

EN GRANDISSANT, EN APPRENANT

ÊTRE PARENT AUJOURD'HUI

COMMENT LA PSYCHOLOGIE
PEUT VOUS AIDER AU QUOTIDIEN ?

Ludovic GADEAU

• EDITIONS IN PRESS •

ÊTRE PARENT AUJOURD'HUI

**COMMENT LA PSYCHOLOGIE
PEUT VOUS AIDER AU QUOTIDIEN ?**

LUDOVIC GADEAU

ÉDITIONS IN PRESS

127, rue Jeanne d'Arc – 75013 Paris

Tél. : 09 70 77 11 48

E-mail : inline75@aol.com

www.inpress.fr

*ÊTRE PARENT AUJOURD'HUI. COMMENT LA PSYCHOLOGIE PEUT
VOUS AIDER AU QUOTIDIEN ?*

ISBN 978-2-84835-426-2

©2017 ÉDITIONS IN PRESS

Conception couverture : Meriem Rezgui

Mise en pages : Louison Vaudin

Toute représentation ou reproduction, intégrale ou partielle, faite sans le consentement de l'auteur, ou de ses ayants droit ou ayants cause, est illicite (Loi du 11 mars 1957, alinéa 1^{er} de l'article 40). Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait une contrefaçon sanctionnée par les articles 425 et suivants du Code Pénal.

À Agnès Faure-Oppenheimer
et Didier Anzieu, *In memoriam*

À tous les patients qui, depuis plus
de trente ans, m'ont fait confiance

À Véronique, ma première lectrice

À Valentine, Delphine et Laurianne

Du même auteur :

- *Psychanalyse de l'acte éducatif et de soin. Une théorie du temps psychique.* Toulouse: Érès, 2014.
- *Pour une clinique de la relation éducative. Recherche sur les dispositifs d'analyse des pratiques professionnelles.* Paris : L'Harmattan, 2003 (avec MC Baïetto et A. Barthélémy).

SOMMAIRE

Avant-propos	7
Introduction	11

Chapitre 1

Le développement psychoaffectif n'est pas un long fleuve tranquille	27
--	----

Chapitre 2

Points de repère relatifs au fonctionnement psychoaffectif	83
---	----

Chapitre 3

À table !	113
-----------------	-----

Chapitre 4

Bonne nuit les petits.....	27
----------------------------	----

Chapitre 5

Jouer, expérimenter	155
---------------------------	-----

Chapitre 6

L'école et ses vicissitudes	185
-----------------------------------	-----

Chapitre 7

Violences, cris et châtements 233

Chapitre 8

Comprendre l'adolescent d'aujourd'hui 263

Chapitre 9

Et si on allait voir un psy ? 295

Conclusion 335

Bibliographie..... 341

AVANT-PROPOS

Ce livre n'est pas une somme des connaissances universitaires et académiques en matière de psychologie ou de psychopathologie. Il n'est pas non plus un livre de recettes prêtes à l'emploi face aux difficultés éducatives ou relationnelles que chacun peut rencontrer avec les enfants ou les adolescents. Il ne propose aucune méthode de coaching pour diriger sa conduite en matière éducative ou relationnelle. Il ne donne pas de leçon sur ce que serait le « bien éduquer » et il ne fait nulle promesse sur ce que seraient les compétences à maîtriser, augmentées par quelques exercices bien pensés. Des ouvrages de cette sorte, il en est plein les présentoirs des librairies.

S'il n'est rien de cela, qu'est-il donc ? Un petit traité dont l'ambition est d'éclairer, sans faire prendre les vessies pour des lanternes, et d'amorcer un processus cogitatif. Il propose de baliser l'acte éducatif de points de repère qui aident à naviguer dans l'océan des liens intersubjectifs (déjà un mot compliqué), d'offrir un fil d'Ariane quand le labyrinthe des relations affectives fait perdre le nord. Il se veut un « pousse à cheminement », un oscillateur qui agit dans un même mouvement pensée rationnelle et rêverie. C'est de ce mouvement initié que peuvent émerger les conditions d'un certain changement (durable) dans les postures éducatives et la nature des relations à autrui.

Ce petit traité est le résultat de trente-cinq ans de pratique clinique auprès d'enfants, d'adolescents, de parents, d'éducateurs, de soignants, de psychologues en formation ou en supervision. Il est en outre le produit d'une réflexion de psychologue enseignant-chercheur sur les mutations actuelles qui bouleversent notre société et leur impact sur le développement et le fonctionnement psychologique de l'être humain. Il est aussi écrit par un père de famille qui a élevé avec son épouse trois enfants.

L'écriture à l'attention des éducateurs (parents, éducateurs spécialisés, enseignants) ou des étudiants n'est pas une chose aisée si l'on ne veut ni céder à la simplification excessive ni tomber dans l'argumentation universitaire ou le jargon de spécialiste. Aussi ai-je essayé de nourrir chaque question éducative importante d'exemples cliniques concrets¹. Le style employé circule entre gravité et légèreté, sérieux et trait d'humour. Comme est la vie, entre tragique et comique, doux et amer, amour et haine mêlés.

Il n'est pas de difficultés auxquelles la pratique éducative au quotidien confronte qui soient insurmontables. Par moments, cependant, cette pratique conduit à des impasses, une circularité dont il paraît difficile de sortir, gélifiant toute pensée réflexive. Mettez en face l'un de l'autre deux miroirs, ils se renvoient une même image à l'infini, dans une circularité bouclée sur elle-même. C'est ainsi que l'on pourrait décrire certains conflits qui se sont

1. Toutes les situations cliniques présentées dans cet ouvrage, issues de ma pratique de psychothérapeute ou de superviseur, sont modifiées de façon telle que l'anonymat des personnes soit préservé, comme il est d'usage.

chronicisés. Ils reproduisent toujours la même chose. Ils renvoient toujours la même image, quelque effort que l'on puisse faire pour sortir de cette circularité. S'il se pouvait faire qu'à lire ou relire tel ou tel passage, tel ou tel exemple, une petite lumière éclaire d'un jour nouveau ce qui était mal-entendu, laissé dans l'ombre ou enfermé dans une répétition mortifère, il n'est pas impossible qu'un petit pas de côté déplace un des miroirs, rompant ainsi la chaîne d'une répétition sans fin dans laquelle la relation était enfermée. Favoriser l'animation de processus de pensée pour rendre possibles ces petits pas de côté, c'est toute l'ambition de cet ouvrage.

Cher(ère) lecteur(trice), prenez le temps de lire d'abord les deux premiers chapitres, puis naviguez au gré de votre humeur, de votre curiosité dans les autres chapitres qui s'abordent indépendamment les uns des autres.

Ludovic Gadeau
Crêts-en-Belledonne
Janvier 2017

INTRODUCTION

ÉDUIQUER AUJOURD'HUI EST-IL IMPOSSIBLE ?

➔ Qu'est-ce qu'éduquer ?

Chacun d'entre nous a assurément une petite idée sur le sujet. La preuve en est, c'est qu'à voir pratiquer les autres parents, et pour peu qu'on se confronte à un comportement de leur enfant qui nous heurte ou nous agace, on peut être assez facilement envahi par l'idée qu'ils s'y prennent « comme des manches » et qu'à leur place on saurait comment faire. Autrement dit, on pense avoir un savoir ou un savoir-faire opposable à la pratique des autres.

Ainsi, la plupart des parents portent-ils en eux une sorte de « théorie » éducative, c'est-à-dire des représentations, plus ou moins construites, mais existantes et agissantes, mais aussi des principes sur lesquels ils pensent s'appuyer, des idéaux également vers lesquels ils aimeraient tendre. Cette « théorie » préexiste à la conception des enfants. Elle

a été nourrie par les transmissions générationnelles familiales¹, par le groupe social et culturel auquel on appartient, par ce que les médias (livres, magazines, émissions de TV, etc.) véhiculent comme pseudo-théories, assèment comme conseils et font circuler comme idéologie éducative. C'est bien évidemment lorsque cette « théorie » est mise à l'épreuve de la réalité que souvent les choses se grippent. L'éducation des enfants se passe rarement comme on aurait aimé ou comme on aimerait qu'elle se déroule.

Dès qu'il s'agit d'essayer d'expliquer comment on pratique soi-même, on se heurte vite à des difficultés insurmontables. Essayez de montrer comment vous vous y prenez pour que le repas du soir soit un moment pacifié, quand votre petit dernier tente de s'extirper de son rehausseur, et fait malencontreusement tomber son assiette de purée et que ses cris étouffent la parole de la sœur cadette dont le plaisir à raconter sa journée de classe se mue en une rage indicible contre le petit ou contre les parents imparfaits que vous êtes devenus en un instant puisque vous ne savez, se plaint-elle, que céder aux caprices de petit dernier... C'est à l'aîné d'entrer dans la mêlée, lui dont la faim est insatiable

1. C'est-à-dire les modèles qu'ont pu représenter les parents des futurs parents, ce qu'ils ont eu aux yeux de ces futurs parents de positif ou de négatif, ce qu'ils drainent d'amour ou de haine, de légèreté ou de pesanteur. Ainsi, tel père pourra-t-il souhaiter se comporter de façon très différente de ce qu'il a vécu avec son propre père, tel autre au contraire reproduire ce qu'il a plus ou moins idéalisé comme enfant ou adolescent de la posture paternelle ou maternelle. Telle mère cherchera-t-elle à réparer, à travers l'amour qu'elle donne à son enfant, tout ce qu'elle n'a pas reçu de ses propres parents. Nous reviendrons plus bas sur cette question aussi complexe que passionnante.

et qui mordrait volontiers dans tout ce qui bouge. Ouf, la tempête passée, le calme est revenu. Comment ? Pas facile à dire. Est-ce votre sérénité qui résiste à toutes les épreuves malgré une journée de travail harassante ? Ou un geste à peine perceptible qui redonne à chacun l'assurance qu'il compte pour vous ? Ou une parole forte (en intensité sonore ou en sens produit) qui fait point d'arrêt au débordement ? Ou bien le mets sorti du four dont la signature olfactive mobilise les couches mnésiques les plus profondes du cerveau ? L'alchimie qui a restauré le calme autour de la table est sans doute infiniment plus complexe que les maigres paramètres ici convoqués. On ne peut en rendre compte qu'à grands traits.

Chacun d'entre vous a pu également, à son corps défendant, faire l'expérience (amère le plus souvent) des effets des conseils prodigués par les amis. « Fais donc comme ceci, avec moi ça marche bien ! » Et vous faites comme ceci, mais ça ne marche pas mieux, quand ça n'aggrave pas la situation. Que peut-on tirer de ce type d'expérience ? Au moins deux choses. La première, c'est que lorsque quelqu'un pense savoir pourquoi telle chose a bien marché, rien ne nous assure que ce soit bien cette chose qui précisément a été le levier principal de l'acte opérant. La seconde, c'est que ce qui peut s'avérer pertinent pour M. A. ou Mme B. ne l'est pas nécessairement pour Mme C. ou M. D. Je pense même que ça l'est rarement. Et lorsqu'un conseil semble avoir été opérant, ce n'est pas le conseil lui-même, mais « quelque chose » de caché derrière le conseil qui a œuvré.

Qu'est-ce qu'éduquer ? C'est donc assurément une question qui nous plonge dans l'embarras. À plagier Saint Augustin², je dirais que si on ne me le demande pas, je pense savoir ce qu'est éduquer, mais dès qu'on m'interroge sur ce qu'est ce savoir, je ne sais plus très bien.

➤ Éduquer est-il un métier impossible ?

Il y a près d'un siècle, Freud disait que psychanalyser, gouverner et éduquer étaient trois métiers impossibles. Concernant le métier d'éduquer, on ne saurait lui donner tort surtout si l'on entend sa formule comme une invite à se protéger contre l'excès d'autocritique, ce qu'il nommait la férocité du Surmoi. Quoi que l'on fasse comme parent, ce sera toujours mal, imparfait, c'est-à-dire jamais à la hauteur de l'effort ou de l'engagement consenti. De savoir que nous sommes tous logés de ce point de vue à la même enseigne contient sans doute et malgré tout quelque chose de réconfortant. En outre, « mal faire » n'est pas « faire mal ». Chacun peut en entendre la différence. Dans « mal faire » il n'y a aucune intention consciente ou inconsciente de « faire mal ». Simplement, on s'y prend mal pour faire. Dans la formule « faire mal », on entrevoit une sorte d'intention malveillante, pas toujours consciente, tant s'en faut, mais dont la portée est destructrice. Ces situations éducatives qui comportent du « faire mal » (qu'il vienne

2. Qui, essayant de définir ce qu'est le temps, écrivait : « Quand personne ne me le demande, je le sais. Qu'on vienne à m'interroger là-dessus, je me propose d'expliquer et je ne sais plus » (*Confessions*, Livre XI, 14, 17).

des parents ou de l'enfant) nécessitent une aide psychologique à laquelle la seule lecture de cet ouvrage ne saurait suffire (voir le chapitre « Si on allait voir un psy ? »).

« Mal faire » est donc une composante inévitable, normale, de toute situation éducative. Le sentiment de « mal faire », tout inconfortable qu'il puisse être, est un bien précieux. Il est une voie d'entrée importante permettant d'interroger ses pratiques éducatives, d'identifier ce qui se répète dans les conflits, de questionner le sens de ses actes et la portée de ses actions. Si vous êtes dans ce type de questionnement, vous trouverez sans doute dans la suite de ce petit traité de quoi nourrir votre réflexion et inventer les pas de côtés nécessaires pour dénouer les conduites répétitives auxquelles les situations éducatives du quotidien vous confrontent.

Permettez-moi encore quelques mots pour vous faire sentir combien être parent aujourd'hui est une chose difficile, plus difficile qu'elle ne l'était il y a encore 30 ou 40 ans. Cette évolution n'est pas propre à la question de la parentalité. Il en va du « métier » de parent comme du métier d'enseignant. On constate que les classes auxquelles les enseignants d'aujourd'hui ont affaire sont bien différentes de celles de leurs prédécesseurs, même si les enfants restent des enfants. Dans leur champ propre, les psychologues cliniciens et les pédopsychiatres constatent aussi des évolutions sensibles dans les pathologies présentées par les enfants d'aujourd'hui et dans les difficultés dont les parents font état dans les consultations.

En quoi consiste ce changement ?³ De quoi est faite cette évolution qui augmente la difficulté d'être parent et d'éduquer ? Ce qui aujourd'hui fait symptôme dans la société contemporaine, c'est une crise de la légitimité des positions d'autorité. Le champ social était auparavant organisé entre autres sur le modèle religieux. On reconnaissait l'existence d'une transcendance comme celle du roi, du chef, du père, du maître, du professeur... Vaille que vaille, la société secrétait et transmettait des limites construites autour de la place prévalente des figures d'autorité.

Ce système ayant été ébranlé, tout se passe comme si nous nous étions affranchis de la nécessité d'avoir affaire à une transcendance (une Autorité). Or, pour se libérer des figures de l'autorité, il faut pouvoir disposer d'un psychisme d'adulte. L'enfant n'est pas capable de se séparer d'une telle figure s'il ne l'a pas rencontrée auparavant. C'est toute la vie collective qui, de ce fait, a, en moins de 50 ans, basculé, de sorte que les limites ne sont plus *préétablies*, fondées sur des règles qui se transmettent. Ces limites doivent émerger des partenaires eux-mêmes, par contrat pourrait-on dire. Cela n'est pas sans conséquence du côté des parents. Sans relais de légitimité venant du corps sociétal, sans référence tierce, les parents ne peuvent

3. Pour une étude plus complète des déterminants et des conséquences de ce changement, le lecteur intéressé pourra se reporter à deux articles : Gadeau L. (2015), « Vers une société du narcissisme pervers », *Connexions*, 2/104, 165-176 ; Gadeau L. (2015), « Accélération du changement et temporalité psychique : le glissement de l'autorité institutionnelle vers la (dé)responsabilité individuelle », *Dialogue*, 2/208, 125-138.

faire appel qu'à leurs ressources psychologiques propres pour assumer le travail d'éducation de leurs enfants.

Par ailleurs, de plus en plus souvent, les parents se démettent eux-mêmes de cette position d'autorité, comme si être aimé de leurs enfants était plus important que de les éduquer. Ces parents ne veulent pas prendre le risque d'un désamour, et sont en cela enclins à céder sur la plupart des exigences de leur enfant. Ainsi, les enfants font-ils l'économie d'avoir à renoncer à leur toute-puissance infantile, condition pourtant nécessaire à la possibilité de grandir sur le plan psychologique.

De plus, la société libérale, ce qu'on appelle le post-modernisme, a tendance à effacer les signes distinctifs (symboliques) qui ordonnent les catégories et séparent les univers, et notamment ce qui sépare le monde des enfants et celui des adultes. Les publicités circulant dans les médias sont une assez bonne illustration de ce phénomène. Chacun a pu voir à la télévision une publicité en faveur d'une marque automobile, où un adolescent appelle ses parents pour le repas. Les parents sont collés à un écran d'ordinateur et contemplent avidement la voiture de leurs rêves. L'adolescent les menace de couper l'ordinateur s'ils ne viennent pas immédiatement à table, manger le plat de nouilles qu'il a préparé. Dans le même genre, témoignant d'un effacement des générations, est apparue il y a quelques années dans les hebdomadaires une publicité concernant la marque de vêtements « Petit bateau ». On y voit la photographie d'un homme de 65 à 70 ans, souriant, pas rasé et portant un T-shirt « Petit bateau ». Au-dessus

de son portrait sont écrits « 888 mois », soit un beau bébé de 74 ans !

La fragilisation de la différence des générations est augmentée par l'affaiblissement de la transmission de références communes qui organisent symboliquement le passage (et donc la différence) enfant/adulte, notamment par la disparition dans la culture occidentale de nombreux rites (religieux ou laïques) marquant un changement de statut social : communion catholique ou juive, cérémonies de remise de diplômes, conscription, tenues vestimentaires, etc. Ces rites ont pour fonction de travailler et de marquer la différence des générations⁴ et l'orientation vers un futur possible : privé de ces liaisons fondamentales, l'individu se retrouve isolé, en manque de sens à donner à son existence, en manque de perspectives. Pour retrouver du sens et une direction, chacun se bricole des identités spirituelles à la carte, sa religion, ses croyances en puisant dans des référentiels éloignés de sa propre culture, de sa propre tradition.

Il est enfin un autre facteur, sans doute plus compliqué à appréhender, qui fragilise considérablement les positions éducatives. Il relève de la contestation des savoirs liés à l'expérience subjective, et la recherche d'appuis (des pratiques) sur les connaissances objectivables. Au nom d'une information qu'on estime juste et légitime, d'une rigueur qu'on qualifie de scientifique, d'une efficacité que l'on revendique, notre société libérale fait la promotion d'une

4. Ce qui semble favoriser la fragilité des rites, c'est qu'on ne perçoit leur intérêt ou leur pouvoir structurant qu'après qu'ils aient disparu. Dans la culture occidentale, lorsqu'on est dans la pratique du rite, on ne perçoit pas le bénéfice qu'il engendre, on ne semble percevoir que son aspect contraignant.

exigence de transparence, par le calcul rationnel, l'évaluation tous azimuts, l'expérimentation de laboratoire. La promotion de cette forme de rationalité se fait au détriment de la richesse de l'expérience sensible et de la *parole*⁵. Elle veut exclure le doute, l'incertitude, ce qu'on pourrait appeler *la logique du flou*, au profit de « certitudes » prétendument certifiées par l'expérimentation et la science statistique. On s'en remet à la connaissance scientifique et aux spécialistes, comme on s'en remettait à Dieu et à ses représentants autrefois.

5. Rendre compte de ce qu'on entend par parole, ici, est peut-être difficile en quelques mots. Disons qu'il ne suffit pas de prononcer des phrases justes du point de vue grammatical ou simplement compréhensibles pour l'interlocuteur pour qu'il y ait parole. La parole suppose un sens et un effet qui aillent au-delà de l'information délivrée ou reçue. La parole modifie celui qui parle (par le fait d'être engagé dans ce qu'il dit) et/ou celui qui reçoit ce qui est dit (par le fait qu'il entend dans ce qui est dit quelque chose qui dépasse le message intentionnellement adressé). On pourrait faire une différence entre causer et parler. Au bistrot, ça cause (beaucoup même), mais le flot de paroles ne modifie guère celui qui parle, pas davantage le plus souvent que celui qui écoute. Vous pouvez retrouver les mêmes personnes huit jours, quinze jours ou un mois après, elles se disent, accoudées au comptoir, à peu près les mêmes choses, et ne sont nullement modifiées par ce qu'elles disent. Pourquoi? Parce que ce qu'elles ont à dire n'est pas adressé. C'est dit à qui veut bien l'entendre. Parler suppose au contraire une adresse. Comme pour une lettre, il y a un destinataire. Mais, et c'est là que ça se complique, si le destinataire n'est pas choisi au hasard, c'est qu'il représente en même temps un autre destinataire, mais celui-là ignoré (par la conscience) du sujet qui parle.

➤ Un petit exemple

Une maman vient me voir, car son bébé de quelques mois pleure beaucoup. Elle se demande notamment à quel moment elle peut ou doit lui donner le biberon. Combien de temps elle peut ou doit accepter de le laisser pleurer. Elle a peur de se tromper, de traumatiser son petit, d'être au fond sans le savoir une mauvaise mère causant la souffrance de son enfant. Elle a lu beaucoup de livres sur le développement de l'enfant, mais ne trouve pas de réponse satisfaisante à son questionnement. Elle vient donc voir un spécialiste. À vrai dire, je ne suis pas le premier qu'elle vient consulter. Elle a déjà vu un pédiatre, un neuropédiatre et deux psychologues, qui tous ont fort aimablement répondu à ses questions, qui tous l'ont rassurée sur la santé de son bébé et sur ses qualités maternelles. Mais, malgré tout insatisfaite, dans le doute quant à ce qu'elle appelle « ses compétences de mère », elle continue sa quête auprès d'un nouveau « spécialiste ». On lui a parlé de moi, dans des termes élogieux (ça fait toujours plaisir), c'est pourquoi elle attend beaucoup de cette rencontre, d'autant qu'elle vient de loin, dit-elle (ça fait monter la pression). Ce que cette maman n'avait peut-être pas entendu (ou pu entendre faute d'avoir été mis en travail) dans les consultations précédentes, c'est qu'aucun savoir (psychologique ou pédiatrique) ne peut venir mettre un terme à son questionnement, lui donner la bonne réponse, la bonne méthode, l'assurer de la bonne pratique qui ferait d'elle une bonne mère et qui permette à son bébé d'échapper à toute souffrance.

Ce que cette maman a à entendre et à assimiler, c'est qu'il ne peut y avoir d'adéquation totale entre le bébé et son environnement, qu'aucune mère ne peut (ni n'a

à) protéger son enfant de tout, pas davantage des effets de la frustration⁶ que de ceux de la souffrance physique, et qu'un bébé puisse, en même temps que l'amour et la tendresse, éprouver de la colère et même de la rage contre son environnement, est inhérent à la condition humaine.

Ce que cette maman a à entendre, c'est que la rage que l'enfant va rencontrer n'est pas destructrice, qu'il va survivre à cela et que la mère est là pour que de tels éprouvés puissent être éprouvés, puis métabolisés, pacifiés. Elle n'a pas à redouter la colère que l'enfant, grandissant, pourrait diriger contre elle par instants. Cette colère va se transformer pour autant qu'on lui donne un espace d'expression et qu'on accompagne sa lente transformation en puissance créatrice (par le jeu, par le sport, par l'activité intellectuelle, etc.).

J'ai essayé de monter cela à cette maman, notamment en lui disant que, malgré le peu de connaissance que j'avais d'elle, je la considérais comme en mesure de supporter et plus encore de tirer profit de la frustration que j'allais lui infliger. Je ne lui donnerai aucune réponse savante

6. Le mot « frustration » peut paraître un peu fort, mais on en comprendra le sens et la portée si on l'oppose au mot « privation ». La privation concerne le registre des besoins fondamentaux comme l'alimentation, le sommeil, l'attachement, la sécurité psychique, etc. La frustration porte sur un autre registre, celui des désirs (voir le chapitre 2 et 3). On ne saurait infliger des privations à un enfant (pas plus qu'à un adulte d'ailleurs). De telles pratiques tomberaient sous le coup de la loi. Ce serait de la maltraitance. La frustration est consubstantielle au désir, elle en constitue une des garanties vitales, parce qu'elle donne des limites à son accès. Ces limites, qui ne sont pas ni des empêchements ni des interdits absolus, donnent sa consistance et sa valeur au désir.

sur le quand, le comment ni le pourquoi on peut frustrer un enfant, que cette question n'appelle aucune réponse possible. Par contre, elle appelle une autre question. Pourquoi faudrait-il redouter le désamour de son bébé ? Ne peut-on faire confiance à la vitalité psychique de ce petit être pour qu'il surmonte, entouré, contenu par une mère bienveillante, la colère qu'il peut légitimement éprouver face à une réponse insatisfaisante ? Je la mettais au fond dans une situation similaire à celle qu'elle redoutait pour son bébé ? Allait-elle succomber à la frustration ou bien accepter de se mettre elle-même à l'épreuve de cette non-réponse, de l'éprouver, de la travailler pour grandir comme mère ? Je lui montrais que j'avais confiance en elle pour entamer ce cheminement. En fin de consultation, elle m'a chaleureusement remercié. Mais je ne saurai jamais vers quoi cette consultation a conduit cette maman. Là, c'est moi qui étais (et suis toujours) frustré, mais c'est un moteur puissant pour continuer à apprendre de mes patients.

Ce qui semble avoir disparu chez certains parents, c'est la possibilité d'une mise en appui sur le doute, sur le défaut de savoir et la légitimité qui fonde ce défaut. C'est cette légitimité qui aurait dû permettre à cette maman de « faire entendre » à l'enfant qu'il avait assurément de bonnes raisons de pleurer, d'être en colère parce qu'aucune réponse ne pouvait l'apaiser⁷, mais qu'elle était là, présente, pour lui faire sentir que cela n'était pas pour autant destructeur et qu'il saurait progressivement faire avec cette colère, l'appivoiser.

7. Et donc qu'il devait assumer la déception fondamentale liée à sa condition d'humain, à savoir que personne, pas plus la meilleure des mères que toute autre, n'est et ne sera à même de combler en permanence ses attentes, ni d'apaiser totalement ses souffrances.

➤ Être parent et le rapport à la transmission

On ne se débarrasse pas facilement de ce qui nous a été transmis. Ce qui nous est transmis par les générations antérieures l'est à notre corps défendant le plus souvent. Quand ce qui nous est transmis comme postures éducatives nous convient, lorsque nous y adhérons, la déception, ou la souffrance éventuelle liée à la confrontation au réel débouchent souvent sur des révisions, des ajustements éducatifs, une inventivité renouvelée qui favorisent le plus souvent l'adaptation parent/enfant/environnement. Les choses sont plus compliquées lorsque les parents, père et mère, père ou mère, souhaitent se défaire des modèles parentaux qui ont participé à leur propre construction (pour des raisons souvent liées leur souffrance vécue d'enfant). On reçoit fréquemment en consultation des parents qui se font le témoin de ce que ce à quoi ils ont voulu échapper comme parents dans l'éducation de leur enfant, ils le reproduisent malgré eux.

Ainsi, Mme M. a-t-elle souffert, enfant, de la sévérité, de la violence morale et physique de ses deux parents. Elle a tout fait, dit-elle, pour ne pas ressembler à sa mère, en se montrant présente et attentive à ses enfants, aimante autant qu'elle le pouvait. Mais elle fait l'amer constat qu'elle se voit reproduire par moments des gestes, des paroles qui viennent de sa mère. « Avec Élise (sa fille), je me retrouve au bout du compte à fonctionner comme ma mère alors que j'ai voulu tout faire pour ne pas lui ressembler ». Il n'est sans doute pas juste de dire que Mme M. fonctionne comme sa propre mère. La violence dans laquelle elle est prise par moments n'a pas la même

ampleur, ni en intensité ni en fréquence, que celle qu'elle a subie, mais elle fait le douloureux constat qu'on ne se débarrasse pas aussi facilement de ce qui nous a été légué à notre corps défendant, et que la volonté pas plus que l'amour pour son enfant ne constituent un rempart suffisant pour nous protéger de ce qui se répète par la transmission.

Souvent, lorsqu'on oppose au modèle parental qui nous a fait souffrir comme enfant un contre-modèle destiné à nous faire échapper comme parent aux parents que nous avons eu, on fabrique à notre insu les conditions de la répétition même.

Si l'on veut échapper aux effets délétères de certaines transmissions, il ne sert à rien de rejeter en bloc ce qui nous a été transmis ou d'imposer à sa volonté un contre-modèle au modèle qui a participé à notre construction. Il faut non rejeter, mais accueillir ce qui nous a été légué par l'éducation pour le mettre au travail, et lentement le refaçonner. Ce qui nous est transmis, qu'on le veuille ou non, nous constitue, est une partie de notre être profond, une partie de notre identité. On ne saurait le rejeter sauf à nier une partie de soi-même, à se mutiler au fond.

Par ailleurs, ce qui est transmis n'a pas vocation *a priori* à se reproduire à l'identique, de sorte qu'il n'y a nulle fatalité à être un « clone » de notre mère ou de notre père. Pour cela, il faut *assimiler* ce qui nous est transmis, pas le rejeter ou le contrecarrer. Un psychologue un peu oublié de nos jours, Jean Piaget, utilisait une formule biologique assez parlante pour faire comprendre ce qu'est le phénomène de l'assimilation sur le plan psychologique.

Lorsque nous mangeons du lapin, disait-il, notre corps ne se transforme pas en lapin, c'est le lapin qui se transforme en notre corps. Eh bien, assimiler ce qui nous est transmis c'est le transformer en quelque chose qui est nous. C'est cette opération (complexe) que, futur parent ou parent, nous devons lentement (rien ne sert de courir...), patiemment (ça, c'est plus difficile à accepter de nos jours) accomplir.

Comment accomplir ce travail d'assimilation ? Peut-être en lisant les chapitres qui suivent, au gré de votre humeur, de vos interrogations, de votre curiosité, sans chercher de réponses clés en main à votre questionnement, sans chercher à vouloir faire taire vos doutes. Ces doutes sont le sel de la vie psychique et ils contiennent bien plus de vertus que vous ne pouvez imaginer.

ÊTRE PARENT AUJOURD'HUI

Les repas, le coucher, les apprentissages scolaires, la télévision ou les jeux vidéo, les soubresauts de l'adolescence... autant de moments du quotidien qui peuvent cristalliser les tensions entre parents et enfant et mener à l'incompréhension ou au découragement.

Comment la psychologie peut-elle nous aider dans ces moments difficiles ? Quelles sont les clés pour sortir de l'impasse ? Ce guide permet de mieux comprendre les étapes du développement et le fonctionnement psychologique de l'enfant et de l'adolescent.

Il offre des points de repère dans l'océan des liens familiaux. À partir d'une quarantaine d'exemples, sont éclairés les ressorts qui animent les frictions, crispations ou crises dans la vie de tous les jours.

Un guide qui saura vous aider au quotidien pour dépasser les tensions, ouvrir le dialogue et améliorer durablement les rapports au sein de la famille.

Ludovic Gadeau est docteur en psychopathologie, psychologue clinicien et psychothérapeute. Il a dirigé en Isère un centre médico-psychopédagogique et ouvert deux services de soin pour enfants présentant des troubles sévères des apprentissages. Il est enseignant-chercheur à l'Université Grenoble-Alpes.



16€

ISBN : 978-2-84835-426-2

• EDITIONS IN PRESS •

www.inpress.fr