



MICHÈLE
BROMET-CAMOU

Guérir de sa famille

par la psychogénéalogie

Guérir de sa famille
par la psychogénéalogie

Du même auteur

Hugo ou la désadoption, Paris, L'Harmattan, 2008.

Milie, enfant à naître, Paris, L'Harmattan, 2002.

Michèle Bromet-Camou

Guérir de sa famille
par la psychogénéalogie

Tallandier

© Éditions Tallandier, 2018.
48, rue du Faubourg-Montmartre – 75009 Paris
www.tallandier.com

ISBN : 979-10-210-3272-9

À Anne Ancelin Schützenberger
qui a tant travaillé sur la transmission
et qui s'éteint au moment où naît ce livre.

Prologue

Qu'est-ce qui nous permet de devenir psychothérapeute, de rencontrer l'autre, de l'accompagner, de reconnaître sa souffrance et ses multiples formes d'expression ?

Je serais bien incapable de désigner aujourd'hui ce qui a fait de moi la professionnelle que je suis devenue, mais aujourd'hui, c'est plus fort que moi, je ne peux pas m'empêcher de retracer un bout de mon chemin... Pourquoi ? me direz-vous. Eh bien, justement, pourquoi ? Pourquoi sommes-nous tous amenés, sans l'avoir réellement choisi, à mettre en place des actes qui vont guider une partie de notre vie ?

Avant de tenter d'y répondre, laissez-moi poser quelques prémices concernant cette profession particulière de psychothérapeute.

Après tant d'années d'accompagnement des êtres humains, je sais que la manière dont le patient va faire le récit de sa propre vie ne laisse pas le thérapeute

insensible, et que c'est sur ce fil tendu entre le thérapeute et le patient que va se faire le cheminement de l'un... et de l'autre ! Faut-il rappeler que ce n'est que dans l'analyse du lien qui se met en place avec nos patients (et dont Freud parlait en termes de transfert et d'analyse du contre-transfert) que nous aurons accès à la partie qui se joue ?

Bien sûr, il y a la formation universitaire qui nous permet de devenir psychologue ou psychiatre, de longues années pour apprendre à apprendre, à accumuler les tensions avant les examens, à craindre d'aller voir la liste des reçus, à exploser de joie lorsqu'apparaît notre nom et à fondre en sanglots lorsque le sort n'a pas voulu de nous. De longues années à rencontrer, se tromper, côtoyer sa solitude, à faire la fête quand on l'ose, et surtout peut-être à commencer à exister sans sa famille. Si l'université constitue essentiellement une série d'épreuves initiatiques permettant d'entrer dans le monde, de constituer progressivement son espace propre, de s'étonner, de désapprendre et de réapprendre autrement, elle ne prépare pas à la profession de psychothérapeute.

Alors, pour avoir accès à ce que nous allons devoir mettre en œuvre, à cet outil qui va être le seul, en tout cas le plus présent, dans nos relations aux patients, il va falloir nous occuper de nous-mêmes et aller y voir de plus près.

Et puis, parce que mon engagement professionnel dans cette place de psychothérapeute est profondé-

PROLOGUE

ment lié à ceux qui sans le savoir ont participé à ma construction, cet ouvrage laisse découvrir, soit formellement exposé, soit sous-entendu, une sorte de soliloque ou d'aparté constant entre l'accompagnement de mes patients et l'écho qu'ils constituent à ma propre histoire de vie.

Introduction

« C'est plus fort que moi »

Cent fois, mille fois, j'ai entendu ces parents pleins de bonne volonté dire et répéter : « Vous comprenez, c'est plus fort que moi ! »

« Je râle et je crie dès que je remets les pieds à la maison le soir, alors que je devrais être tellement heureuse de retrouver mon mari et mon petit garçon ! Vous comprenez, c'est plus fort que moi ! Ça se déclenche tout seul ! » me confie douloureusement Léa, toute jeune adulte, qui sait déjà sans pouvoir faire autrement qu'elle participe activement à l'usure de son couple et de sa place de jeune maman.

« Je rate tout dans ma vie, mais j'aimerais tellement qu'on me reconnaisse ! » confesse Élise qui vient de se séparer pour la seconde fois de son époux alors que sa famille lui répète depuis toujours qu'elle ne saura jamais construire une vraie famille.

« Je suis enceinte et j'ai terriblement peur de perdre mon enfant, même si le médecin m'affirme que tout va

bien ! C'est plus fort que moi ! » sanglote Aurélie qui ne sait pas encore qu'elle a eu une sœur aînée dont on lui a caché l'existence et le décès.

« Je ne peux pas supporter d'entendre parler de cancer, je suis persuadée que je dois en avoir un ! » répète inlassablement Béatrice qui a vécu une enfance si protégée qu'elle a développé une fragilité intense à l'idée même d'une attaque venant du monde.

« Je voudrais tellement que ma mère me protège et je l'agresse en permanence ! » raconte Catherine dont les familles vivent ensemble « collées » depuis plusieurs générations. « C'est plus fort que moi, ma mère, je la veux pour moi et je la jette, je ne peux pas m'en passer et je voudrais tellement m'en passer ! »

« Il a deux ans maintenant et il se réveille encore toutes les nuits. Il hurle, ça me donne la rage. Moi, le matin, il faut que je me lève pour aller au boulot alors, c'est plus fort que moi, la nuit dernière, je l'ai frappé ! Je n'arrivais pas à m'arrêter ! » avoue ce père, effondré.

Et d'autres encore...

« Mes parents ont été élevés dans l'indifférence, eux-mêmes ne m'ont jamais montré leur affection et voilà que mon mari ne me montre rien non plus. C'est plus fort que moi ! Je ne m'entoure que de personnes d'une froideur épouvantable ! »

« J'avais une seule peur, c'était d'épouser un homme alcoolique, j'avais trop vu mon père ivre tous les soirs, et c'est sur un homme comme ça que je suis tombée ! »

INTRODUCTION

« C'est plus fort que moi ! Je ne peux pas faire autrement que tout maîtriser dans la maison et je suis épuisée. Dans la famille de ma mère, ils sont tous comme ça. Au moins, je me sens des leurs. Mais mon mari dit qu'il n'a plus aucune place. »

La liste serait longue si j'en faisais une énumération exhaustive.

Lorsque les adultes, qu'ils soient accompagnés par leurs enfants ou qu'ils viennent en leur propre nom, peuvent formuler « c'est plus fort que moi », c'est que d'une certaine manière le travail a déjà commencé. Ils ne sont plus dans une demande que l'autre change, ils savent déjà au plus profond d'eux-mêmes qu'ils sont mus par quelque chose qu'ils n'ont pas choisi et qui pourtant est en eux.

Parce que le psychothérapeute a lui aussi une histoire, aujourd'hui, en laissant venir ces premiers mots, j'ai la certitude que quelqu'un m'a poussé. Ce n'était pas une simple invitation à me pencher sur le vide de cette feuille, pas un simple encouragement, pas une sorte d'accolade, non, *cela a été plus fort que moi* et je me suis retrouvée là, devant ce blanc, ce blème, un peu comme en haut d'une forteresse, regardant le bas avec un vertige intense. Une peur de tomber dans ce creux de la page et une envie irrésistible d'y aller.

J'ai eu, d'aussi loin que je me souviene, une sensibilité terrifiante au vide, ce qui me fait, souvent rester en arrière, voire rebrousser chemin, laissant ma famille

et mes amis continuer la route. Leur aptitude à frôler ces ruptures de terrain me décourage profondément. Quitte à me sentir ridicule, je m'arrête de peur d'être aspirée par cet espace inconnu et d'y plonger définitivement. Aujourd'hui, en face du vide de ce livre à venir, de cet être à créer, j'y vais. Cette fois, souhaitons qu'il me pousse des ailes !

Il y a quelques années, quelqu'un m'avait déjà poussée et je m'étais retrouvée dans l'appartement de Mme Anne Ancelin Schützenberger, qui a tant travaillé sur les transmissions transgénérationnelles et auprès de qui j'ai eu le plaisir d'apprendre. Ce jour-là, je n'ai pas vraiment su ce qui m'arrivait, mais je l'ai entendue me dire de sa voix à la fois chaleureuse et autoritaire : « Nous sommes tous prisonniers d'une sorte de toile d'araignée construite bien avant nous et dont nous participons au tissage. Le travail de notre vie est de repérer les fils de la toile, de garder ceux qui nous conviennent et de couper ceux qui ne nous vont pas afin de vivre notre vie et non pas celle qui a été pensée pour nous. »

Ce qui s'est passé, il y a quelques années, vient de se répéter. Car aujourd'hui, de nouveau, quelqu'un m'a poussée.

En me retournant, je me suis aperçue que ce n'était pas vraiment quelqu'un... ou plutôt qu'ils étaient plusieurs, ou bien que celui qui m'avait poussée avait déjà lui-même été poussé, ou l'était encore : un peu comme une chaîne, un enchaînement, une série d'échos... Il y

INTRODUCTION

avait des jeunes, des vieux, des hommes et des femmes, et puis des vides, des trous, des manques.

À un moment, je n'ai plus rien vu du tout. Plus personne derrière moi et pourtant ça poussait. Je me suis sentie comme emportée, envoûtée, contrainte par je ne sais quoi, par quelque chose que je n'arrivais pas à repérer, contrainte de déposer ces mots, puis ces pages, puis ce livre.

Alors, j'ai décidé de m'arrêter et de me retourner pour tenter de reconnaître, de nommer, d'interroger celui ou ceux qui m'imposaient leur allure, m'empêchant d'avancer à mon rythme. Et j'ai aperçu mon père. Mon père décédé depuis quinze ans mais tellement présent encore aujourd'hui. Oh, pas seulement présent dans le souvenir, essentiellement dans la trace, les traces... mon père, agrégé de lettres et poète. Derrière se trouvait sa mère, ma grand-mère, qui était aussi ma marraine, ma bonne fée, et qui, avant de mourir, m'avait appris à lire et à écrire. J'avais quatre ans. Et derrière encore... Derrière, je ne sais plus, ces coquins d'ancêtres se sont mis dans le brouillard, mais ils sont là et je sais au plus profond de moi que je ne suis pas seule à écrire ce que j'écris.

D'une manière ou d'une autre, nous marchons dans les pas de ceux qui nous ont aimés, façonnés. Cela même lorsque nous semblons faire l'inverse de ce qui nous a imprégnés. Telle cette mère qui déclare : « Je déborde d'affection envers mes enfants, ma mère était tellement froide ! » En les entourant d'une chaleur

débordante, elle s'engage dans ce qu'elle pense qui ne doit surtout pas être répété. Ce qu'elle ne sait pas, c'est que l'envers, comme l'endroit, souligne l'importance du modèle.

Quant aux disparus, ils sont là, en nous, parfois plus présents que les vivants, car les messages entendus ne sont plus négociables. Ils sont là tels des marques souvent indélébiles. Ces traces, ces résidus de l'histoire logés au plus profond de notre inconscient ne peuvent être lus, relus, qu'à l'aide de dispositifs psychothérapeutiques particuliers permettant d'aller les apercevoir, puis de les retrouver dans ce réservoir sans fond qu'est l'inconscient.

Ces multiples rencontres que ma fonction de psychologue a suscitées m'ont permis de rejoindre les êtres cachés derrière leurs rôles, leurs fonctions, de mettre en plein jour et de distinguer les enfants de leurs parents, les petits-enfants de leurs grands-parents, les arrière et arrière-arrière-petits-enfants de leurs aïeux.

Ceux qui sont curieusement d'abord venus jusqu'à moi ont été des enfants aînés, peut-être tout simplement parce que je le suis aussi. Quel écho continu y a-t-il dans ce monde entre ce que nous ne savons même pas que nous savons et ce que nous donnons à voir de nous-mêmes, à entendre et à ressentir, dans ce passage entre notre propre inconscient et celui de nos patients ?

Je sais du plus loin de moi-même à quel point certains enfants aînés ont pu être missionnés pour pour-

INTRODUCTION

suivre le chemin que leurs parents avaient peut-être d'abord imaginé pour eux-mêmes, puis pensé pour leurs enfants. C'est bien lui, l'enfant aîné, et lui seul, qui fait parvenir au statut de parents, la femme et l'homme qui sont à l'origine de sa procréation. Parfois avec une pointe d'humour, les parents parlent même de brouillon.

C'est souvent à propos de l'enfant aîné que va se montrer, s'infiltrer, le désir d'être un parent parfait. Terrible projet, pari chimérique, qui va entraîner chez l'enfant une impossibilité de s'accepter lui-même comme imparfait. En effet, le projet d'être un parent sans faille va immédiatement faire ressentir à l'enfant qu'il doit être lui aussi un enfant sans faille. Cette impossibilité d'accéder à la perfection imaginée va créer chez lui un sentiment de malaise profond puisqu'il ne se sentira jamais à la hauteur de ce qui est prévu pour lui. Ces enfants aînés surinvestis par la mission que se donnent les parents de réussir sont souvent porteurs d'une profonde angoisse et d'une dette qu'ils pensent avoir à l'égard de leurs parents qui ont tant fait pour eux. En outre, ils auront beaucoup de mal à développer leur agressivité tant ils les considèrent comme des parents parfaits.

Sont aussi venus à ma rencontre les enfants uniques tellement désirés que lorsqu'ils sont arrivés sur terre, mille fées étaient penchées sur leur berceau, faisant des projets pour leur vie à venir, beaucoup trop de

projets parfois, car cela enferme, laissant peu de place pour exister.

Puis se sont installés sur mon chemin ces enfants qu'on n'attendait pas, ceux que l'on appelle les « non désirés ». Beaucoup d'entre eux cherchent encore et encore qui peut les reconnaître et les aimer. J'ai entendu le culot avec lequel ils se sont mis en vie, installés dans un contexte qui ne prévoyait pas leur venue. Certains d'entre eux m'ont confié qu'ils s'étaient sentis contraints à se construire eux-mêmes, développant tout au long de leur vie des capacités de créativité improbables.

Cependant, si leurs parents n'avaient aucun désir conscient de les voir arriver, leur « sac à dos » était aussi plein que celui de leurs congénères. « Dans ma famille, on est tous comme ça, on est arrivés sans que personne n'en ait vraiment envie. » Tiens ! pourrait-on penser, encore un qui est vraiment dans la lignée familiale ! Ou bien : « Celui-là, en revanche, on ne l'attendait vraiment pas ! » Le voilà donc chargé lui aussi d'une histoire, l'histoire de celui qui ne fait pas comme les autres, celui qui dérange. Cette sorte d'étiquette agira elle aussi comme une mission particulière qui contribuera à orienter sa vie.

Sont venus me bousculer les enfants de remplacement nés après un enfant décédé, envahis par le sentiment qu'un autre était aimé à leur place. Ils se sentaient tellement transparents, tellement traversés par le regard de leur mère ou de leur père qui ne

TABLE

Chapitre 9. Accompagner le patient	
qui demande de l'aide.....	177
<i>Marc : un couple percuté</i>	
<i>par les traces de l'histoire.....</i>	179
<i>Anne : le traitement psychogénéalogique</i>	
<i>d'un burn-out.....</i>	229
Chapitre 10. Lorsque les mères	
donnent naissance à leur histoire	251
<i>Un heureux hasard : le retour d'Hélène.....</i>	251
<i>Amélie : aux confins de la folie.....</i>	258
Chapitre 11. Travailler en prévention	
grâce à la psychogénéalogie	279
<i>La présentation de chacun dans le groupe.....</i>	284
<i>La présentation du ou des prénom(s)</i>	
<i>de leur enfant.....</i>	291
<i>Le groupe, une caisse de résonance.....</i>	298
Conclusion. Jouer à la marelle	307
Bibliographie	313