

INCESTUEL ET HYPNOSE PTR



Sophie THEBEN

Travail réalisé en vue de l'obtention de la certification
dans le cadre de la formation en
**Psychothérapie du Trauma Réassociative
et Hypnose Conversationnelle Stratégique**
organisée par l'Institut Milton Hyland Erickson de Belgique (IMHEB)

Juin 2020

L'incestuel, c'est la symbiose qui n'en finit pas.

| | | |
|------|--|----|
| I. | INTRODUCTION | |
| | Racamier, les origines | 7 |
| | Définitions | 8 |
| II. | DE L'INCESTUEL | |
| | A – Qu'est-ce qu'une atmosphère incestuelle ? | 8 |
| | B – Quel chemin mène à la relation incestuelle ? | 9 |
| | 1 Relation narcissique primaire | 9 |
| | 2 Évolution pathologique | 10 |
| | 3 Et l'Œdipe dans tout ça ? | 12 |
| | C – Fonctionnement de l'inceste | 12 |
| | D – Objets incestuels, équivalents d'inceste | 13 |
| | 1 Objets et comportements incestuels | 13 |
| | 2 Les secrets incestuels | 15 |
| | 3 Des limites | 17 |
| III. | CONSEQUENCES | |
| | A – Que devient l'enfant ? | 17 |
| | B – Structuration psychique : entre psychose et perversion | 20 |
| | C – Conséquences aux niveaux pulsionnel, affectif, relationnel et sexuel | 21 |
| IV. | QUI SONT LES INCESTUEURS ? | |
| | A – Les familles à transactions incestuelles | 23 |
| | B – La mère incestuelle | 23 |
| | C – Le père incestuel | 24 |
| V. | PRISE EN CHARGE DES INCESTUES | |
| | A – Les signes révélateurs | 25 |
| | B – Propositions pour la relation thérapeutique | 27 |
| | C – Pistes de travail | 27 |
| | D – La reconstruction du patient | 29 |
| VI. | ANALYSE DE CAS : NICOLAS | 31 |

BIBLIOGRAPHIE

INCESTUEL ET HYPNOSE PTR

L'inceste, on sait ce que c'est.

Il faut en parler, le « détecter, le prévenir et gérer » cela.

L'incestuel, on en a une idée, plus ou moins vague.

Voilà pourquoi, il faut en parler davantage.

Parce qu'on sait les traumatismes causés par l'un,

Sans savoir que l'autre crée des ravages psychiques et physiques similaires.

L'inceste est plus souvent le fait du père vis-à-vis de son enfant,
alors que l'incestuel est davantage le fait de la mère.

I. INTRODUCTION

Racamier, les origines :

C'est Paul-Claude RACAMIER, psychiatre et psychanalyste français (1924-1996) qui crée le néologisme d' « incestuel » dans les années '80 à l'occasion de son livre intitulé « *L'inceste et l'incestuel* », après des années de recherche sur des patients psychotiques et leurs familles.

Lexique de Racamier :

L'incestuel : c'est un climat.

L'incestualité : désigne la qualité propre de ce qui est incestuel.

Incestualiser : c'est l'action consistant à rendre incestuel.

Incestualisé : adjectif qualifiant ce qui est rendu incestuel.

Incestualisant : ce qui rend incestuel.

Incester et son participe passé incesté : parasité par l'inceste.

Incestés ou incestués : victimes d'inceste ou d'incestuel.

Incestuants : auteurs d'incestuel ou d'inceste.

Incestueux : coupable d'inceste ou caractérisé par l'inceste.

Définitions

Selon Racamier et d'autres auteurs, l'incestuel

- « *correspond à une atmosphère familiale particulière qui n'aboutit pas forcément à un passage à l'acte sexuel (comme c'est le cas dans l'inceste) mais qui laisse chez les enfants qui en sont victimes une empreinte responsable d'un certain nombre de troubles psychiques ou sexuels de l'âge adulte* »,
- « *est un climat où souffle le vent de l'inceste sans qu'il y ait inceste* »,
- « *c'est le substrat déguisé d'un acte de nature incestueuse. Si l'inceste est dans l'acte, l'incestuel est dans la relation* »,
- « *c'est un équivalent d'inceste* »,
- c'est une relation de séduction narcissique qui n'en finit pas dans le temps,
- une emprise,
- est un **abus narcissique**, au même titre que l'inceste est un abus sexuel,
- « *C'est l'inceste moral* », parce qu'il est une atteinte à l'intégrité de la personne, « *C'est un inceste psychique, symbolique* ».

C'est un mode de fonctionnement particulier entre les individus d'une même famille qui révèle une organisation singulière de la vie psychique qui « *rejette et dénie les deux organisations de conflit les plus importantes de la vie psychique : le tabou de l'inceste et le poids du deuil originaire (indifférenciation)* ».

L'incestuel est agi dans un mécanisme de **confusion** des rôles familiaux, il crée un brouillard qui s'oppose à la claire distinction des individus. Il n'y a donc pas de loi internalisée mais un mécanisme d'évitement de la distinction du soi.

L'incestuel est tueur de fantasmes, il se constate par le vide de la pensée, la pensée « blanche », opératoire.

II. DE L'INCESTUEL

A. Qu'est-ce qu'une atmosphère incestuelle ?

Vignette clinique :

Mr Z consulte pour sa fille - que nous appellerons Marie – âgée de 10 ans. Celle-ci, depuis plus de 3 ans souffre d'angoisses nocturnes qui l'amènent à venir – presque toutes les nuits – dans le lit de ses parents, dormant entre eux. Quelquefois, les parents la ramènent dans son lit ; le plus souvent ils la laissent dormir avec eux jusqu'au matin.

En rencontrant les parents, ce qui marque d'emblée c'est l'absence de limites, à tous les niveaux : certaines chambres et la salle-de-bain n'ont pas de portes, tous se voient nus, l'aîné (15 ans) doit traverser la chambre de sa sœur Marie pour sortir de la sienne, les angoisses maternelles sont débordantes, les relations intimes du couple quasi inexistantes, le papa retrouve sa fille collée à lui le matin et la maman va dans le lit de sa fille quand elle veut dormir tranquillement, laissant père et fille dans le grand lit.

Les manifestations de cette atmosphère peuvent sembler banales et laisser croire à une attitude « libérée » : des enfants dormant trop longtemps dans le même lit, des bains pris en commun jusqu'à un âge avancé, des contacts prolongés peau à peau, des enfants adulés, des confidences d'un parent sur sa vie sexuelle ...

Ce sont des familles où les portes ne ferment pas ou sont inexistantes, où l'on partage le linge, où les lits sont interchangeable, où l'espace privé de chacun n'est pas respecté, où l'on fouille dans les affaires des autres, où on lit le courrier, le journal intime.

Ces familles sont souvent fermées sur l'extérieur : on ne va pas chez les copains, on ne reçoit personne (sauf la famille).

Ce sont aussi des familles où le mode éducatif est mal codé : il n'y a pas de cohérence éducative ni de limites claires autour des interdits.

B. Quel chemin mène à la relation incestuelle ?

1 Relation de séduction narcissique primaire

A l'unité corporelle prénatale succède une autre sorte d'union post-natale, un unisson : la séduction narcissique : mère et enfant vont se séduire pour se rencontrer malgré leurs différences. Cette séduction est indispensable pour la survie du nourrisson.

Le nouveau-né doit séduire sa mère car il est différent – au moins en partie – du fantasme qu'elle avait de lui.

La mère doit séduire son enfant, ce dernier étant déçu du fait qu'il doive, depuis sa naissance, gagner son air et sa pitance.

« La naissance les avait séparés, la séduction narcissique les aimante. »

La phase de séduction narcissique vise à la neutralisation, voire à l'extinction, des excitations externes ou pulsionnelles. *« Il s'agit d'établir une relation qui non seulement soit exclusive, mais à l'écart du monde et de son train. »*

Selon Mélanie KLEIN, la manière dont cette période cruciale dans le développement de l'enfant va se passer va être fondamentale dans la capacité de l'enfant à entrer en contact avec le monde. L'empathie, les bons soins de la mère « suffisamment bonne » vont générer ou non sa capacité future à objectiver l'autre dans la globalité de son être et non de manière clivée, partielle, réduite.

C'est donc le temps de la dyade mère-enfant, état fusionnel dans lequel chacun fait encore partie de l'autre.

C'est un paradis que l'enfant **doit** quitter pour grandir, s'individualiser.

2 Évolution pathologique

Dans une évolution satisfaisante, réussie, cette séduction conduit au deuil originare où mère et enfant parviennent à se déprendre de leur lien ; la séduction narcissique se distend quand les forces inconscientes qui poussent à la différenciation, à l'autonomie, entrent en concurrence avec elle. **Le moi émerge et la relation de séduction s'éteint.**

Il en va autrement quand la mère tente de « *pérenniser cette fusion où chacun puisse se reconnaître en l'autre dans une relation mutuelle exclusive et comme à l'écart du monde* ». Si cette relation primaire n'a pas été suffisamment satisfaisante et, pour cette raison, doit continuer, perdurer, elle risque de déboucher sur un deuil impossible : voici les conditions propres à générer l'incestualité.

Le deuil originare désigne le processus psychique par lequel le moi, dès ses prémisses, renonce à la possession totale de l'objet, fait son deuil d'un unisson narcissique absolu et d'une constance de l'être indéfinie.

La persistance de cette relation conduit à la non-séparation de la mère et du bébé.

Racamier :

« Le désir qui chez la mère la pousse à séduire narcissiquement son enfant est que cet enfant reste une partie d'elle-même, physiquement et psychiquement et qu'à eux deux, ils forment un organisme omnipotent défiant toute autre présence et toute autre loi, ainsi l'enfant narcissiquement séduit doit être comme s'il n'était pas né, en tout cas comme s'il n'avait pas été engendré : la représentation du père et du sexe du père est exclue. »

« Le père est de trop, sa présence physique et même sa présence imaginaire au cœur de la mère, si elle est seulement subodorée, est repoussée. »

Une telle relation fait faire à la mère l'économie de l'œdipe, de l'ambivalence et du sentiment de dépossession, de perte et de deuil qu'infligent la croissance de l'enfant et son évolution vers l'autonomie.

La mère vise à faire de son enfant sa chose, son instrument, sa propriété. L'enfant doit demeurer une partie intégrante de cette organisation au même titre qu'un organe vital. Une des finalités visée dans cette relation est de tarir le désir que l'objet pourrait à la fois éprouver, inspirer et représenter.

Ainsi la séduction narcissique combat le sexuel comme son ennemi le plus intime. Son ultime combat contre le sexuel étant l'inceste.

Le lien entre mère et enfant se transforme alors en **ligature** ou **ligotage** dont l'enfant devient prisonnier.

Dans cette relation, le tout-petit enfant est le récepteur muet des projections de l'adulte. Il ne peut s'en défendre. Il ne peut les rendre ni les interpréter (Alice Miller – *L'Enfant sous Terreur*). Il est donc prisonnier d'un pouvoir narcissique.

Nulle symétrie dans les échanges mais une relation tout au bénéfice du narcissisme de l'adulte.

Que se passe-t-il dans la relation incestuelle ?

Racamier parle de *credo narcissique* :

**« Ensemble, nous nous suffisons et n'avons besoin de personne,
Ensemble et soudés, nous triompherons de tout,
Si tu me quittes, je meurs. »**

Et voilà scellée l'union mortifère de trois fantasmes :

**la suffisance dans la complicité,
la toute-puissance dans l'unité,
la mort dans la différenciation.**

Rien ni personne ne doit prendre place entre eux, ni maintenant ni jamais.

La relation s'inscrit sous l'égide du « deux ».

Toute triangulation est impossible.

« Ensemble, nous ignorons le deuil, l'envie, la castration et l'œdipe ... »

La période de séduction ne s'achève pas parce que la mère ne le veut pas.

Nous comprendrons plus loin pourquoi elle ne peut lâcher ce mode relationnel.

La séduction persiste et se transforme en manipulation.

Par sa relation incestuelle, la mère veut garder son enfant dans sa matrice.

Dans la séduction narcissique, la mère tente de préserver entre elle et son enfant un univers à l'abri des excitations du monde interne et externe faisant prévaloir un ordre libidinal étale et non pulsionnel mais en même temps, par certains de ses comportements, elle peut produire un état permanent d'excitation chez son enfant qui a des incidences graves sur son fonctionnement mental comme des troubles comportementaux ou un défaut de symbolisation, surtout, le lien incestuel est sexuel non sexuel.

Au niveau symbolique, le père est celui qui ouvre vers un ailleurs, déploie l'esprit dans sa capacité de penser. Le père incestuel maintient son enfant dans le clan familial en l'empêchant de penser, de savoir, de dire.

Avec l'incestuel, nous sommes aux confins d'une conception traumatique du psychisme. Ce qui fait trauma dans l'incestuel se situe dans la répétition. En effet, loin d'un traumatisme qui serait un choc ayant eu lieu une seule fois, loin de le voir comme un acte isolé, l'incestuel s'approche davantage d'un mode relationnel permanent au degré constant de toxicité. En cela, nous ne sommes pas éloignés d'une conception qui voit l'incestualité comme une manifestation de perversité.

Dans l'incestuel, les tabous transgressés sont

- Celui de la vérité sur l'inceste (possible), qui est banalisé, normalisé.
- Celui de l'indifférenciation des êtres sur les plans corporel, psychique et social.

3 Et l'Œdipe dans tout ça ?

Œdipe et antœdipe

L'œdipe - fantasme de séduction du parent du sexe opposé avec rejet du parent du même sexe, aboutit normalement à l'interdit de l'inceste.

L'interdit de l'inceste est le pivot du complexe d'Œdipe.

La castration œdipienne, c'est le père qui dit : *« je t'interdis ta mère parce qu'elle est ma femme et parce qu'elle t'a mis au monde. Les deux sont importants. Tes sœurs te sont aussi interdites sexuellement que ta mère. »*

L'antœdipe – concept défini par Racamier - phase organisatrice du développement précédant et accompagnant le conflit œdipien, aboutit à l'interdit de l'indifférenciation.

Racamier met en place la notion d'« antœdipe » pour désigner ce qui fait obstacle à la structuration œdipienne. Cette bifurcation se situe à la fois « avant » et en « opposition » avec le passage par le complexe d'Œdipe qui impose d'accepter une loi sociale pour sortir de ce que Racamier appelle la **séduction narcissique**, c'est-à-dire **le rapport à l'autre comme s'il faisait partie de soi**.

C'est cet interdit qui empêche la confusion des êtres, des genres et des générations. Il est donc organisateur des **limites**.

Si l'interdit de l'antœdipe n'est pas respecté - cette situation est l'incestuel, alors l'interdit de l'inceste a de grands risques de ne pas l'être.

L'enjeu de l'Œdipe est l'identité sexuelle.

L'enjeu de l'antœdipe est l'identité de genre et surtout l'identité personnelle.

C. Fonctionnement de l'incestuel

Le fonctionnement incestuel se caractérise par la **confusion, la fusion**, dont le but est de permettre la poursuite ou la reviviscence d'une relation de séduction narcissique :

- confusion des **origines** : continuer à ne faire qu'un : rester un au lieu de deux. Donc confusion des sexes. Fantasme d'auto-engendrement.
- confusion des **identités** et des individus par l'absence d'individuation, l'enfant n'est qu'un objet-fétiche, nulle place pour ses désirs. L'altérité n'est pas reconnue. La famille est une unité symbiotique et l'unique frontière clairement repérable se situe entre la famille et le monde extérieur et non entre les individus.
- confusion des **générations** qui apparaît dans un rapport à l'autre qui outrepassé les limites individuelles et fausse les places au sein de la famille. Les frontières intergénérationnelles sont aplanies, voire inversées, il n'y a plus de distinction entre parents et enfants. Il n'y a pas de place pour l'autorité.

La généalogie est brouillée : par un secret portant sur un membre de la famille, par l'impasse qui est faite sur le père et parfois sur la mère avec le fantasme d'auto-engendrement.

- confusion des **registres relationnels**, entre l'affection parentale et le sentiment amoureux, entre la tendresse et la sexualité adulte (atmosphère saturée de sexualité latente tout en étant marquée d'une grande pudibonderie).

Ce fonctionnement vise à éviter toute séparation, individuation qui ferait planer une menace de mort sur les membres de la famille en réactivant des carences affectives majeures et précoces.

D. Objets incestuels, équivalents d'inceste

1 Objets et comportements incestuels

Comme l'inceste, l'incestuel est agi. Il est réalisé par d'autres biais que l'acte sexuel, mettant en jeu notamment des équivalents et des secrets.

Ces équivalents sont des comportements à travers lesquels une relation de nature incestuelle transite.

Ils peuvent être de quatre natures :

- des objets,
- des activités,
- des comportements symptomatiques,
- la manipulation, en particulier sur le personnel thérapeutique.

Dans les faits, l'incestuel se trouve incarné dans des actes ritualisés autour d'objets de substitution, actes vécus avec une charge d'excitation assimilable au sexuel sans qu'il ne puisse en être question :

rapports compulsifs à l'argent (manipulations incessantes d'argent) ou à des objets, comportements de consommation (nourriture - anorexie, boulimie -, alcool, ...) ou toute autre activité « indûment érotisée ».

Ce sont des actes anodins au premier abord, mais porteurs d'une charge d'excitation et d'une intimité interindividuelle inappropriées, en contradiction avec la banalité de l'acte.

Équivalents d'apparence banale pour se camoufler et égarer les éventuels curieux (les thérapeutes en particulier).

L'objet-matière manipulé représente cet inceste non consommé, tel un fétiche. L'objet doit pouvoir être touché, tâté et passé et repassé de la main à la main (pouvoir liant).

Ce sont souvent des actes partagés et ritualisés : ils ne se pensent pas, ils ne se représentent pas, ils sont ce qu'ils remplacent.

Ce sont des objets de commerce érogène. Ils n'ont pas de fonction transitionnelle, ils occupent une faille entre le fantasme et la matière ; cumulant l'attrait sexuel et l'attrait narcissique.

Racamier évoque le cas d'une mère qui donnait à son fils **l'argent** nécessaire pour payer « ses frais d'amour auprès d'une prostituée », ou encore le fait de consommer ensemble – mère et fils – des quantités importantes d'alcool, les attaques et la disqualification de thérapeutes par toute une famille.

Ce peut être à travers une **pratique sportive** plus ou moins intensive où le père devient, par exemple, l'entraîneur de sa fille.

L'équivalent peut aussi être un **symptôme** qui permet de maintenir le lien avec la famille : hallucinations, addictions, les troubles alimentaires : dans les familles anorexiques, il est banal de constater l'importance donnée à la nourriture comme moyen privilégié d'expression des liens d'amour ou de haine entre les membres. « *Cette concrétude dispense de la parole et abolit l'effort pour penser.* »

Pour la mère de l'enfant anorexique, il s'agit, au travers de l'objet incestuel nourriture, de pénétrer le corps de celui-ci et d'avoir la main sur tout ce qui entre et qui sort du corps de son enfant. Le refus alimentaire de l'enfant est donc une tentative de se déprendre de cette emprise et gagner son individualité.

Ou un **climat familial indûment érotisé** : plaisanteries érotiques, caresses, pincements, parents « libérés » se livrant à un véritable exhibitionnisme de leur intimité et/ou sexualité. Parallèlement, l'intimité et la sexualité de l'autre peuvent être ouvertement attaquées, considérées comme insupportables, à travers la critique de la morphologie ou d'intrusions répétées lors de la toilette, par exemple. Tout cela peut aller jusqu'à une « *captation de la sexualité* » de l'autre.

Ce n'est pas tant le comportement en lui-même que « *l'intentionnalité perverse qui le sous-tend (l'excitation de l'adulte) et le déni qui le scelle* » qui constituent l'abus.

Ce peut être aussi **l'abus** par personne interposée : l'enfant est abusé par un membre de l'entourage extrafamilial, sans que cela n'entraîne de protection de l'enfant.

Comment les reconnaître ?

- Toute approche de la part d'un étranger est vécue comme effraction. « *L'équivalent incestuel est tenu pour tabou* » et toute manœuvre d'approche suscite de la part de la famille crainte, hostilité et mise à distance.
- Au niveau du contre-transfert : chez ceux qui assistent à ce commerce en y étant exclus, l'équivalent induit soit une sidération de la pensée, en écho à ce qui se passe chez les acteurs de la transaction incestuelle ; soit au contraire une excitation de l'activité fantasmatique, parfois obscène, semblant suppléer à la carence de fantasmes des acteurs de la relation incestuelle.

2 Les secrets incestuels

Habituellement, les secrets marquent les **limites** du territoire privé de leur détenteur, territoire dont ils sont les garants. Générateurs de pensées et de fantasmes, ils concernent la sexualité et s'intéressent au plaisir et aux origines. Ces secrets créent du lien, entre les individus et les générations, mais aussi au sein du psychisme, entre les pensées et les désirs.

Les secrets d'incestualité sont de tout autre nature : ils coupent les voies de la pensée, des rêves, des fantasmes et sectionnent le fil des origines, rompant son lien avec la vie psychique.

L'incestuel baigne dans le secret. Le rôle du secret est d'occulter les origines, seule la séduction narcissique emprisonne l'enfant dans le silence. Il y a devoir de silence. Tout se passe dans le non savoir, le non-dit, le non penser.

C'est l'abus narcissique. Silence, sidération sont la chape de plomb qui tombe sur l'enfant.

C'est parce que le secret incestuel est aussi secret des origines qu'il peut traverser les générations.

Tous les repères sont brouillés.

« Comme les équivalents d'inceste, les secrets incestuels sont à la fois cachés et exhibés. Ils sont l'objet d'un « double déni » : on ne peut ni les dire, ni les cacher, ils ne peuvent ni s'oublier, ni se percer à jour. »

- Les secrets incestuels concernent la **transgression** dont la principale est celle de **l'inceste** qui a pu se produire à la génération précédente ou au-delà et qui met à mal le narcissisme familial.
- A la base de l'incestuel, il y a souvent un **deuil non fait**. C'est alors le secret d'un décès, soit celui d'une personne idéalisée, soit justement celui de l'auteur ou la victime de l'inceste. Il peut s'agir d'une disparition, d'une incarcération ou d'un internement. Dans tous les cas, il y a matière à deuil, mais le deuil n'a pas été fait. Soit parce que la mort apparaissait comme suspecte aux yeux des proches, ignominieuse ou criminelle, soit parce qu'insupportable, narcissiquement insupportable, déchirant le narcissisme familial. C'est le cas quand le mort est jeune, sa disparition héroïque (guerre) ou entourée de mystère.

Le **deuil** est incompatible avec la structure de l'incestuel. Cette mort devient alors taboue, la mémoire qui se perpétue n'est alors pas celle du mort mais celle du non deuil de sa mort.

Les secrets mettent les membres de la famille à l'abri du deuil et du contact avec la réalité. Ils permettent d'enchaîner les membres les uns aux autres, lien d'enchaînement qui les protège contre les atteintes du monde extérieur vu comme persécuteur.

Le secret a enfin une fonction de survivance : il garantit la pérennité, il a fonction de fétiche, *« il est comme le pacemaker de la famille, si ce n'est son cœur artificiel. »*

Le secret-fétiche prend la place du deuil non fait : la menace de sa disparition équivaut à une menace de mort.

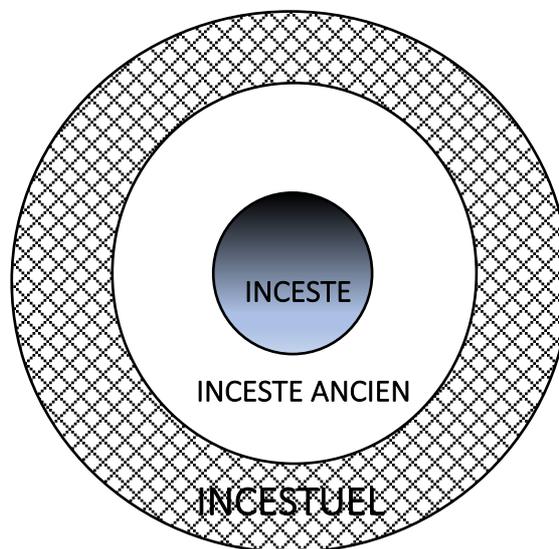
Les secrets agissent comme une délimitation d'une intimité non plus individuelle mais déportée à l'échelle de la famille, du privé.

Le secret floute les limites entre l'intime et le groupe, ce qui semble immuniser contre l'exprimable.

Inceste et incestuel se trouvent entremêlés dans une causalité circulaire.

Racamier propose la perspective des cercles de l'inceste et de l'incestuel :

Pour comprendre, imaginons des cercles concentriques et représentons-nous des degrés décroissants de gravité, c'est-à-dire d'atteintes traumatiques.



Le premier cercle est celui de l'inceste. C'est l'épicentre du séisme. Deux personnes : l'incesteur et l'incesté. Pour l'un ce n'est qu'une éruption, pour l'autre, une catastrophe, une atteinte majeure à son intégrité corporelle et psychique : summum du traumatique et de la disqualification.

Le deuxième cercle concerne encore l'inceste, mais il n'est plus en prise directe. Il remonte au passé, une distance généalogique s'est établie. Il est ancien mais la blessure n'a jamais été vraiment ouverte ni vraiment refermée.

Et l'on sait que l'inceste dans une génération induit des ravages incestuels dans les générations suivantes.

En nous éloignant du centre, on atteint le troisième cercle. Ici, c'est une tout autre organisation, plus de séisme comme à l'épicentre, mais un tissu : au lieu d'un agresseur et d'une victime, ce sont deux complices qui se rejoignent, trouvant tous deux leur compte dans leurs rapports incestuels.

Dans l'incestuel, il y a absence de passage à l'acte incestueux, mais un climat familial qui le permet puisqu'il rend floues les limites individuelles à respecter, les lois relatives, et installe le tabou de la vérité comme loi de substitution. Le climat familial incestuel peut ainsi autoriser et masquer le passage à l'acte incestueux, dans la mesure où pour l'auteur de l'inceste, l'autre n'est pas perçu comme complètement autre.

3 Des limites

De l'intime, du privé et du public

Ce culte des secrets et non-dits est à intégrer dans une perturbation de l'articulation entre intime, public et privé.

- **L'intime** correspond à l'espace intrapsychique du sujet, c'est ici que s'applique le droit au secret.
- Le **public** est l'espace sociétal, celui de la transparence puisque ses enjeux et ses règles ont à être connus de tous.
- Entre ces deux pôles se situe le **privé**, espace de la famille, du groupe et régi par la discrétion ; c'est un espace d'échange entre l'intime et le public.

Dans les familles incestuelles, l'intime est souvent bafoué : il n'y a pas de droit au secret individuel et l'intimité de chacun fait l'objet d'intrusions fréquentes.

L'espace privé est envahi par les secrets et les non-dits, mais il y circule ce qui relève habituellement de l'intime.

Le monde extérieur étant souvent vécu comme persécuteur, le domaine public est en général réduit à son minimum et alimenté en falsifications et autres leurres, visant à dérouter l'interlocuteur extra-familial.

III CONSEQUENCES

A. Que devient l'enfant ?

Toute tentative d'autonomisation est tuée dans l'œuf.

L'enfant devient le miroir (narcissique) de la mère, son complément – un organe destiné à la rendre achevée, complète et aboutie, il sera sa garantie d'identité, le témoin, la preuve et le garant de son existence, il est instrument de valeur, faire valoir.

La séduction se fait rapt tout en demeurant ravissement.

La mère (ou le père) y gagne en narcissisme,
L'enfant y perd en autonomie.

Même si temporairement, il peut être narcissiquement flatté d'être *indispensable*, d'incarner *l'idéal absolu*, il n'en est pas moins le prisonnier d'une *projection narcissique dévorante* car il doit combler à lui seul le manque de l'auteur de cette idolâtrie.

L'enfant incestué est soumis à une emprise alors même qu'il croit être aimé.
Il devient fétiche. Nulle tendresse dans cette relation de possession.

« *Le sujet s'y déchire entre aspiration à reconstituer l'unisson perdu et désir de le quitter, s'y écartèle entre désir de différenciation et désir d'indifférenciation.* »

La relation privilégiée laisse accroire à la victime qu'il possède une valeur inestimable, lui confère une grandiosité sans limites.

« *La séductrice devient prédatrice. Le séduit devient envoûté, le captivé devient captif.* »

Souvent, cette mère caprice a elle-même été une enfant captive. Ainsi, la relation de séduction qui n'en finit pas se perpétue de génération en génération.

Pour éviter le deuil impossible.

Parce qu'au fond de toute relation narcissique interminable pèse la menace de mort, la conviction du couple incestuel étant que chacun ne peut survivre sans l'autre.

Au bout de cette relation se profile la promesse de l'inceste :

« **Je m'unis à toi totalement.** »

« *L'inceste apparaît comme ultime remède, tant pour l'adulte afin de garder cet enfant qui s'obstine à croître, que pour celui-ci, afin peut-être de combler enfin cet adulte depuis toujours insatisfait !* »

La recherche narcissique de la mère se fait au détriment du besoin narcissique primaire de l'enfant. Ce dernier grandit avec une carence affective. Il manque de construction narcissique c'est-à-dire de confiance en soi et de force intérieure. Il sent qu'il doit penser comme le parent, qu'il n'a pas sa puissance propre : « *Si tu ne me crois pas, tu me trahis. Si tu me trahis, je meurs.* »

L'enfant grandit avec cette **peur** de faire mourir sa mère en s'éloignant. Il a aussi peur de perdre l'amour du parent et le sentiment de puissance.

Alors, il se soumet mais de cette **soumission** naît la **haine** du parent, aussitôt refoulée.

Pour éviter de souffrir en victime impuissante, il peut choisir de se mettre sur la même fréquence et développer à son tour des comportements d'emprise sur autrui (violences, incestes sur les plus jeunes sœurs).

L'enfant est empêché dans son développement psychique et mental.

Dans ce contexte incestuel, il y a discrédit porté sur la valeur de ses capacités et de ses accomplissements, dans la mesure où il n'est regardé, considéré qu'à travers sa capacité à faire exister son parent.

Cette **disqualification** porte sur quasi toutes ses capacités :

- Sa capacité de **fantasmer** : car imaginer lui donne sa liberté, or il ne peut être libre en dehors de son parent. Il ne peut donc pas se projeter dans un futur. Sa capacité créatrice s'éteint.
- Sa capacité de **désirer** : il ne peut se permettre de désirer autre chose que ce que son parent veut. Tout désir propre, s'il apparaît, est directement associé à de la culpabilité. *« Je ne peux vouloir quelque chose pour moi sinon je perds l'amour de mes parents. »* L'enfant n'a pas le choix : soit il se sent coupable, soit il se sent abandonné. La troisième voie du désir créateur lui est inconnue.

Le sujet se trouve dès lors entravé dans :

- Sa capacité à **s'aimer lui-même** : il a été utilisé comme un objet, une prothèse pour le narcissisme défaillant de son parent, *« Il est fait pour briller et non pour vivre à son compte »*.
- Sa capacité à **aimer** : il ne peut disposer de son affectivité pour son usage propre, celle-ci est réservée à sa famille, à son parent incestuel. Sans travail thérapeutique, il restera loyal à son clan.
- Sa capacité à la **tendresse** : il a grandi dans un noyau compact indifférencié où il n'y a ni intimité (ce qui t'appartient m'appartient) ni tendresse qui nécessite une différenciation (tu es autre et je te reconnais comme autre et je te donne de la tendresse). Le lien se fait par l'intellect, le langage ou la violence. L'investissement sensuel de la peau, qui nourrit le sentiment constructeur du *je*, ne se fait pas. A la place, il y aura du sexuel dans l'inceste et du sexuel non sexuel dans l'incestuel.
- Sa capacité à **être et dire vrai** : il a baigné dans les non-dits.
- Sa capacité à avoir une **perception intime de son corps** : si le corps a été investi de soins exagérés par un parent, ce corps ne lui appartient pas, il a été la *chose* du parent. Le rapport au corps peut rester problématique.
- Sa capacité de **penser** : comme elle n'a pas été enracinée dans la sensation et validée par le vécu corporel, l'échelle des valeurs n'est donnée que par l'extérieur et non plus liée à l'expérience intérieure. L'enfant ne peut plus penser en fonction de son jugement et de son intuition.
- Sa capacité à **avoir une vie intérieure** : la relation incestuelle a annihilé l'intuition de sa propre intériorité.

L'enfant arrive à l'âge adulte en étant très indécis car incapable de se fier à ses désirs, ses fantasmes, ses pensées, son corps. Tout éloignement du clan familial, le plonge dans des angoisses terribles.

Tout inceste est violence.

L'incestuel est aussi violence, c'est une organisation de la violence.

C'est une violence non pas qui éclate mais qui taraude, qui ampute, qui divise, qui attaque en profondeur les qualités des êtres, dans leur corps et dans leur psyché, dans leur identité, leur autonomie, leurs besoins et leurs désirs propres.

Cette organisation est sourde et inapparente mais d'autant plus tenace : souterraine et secrète mais d'autant plus résistante.
Elle est toujours duelle ou familiale.

C'est une violence par **disqualification** : elle consiste en un discrédit porté sur la valeur et la qualité intrinsèque des capacités et des accomplissements d'un individu.

C'est une atteinte narcissique : c'est **l'inverse de la reconnaissance**, au sens de la qualification positive, des capacités manifestes ou potentielles d'autrui.

L'altérité n'existe pas. Il n'y a pas création d'un sujet car l'enfant est ligoté, englué, dans une relation qui l'empêche d'être Autre, il est collé « *comme des frères siamois* » - comme le dit très justement Nicolas (analyse de cas à lire ci-dessous).

Il n'y a aucun tiers qui vient briser cet **amalgame**, cette symbiose qui n'en finit pas.

Dans la symbiose, il n'y a pas passage au sujet autre.

L'enfant est alors chosifié, il devient un objet.

Il n'est plus dans un lien mais dans une ligature, il est nié dans sa personne d'enfant, dans sa place d'enfant au sein d'une dynamique familiale et sociale.

B. Structuration psychique : entre psychose et perversion

L'inceste et l'incestuel ne relèvent pas du fantasme (du moins pas du fantasme mental) mais de l'agir (du fantasme agi).

C'est parce qu'ils sont dans l'agir qu'ils n'appartiennent pas aux pathologies névrotiques dans lesquelles la conflictualité interne se joue entre désir et loi.

Ici, pas de loi si ce n'est celle du prédateur.

Le jeu de l'incestuel avec les limites se retrouve dans la pathologie avec les domaines controversés des états-limites et des pathologies du narcissisme.

« Les psychoses, terrain de prédilection de l'incestuel. (...) Je n'ai pas encore aperçu de psychose d'où l'incestuel soit absent. »

L'enfant est encensé, il finit insensé. Il est enlisé dans une introuvable identité qui est bien au cœur de toute schizophrénie.

C'est de l'étude du relationnel environnant de la schizophrénie qu'apparaît l'idée de la séduction narcissique, puis le principe d'incestuel chez Racamier.

Tout comme le schizophrène, l'enfant incestué est englué dans une symbiose généalogique.

Racamier évoque la dynamique d'une psychologie perverse – la perversion narcissique – dans la mesure où les mères empêchent (en tout ou en partie) toute individuation de leur progéniture.

On rencontre dans les psychoses une quantité non négligeable d'incestes, mais on y détecte bien plus souvent encore l'empreinte de relations incestuelles avec, en particulier, l'escamotage de la paternité.

Ainsi, « *le sujet enlisé dans une introuvable identité connaît la dépersonnalisation et la désorganisation de son moi.* »

C. Conséquences aux niveaux pulsionnel, affectif, relationnel et sexuel

Pour ne pas ressentir l'excitation dans son corps, sensation dont il ne sait que faire, l'enfant va se couper de son ressenti.

L'individu peut alors développer une série de comportements pour contrer ces sensations : la boulimie, l'anorexie, la drogue, l'alcool, la colère, la tristesse, jusqu'à l'envie d'en finir, ... pour arrêter toute sensation.

Cette mère qui éveille en l'enfant l'excitation sans l'assouvir.

Ressentir l'excitation du corps, ressentir le plaisir est inacceptable.

L'enfant et plus tard l'adulte se trouvent piégés par cette notion de plaisir : tout plaisir corporel réveille l'expérience de la perversité, le plaisir est ambigu, le lien d'amour trop dangereux.

L'enfant a été floué : il pensait être aimé, il a été utilisé.

Son besoin de tendresse, d'attachement a été pris dans une dynamique fautive. Sa capacité à aimer tout au long de sa vie s'en trouve altérée et difficilement conjugable avec la sexualité.

L'adulte peut se couper de sa propre sexualité comme un désir interdit. Il va cliver la sexualité, la corporalité et le plaisir de la relation affective.

Il peut avoir du désir pour un partenaire mais alors la sexualité sera difficile voire impensable.

Comme il peut multiplier les relations sexuelles sans investir ses partenaires d'un réel désir.

Plaisir et désir semblent impossibles à conjuguer dans une relation d'amour durable.

Au niveau relationnel, l'enfant, comme l'adulte, peut éprouver des difficultés à s'opposer, à mettre ses limites, à dire non. L'individu a tendance à laisser l'autre l'envahir sans résistance, il reste sous l'emprise de l'autre, souvent victime de harcèlement conjugal ou professionnel.

Cette absence de limites entre soi et l'autre dans la relation incestuelle (ligotage, amalgame), entre générations, engendre une difficulté à intégrer l'autre comme autre, différent de soi (cfr cas Nicolas).

On observe également chez l'incestueux :

- le développement d'une personnalité en **faux self** : « *si la vérité se cache (à travers les secrets), c'est aussi le moi qui se cache. Il se cache afin de se préserver : apparaissent les processus cliniques de faux self, de moi encapsulé, de moi caché.* »
- une dynamique de '**sauveur**' (triangle de Karpman) pour enfin sortir l'autre (la mère) de sa souffrance, avec un déni important de ses besoins propres,
- une incapacité **d'exprimer** clairement **ses désirs**,
- une recherche de **fusion** dans l'autre.

Il arrive également que le sujet reproduise la relation avec un conjoint, véritable mère de substitution, dont le fonctionnement est identique et dont il deviendra fortement dépendant.

Cette dynamique entraîne l'individu davantage vers la psychose (démolition du système de saisie de la réalité) ou la perversion. On est en tout cas hors névrose vu l'absence d'antœdipe (indifférenciation) et d'œdipe (ou œdipe partiel).

Dans l'indifférenciation, l'autre est perçu comme étant soi, en tout ou en partie. S'établit alors un rapport à des alter egos qui ne sont pas vécus comme étant autres.

Voici une liste non-exhaustive des risques encourus par toute personne exposée à l'inceste ou à l'incestuel :

- la violence, la délinquance, les troubles caractériels, le meurtre,
- l'échec scolaire puis professionnel,
- les troubles de la vie sexuelle et affective,
- les addictions : l'anorexie, la boulimie, l'alcoolisme, les toxicomanies, les automutilations à répétition...,
- la prostitution,
- les tentatives de suicide ou suicides réussis « *quand la victime réalise qu'elle a été flouée* »,
- les bouffées d'angoisse,
- les bouffées délirantes, la psychose (pré ou para-psychose),
- les dépressions chroniques (et tous les comportements pour éviter cette dépression : hyperactivité, agressivité – auto ou hétéro, ...),
- les troubles graves de l'image corporelle,
- les rituels obsessionnels de lavage,
- la reproduction à la génération suivante de l'agression sexuelle,
- une sexualité compulsive ou une absence de sexualité ; coupure, clivage entre le désir et le sexuel,
- l'incapacité de vivre simultanément une relation d'amour et une relation sexuelle,
- également de nombreux troubles psychosomatiques : douleurs chroniques, troubles de la procréation, tracas somatiques à répétition,
- ...

Toutes conduites qui s'inscrivent dans un recours à l'**agir**, là où règne l'absence de fantasmes, rêves ou pensées.

La victime d'incestuel n'a que rarement conscience de l'impact toxique ni du trauma que représente cette relation de séduction qui n'en finit pas. Particulièrement si elle n'a pas abouti à un inceste.

Le risque est grand de se couper de son ressenti pour n'être plus qu'un cerveau qui pense, une tête sans corps. Sans émotions, sans ressenti, sans sexualité (ou uniquement fonctionnelle-reproductive).

IV QUI SONT LES INCESTUEURS ?

L'incestuel est un climat qui se joue au sein d'une famille. Il s'agit donc moins d'une manœuvre individuelle que d'une dynamique familiale.

A. Les familles à transactions incestuelles

Petit rappel du fonctionnement des familles à transactions incestuelles et incestueuses :

- Ces familles sont caractérisées par le **manque de limites** : les limites sont mal codifiées, limites géographiques, limites temporelles, limites éducatives. Les portes (salle-de-bain, toilettes) sont absentes ou ferment mal, les lits sont interchangeables, l'espace privé n'est pas respecté, on fouille dans les affaires d'autrui. La vie quotidienne est très érotisée.
- Il n'y a **pas de limites entre les générations** : les enfants couchent avec les parents ou les grands-parents. Les enfants, même à un âge avancé, prennent leur bain avec les parents, la nudité est exposée. Les aînés prennent excessivement les petits en charge. La mère se confie à sa fille comme à une amie.
- Ce sont souvent des familles très **fermées sur l'extérieur**. On reçoit peu de visites, les enfants n'ont pas le droit d'aller chez des copains.
- Le mode éducatif est mal codé : il n'y a **pas de cohérence autour des interdits**. On peut valoriser des fautes (vols) et en même temps peut exister une extrême rigidité. L'éducation n'est pas dirigée vers le grandissement de l'enfant mais il s'agit plutôt d'une prise de pouvoir, de toute-puissance sur l'enfant.
- Dans de nombreux cas, le couple parental montre une grande **immaturité**.

B. La mère incestuelle

Soulignons un fait important : *« Les troubles du comportement sexuel correspondent moins à des troubles de la sexualité qu'à des solutions défensives vis-à-vis d'angoisses majeures concernant le sentiment identitaire, elles-mêmes consécutives à des carences fondamentales de l'environnement primaire au cours de la petite enfance. »*

L'inceste (comme l'incestuel) est avant tout une affaire narcissique avant d'être sexuelle. Si le père ou la mère n'est pas suffisamment construit, il souffre d'une blessure narcissique. Les mères ou les pères qui se tournent vers l'incestualité ont rarement connu une relation primaire basée sur la tendresse. Ils ont des mères plutôt froides. Ils ont été élevés, voire choyés, mais jamais tendrement entourés. De là leur vient une sorte de maladresse fondamentale. Ils sont maladroits dans leur corps, ne l'habitent pas, ne s'y plaisent pas.

La mère incestuelle est tellement préoccupée par elle-même qu'elle ne peut aimer son enfant de telle manière que celui-ci puisse se construire. La relation est alors basée sur la soif jamais étanchée du parent à s'aimer lui-même. Il a besoin de son enfant pour se confirmer. Le parent ne veut pas que cette relation narcissique s'arrête sinon il meurt psychologiquement.

La mort qui plane comme une menace maintient l'enfant dans la relation malsaine : « *Si tu pars, je meurs.* »

La mère chaleureuse et proche n'éprouve pas l'insatiable besoin de serrer son enfant contre elle comme dans une poche marsupiale.

En revanche, c'est la mère distante qui veut l'enfant tout à elle ; c'est la mère rejetante qui le veut captif. Elle prend dans son lit celui ou celle qu'elle n'a pas su tenir dans ses bras. L'enfant incestué sera donc placé dans la position typique et intenable du rejeté-attaché.

C'est pourquoi le passage à l'acte de l'inceste est pour le parent le moyen de garder cet enfant qui s'obstine à grandir (à devenir *autre* en dehors du parent).

Pour l'enfant, c'est la promesse de combler enfin cet adulte toujours insatisfait. L'enfant a ce désir immense de satisfaire son père ou sa mère et est prêt à renier son propre ressenti pour plaquer sur ce qu'il vit le masque du bon parent.

C. Le père incestuel

On parle généralement de la relation incestuelle mère-fils mais qu'en est-il de la relation incestuelle père-fille ?

Mireille Guittonneau-Bertholet (psychologue et psychanalyste française, spécialiste du traumatisme) émet l'hypothèse que dans certaines familles incestuelles, c'est une double pièce qui se joue simultanément : la relation incestuelle père-fille et une relation mère-fille marquée par la violence d'un non désir maternel. Ce non désir parvient dans un premier temps à se dissimuler mais finit par éclater au moment où l'enfant, devenue adolescente, s'oppose, revendique des désirs et marque ses désaccords.

Alors, soudain, la mère énonce, violemment : « *Il aurait mieux valu que tu t'écoules avec le sang de mes règles* », signifiant le rejet de son enfant, le non désir de donner naissance à une fille.

Deux scènes sans lien entre elles : un père tellement tendre, tellement différent d'une mère incompréhensible qui suscite fureur, rage et désespoir de ne pouvoir comprendre ce qui se joue dans cette relation à la mère qui souvent se montre « exemplaire » pour l'entourage.

Ce sont alors des jeunes filles qui vont déployer des stratégies pour enfin exister dans le regard et le désir de leur mère. Et dans le fantasme de ces jeunes filles, accepter l'aliénation d'une relation incestuelle doit leur permettre, enfin, d'exister dans le regard maternel, comme sujets et comme filles.

Il sera nécessaire, dans la thérapeutique, de vérifier si d'autres regards ont pu se poser sur ces filles et femmes, de la part d'une grand-mère, d'une tante, d'une voisine ...

En effet, là où le regard maternel a fait défaut, là où il n'a pu se faire miroir, se crée une faille narcissique majeure altérant la relation à soi et la relation aux autres.

Avec le risque que la femme reste informée, « *tel le sang des règles qui s'écoule* », pour satisfaire le désir maternel.

A côté, la relation incestuelle d'un père qui prend sa fille pour confidente de ses difficultés de couple, qui vient s'allonger contre elle sans un mot et sans un geste, apparaît sans heurts, tel un havre de paix.

V PRISE EN CHARGE DES INCESTUES

Par son travail sur l'incestuel, Racamier nous dit bien **l'interdit de l'indifférenciation**.

Rappel utile :

Cet interdit d'indifférenciation passe avant tout par le respect du rythme du patient et de son cheminement. Il serait désastreux de lui imposer une nouvelle fois un « abus narcissique » par une relation d'emprise et de séduction à son égard.

L'incestuel n'a pas valeur de pathologie reconnue, notamment parce qu'elle se place sur un autre plan que le plan individuel : c'est une pathologie d'échelle familiale. C'est à l'échelle de la famille qu'elle est observable.

La banalisation apparaît comme un obstacle majeur à la possibilité de repérer l'incestuel dans la clinique. Banalisation fréquente chez les pervers qui tentent de faire passer pour normales, voire naturelles, des conduites ou situations familiales dans lesquelles des liens incestuels voire incestueux sont à préserver à tout prix. La banalisation entretient souvent un lien avec le déni de sens.

A. Les signes révélateurs

Les signes qui donnent à penser à un vécu d'inceste ou à une relation incestuelle dans une famille :

- Un surinvestissement de l'enfant par la mère. Il lui sert à combler son vide intérieur, son éloignement la renvoie à son vide.
- Le père est lui-même écarté de la relation et privé de son rôle dans la famille.
- L'enfant se doit d'être exclusivement l'objet de sa mère. Elle le coupera de l'extérieur.
- Le secret est la loi.
- Pas de différenciation, pas de sexualité propre, pas de reconnaissance de l'intimité de l'autre.

N. Machiels propose une liste détaillée de signes suggérant un potentiel climat incestuel ou incestueux :

- La difficulté à éprouver son corps et ses limites corporelles : l'empiètement, faire peau commune, lui semble naturel,
- La gaucherie, car il n'habite pas bien son corps et ses mouvements,
- La difficulté à faire la différence parfois entre ce qui est imaginé et l'agir. Tout est acte,
- La confusion des générations : les parents et les enfants dans l'arbre généalogique se mélangent,
- L'absence de tendresse,
- L'absence de désir,
- L'indécision,
- L'angoisse,
- Le faux-self,
- L'imitation des parents : faute de pouvoir s'identifier à ses parents en tant qu'humains (car il ne les sent pas dans leur humanité), l'enfant va les imiter, les singer, adopter leurs valeurs vides,
- L'interdit d'exprimer sa colère, car la colère nécessite la mobilisation de la pulsion précisément écrasée et soumise par l'abuseur qui en monopolise l'usage et l'expression,
- L'absence d'auto-érotisme,
- L'anorexie et la boulimie,
- Les compulsions : l'addiction est une manière de rester pris dans l'énergie de l'agresseur,
- L'addiction sexuelle qui donne l'illusion qu'on est du bon côté du pouvoir,
- La difficulté de dire les choses (interdiction de savoir et de dire),
- L'air d'innocence,
- L'inhibition de la vie amoureuse. Et donc rupture du lien de descendance car impossibilité de former un couple dissocié du clan parental,
- La rupture du fil des origines : souvent le parent incestueux disqualifie le conjoint. Il est présent dans la famille mais n'a aucune valeur. Parfois ce fil des origines est cassé plus haut. On peut s'en rendre compte quand le patient est incapable de raconter des anecdotes d'un côté de sa famille. Il y a une impossibilité à remonter le fil des générations. C'est bloqué par un secret,
- La transmission d'un symptôme. La maladie est une expression émotionnelle et corporelle obsédante qui n'a pas pu s'exprimer par la colère, puisque celle-ci était monopolisée par le père/mère incestueux. L'enfant devenu adulte a choisi la maladie plutôt que d'abuser à son tour,
- La pulsion sexuelle qui couve sans être vraiment exprimée. Le refus du sexe comme part constituante de l'humain fait que l'énergie sexuelle qui ne peut être exprimée ne peut être canalisée ni élaborée,
- L'impuissance sexuelle (chez les parents), le besoin d'excitation psychique (les disputes, par exemple) pour soutenir un désir défaillant. Tension sexuelle non canalisée,
- Les activités à un rythme effréné, des dépenses inutiles, des disputes, des relations vides de contenu. La personne s'épuise et s'anesthésie dans l'immédiateté,
- La difficulté de savoir si une personne s'approche avec bienveillance ou pas, car le père/mère était à la fois « voleur » de corps et d'âme et semblait pourtant attaché au bien-être de l'enfant, protecteur,
- Le refus d'avancer dans la thérapie, la famille se ligue contre le thérapeute,
- L'inobservance du cadre thérapeutique.

B. Propositions pour la relation thérapeutique

- **Écoute thérapeutique** : dans la bonne distance, ni trop proche au risque de faire revivre l'invasion du persécuteur, ni trop éloignée, rappelant le manque ou l'absence d'écoute de l'entourage.
Il est nécessaire de garder à l'esprit que le thérapeute est pour le patient un potentiel agresseur. Il faut être là, bien présent mais non envahissant, non contrôlant,

- **Rétablissement du cadre** : là où ce cadre a fait défaut, il est impératif de le restaurer. Définitions des règles : temps de séance, horaire, lieu, paiement et interdictions correspondantes. Être dans la parole et non dans l'agi.
C'est particulièrement vrai quand la victime développe une attitude de séduction, tentant d'obtenir des « assouplissements », vécus comme des privilèges, semblables à ceux reçus dans la relation incestuelle.
En défendant l'intégrité de son cadre thérapeutique, c'est l'intégrité de l'aire psychique que le thérapeute défend.
Le rétablissement du cadre peut entraîner des résistances, frontales ou insidieuses, de la part du patient ou de sa famille.
Selon que l'incestueux est encore en place, il empêchera toute tentative d'effraction dans l'amalgame qui le soude à sa victime. S'il n'est plus, la victime peut par loyauté interdire cette effraction.
Il s'agira en tant que thérapeute de ne basculer ni dans une autorité rigide ni de se « laisser rouler dans la farine », rester ferme sans se raidir.
Il sera temps alors de voir la réaction :
 - * soit rien ne se passe : l'attitude de la famille ne varie pas, les symptômes du patient persistent ou s'aggravent, ce sont là des signes d'une résistance au changement. Les résistances seront à contourner car pour une dyade qui vit toute intrusion comme potentiellement mortifère, toute contrainte n'aurait pour effet que de renforcer les ligatures.
 - * ou l'irritation du début laisse place à une coopération ; une confiance, une vérité se fait jour, un symptôme s'allège, ce sont alors les signes d'une réponse positive qui prouve que le règne de l'incestuel n'est pas irrésistible et que si l'on y met une limite, il recule.

C. Pistes de travail :

- **De la place du tiers** : pour ouvrir la dyade et réintroduire une perspective entre l'autre et soi.
Dans la relation incestuelle mère-enfant, il s'agit de réintroduire le père, lui rendre sa place de père, de tiers, sa fonction de séparateur.
Nombre de situations incestuelles montrent un père absent : absent auprès de l'enfant et auprès de la mère.

« Si le père ne peut contrebalancer la mère, être pour l'enfant un espace de construction autre et différent d'elle, lui permettant d'élaborer son identité mentale, bref, si le père se comporte comme une mère ou une doublure de mère, il écrase son enfant. »

Un angle de travail sera donc de réintroduire le père, de permettre au patient de le rencontrer enfin (cfr cas de Nicolas).

La fonction paternelle a pour tâche de remettre de la parole là où il n'y a eu que du corps, corps qui est du côté de la fonction maternelle.

- **L'individuation** constitue l'un des maillons forts de la prise en charge des sujets victimes d'incestuel : rétablir les limites : spatiales, générationnelles, individuelles entre soi et l'autre. Se resituer par rapport à la scène originaire.
- **Réapprendre à savoir et à dire** : sortir de l'interdit de penser et de dire. Reconstituer des parcelles véridiques à partir de l'amalgame de vérités et de mensonges dont est faite la matière du secret. Sortir de la ligature et oser penser par soi-même, c'est ouvrir l'accès à la conflictualité et au risque de perdre l'autre, sans pour autant (le voir) mourir.
- **Se reconnecter à ses ressentis et émotions** : l'incestuel induit chez la victime une anesthésie - parfois totale - de son ressenti. Tout émoi tourné vers l'extérieur est interdit car il met en péril la dyade.
Le travail du thérapeute sera de permettre à la personne de se réunifier, de retrouver ses sensations, renouer avec ses émotions. D'oser sentir. Réapprendre à être conscient de soi :
« C'est l'objectif de la thérapie. Quand une personne est à tout moment consciente de ce qu'elle ressent, de ce qu'elle fait, quand elle peut penser et savoir ce qu'elle veut, et mettre cela en mots, alors elle n'a plus besoin de thérapie . »

A cette fin, le thérapeute mettra en mots ce qui se passe dans la thérapie, aux niveaux verbal et corporel. Il pourra prêter son ressenti au patient afin de lui donner la possibilité de s'autoriser à ressentir toute émotion.

- **Réinvestir des alentours et des plaisirs** : *« Ce que perd le patient ou la famille qui renonce aux ligatures incestuelles, c'est l'illusion de toute puissance, l'illusion de toute jouissance et d'éternité. A la place, le deuil, la castration. »*
« L'incestualité fait le vide autour d'elle. Des territoires entiers d'investissement sont désaffectés : d'où une déperdition désastreuse. Les amours sont condamnées. Le narcissisme élémentaire est disqualifié, on le dirait évidé. »

Racamier propose de **requalifier le sujet**, de réinvestir les territoires inoccupés, de les réensemencer. Tout plaisir réinvesti fera pièce à l'incestuel : les plaisirs libidinaux et les plaisirs du moi sont anti-incestuels. Réintroduire la tendresse. Se régénérer narcissiquement.

Permettre à la personne de sortir de l'extraordinaire et de l'exploit auxquels elle se croyait condamnée pour s'accepter telle qu'elle est, à son niveau, hors des séductions. Lui prêter une enveloppe qualifiante.

Sortir de la toute-puissance et de la mégalomanie disqualifiante et réapprendre que
« *Je ne suis qu'un homme parmi les autres mais j'en suis bien un.* »

Restauration libidinale et narcissique (primaire) du sujet.

- **Rendre au patient d' « oser avoir sa vie psychique propre »**, ses fantasmes, ses rêves, ses souvenirs, ses découvertes, ses petits plaisirs du quotidien : le pain quotidien de la vie psychique.

- **Entrouvrir le coffre aux secrets** : retrouver ce qui a fait matière à secret, oser penser : le deuil jamais fait, la honte, l'abus ... Sortir de l'omnipotence pour devenir plus vivant et retisser la trame des origines. Se resituer dans la généalogie. Travail généalogique pour replacer l'incestuel dans l'histoire familiale : « *pourquoi cela s'est-il passé dans ma famille ?* » Poser des questions, interroger les témoins, recréer le puzzle, combler les espaces obscurs.
Restaurer l'histoire transgénérationnelle permet de prendre de la distance par rapport à cette histoire, de ne plus y coller dans une fatalité. Cela permet aussi de prendre de la distance avec l'« agresseur », de ne plus le voir dans sa toute-puissance destructrice. Ce travail transgénérationnel vient après le travail sur les émotions, comprendre après avoir ressenti et intégré.
Aller à la rencontre des secrets, sans les attaquer de front, via les levées d'amnésie.

D. La reconstruction du patient

- **Sortir de la confusion** due :
 - * au manque de limites (dans les lieux, les temps, générationnelles, de rôles...),
 - * à la personnalité perverse de l'incestueux qui chosifie l'enfant et ne le respecte pas en tant qu'autre,
 - * à l'emprise et la fascination dans lesquelles l'enfant est prisonnier. Elles l'anéantissent au niveau narcissique.Pris dans la relation narcissique malsaine, l'enfant peut développer du dégoût et de la peur face à son corps, au corps de l'autre, à ses pulsions libidinales qu'il perçoit comme transgressives. Le plaisir devient défendu.

- **Rétablir les limites** : entre soi et l'autre, entre son désir et le désir de l'autre. Développer sa capacité à savoir ce que l'on veut et ce que l'on ne veut pas, réapprendre à dire « non ». Le thérapeute devra veiller à être clair, cadrant, face à une potentielle demande fusionnelle ou ambiguë du patient.
Rétablir la bonne distance à l'autre : « *je n'appartiens pas à l'autre, l'autre ne m'appartient pas.* »

- **Prendre confiance en soi** : en son ressenti, en sa capacité à recevoir de l'affection, séparée de toute sexualité. Apprendre à exprimer les accords et désaccords, à gérer les conflits autrement que dans la soumission, la violence ou la rupture de la relation.
Lâcher avec la culpabilité et l'angoisse d'oser penser pour soi, désirer.
- **Approvoiser son corps** : le corps de l'incestueux a été investi d'une manière ambiguë créant chaos et confusion.
Dans cette confusion, le dégoût de soi et de son corps apparaissent. Le corps est clivé. Le rapport au corps est médiocre : il peut être négligé, traité comme un objet ou au contraire surinvesti de manière obsessionnelle. Il sera donc utile d'aider la personne à recontacter les besoins et désirs de son corps : nourriture saine, vie saine, sport. Réinvestissement sensuel de la peau (caresse, corporalité).
- **Accepter l'ambivalence de l'incestueux** : parce que souvent, l'incestueux était la seule personne à s'intéresser à l'enfant, la seule qui lui portait de l'attention (même si c'était pour briller elle-même). Permettre au patient de pouvoir sentir ses sentiments controversés d'amour et de haine (via les 2 TV). Permettre la réunification de la personne dans la complexité de ses émotions en allant, entre autres, récupérer, dans les cendres de la relation narcissique incestuelle, ses propres 'pépites' (qualités, valeurs) « volées » par l'agresseur/abuseur.
« Sortir de la confusion pour accéder à la complexité. Sortir de l'ambiguïté pour accéder à l'ambivalence. »
- **Rétablir la bonne distance** avec son entourage, ni collé, ni distant et créer ainsi des relations satisfaisantes, dans un respect mutuel. Avant cela, la personne érotisait souvent toute relation. Et quand elle était amoureuse, plus l'amour grandissait en elle et moins elle était capable de vivre la sexualité dans cette relation. Elle revivait là l'impasse de son besoin indispensable d'amour lié à une sexualité intolérable (cas de Nicolas).
- **Créer une relation d'amour** : trouver la distance qui lui convient avec son entourage et son partenaire : celle où la personne ne disparaît pas dans le désir de l'autre, celle où elle peut s'approcher assez pour qu'une saine intimité se développe. Une relation qu'elle pourra quitter si elle le souhaite, dans laquelle elle n'est plus ligotée. Une relation d'adulte à adulte, de sujet à sujet, libérée des sentiments de colère, de rancœur, de peur, d'omnipotence.

VI ANALYSE DE CAS : NICOLAS

Demande

Le patient - que nous appellerons Nicolas – souhaite obtenir les coordonnées d’une thérapeute pour sa compagne - que nous prénommerons Natacha – qui souffre d’un problème de poids (obésité).

Celle-ci appelle et demande un rendez-vous de couple car tous deux sont en surpoids : « *On est très fan de projets en commun.* »

Recadrage : le travail proposé est individuel, d’autant qu’il peut exister des liens entre le surpoids et la relation de couple.

Un rendez-vous est fixé avec Natacha. Elle recontacte le lendemain pour demander un rendez-vous pour Nicolas, qui ne peut appeler lui-même étant en voyage à l’étranger.

Au terme de 2 séances, Natacha arrêtera le suivi. Son compagnon poursuivra.

Nicolas est boulimique (bonbons, chocolat, desserts ...) et incapable de se contrôler. Il se gave. Il a 48 ans.

Son objectif : travailler sur son poids. Il dit avoir « *d’autres démons* » qu’il travaille avec un autre thérapeute PTR. Selon Nicolas, ceux-ci n’ont pas d’impact sur son problème pondéral. Ces autres démons concernent sa sexualité « *où il reste encore 30% à régler.* »

Il a déjà traité ces problématiques avec différents intervenants utilisant des approches variées (psychanalyse, pleine conscience, thérapie verbale, EMDR ...) et a rencontré deux thérapeutes en PTR. Nicolas n’a pas souhaité qu’un contact soit établi avec son autre thérapeute PTR.

Nicolas présente un surpoids. Il en impose par sa stature, sa présence, son dynamisme et son côté séducteur.

Anamnèse

Nicolas est le « petit » dernier d’une fratrie de 4 enfants, arrivé 6 ans après une fille.

Un enfant non désiré : « *Mon père a fait sa fête à ma mère pour qu’elle se calme parce qu’elle en avait marre qu’il sorte tout le temps avec d’autres femmes. Il a baisé tout Bruxelles.* ».

Un de ses frères est en surpoids massif et sa sœur, à contrario, est dans un hyper-contrôle alimentaire.

- **Relation à son père** : « *Il a toujours été un salop. Méchant. Méprisant et dédaigneux envers moi. Pour lui, je n’existais pas. Il était très jaloux de moi, voyait que ma mère m’adorait. Il ne me parlait pas : « Je ne vais pas parler à cette crotte ».* »

Nicolas a grandi presque seul avec sa mère.

Avec son père : de nombreuses disputes à l’adolescence jusqu’à la rupture : « *Un jour, je lui ai dit qu’il n’était plus mon père, je m’adressais à lui par son prénom ou en disant ‘Monsieur’.* » « *C’était soit ça, soit le tuer !* »

Actuellement, il voit son père épisodiquement, l'appelle « *Daddy* ». N'a aucun bon souvenir avec lui. « *Je n'ai plus de père, je n'en ai jamais eu.* »

Par ailleurs, ce père a eu un enfant hors mariage, âgé exactement de 9 mois de plus que Nicolas.

Père à Nicolas : « *J'étais tellement heureux de ta naissance que je suis allé fêter ça avec ma maîtresse.* »

Il a appris l'existence de sa demi-sœur il y a 5 ans seulement.

Interrogeant son père sur la raison qui l'avait empêché de quitter sa mère pour vivre avec cette autre femme, son père lui répond : « *Mais tu n'as rien compris, il ne m'en fallait pas une autre, il me fallait toutes les autres.* »

Son père est tout ce qu'il ne veut pas être. « *Un baiseur, c'est un salop : il fait souffrir et trompe.* »

- **Relation à sa mère :** « *Elle est décédée il y a 3 mois. Depuis, je me suis remis à fumer et à bouffer. Mère très malheureuse en couple. Incestuelle. Pour elle, la sexualité c'était dangereux. Régulièrement dans le chantage au suicide.* »
A 18 ans, Nicolas veut quitter la maison. Sa mère : « *Si tu me quittes, je me suicide.* »

On voit ici appliqué le 3^{ème} terme de la relation incestuelle définie par Racamier : « Si tu me quittes, je meurs » qui correspond au 3^{ème} fantasme : la mort dans la différenciation.

- **Vie familiale :**
Nicolas a été marié durant 8 ans et a deux enfants, adolescents et HP tous les deux (comme lui).
Son ex-épouse est définie comme dépressive, dépendante.
- **Du poids :**
Il a déjà essayé tous les régimes. Il s'est mis à grossir dès l'entrée dans la vie professionnelle. Son poids joue les yoyos. Nicolas est un ancien grand sportif (durant 7 ans). Il se définit comme « *extrême* » : il est capable de perdre 20 kilos pour courir un marathon ou un triathlon puis de tout abandonner et de les reprendre, parce qu'il « *est lassé* ».
Il sait que sa manière de se remplir est émotionnelle et éducative : Nicolas a eu une mère qui l'a gavé, entre autres, à la Danette. « *Je pouvais m'enfiler 2 litres devant la TV.* »
- **De ses relations affectives :**
Nicolas a connu peu de femmes.
Étudiant, il rencontre une jeune fille, le couple reste 8 ans ensemble, fait le projet de se marier puis rupture.
A 25 ans, il rencontre son ex-femme qui lui fait très vite comprendre que « *le cul, ça l'emmerde* » : Nicolas est rassuré, « *pour moi, c'est un gage de sécurité.* »

Mariage, deux enfants. La famille part aux USA durant 6 ans. Il prend 10 kilos. Mme déprime et la famille revient. Nicolas gère tout parce qu'elle est « *complètement démissionnaire* ». Vie sexuelle et affective au point mort. Le couple se sépare après 12 ans de vie commune.

Nicolas explique : depuis toujours, il fonctionne en « *sauveur* » face aux femmes (triangle de Karpman).

Son constat : « *Dès qu'une femme a un souci, je la drague.* » Ça fait 10 ans qu'il est en thérapie pour cela.

En 2009, il rencontre Natacha : « *ma vie bascule* ». Quand Natacha entre dans sa vie, avec sa sexualité débridée, ses **angoisses** flambent. « *Il y a danger* » malgré une attraction massive.

C'est une relation forte, notamment sur le plan sexuel, mais chahutée, troublée par de très nombreuses ruptures. Avec ce dilemme : « *une femme qui baise, c'est une salope. Avoir envie de baiser, c'est cochon.* »

Relation de type « Je t'aime moi non plus. »

La question de l'enfant se pose : Nicolas est clair, il a assez donné, il n'en veut plus.

Il garde le désir de sauver son ex-femme dépressive et ses enfants à problèmes « *qui comptent sur moi* ».

Au bout de 5 ans (en 2014), le couple rompt. Entre autres, parce que Natacha se sentait jugée sur sa vie sexuelle d'avant lui.

Fin 2017, le couple se reforme : les enfants de Nicolas vont mieux, son ex-épouse aussi. La communication entre Nicolas et Natacha s'est apaisée. Son désir d'enfant a disparu. Les conflits sont moindres. Le couple a le projet actuel d'acheter une maison.

Dans l'intervalle, Nicolas a connu 1-2 femmes, plus autonomes, qui lui ont permis d'être plus serein et apaisé dans la relation. Il n'était pas amoureux, ces femmes n'avaient pas besoin de lui, elles s'assumaient à tous niveaux.

Il apprend que, de son côté, Natacha a accumulé de très nombreuses rencontres.

C'est de l'ordre de l'inadmissible pour lui : « *Comment as-tu pu me faire ça ?* »

Si elle est allée voir ailleurs, c'est qu'il ne vaut rien. Angoisse massive de ne pas être à la hauteur, syndrome de l'imposteur « *je ne vaudrais rien à côté des 150 hommes qu'elle a connus.* »

Nicolas sait que ses peurs concernant Natacha ont été irrationnelles.

Avec son thérapeute PTR, il a déjà tenté de massacrer tous ces hommes, de danser avec eux autour d'un grand feu ; rien n'y fait.

En hypnose, il a tenté de cogner sur Natacha, comme sur sa mère : « *c'est impossible car blasphématoire* ».

Il est conscient de compenser par la nourriture.

Dès la 1^{ère} séance, la relation à la mère incestuelle est évoquée. Il a très vite senti qu'elle projetait sur lui des attentes non satisfaites. Il a toujours pensé qu'un inceste aurait pu être possible. « *A-t-il eu lieu ?* ».

Elle n'hésitait pas à lui dire qu'elle aurait aimé l'épouser.

Quand il a voulu partir en kot à 17 ans, elle a menacé de se suicider. Il est resté encore 5 ans à la maison, pris dans l'angoisse qu'elle ne passe à l'acte.

Pour finir par constater que ses parents sont encore restés 30 ans ensemble après son départ, sans que personne ne meure.

Se gaver, c'est son endorphine. « *Je ne suis bien que repu.* »

Des angoisses : elles sortent la nuit sous forme de cauchemars et sudations et à travers des colères envers sa compagne.

>>> travaillées en PTR : elles sont en lien avec la sexualité, sa compétence d'homme.

Grâce au travail qu'il a déjà fait en PTR, Nicolas gère la technique (phénomènes hypnotiques ...).

Il part facilement dans son bon moment : seul au Laos pour apaiser sa dépression (avec tentative de suicide) suite à la rupture avec Natacha. Solitude et bien-être.

Mais rapidement, Nicolas évoque sa peur de la thérapeute.

De quoi a-t-il besoin ? « *Que vous soyez un mec.* » OK, il m'ajoute un phallus et son angoisse baisse.

Watkins par rapport à cette angoisse : il retrouve sa mère dans leur maison qui lui dit de se méfier de moi car je suis une salope. « *Ma mère cherche à m'isoler, elle me veut rien que pour elle.* »

Aller dans le cerveau de sa mère pour **transformer** cet « amour » incestuel en un amour maternel ? « *Non, si je fais ça, je la perds.* » Merci. « *Pour la sauver, il n'y a que moi.* »

Nicolas : « *il faut une autre personne masculine avec laquelle elle peut être en sécurité.* »

Son père ? « *Oui, mais non : il est fourbe, je ne suis pas sûr qu'il puisse la satisfaire. Non, je veux faire à sa place. La sauver et la baiser.* » Allez-y. *Non, impossible* (angoisse ++).

Donner un amant à sa mère ? *Pas question, personne ne peut, c'est comme si on s'était juré fidélité.*

Assouvir ses désirs seule ? *Non, c'est sale.*

Quoi faire ? *Changer mon père : qu'il devienne moi.* Copié-collé. *Pas top.*

Nicolas est conscient des ligatures qui le soudent à sa mère. Je lui propose alors de **visualiser** ce « lien » : *c'est un « lien » de chien de berger, magnétique.*

Faire bugger ce lien ? Couper le courant ? Nicolas prend le temps de baisser une énorme manette et de constater qu'il s'apaise. Il se sent comme un dauphin dans l'eau. Liberté.

Tout au long des 9 séances, seront travaillées en parallèle la question du poids et la relation aux femmes, à la mère incestuelle, à sa compagne. Avec des pertes de poids et des reprises, en écho avec la diminution ou la résurgence de ses angoisses.

Quand l'angoisse resurgit, retour à sa **bulle protectrice** (sérénité dans la solitude comme au Laos), désertée de toute angoisse, ressourçante, « *aussi grande qu'un terrain de foot* » >> création d'une **limite** entre soi et l'autre pour retrouver progressivement son **identité propre**, séparée.

Utilisation des outils de la PTR liés au traitement du poids : réduction de la taille de l'estomac (par un nœud), installation du marqueur de satiété. Échapper à la pression sociale de « devoir finir son assiette » en s'installant – en hypnose - sur une chaise longue au bord de la mer.
Projections. Se débarrasser de sa « vieille peau » lourde qu'il fait fondre à côté de son transat. Pour Nicolas, perdre son enveloppe de graisse lui permettra de garder sa « *puissance de mâle* ».

> Une femme entre dans sa bulle et flatte son corps d'athlète. Sentiments de puissance et de séduction qui suppriment son angoisse d' « imposteur » et son sentiment de menace vis-à-vis des autres hommes et femmes.

> Puis sa mère entre dans sa bulle : Nicolas tient une posture dominante face à elle, « *je suis une statue, supérieure, comme un dieu grec ; elle s'agenouille et vénère son Dieu, baisse les yeux devant moi, me respecte* ».
« *Je suis invincible* ». Sentiments jouissifs de puissance et de liberté face à sa mère.
Sentiment d'être « *Superman* ».

Nicolas est encore dans la 'mégélanie', la « toute-puissance » dominante face à elle, la posture de « l'enfant adulé, idéalisé ». Dominer ou être dominé ? Peut-il trouver une troisième voie ?

> Quand je propose que sa compagne entre dans la bulle, la « *gloriole* » s'effondre, il se sent humilié par le regard et les jugements de Natacha qui se moque : « *Tu ne ressembles à rien en étant soi-disant un dieu, j'ai connu plein d'hommes, des vrais.* »
Nicolas a le sentiment que tout sera toujours factice avec lui « *pour éviter de déplaire* ».

En situation de stress : quand il ne contrôle plus tout ce qui l'entoure, Nicolas retombe dans ses travers : nourriture, cigarette, crises alcooliques.
Il se sent constamment « *esclave de quelque chose* », conscient que tant la bouffe, la cigarette, le travail, le sport sont des anxiolytiques addictifs.

Bouffer pour ne pas la baiser ? *Oui*, il est très conscient que ses crises d'angoisses sont provoquées par son désir sexuel. Toute relation asexuée est bénéfique par rapport à ses angoisses.

En hypnose comme dans le quotidien, dès que sa compagne s'approche de lui, il se sent en danger et ses angoisses flambent.
« *Natacha, c'est l'amour de ma vie et ma source de stress. C'est le zombie que je suis allé chercher.* »

>> Retour à un endroit de sérénité, seul, renforcement de sa bulle, propagation de la sensation de bien-être retrouvé dans la solitude aux différentes parties du corps.

Impression qu'il ne pourra se sentir en paix que seul. Mais difficulté de penser à une séparation car se vit toujours comme sauveur de Natacha (comme il l'était de sa mère).
Impossible relation : incapable de vivre sans elle ni avec elle.

« Ensemble et soudés ... » Amalgame où l'on ne vit pas l'un avec l'autre car il n'y a pas réellement d'autre.

Symptôme majeur de Nicolas: **les angoisses** déclenchées par son **désir** de posséder sexuellement l'autre et d'être possédé par lui.

Le désir est devenu pervers et « *toute femme est une salope potentielle* » car elle est potentiellement une femme qui désire ou a désiré ailleurs que sur sa personne.
Pour lui, la sexualité n'a aucun sens.

« L'angoisse qu'il éprouve quand il est au lit avec une femme est réactivée par le souvenir de celle qui a accompagné l'excitation produite par la proximité du corps de sa mère presque offert tout en étant interdit. »

Désirer, c'est se différencier, voir l'autre comme autre. Donc s'éloigner, donc possiblement mourir.

Chez Nicolas, tout est angoisse : les confidences de sa mère sur sa vie sexuelle et ses attentes paradoxales, la menace de mort en cas de différenciation et d'individuation (éloignement).

« Ces confidences du parent, d'une certaine façon flatteuses pour l'enfant, sont en fait un cadeau empoisonné car elles ont comme effet paradoxal de détruire la sexualité de l'enfant en question. »

Nicolas : angoisses massives et constamment réactivées face :

- **à son désir** : puis-je avoir un désir propre (à soi) et sexuel ? puis-je le satisfaire ? vais-je être à la hauteur pour satisfaire ma partenaire ? quid d'un potentiel interdit ?
- **au désir de l'autre** : sera-t-elle satisfaite ? syndrome de l'imposteur. A-t-elle le droit d'avoir un désir, une attente à mon encontre ?

Nicolas fait le lien avec le film « *Psychose* » : tuer l'autre qui éveille un désir insoutenable en moi. Natacha est « *une salope. Je ne peux pas avoir envie d'une femme.* »
Sentiment de culpabilité d'avoir des envies.

Nicolas reconnaît combien l'obésité de Natacha le rassure : il pense qu'elle la rend 'indésirable' pour lui et tout autre homme.

Travail de **requalification** : « Je ne suis qu'un homme parmi les autres mais j'en suis bien un. »

De l'angoisse d'intrusion au problème lié à l'alimentation

« L'angoisse d'intrusion est au premier plan chez tout sujet prisonnier d'une relation incestuelle, elle l'est tout particulièrement dans l'anorexie ou la boulimie où le sujet s'érige une carapace caractérielle comme moyen de protection de son individualité et motif à l'angoisse d'intrusion.

Ainsi, l'indétermination des limites débouche-t-elle sur une position paradoxale en ce qui concerne le réglage des ouvertures et des fermetures des orifices du corps par rapport au monde extérieur. Dans ce domaine règne la plus complète paradoxalité : s'ouvrir c'est courir le risque d'être envahi par un ennemi intrusif et destructeur, se fermer c'est courir le risque de périr d'inanition et d'appauvrissement. »

Travail sur le lien à l'autre

>> Dénouer la ligature à la mère en renforçant le lien au père

Travail effectué sur plusieurs séances : renouer, rétablir un lien (visualisation, changements matière, longueur, couleur, ...) bon, simple, évoquant la protection et la force du père, éloigné des femmes : Nicolas a vécu en hypnose des réhabilitations du père en passant du temps avec ce dernier dans une cabane près d'un lac (voir plus loin).

Traitement : réintroduire le bon père, replacer cette fonction paternelle, lui rendre sa responsabilité de séparer mère et enfant.

Travailler à rencontrer le père et à développer une complicité paternelle.

Ne pas attaquer directement la mère ou 'la couper en 1000 morceaux cette affreuse sorcière' car, dans la relation incestuelle, cet autre c'est soi, détruire l'autre équivaut à se détruire soi-même.

Plutôt : rendre à l'autre ce qui lui appartient, même sur son lit de mort, lui restituer ses croyances.

>> Retrouver place au sein du couple parental, de la scène originaire

faire coexister les deux faces de son histoire : la relation à son père et la relation à sa mère. Revenir au « trois ». Sortir du fantasme d'auto-engendrement.

>> Être dans un temps partagé au présent, dans une présence à soi et à l'autre

Cette présence permet peu à peu un « *déploiement du temps, sorte de dépliage faisant apparaître des temps séparés, différenciés.* »

De la présence du thérapeute, présence qui n'attend rien, écoute 'flottante' mais dense.

De la nécessaire expérience d'un regard qui écoute et d'une écoute qui regarde, fondamentale pour qui a vécu une telle désobjectivation.

Refléter la réalité de l'autre, lui donner corps, permettre un déploiement des temps psychiques, leur profondeur, temps qui peuvent se croiser, se superposer.

Désormais, les temps peuvent à la fois se nouer et se dénouer, coexister au lieu de n'être que confusion et amalgame.

Accepter que l'autre existe et a existé en dehors de soi.

Désormais conjugué au présent d'un temps vécu et partagé, le temps comme leur corps découvre une densité, une profondeur dont ils avaient été privés jusqu'alors.

>> de la question de la prise de poids pour donner corps à cet être désubjectivé, le faire exister.

Permettre de faire le deuil de la possession totale de l'autre : le passé de sa compagne lui appartient (à elle), réintroduire le temps, le séquençage, lever l'illusion de pérennité, d'omnipotence, resituer dans la généalogie, ramener dans le vivant.

Travail sur la bonne distance

Comment trouver la bonne distance : si l'autre est trop proche, les angoisses montent en flèche ; si l'autre est trop loin, apaisement mais aussi risque de mort.

Trouver la distance qui lui convient, avec sa partenaire : celle où il ne disparaît pas dans le désir de l'autre, celle où il peut s'approcher assez pour qu'une saine intimité se développe.

Ne plus être happé par l'autre ou le happer dans une relation symbiotique.

Découvrir la présence attentive de sa partenaire, développer sa capacité à investir son lieu de vie.

Faire le deuil d'une relation mortifère permet de faire exister le présent, d'exister au présent.

Retrouver les limites de l'intime, du privé et du public.

Se réapproprier ses désirs

Par la remise en mouvement des temps, c'est la conquête d'un corps pulsionnel, désiré et désirant qui est aussi mis en jeu.

Retrouver son véritable pouvoir, son **identité propre** et rendre la sienne à l'autre :

pour Nicolas, cela passe par l'acceptation de laisser sa partenaire à ses responsabilités, sortir du costume de super héros qui court à la rescousse de toute femme en détresse

>> lâcher le contrôle sur les agirs de l'autre (ou ses non-agirs), ses pensées, ses fantasmes ...

Rendre une identité à l'autre, c'est accepter de sortir de l'exclusivité, du fait de voir l'autre comme sa propriété privée avec interdiction d'entrer et de toucher et rejet de tout ce qui est autre.

« Tant que cette identité propre n'est pas intériorisée, c'est la distance qui commande. »

Dans la situation de Nicolas, ce que Racamier appelle la « topographie de l'incestuel » est bien visible : la proximité provoque une excitation angoissante, l'éloignement un apaisement.

Travail sur les émotions

Lâcher la **colère** liée « au péché originel » (ma mère a connu un autre homme, mon père) perpétré par sa compagne (le fait d'avoir couché avec de nombreux autres hommes), ne peut se faire pour Nicolas par une décharge de violence (verbale ou physique) sur Natacha. Envers sa mère, toute violence est également impossible.

En hypnose : elle peut sortir via un vécu de double personnalité (2 TV): « *Dr Jekyll et Mr Hyde* ». Nicolas se sent aussi comme dans « *Alien* », habité par un monstre intérieur qu'il fait sortir par le ventre. Apaisement.

En hypnose : retour au jour du décès de sa **mère** : là encore, le monstre ressort de son ventre pour retourner aux côtés de sa mère. « *Même morte, elle accepte de reprendre ce monstre, consciente qu'il lui appartient.* » Nicolas peut enfin parler tranquillement à sa mère, lui pardonner et la laisser partir.

A plusieurs reprises, Nicolas retournera en hypnose auprès de sa mère, pour lui rendre toutes ses croyances, toutes celles sur la « *sale* » sexualité, entre autres, qu'elle accepte comme des cadeaux, pour l'entendre lui donner l'autorisation d'aimer ailleurs, d'être sexué.

Séance après séance, un apaisement s'installe.

Et hors séances, chez lui, il continuera d'aller la voir, comme il retournera voir son père pour lui rendre ses croyances : compétition et jalousie face aux hommes.

Nicolas a pris conscience que tous ces autres hommes que Natacha a connus représentent l'autre homme de sa mère, son père. Quand il est face à sa compagne, c'est donc à lui qu'il se mesure.

Remettre des limites, c'est reprendre corps (sensations, émotions, désirs propres) pour ne plus être l'ombre d'un(e) autre.

En hypnose, Nicolas a tenté de transformer son **père**, de faire un copié-collé de lui-même, de l'envoyer dans une galaxie lointaine, de le cogner, ... en vain.

Il constate que la seule approche qui peut l'aider est d'établir une relation avec son père, de **travailler sur ce lien**.

En hypnose, son père le kidnappe, l'enlève à sa mère et l'emmène loin d'elle dans une cabane près d'un lac, pour au moins 6 mois.

« *C'était à lui de couper le lien avec ma mère et de créer un espace de sécurité.* »

Au début, ils n'ont ni l'un ni l'autre envie d'être là, de se parler, puis chacun s'occupe d'une tâche : couper le bois, entretenir le feu, chasser.

Progressivement, aux cours des séances, il reviendra dans cette cabane. La relation va s'assouplir, une complicité s'installe. Il a envie de passer du temps dans cette cabane, seul avec son père. Sans la thérapeute. Il le fera chez lui. Souvent. « *Tous les zombies sont à l'extérieur.* »
« *Cette cabane, dit-il, est un lieu sécurisant, masculinisant. Et par un effet collatéral, il diminue la peur de la femme sexué, de Natacha.* »

Repenser le lien à l'autre, autrement que dévorant ou absent.

Ces passages dans sa cabane « *me rendent presque normal, je suis en paix.* »

Ils lui permettent de défusionner progressivement.

>> **Renforcement du « moi séparé »**, individué, limité, sujet autonome et non plus objet de l'autre. Nicolas observe une baisse massive de ses addictions (nourriture, cigarette).

Nette amélioration au niveau de ses angoisses de compétition et d'exclusivité avec Natacha.

Par la suite, je proposerai d'intégrer un tiers dans la cabane, pour éviter de repartir dans une relation à deux.

D'abord à travers la visualisation des femmes de sa vie (mère, Natacha) dans d'autres TV.

Lors d'une hypnose, c'est une ex-compagne - qui lui avait apporté beaucoup de sérénité - qui apparaît. « *Elle est comme un point d'ancrage au niveau sécuritaire* ».

C'est à partir de cette ancienne relation qu'il peut, en hypnose, réinvestir une sexualité paisible.

Nicolas va encore trouver d'autres points d'ancrage dans son passé et les utiliser comme ponts pour sortir de sa relation fusionnelle à Natacha.

Il a également réintroduit la **tendresse** dans sa relation.

Son souhait : revivre une sexualité saine avec des émotions mais sans angoisses.

La sexualité est chaque fois entachée du souvenir de tous les hommes que Natacha a connus et de l'angoisse d'en égaler aucun.

Proposition : qu'il efface le souvenir de ces hommes chez lui. CTRL/ALT/DELETE.

Ça marche. Nicolas suggère surtout d'effacer tous ces souvenirs chez Natacha.

Merveille : sensation de légèreté et d'apaisement, confirmée à la séance suivante.

L'individuation fait son chemin.

Au fil des séances et à travers un dialogue constructif, d'égal à égal avec sa compagne, Nicolas sort de la dynamique éponge-sauveur, développe son empathie, diminue son contrôle d'autrui et apaise ses élans boulimiques.

Nous travaillons aussi le réinvestissement des « petits plaisirs du quotidien, simples et partagés », où je suis moi et l'autre est autre. D'abord en hypnose puis dans le réel.

« Réinvestir les territoires inoccupés : tous ces plaisirs 'interdits' dans la relation incestuelle où l'autre doit suffire.

Travail de visualisation du **lien qui l'unit à Natacha** : dans un premier temps défini tel un cordon ombilical qui nourrit chacun d'eux : « *me couper d'elle, c'est mourir* ».

En hypnose, il va couper ce lien, le mettre dans l'âtre de la cabane. Il se sent « *comme après la naissance, libéré, capable de légèreté, de joie, dans l'envie d'aller chasser, ailleurs.* »

Au terme de 9 séances, il a été décidé de commun accord, de faire une pause dans le travail afin de laisser s'enraciner la sérénité retrouvée dans le quotidien de Nicolas et de sa compagne.

Une séance de vérification avait été proposée selon la nécessité.

L'apprivoisement de la bonne distance entre lui et sa compagne est encore en travail.

Une orientation vers une thérapie de couple a également été faite mais Nicolas ne sent pas sa compagne prête à désensibiliser ses souffrances.

BIBLIOGRAPHIE

Ouvrage :

- RACAMIER, Paul-Claude, *L'inceste et l'incestuel*, Dunod, 2010, 192 pages

Documents internet :

- BRASSINE, Gérald, *PTR : une intervention écologique dans le cadre de l'inceste*, 1997, <https://www.imheb.be/news/publications/ptr-une-intervention-ecologique-dans-le-cadre-de-linceste>, 11 pages
- GUITONNEAU, Mireille, *Du non désir maternel aux relations incestuelles entre père et fille*, <https://hal.archives-ouvertes.fr/hal-01509904/document>, 13 pages
- MACHIELS, Nathalie, *Inceste et incestuel*, 2017, <http://www.nathalie-machiels.be/2017/inceste-et-incestuel/>, 11 pages
- NEMANN, Françoise, *Inceste et incestuel*, conférence d'avril 2014, <https://docplayer.fr/68396265-Inceste-et-incestuel-francoise-nemann.html>, 43 pages

Périodiques :

- DEFONTAINE, Jeanne, « L'incestuel dans les familles », *Revue française de psychanalyse* 2002/1 Vol 66, <https://www.cairn.info/revue-francaise-de-psychanalyse-2002-1-page-179.htm>, pages 179 à 196
- GELUGNE, Flore (et al.), « Expression de l'incestuel. Intérêt et éléments de repérage de l'incestuel dans la pratique clinique », *Le Divan Familial* 2006/1 (n°16), <https://www.cairn.info/revue-le-divan-familial-2006-1-page-183.htm>, pages 183 à 196
- LEOVICI, Serge, « L'inceste et l'incestuel », *Le Carnet Psy* (n°20), <http://www.carnetpsy.com/article.php?id=1198&PHPSESSID=gafjuplmpith1hur66b30p28s3>, pages 11-12