

## Notes retenues de la lecture de

### « Les vilains petits canards »

De Boris Cyrulnik(2004)

Par Jacques Sanna du 4 au 11 juillet 2008

Ce livre traite de la résilience, ou :

Comment une personne ayant vécu une/des périodes douloureuses, traumatiques, aliénantes, handicapantes, peut arriver à se repositionner en équilibre dans sa vie ?

En d'autres termes :

Qu'est-ce qui fait que dans 1 départ de vie difficile, un être humain puisse retrouver les possibilités de s'épanouir harmonieusement ?

Mais il parle aussi de ce qui concerne les chocs, les blessures, les atteintes psychiques ou les « commotions psychiques »(Sandor Ferenczi), les traumatismes.(J.S)

Boris nous apprend, déjà à la page 17, que toute étude sur la résilience devrait porter sur 3 plans :

1. **L'acquisition des ressources internes** imprégnées dans le tempérament dès les 1<sup>ères</sup> années au cours des interactions précoces préverbaux, expliquera la manière de réagir face aux agressions de l'existence en mettant en place des tuteurs de développement + ou moins solides.
2. La structure de l'agression explique les dégâts du **1<sup>er</sup> coup**, la blessure ou le manque. Mais, c'est la signification que ce coup prendra + tard dans l'histoire du blessé et dans son contexte familial et social, qui expliquera les effets dévastateurs du **2<sup>ème</sup> coup**, celui qui fait le traumatisme.
3. Enfin, la possibilité de rencontrer des lieux **d'affection, d'activité et de parole** que la société dispose parfois autour du blessé et qui offre les tuteurs de résilience qui lui permettront de reprendre 1 développement infléchi par la blessure.

Faire 1 projet pour éloigner son passé, métamorphoser la douleur du moment pour en faire 1 souvenir glorieux ou amusant, explique certainement le travail de résilience.

Cette **mise à distance émotionnelle** est rendue possible par les mécanismes de défenses coûteux mais nécessaires, tels, ces moyens psychologiques :

- **le déni,**
- **l'isolation,**
- **la fuite en avant,**
- **l'intellectualisation,**
- et surtout, **la créativité.** (22)

La notion de **cycle de vie** rend possible la description de chapitres différents d'une seule et même existence. Etre nourrisson, ce n'est pas être adolescent.

A chaque âge nous sommes des êtres totaux qui habitent des mondes différents. Et pourtant le palimpseste (manuscrit où la 1<sup>ère</sup> écriture a été lavée puis où 1 autre texte a été réécrit) qui réveille les traces du passé fait resurgir les événements que l'on croyait enfouis. On ne réussit jamais à liquider nos problèmes, il en reste toujours une trace, mais on peut leur donner une autre vie, + supportable et parfois même belle et sensée.(23)

En prenant en compte cette notion de « **cycle de vie** », Boris nous pose cette question(JS) :

Cette nouvelle attitude face aux épreuves de l'existence nous invite à considérer le traumatisme comme 1 défi. Peut-on faire autrement que le relever ?(28)

Barbara(la chanteuse), a métamorphosé sa meurtrissure en poésie. Quel est le secret de la force qui lui a permis de cueillir des fleurs sur le fumier ?

A cette question, je répondrais que le **façonnement précoce des émotions** a imprégné dans l'enfant 1 tempérament, 1 style comportemental qui lui a permis, lors de l'épreuve, de **puiser dans ses ressources internes**. A cette époque(vers 1945) où tout enfant est une éponge affective, son entourage a su **stabiliser ses réactions émotionnelles**. Sa mère, ses frères et sœurs et peut-être même son père qui, à ce stade du développement de la fillette n'était pas encore 1 agresseur, ont donné au nouveau-né **une habitude comportementale, 1 style relationnel qui, dans l'adversité, lui a permis de ne pas se laisser délabrer**.(23.24)

Le simple fait de constater qu'1 certain nombre d'**enfants traumatisés résistent aux épreuves**, et parfois même les utilisent pour devenir encore + humains, peut s'expliquer non pas en terme de surhomme ou d'invulnérabilité, mais en associant l'acquisition de **ressources internes** affectives et comportementales lors des petites années avec la disposition de **ressources externes** sociales et culturelles.(27)

Seuls les mythes composent des récits déterministes(résignés, fatalistes – JS). Dans **le réel chaque rencontre est une bifurcation possible**(sur la route existentielle de l'être humain – JS). En fait, l'incroyable aventure du clonage nous apprend qu'une même bandelette d'**ADN**(assemblage de molécules très simples de protéines qui constituent les chromosomes et dont les séquences déterminent le transport de l'hérédité) peut se taire ou s'exprimer différemment selon le milieu cellulaire dans lequel on la place.(33)

Les déterminants génétiques existent, ce qui ne veut pas dire que l'Homme soit déterminé génétiquement.(34)

Faire naître 1 enfant n'est pas suffisant, il faut aussi le mettre au monde.(41)

Bien avant la naissance, le bébé n'est plus « dans sa mère », il est avec elle(c-à-d, qu'il commence à acquérir une certaine forme « *d'indépendance* » – JS). Il commence à établir qlq interactions. Il répond aux questions comportementales de la mère, à ses sursauts, ses cris ou son apaisement par des changements de posture et des accélérations cardiaques.

Dans les années 40,

**René Spitz** avait associé l'observation directe des nourrissons avec des expériences légères. Parler de face à 1 bébé provoque son sourire, tourner la tête en lui parlant ou mettre 1 masque ne l'amuse pas du tout.(43.44)

Quand **les prématurés** « débarquent » avec qlq semaines d'avance, nous constatons qu'ils ne se déplacent pas au hasard dans les couveuses. Presque tous se meuvent en roulant sur eux-même jusqu'au moment où **ils parviennent à 1 contact**.

Certains se calment dès le 1<sup>er</sup> toucher, qui peut être la paroi de la couveuse, leur propre corps ou une sensorialité venue de l'environnement humain, telle qu'une **caresse**, une prise dans les bras, ou même très simplement, **la musique d'une parole**.

Il semble que ces prématurés là, sont ceux qui auraient été portés par des **mères paisible**. Tandis que ceux, immobiles ou frénétiques et difficiles à calmer, par des **mères malheureuses ou stressées**, désirant abandonnés leur enfant ou au contraire trop s'en occuper.

Le contenu psychique de la femme enceinte pourrait donc agir sur l'état psychocomportemental du nouveau-né.(45)

**Si la mère** porte l'enfant d'un homme qu'elle déteste, ou si le simple fait de devenir mère comme sa mère évoque des souvenirs insupportables, son monde intime sera noir. Or, les petites molécules du stress passent facilement le filtre du placenta. L'abattement ou l'agitation de la mère, son silence ou ses cris composent autour du fœtus un milieu sensoriel matériellement différent. Ce qui revient à dire que **les représentations intimes de la mère, provoquées par ses relations actuelles ou passées, baignent l'enfant dans un milieu sensoriel aux formes variables**. Elles participent ainsi à la constitution des traits tempéramentaux de l'enfant à naître ou juste naît.(46)

(Avant son entrée dans le monde aérien, le bébé est déjà imprégné par une sensorialité déjà historisée en lui/elle, et c'est avec celle-ci qu'il aura à se développer - JS)

Chaque foyer met en scène **son propre scénario** où les représentations de chacun s'associent et jouent ensemble, comme au théâtre, un **style familial**.(48)

En Chine, quand la vie du foyer est paisible, ritualisée et imperturbable, **les tout-petits se stabilisent tôt**. Alors qu'aux Etats-Unis, les parents remuants et sonores alternent l'ouragan de leur présence avec le désert de leurs départs répétés. Les enfants s'y adaptent en mettant en place des traits comportementaux qui alternent la **frénésie d'action** avec le **gavage, par les yeux et par la bouche**, pour **combler le vide de leur désert affectif**.(51)

Les acteurs du triangle(Mère/Enfant/Père - JS) mettent en scène des scénarios toujours différents qui composent des **milieux familiaux** bien dessinés, ils s'imprègnent dans la mémoire de l'enfant et constituent l'échafaudage le long duquel le tempérament de l'enfant construit l'étage suivant.(52)

Cette pièce de théâtre familiale est composée par **les récits de chacun**, par **les histoires antérieures** à la rencontre du couple, puis, par le contrat inconscient du couple et sa modification à l'arrivée de l'enfant.(53)

**1 bébé, dès le 2/3<sup>ème</sup> mois** ne vit plus dans un monde de corps à corps.

Il regarde au-delà et habite déjà un triangle sensoriel où ce qu'il découvre est perçu sous le regard d'un autre. Et **ça change tout**. Il peut refuser de téter sa mère et prendre en souriant le biberon dans les bras de son père. Et même quand il tète sa mère en face à face, la simple présence de son père modifie ses émotions.

Dans les familles coopérantes, chacun des 3 partenaires reste au contact des autres et coordonne(accorde - JS) ses mimiques, ses mots et ses actes.(55)

Dans une même famille, il se peut qu'un style comportemental soit manifesté avec un enfant et qu'un autre style soit employé pour une sœur ou un frère.

Ceci encourageant la résilience de l'1 et la vulnérabilité de l'autre. Cela permet de comprendre pourquoi certaines mères maltraitent 1 nourrisson et sont adorables avec son frère ou sa sœur.(58)

**L'attachement** est à penser comme 1 système comportemental organisé par tous les partenaires de l'interaction. Le bébé, coacteur de la relation, y trouve son compte puisque son tempérament, sa manière de se comporter provoquent l'organisation de la niche écologique qui permet sa survie. Les parents y trouvent aussi leur compte car la mise au monde de leur enfant participe à la poursuite de leur aventure personnelle. Chacun en s'ajustant à l'autre donne à la famille son étonnante individualité. Dès que l'impulsion psycho-sensorielle apparaît chez le fœtus, dès que l'organisme devient capable de produire une représentation biologique, de faire revenir en mémoire une information passée, le nourrisson s'imprègne des **traits saillants** (tout ce qui caractérise les particularités de ses parents, ainsi que les événements marquants – JS) de son milieu, les apprend, et les incorpore.

Désormais, **le début de sa vie psychique** est organisé par 1 **modèle opératoire interne** (empreinte laissée par le problème ou le bien-être des parents et imprégnée dans la mémoire biologique de l'enfant - JS), une manière préférentielle de traiter les informations et d'y répondre. (59)

**Les gestes et les objets** mis en lumière deviennent les « **saillances** » environnementales les mieux perçues par les enfants. Ce qui revient à dire que les gestes et les objets sont mis en lumière car ils ont été sensés par l'histoire des parents.

Lors de **l'ontogenèse** (le développement – JS) **de l'appareil psychique**, l'embryon répond d'abord à des perceptions (piqûres, pression, bruit de basse fréquence). Puis le fœtus apprend à répondre à des représentations verbales. Désormais, une souffrance pourra être provoquée ou supprimée par 1 simple énoncé : « ne pleure plus, maman va revenir » par ex.(60)

**La figure d'attachement** (mère, père ou toute autre personne qui s'occupe régulièrement de l'enfant), outre sa fonction de **protection**, permet la **mise en place d'1 style de développement émotionnel** et induit une **préférence d'apprentissage**.

**La spirale interactionnelle** fonctionne dès les 1<sup>ers</sup> jours : l'enfant va chercher sur sa mère les informations sensorielles (odeur, brillance des yeux, basses fréquences de la voix) dont il a besoin pour constituer 1 sentiment de familiarité.

**A peine sécurisé, il explore alentour**. Mais sa manière d'explorer dépend de la manière dont sa mère a répondu à sa quête de familiarité.(61/62)

Quand **une relation est altérée**, on peut agir sur l'1 des 2 partenaires, mais il est + efficace **d'introduire 1 tiers** pour modifier l'ensemble. Une mère qui se sent persécutée par son enfant, qu'elle perçoit comme 1 être étrange, a souvent tendance à le faire prendre en charge par 1 médecin, 1 éducateur ou 1 juge. Si ce tiers n'intervient pas, le risque de maltraitance s'accroît. Mais s'il intervient, **la médiation** modifie les réponses maternelles.

Les **4 types d'attachements** décrits entre 12 et 18 mois (**sécure 65%, évitant 20%, ambivalent 15%, désorganisé 5%** - p63/64) caractérisent l'échafaudage des 1<sup>ers</sup> étages. Ils sont pertinents mais peuvent se modifier dès qu'1 événement modifie 1 seul point du système.

La présence rassurante du mari, la parole reconfortante d'1 tiers ou la mise en place d'1 projet, en améliorant la mère peuvent métarmophoser l'enfant.(66.67)

1 environnement constitué de [plusieurs attachements](#) augmente les facteurs de [résilience](#) du petit.

Quand la mère défaille, le père peut proposer à l'enfant des tuteurs de développement qui seront différents à cause de son style sexuel(masculin), mais suffisamment efficace pour le sécuriser et le stimuler. Et si le père défaille à son tour, les autres membres du groupe parental, les familles de substitution, ou l'engagement religieux, philosophique ou politique, peuvent à leur tour étayer l'enfant.(75.76)

Parfois, le simple comportement d'1 nourrisson émeut la mère car il évoque 1 point sensible de [sa propre biographie](#).(78)

Sur les [jumeaux dizygotes](#)(faux) et [monozygotes](#)(identiques).(76 à 80)

**La transmission est inévitable.** Puisqu'1 nourrisson a [besoin d'attachement](#) pour s'épanouir, il ne peut se développer que dans le monde sensoriel émit par 1 autre. [L'accordage affectif](#) paraît le maillon explicatif le + pratique pour rendre compte de la [transmission psychique transgénérationnelle](#).(81)

**La résilience** est 1 processus constamment possible, **à condition** que la personne en cours de développement rencontre **1 objet**(être ou chose – JS) **signifiant** pour elle.(83)

**Les contresens relationnels**(interprétations, a priori, jugements, incompréhensions... JS) ne cessent jamais tout au long d'une existence, et c'est peut être cette difficulté qui fait que [chaque vie est une histoire](#)(singulière & unique – JS).

Tant qu'1 enfant ne parle pas, il exprime son monde intime par des scénarios comportementaux que l'adulte interprète selon sa propre histoire.

Et c'est cette [rencontre entre 2 psychismes](#)(ou + - JS) asymétriques(inégaux - JS) qui infléchit le développement d'1 enfant préverbal vers l'acquisition d'une vulnérabilité ou d'une résilience.(85.86)

**L'humour** est libérateur et sublime. C'est l'invulnérabilité du Moi qui s'affirme et qui, non seulement refuse de se laisser imposer la souffrance de l'extérieur, mais trouve même le moyen de convertir les circonstances traumatisantes en 1 certain plaisir.(95)

... La mise en scène du « drame », en [reformulant](#) l'épreuve(ex. de la maman qui souffle sur le bobo du petit enfant en disant une formule magique... JS), la transforme en théâtre familial et en victoire relationnelle. C'est pourquoi, « **l'humour**, c'est pas fait pour rigoler ». C'est fait pour métamorphoser une souffrance en événement social agréable, pour transformer une perception qui « fait mal » en représentation qui fait sourire.(96)

**Dés le 10<sup>ème</sup> mois**, 1 enfant qui joue à « [faire semblant](#) » a déjà appris à partager son monde. En cas de chagrin, sil tombe ou se fait mal, il peut provoquer l'aide dont il a besoin, il sait comment transformer sa misère en relation. Lors de ce scénario d'appel au secours, ses partenaires sont ses figures d'attachement : parents, donneurs de soins ou copains. **Certains adultes**, enchantés par ces comportements de quête affective, se plaisent à les consolider, parfois même 1 peu trop ! Alors que **d'autres** sont horripilés par la souffrance que l'événement évoque dans leur propre histoire, ils découragent l'enfant et lui font **perdre ce facteur de résilience**.(98)

L'éthologie(étude par l'observation – JS) nous apprend que les comportements et les émotions ne peuvent s'imprégner dans la mémoire que dans 1 certain ordre et à certains moments. Aux traces cérébrales non conscientes des 1<sup>ères</sup> années succède la mémoire des images visuelles et sonores vers la 2<sup>ème</sup> année.

Puis s'ajoutera la mémoire des récits à partir de 5 à 6 ans. A chaque étapes, les mêmes évènements prendront des effets traumatisants différents.(100.101)

A l'âge adulte Audrey se demandait encore pourquoi elle ne pouvait pas s'empêcher de **séduire sa mère**, si froide avec elle et si chaleureuse avec son frère. A l'âge de 59 ans elle a décidé de questionner sa mère âgée de 83 ans ! Celle-ci n'a pas été choquée et s'est même étonnée de ne jamais avoir cherché à résoudre ce problème.

En 2 phrases, elle a confié son immense souffrance quand Audrey est arrivée au monde : son mari s'était désintéressé de sa grossesse car il préférait se consacrer à son aventure d'artiste et à sa propre mère.

Audrey a entendu sa mère lui dire : « J'ai voulu te tuer pour t'emmener avec moi, pour que tu ne souffre pas comme moi... Après, tu as toujours évoqué le malheur. Dès que je te voyais j'étais désespérée. Tu as réussi à l'école... Mais moi je n'ai pas pu... J'étais jalouse de toi... Ton frère est arrivé après ma mélancolie... j'avais renoncé à me faire aimer par ton père... Ton frère, c'est l'enfant du bonheur... Après ça a toujours continué... Je n'avais que lui à aimer... ».

Cette situation clinique assez fréquente confirme à quel point une représentation intime dans le monde de la mère organise autour de l'enfant une bulle sensorielle(une atmosphère, une énergie, 1 monde... JS) qui imprègne en lui **1 tempérament vulnérable ou riche en résilience**.(104)

On connaît les symptômes et les cliniciens savent maintenant repérer une **dépression précoce du nourrisson** dès l'apparition du 1<sup>er</sup> signe de « **retrait relationnel** »...

En fait, il n'y a jamais de cause unique. lorsqu'une mère est seule avec son bébé, elle transmet sa souffrance si elle est dépressive.(107)

Certaines mères ont du mal à se remettre du bouleversement hormonal de la grossesse et de l'accouchement, car les hormones ont souvent 1 effet euphorisant. Beaucoup de jeunes mères **se sentent vides** après avoir donné naissance, la grossesse avait tellement rempli leur vie que l'accouchement provoque parfois une sensation de perte, ou le + souvent de vide, comme l'éprouvent les étudiants après une intense préparation à 1 concours. Le lendemain, ils se sentent inutiles au lieu d'être libérés. Mais les origines les + fréquentes de la dépression post-accouchement, seraient **conjugales, historiques** et **sociales**.(108)

En **Italie**, 8% des enfants âgés de 1 à 3 ans seraient gardés ailleurs que dans leur famille, contre 40% aux **Etats-Unis** et 50% en **France**.(109)

Peut-être, bientôt, le développement de nos enfants se passera-t-il en dehors des familles !!!(111)

**1 père sans attachement**, peut être même ignorant l'existence de l'enfant(**mais reconnu par le dosage ADN**), est contraint par la loi à transmettre ses biens ou verser une pension.(113)

La présence du « **père précoce** » dans le triangle (relationnel Mère/Enfant/Père – JS) permet au nourrisson d'acquérir une aptitude à la socialisation...

La simple présence de ce père, fait de chair (qui toilette, nourrit, joue, gronde, enseigne...), a 1 effet de « rampe de lancement ».

Les statuts (les codes - JS) sensoriels du père et de la mère sont biologiques tous les 2, à ce stade du développement (1/2/3ans - JS). Mais la sensorialité n'a pas la même forme (tournure – JS) car elle diffère chez 1 mâle et une femelle. (115)

**Tutorisés** (appuyés – JS) par des milieux sensoriels différents, l'enfant apprend à s'adresser à chaque parent de manière caractérisée, et cette disparité est une **forme de prise de conscience**. L'enfant découvre 2 figure d'attachement dissemblable mais associées. En cas de perte affective, momentanée ou durable, quand les parents doivent s'en aller ou quand par malheur ils disparaissent, le fait d'avoir été façonné dans 1 triangle où les 2 partenaires sont associés et différents aura appris au bébé 1 comportement d'élan social qui constitue **1 facteur de résilience**. (116)

**La sexualisation** des rôles est autant biologique qu'historique et sociale. Le manque, lui aussi est sexualisé : perdre son père (ou sa mère – JS) à 1 stade préverbal, c'est rendre difficile les prises de conscience et freiner la socialisation (cette altération dépend aussi du sexe de l'enfant)... (117)

**Perdre sa mère** avant d'acquérir la parole, c'est risquer de perdre la vie, de perdre son âme, car notre monde sensoriel se vide et que rien ne peut s'imprégner dans notre mémoire.

**Perdre son père** avant de parler, c'est risquer de perdre son impulsion, son goût de vivre car le monde sensoriel qui nous permet de survivre nous engourdit jusqu'à la nausée. (122)

Certains **bébés abandonnés** réagissent d'abord par des cris et une hyperkinésie qui est 1 équivalent préverbal d'appel au secours. Ça fatigue 1 adulte peu motivé ou préoccupé. Cet enfant exaspéré exaspère l'adulte qui, sans le faire exprès, aggrave le rejet. En revanche, **d'autres enfants** réagissent à la perte en dormant encore +. Il se trouve que cette réaction tempéramentale les protège doublement.

D'une part, car ils souffrent moins du manque et ne s'épuisent pas en s'agitant et d'autre part ces « enfants marmottes » sont + facilement recueillis.

Les bébés-rôleurs semblent + sensible aux agressions du milieu, alors que les **bébés-marmottes** savent déjà se réfugier en dedans d'eux-mêmes quand la vie devient trop dure (ou plutôt quand ce qui se présente à eux devient difficile à vivre !! JS). (123)

L'idée de « métamorphose » est indispensable à toute théorie du traumatisme.

Dés qu'1 enfant parle, son monde se métamorphose. L'émotion désormais s'alimente à 2 sources : la sensation déclenchée par le coup qu'il a perçu à laquelle s'ajoute le sentiment provoqué par la représentation du coup. Ce qui revient à dire (là, à écrire – JS) que le monde change dès qu'on en parle, et que nous pouvons faire changer le monde en parlant. De +, l'image de la métamorphose permet de signifier qu'on peut vivre dans des mondes radicalement différents et pourtant en continuité. La nymphe quitte le monde de la terre et de l'ombre pour s'envoler vers celui de l'air et la lumière.

L'enfant s'éloigne du monde des perceptions immédiates pour habiter progressivement dans celui des représentations de son passé et de son avenir. (130.131)

A ce jour, **le traumatisme** est pensé comme 1 événement brutal qui détourne le sujet de son développement sain prévisible. C'est donc le sujet lui-même qui doit dire ce qui lui est arrivé, et c'est bien 1 temps du passé qu'il faut employer car l'identité humaine étant essentiellement narrative, c'est au sujet de raconter ce qui s'est passé pour lui, et pas pour 1 autre.(135)(oui mais c'est aussi au présent que le sujet peut exprimer les émois qu'il garde de ce trauma passé... JS).

Les personnes les + touchées par **l'immense violence politique** dans le monde (notamment par les guerres avec leurs bombardement et toutes leurs atrocités) **sont les enfants.**

Des millions d'orphelins, 2 millions de morts, 5 millions de handicapés, 10 millions de traumatisés, **2 ou 300 millions d'enfants qui apprennent que la violence est 1 mode de relations humaines !!**(137)

L'âge est une variable importante pour évaluer **l'effet traumatisant d'une agression**. La signification qu'1 enfant attribue à 1 événement dépend du niveau de construction de son appareil psychique. 1 nourrisson souffre de la souffrance de sa mère puisqu'il habite le monde sensoriel qu'elle compose, mais il ne souffre pas des causes de sa souffrance. Alors qu'1 adolescent, au moment où il envisage de se socialiser, peut être choqué par la cause de la dépression de sa mère, abattue car son mari est devenu chômeur.

On ne peut rencontrer que les « objets » auxquels notre développement et notre histoire nous ont rendus sensibles, car on leur attribue une signification particulière.

A l'âge pré-scolaire(2 à 5 ans), **le traumatisme** est surtout matérialisé par la séparation ou la perte affective. L'enfant blessé réagit par des comportements **d'attachement anxieux**. Il se colle contre « l'objet »(en l'occurrence, la mère – JS) qu'il a peur de perdre et ne peut s'en détacher. Alors qu'1 attachement sécure lui donne 1 tel sentiment de confiance qu'il ose s'en séparer pour explorer 1 autre monde que celui(limité – JS) de sa mère.(139.140)

**La fantaisie** constitue la ressource interne la + précieuse de la résilience.

Il suffit de disposer autour du petit blessé qlq papiers, qlq crayons, une estrade, des oreilles et des mains pour applaudir pour que l'alchimie de la fantaisie opère.

J'ai connu des **enfants obsessionnels** étonnamment libérés par la contrainte de la consigne théâtrale où le réalisateur avait codifié chaque gestes, chaque mot et chaque posture. Ces enfants n'osaient pas faire 1 choix dans leur vie quotidienne mais étrangement, sur une scène de théâtre ils paraissaient spontanés parce que tout était dirigé, et ça les rendait heureux. Ça leur donnait 1 sentiment de liberté !

Même les **attachements confus**, en exprimant le désordre douloureux de leur monde interne, parviendront à émouvoir certains adultes.(141)

Le devenir des **syndromes traumatiques** est lui aussi variable : tableaux aigus disparaissent en 6 mois, tableaux chroniques organisant la personnalité, ou enfouissement qui réapparaît 50 ans + tard, nous voyons tout cela.

On note souvent la constitution de personnalités amORAles, de psychologie de survivant, d'identification à l'agresseur, de méfiance constante, de difficultés scolaires, parfois même, **se transmettant à travers les générations.**(143)



**Quand une épreuve est insensée**, nous devenons incohérents puisque, ne voyant pas clairement le monde où nous vivons, nous ne pouvons pas y adapter nos conduites. Il est nécessaire de penser 1 fracas(l'événement traumatisant – JS) pour y donner **1 sens**, autant qu'il est utile de passer à l'acte en l'affrontant, en le fuyant ou en le métamorphosant. Il faut **comprendre et agir** pour enclencher 1 processus de **résilience**. Quand l'1 des 2 facteurs manque, la résilience(la réparation – JS) ne se tricote pas et le trouble s'installe. Comprendre sans agir est propice à l'angoisse. Et agir sans comprendre fabrique des délinquants.(170)

Aujourd'hui père de 4 enfants(**Tim enfant maltraiter**, histoire p.174), ce n'est pas la maltraitance qu'il répète. Bien au contraire, ses rencontres avec des personnages signifiants ont transformé la flammèche affective en **amour constant**. Devenu apiculteur, il est bouleversé par « les tordus », les cassés, et les handicapés qui lui donnent des leçons de courage. Depuis, il se sert de son existence fracassée pour expliquer à tous les enfants, et surtout aux blessés, que **l'amour** et le pardon sont les ingrédients de la résilience. « Je témoigne qu'il n'y a pas de blessures qui ne puissent être **lentement cicatrisées par l'amour** ». Ce qui façonne 1 enfant, c'est la bulle affective qui l'entoure chaque jour et le sens que son milieu attribue aux événements. **C'est ça qui détruit 1 enfant ou tricote sa résilience**.(175)

Quand la culture n'énonce pas clairement l'interdit, elle encourage le passage à l'acte des personnalités dont **l'empathie s'est mal développée**. Quant aux victimes agressées par le violeur puis par les juges, elles auront de la difficulté à s'en sortir...(183)

On peut se demander pourquoi **le récit de l'agression est tellement efficace**. En fait, le blessé se sent réhabilité en regardant celui qui l'écoute. Quand l'auditeur manifeste des mimiques de dégoût, de désespoir ou d'incrédulité, il transforme la blessure en **traumatisme**. **Mais quand il partage l'émotion**, il resocialise l'agressé en lui signifiant non verbalement : « je te garde mon estime, mon amitié et **je cherche à comprendre ce qui se passe en toi** ». (186)

**Le récit de la tragédie devient alors 1 facteur d'aggravation ou de résilience**, selon les réactions de l'entourage. Quand les juges condamnent la victime, quand les auteurs sont goguenards ou incrédules, quand les proches sont effondrés ou moralisateurs, **la résilience est empêchée**. Mais quand le blessé peut partager son monde et même le transformer en militantisme, en intellectualisation ou en œuvre d'art, alors l'enfant traumatisé **deviendra 1 adulte réhabilité**.(188)

Michel avait 6 ans quand son oncle, en le taquinant, **lui a frotté le sexe**. Il a dit : « dés ce jour, je suis devenu anxieux. » Toutes ses difficultés scolaires, sociales, affectives et sexuelles étaient attribuées à ce « trauma », jusqu'au jour où, en parlant avec ses parents, Michel a appris qu'il **avait été hospitalisé de l'âge de 4 à 8 mois** pour troubles alimentaires graves ayant entraînés une déshydratation. **Le père était en voyage, sa mère elle-même hospitalisée suite à 1 accident**. Le nourrisson avait souffert d'une véritable **dépression anaclitique**( de René Spitz : qui se repose sur qlqu'1 ou qlq chose, qui en dépend. Se dit en particulier du jeune enfant dépendant des soins maternels) qui, en laissant une trace dans sa mémoire biologique, l'avait rendu sensible à **tous les accidents de la vie**.

Le traumatisme réel n'était pas représentable car il était survenu à 1 stade où l'amnésie infantile précoce empêche les souvenirs(avant le stade de la parole – JS), mais la trace restait intacte dans sa mémoire biologique(système nerveux). + tard, le jeu sexuel, en prenant trop de valeur explicative, a fait l'effet d'1 **traumatisme** véritable.(190)

C'est le travail du rêve biologique et verbal qui permet d'incorporer 1 **traumatisme**, de le digérer en qlq sorte. Quand ce travail ne se fait pas ou qu'on ne le fait pas, le trauma reste indigeste, comme 1 corps étranger qui s'impose à notre mémoire.

Il y a longtemps que le problème a été clairement énoncé.

Dés 1934, Sandor Ferenczi parlait de « commotion psychique » afin de souligner le 1<sup>er</sup> temps du traumatisme : le coup, **le vide** ou l'altération qui ébranle 1 organisme.

Mais pour transformer **1 coup en traumatisme**, il faut une 2<sup>ème</sup> agression qui, elle, se passe dans la représentation du coup.

**Or, pour résilier 1 traumatisme, il faut le dissoudre dans la relation et l'incorporer dans la mémoire organique.**

C'est grâce au travail du rêve biologique(naturel – JS) **et verbal**(lors du travail avec un thérapeute par ex. – JS) que **cette résilience est possible**, en constituant 1 trait d'union entre la relation verbale et l'incorporation neurologique.

Quand 1 adulte fait taire 1 enfant meurtri en le punissant au lieu de le réconforter, en manifestant son incrédulité ou ses sarcasmes, il provoque 1 « silence de mort » qui *scinde la personnalité de l'enfant en une partie socialement acceptée et une autre, secrète, qui lui échappe. Cette zone d'ombre de sa personnalité s'impose en lui comme s'imposent les rêves. La partie non maîtrisée de sa personnalité revient en lui la nuit et réveille les problèmes enfouis qui resurgissent au cours des rêves.*(192)

Le travail biologique du rêve a 1 effet paradoxal. La consolidation des traces dans le « magasin de la mémoire » se produit en augmentant le sommeil rapide dont l'alerte électrique fraye 1 + grand nombre de synapses(jonctions – JS). Ce type de sommeil qui correspond au moment des rêves les + fantasmagoriques, augmente précisément lors de la nuit qui suit l'affrontement d'1 problème. Dans les situations d'engourdissement émotionnel, l'organisme sécrète 1 minimum de rêves. Mais lorsque la journée a été perturbée, l'augmentation du sommeil rapide, la nuit suivante, permet d'incorporer l'événement dans les traces mnésiques(dans la mémoire, le matin – JS).

Une alerte émotionnelle dans la journée entraîne la nuit une alerte onirique(rêvee – JS).

Les blessés résilients rêvent peu de leur agression, alors que **les traumatisés** la revivent chaque nuit. Il faudra attendre des années pour que ces rêves effrayants(cauchemars) s'effacent. **Parfois même, ils reviennent au cours du grand âge quand les défenses s'estompent.**(193.194)

Histoire de Stephan, sur le « **déni du trauma** »(p. 196)

L'évitement de l'affrontement avec la réalité douloureuse est 1 bénéfice immédiat puisqu'il empêche de ressasser. C'est 1 avantage relationnel car il donne une personnalité aux contacts agréables.

Ça fonctionne efficacement, comme 1 avion qui volerait avec 1 seul moteur, jusqu'au jour où le réel fait surgir 1 événement qui touche le blessé dans la partie cryptique (laissée dans l'ombre ou l'inconscient - JS) de sa personnalité.

Alors, on est surpris par l'effondrement douloureux d'une personne auparavant résiliente...(197)

Ce n'est pas la photo de l'événement traumatisant qui revient en rêve mais le sentiment éprouvé lors de la représentation du trauma.(200)

*La sagesse des mots nous apprend que « **créer** » signifie, dans la langue de l'Eglise, « **faire naître du néant** », mettre au monde 1 objet ou une représentation qui n'existait pas avant que le créateur y ait œuvré.*

**Face au néant, quels sont nos choix ?** On bien on se laisse fasciner, happer par le vertige **du vide** jusqu'à en éprouver l'angoisse de la mort, ou bien on se débat et on travaille à remplir ce vide.

Au début, nous ressentons **l'énergie du désespoir** puisque le vide est vide, mais dès qu'apparaissent les 1<sup>ères</sup> constructions, c'est **l'énergie de l'espoir** qui nous stimule et nous contraint à la création à perpétuité. Jusqu'au moment où, à la fin de sa vie, « on meurt en plein bonheur de nos malheurs passés ». ( sûrement grâce à l'évolution de la conscience de l'humain sur son origine : le RIEN ou plutôt le non-manifesté, l'immuable qu'il est en essence – JS )

Le talent suprême consiste à exposer son malheur avec humour. Quand cette métamorphose de la représentation est possible, l'événement douloureux aura subi le même cheminement que dans le théâtre ou le dessin. « Si je parviens à donner une version plaisante de mon fracas, le sourire que je vais provoquer réduira la distance entre nous et ma blessure perdra de son pouvoir d'aliénation »...

((en fait, lorsque je cesse de m'identifier à ce que je ne suis pas, c-à-d, ce moi physique, et à son histoire, il n'y a plus de problème !! Jac déc012))

Il y a dans l'humour une intention thérapeutique qui ressemble 1 peu à la fonction du déni : faire croire pour se faire croire que ce n'est pas si grave.(212)

Les enfants qui ont vu leurs parents torturés ou humiliés devant leurs yeux ne pourront jamais en rire. Il faut trop de recul pour ça. Les torturés et surtout les enfants de torturés, remanient l'image d'eux-mêmes par l'action extrême et par la réflexion grave. Pas par l'humour.(214)

**On peut apprendre à son insu** en affirmant qu'on n'a jamais appris. On ne peut pas prendre conscience de tout, il faut réduire pour ne pas être confus.

L'objet perçu en conscience est sélectionné, mais certains objets perçus sans conscience(inconsciemment – JS) **sont quand même imprégnés dans la mémoire**.

Cet inconscient cognitif(mental – JS) prouve que notre corps peut apprendre à notre insu.

Notre vision du monde est 1 patchwork(une mosaïque – JS) de consciences partielles.

Si l'une d'elles disparaît, la vision du monde reste quand même totale et cohérente.(215)

Il est donc concevable qu'1 enfant traumatisé ou maltraité **garde des traces** dans sa mémoire. Mais celles-ci sont de nature différentes de celles **des souvenirs** dont il fait des récits. **La trace** dépend des informations qu'il reçoit de son milieu, alors que **le récit** dépend des relations qu'il établit avec son entourage.

La trace est une empreinte biologique, le récit est une conscience partagée.(216)

**Ce qui fait qu'1 événement** demeure 1 souvenir, c'est l'émotion provoquée par la relation dans 1 contexte humain et la signification que cet épisode prend dans l'histoire. (217)