rencontrer, reconnaître et intéresser ceux qui sont vraiment faits pour moi ?  
Pour beautiful, une belle rencontre se résume à être la chance.  
FRED, 37 ans  
Femme Actuelle

**étape 5**  
Comment construire sur le long terme ?  
Combien de relations démarrent sur les chapeaux de roue mais s'arrêtent sans crier gare laissant l'un des deux désorienté, déçu...  
STEPH, 36 ans  
Le Figaro Madame