

Secrets de famille et transmission transgénérationnelle des traumatismes psychiques

Conférencière : Florence Calicis

Réf : 1717

Je vais développer aujourd'hui avec vous le thème de la transmission des traumatismes, notamment lorsque ces traumatismes ne sont pas évoqués au sein de la famille. Nous allons essayer de comprendre pourquoi il semble plus dommageable de taire ces traumatismes que de les exprimer.

Je suis psychothérapeute et thérapeute systémicienne, et je reçois des familles, des couples ou des individus adultes. En tant que thérapeute, nous prêtons attention à la souffrance de nos patients et à leurs symptômes dans le contexte de leur appartenance actuelle. Par exemple, lorsque nous recevons des enfants, nous invitons souvent la famille entière pour des thérapies familiales. Il est essentiel de considérer la souffrance de nos patients dans leurs contextes passés, notamment ce qu'ils ont vécu durant leur enfance et leur adolescence.

En systémique, nous nous intéressons particulièrement aux relations entre les membres de la famille, qu'elle soit actuelle ou passée, ainsi qu'aux événements qui ont affecté l'histoire de la famille. Ces événements concernent non seulement le patient pour lequel nous consultons, mais aussi l'histoire de ses parents. Nous savons, par exemple, que nous ne réagissons pas seulement à ce qui nous arrive directement, mais aussi à ce qui affecte les personnes qui nous sont chères. Nous partons toujours de l'idée que si nous améliorons le mode de fonctionnement des systèmes d'appartenance, la personne ira mieux et sa souffrance sera réduite. C'est pourquoi, lorsque je suis sollicitée pour un enfant, je privilégie le travail avec toute la famille.

Cela paraît évident pour des enfants de travailler avec la famille, mais avec les adolescents, c'est plus nuancé. Certains adolescents montrent des symptômes sans demander eux-mêmes une thérapie. La thérapie familiale a été inventée pour ces situations où les jeunes viennent à reculons, tirés par leurs parents inquiets. Cependant, il y a aussi des jeunes qui sont capables de formuler leur demande et de s'engager dans un travail psychique. Même dans ces cas, où une thérapie individuelle semble plus indiquée, il est essentiel pour moi de collaborer avec les parents. Connaître le professionnel qui prend en charge leur enfant est crucial, et je trouve essentiel de pouvoir compter sur eux pour discuter de certains sujets ou assouplir des relations. Même dans les thérapies individuelles pour adolescents, j'invite ponctuellement les parents pour travailler sur certaines questions et mieux connaître le système d'appartenance de mes patients.

Cela vaut aussi pour les adultes en thérapie individuelle. J'aime utiliser toutes les ressources du système familial pour aider la personne en difficulté. Si la famille fait partie du problème, elle fait aussi partie de la solution. Pourquoi ? Parce que la famille peut mobiliser des ressources pour aider le patient à résoudre son problème et faire évoluer les modes d'interaction qui participent à

la souffrance du patient. Souvent, la famille détient des informations clés qui peuvent éclairer les symptômes du patient.

Il arrive que la clé des symptômes d'un patient se trouve dans les mouvements affectifs qui ont traversé l'histoire de ses parents, voire de ses grands-parents. Ces mouvements affectifs, parfois inconnus du patient, constituent souvent des non-dits ou des secrets de famille. De nombreux parents me demandent s'ils doivent raconter à leurs enfants les traumatismes vécus avant leur naissance, pendant leur propre enfance ou adolescence. Derrière cette question, on voit que les parents pressentent souvent que les difficultés de leurs enfants peuvent être liées à des événements passés dans l'histoire familiale.

J'encourage toujours les parents à parler des traumatismes psychiques qu'ils ont vécus avant la naissance de leurs enfants. Cela constitue un facteur de protection pour la santé mentale de leurs enfants, et peut-être même de leur descendance. Avec les nuances nécessaires, nous allons voir en quoi cela peut protéger la santé mentale des enfants sur plusieurs générations.

Retrouvez l'intégralité de cette conférence dans notre Formathèque catégorie « Psycho-Socio-Éducative » sous-catégorie « Psychothérapie / Intervention psychologique ».