
Étude exploratoire des manifestations et de la perception du processus de parentification chez un jeune adulte en couple

Auteur : De Boeck, Julie

Promoteur(s) : Blavier, Adelaide

Faculté : Faculté de Psychologie, Logopédie et Sciences de l'Éducation

Diplôme : Master en sciences psychologiques, à finalité spécialisée en psychologie clinique

Année académique : 2020-2021

URI/URL : <http://hdl.handle.net/2268.2/13481>

Avertissement à l'attention des usagers :

Tous les documents placés en accès ouvert sur le site le site MatheO sont protégés par le droit d'auteur. Conformément aux principes énoncés par la "Budapest Open Access Initiative"(BOAI, 2002), l'utilisateur du site peut lire, télécharger, copier, transmettre, imprimer, chercher ou faire un lien vers le texte intégral de ces documents, les disséquer pour les indexer, s'en servir de données pour un logiciel, ou s'en servir à toute autre fin légale (ou prévue par la réglementation relative au droit d'auteur). Toute utilisation du document à des fins commerciales est strictement interdite.

Par ailleurs, l'utilisateur s'engage à respecter les droits moraux de l'auteur, principalement le droit à l'intégrité de l'oeuvre et le droit de paternité et ce dans toute utilisation que l'utilisateur entreprend. Ainsi, à titre d'exemple, lorsqu'il reproduira un document par extrait ou dans son intégralité, l'utilisateur citera de manière complète les sources telles que mentionnées ci-dessus. Toute utilisation non explicitement autorisée ci-avant (telle que par exemple, la modification du document ou son résumé) nécessite l'autorisation préalable et expresse des auteurs ou de leurs ayants droit.

FACULTE DES SCIENCES
PSYCHOLOGIQUES
ET DE L'ÉDUCATION
DE L'UNIVERSITÉ DE LIÈGE



Étude exploratoire des manifestations et de la perception du processus de parentification chez un jeune adulte en couple

*Mémoire présenté en vue de l'obtention du grade de Master en sciences
psychologiques, à finalité clinique.*

Julie De Boeck
Année académique 2020-2021

Promoteur : Adélaïde BLAVIER
Lectrice : Séverine LOUWETTE,
Lecteur : Frédéric WIDART

REMERCIEMENTS

Avant toute chose, nous souhaitons remercier toutes les personnes qui ont, de près ou de loin, contribué à la réalisation de ce travail de fin d'étude.

En premier lieu, l'aboutissement de ce mémoire n'aurait pu voir le jour sans le soutien et la disponibilité de mes anciens maîtres de stage, Monsieur Frédéric Widart et Madame Séverine Louwette. Ils ont tous deux accepté de devenir les lecteurs de ce travail, malgré leur emploi du temps chargé. Nous sommes également reconnaissants que Mme Adélaïde Blavier ait accepté d'être notre promotrice en cette période compliquée.

Ensuite, nous souhaitons remercier sincèrement Mademoiselle Caroline Adé, amie fidèle et psychologue fraîchement diplômée. Elle nous a été d'un grand soutien, ainsi qu'un réel moteur durant tout le cheminement de ce travail.

Par ailleurs, un grand merci à ma grand-mère et à ma concubine pour le temps accordé à la lecture et à la correction de ce travail.

Pour terminer, je remercie mes acolytes d'étude pour leur aide et la motivation qu'ils m'ont apporté.

TABLE DES MATIERES

REMERCIEMENTS.....	3
TABLE DES MATIERES.....	4
INTRODUCTION GENERALE.....	8
A. PARTIE THEORIQUE	10
1. Revue de la littérature	10
1.1. Parentification : définitions.....	10
1.2. Facteurs	12
1.2.1. Facteurs socio-culturels	12
1.2.2. Facteurs contextuels.....	13
1.3. Impacts.....	14
1.3.1 L'individu parentifié	14
1.3.2 L'adolescence.....	20
1.3.3 La représentation de couple	24
2. Méthodologie	30
2.1 Introduction	30
2.2 Questions de recherche et hypothèses	30
2.3 Échantillon	30
2.3.1 Critères de sélection	30
2.3.2 Procédure de recrutement	31
2.4 Les outils utilisés	32
2.4.1 The Parentification Scale (PS) (échelle de parentification) (Mika & al., 1987)	32
2.4.2 Grille d'analyse de S. Haxhe (2013) (Voir Annexe 2).....	33
2.4.3 Le Blason Familial (Les <i>objets flottants</i> de Caillé et Rey, 2004)	33
2.4.4 Le Blason du couple	34
2.4.5 Le Génogramme.....	34
2.5 Procédure de passation	35
2.6 Méthode d'analyse qualitative	35
B. PARTIE PRATIQUE	37
1. Sujet 1 : C.....	37
1.1 Anamnèse	37
1.2 Description du génogramme	37
1.3 Résumé de l'échelle de Parentification.....	38

1.4	Éléments d'analyse sur les thématiques relevées lors du premier entretien.....	39
1.5	Résumé des Critères de Parentification basé sur la grille d'analyse de S. Haxhe	42
1.6	Résumé du blason familial	43
1.7	Résumé du blason du couple	44
1.8	Méta-analyse systémique	45
1.8.1	Axe structural.....	45
1.8.2	Axe interactionnel.....	45
1.8.3	Axe représentationnel	46
1.9	Conclusion.....	46
1.9.1	La famille.....	46
1.9.2	Au travail.....	47
1.9.3	Le couple	47
2.	Analyse sujet 2 : L	48
2.1	Anamnèse	48
2.2	Description du génogramme	48
2.3	Résumé de l'échelle de parentification	49
2.4	Éléments d'analyse sur les thématiques relevées lors du premier entretien.....	50
2.5	Résumé des critères de parentification, basé sur la grille d'analyse de S. Haxhe.....	55
2.6	Résumé du blason familial	55
2.7	Résumé du blason du couple (Voir Annexe 3.3.5)	56
2.8	Méta-analyse systémique	58
3.8.1	Axe structural.....	58
3.8.2	Axe interactionnel.....	58
3.8.3	Axe représentationnel	59
2.9	Conclusion.....	59
2.9.1	La famille.....	59
2.9.2	Au travail.....	59
2.9.3	Le couple	59
3.	Sujet 3 : M.....	60
3.1	Anamnèse	60
3.2	Description du génogramme	60
3.3	Résumé de l'Échelle de Parentification.....	61
3.4	Éléments d'analyse sur les thématiques relevées lors du premier entretien.....	62
3.5	Résumé des critères de Parentification basée sur grille d'analyse de S. Haxhe	65
3.6	Résumé du blason familial	66

3.7 Résumé du blason du couple	67
3.8 Méta-analyse systémique	68
3.8.1 Axe structural.....	68
3.8.2 Axe interactionnel.....	68
3.8.3 Axe représentationnel	69
3.9 Conclusion.....	70
3.9.1 La famille.....	70
3.9.2 Au travail.....	70
3.9.3 Le couple	70
4. Discussion des résultats par hypothèse.....	71
4.1 Hypothèse 1 : Des conséquences négatives découlent du processus de parentification. Il existe des facteurs de risque et de protection.....	71
4.2 Hypothèse 2 : Le processus de parentification peut induire des effets sur le long terme.	72
4.4 Hypothèse 4 : Le processus de parentification est un processus dynamique et multigénérationnel.	75
5. Forces et limites de cette recherche.....	76
Conclusion Générale.....	78
BIBLIOGRAPHIE	79
ANNEXES	82
Annexe 1 : recrutement des sujets	82
1.1 Post de recrutement sur le réseau social Facebook	82
1.2 Questionnaire de sélection sur Google Form	83
Annexe 2 : Tableau réalisé par S.Haxhe dans l'enfant parentifié et sa famille (2019) p.115	84
Annexe 3 : Outils utilisés.....	85
3.1 Échelle de parentification de Mika & al (1987) , traduite en français par S.Haxhe	85
3.2 Outils utilisés avec le Sujet 1 : C.	92
3.2.1 Génogramme	92
3.2.2 Réponses de l'échelle de Parentification	93
3.2.3 Analyse des thèmes	94
3.2.4 Blason familial.....	95
3.2.5 Blason du couple.....	99
3.3 Outils utilisés avec le Sujet 2 : L.	103
3.3.1 Génogramme	103
3.3.2 Réponses de l'échelle de Parentification	104
3.3.3 Analyse des thèmes	105

3.3.4 Blason Familial	106
3.3.5 Blason du couple.....	109
3.4 Outils utilisés avec le Sujet 3 : M.....	112
3.4.1 Génogramme	112
3.4.2 Réponses de l'Échelle de parentification	113
3.4.3 Analyse des thèmes	114
3.4.4 Blason familial.....	115
3.4.5 Blason du couple.....	119

INTRODUCTION GENERALE

Le terme « parentification », a été introduit par Boszormenyi-Nagy dans le champ des thérapies familiales en 1965. À sa suite, plusieurs autres auteurs comme Jurkovic ou Walsh ont étudié le phénomène pour en proposer des définitions. Naviguant entre divergences et convergences, exactitude et imprécision, ces définitions ont renforcé à la fois l'intérêt et la connaissance sur la parentification. En 2019, Stéphanie Haxhe a réalisé une synthèse de la littérature afin de dégager une définition consensuelle du processus de parentification. Ce processus prendrait place dès lors que l'enfant est amené à prendre en charge les besoins de ses parents tandis que ses propres besoins infantiles ne sont pas ou peu pris en compte dans le système. Il s'agit de l'inversion des rôles parent-enfant, au détriment du bien-être de l'enfant (Haxhe, 2019). Haxhe va d'ailleurs nous renseigner davantage sur le concept au travers des critères de parentification qui témoignent fort bien de la nature processuelle de ce phénomène.

Lorsque l'enfant parvient à l'adolescence, l'impact de la parentification peut grandement se faire ressentir. Cette phase de vie, nouvelle pour l'individu, est marquée par l'apparition d'une multitude de besoins que nous évoquerons en profondeur un peu plus loin. Mais il s'agit déjà de préciser que ces besoins qui, pour la plupart aboutissent à l'individuation de l'adolescent, ne peuvent être assouvis en raison des troubles occasionnés par la parentification. L'on peut alors voir qu'après ses débuts à l'enfance, la parentification va se maintenir jusqu'à l'étape du processus adolescente. Plus encore, elle va se poursuivre jusqu'à l'âge adulte et notamment dans les relations et représentations du couple.

Le processus de parentification semble jouer un rôle dans les comportements adoptés par le jeune adulte parentifié dans la relation duelle de couple. Par exemple, Le Goff (2005), pense que deux types de comportement relationnel peuvent survenir en conséquence à la parentification : une dépendance à autrui ou au contraire, un désinvestissement total. L'attitude de dépendance peut également se manifester par une volonté de sur-contrôler autrui. En effet, selon Valleau et ses collègues (1995), l'individu parentifié peut adopter une « définition de soi axée sur le soin de l'autre » ; ce rôle lui ayant été attribué dès son enfance. Jurkovic (1997) ajoute également que, n'ayant connu que des relations asymétriques, l'individu parentifié reproduira ce même schéma dans ses relations de couple. Mais à l'opposé, certaines personnes peuvent développer de la résilience et s'adapter parfaitement à leur monde, de manière

équilibrée, soit conformément soit à contre-courant des normes sociétales (Boris Cyrulnik, 2001).

L'objectif principal de ce mémoire est, d'une part, de mettre en exergue les potentiels impacts du processus de parentification chez un jeune adulte, que ce soit dans l'adoption de ses comportements en couple ou dans son quotidien de vie. D'autre part, de s'intéresser à la perception qu'ils ont intégré de ce phénomène. Nous proposons les hypothèses suivantes :

- Des conséquences négatives découlent du processus de parentification. Il existe des facteurs de risque et de protection.
- Le processus de parentification peut induire des effets sur le long terme.
- Le processus de parentification joue un rôle dans le processus d'individuation ainsi que dans le style relationnel qu'adopte l'individu parentifié.
- Le processus de parentification est un processus dynamique et multigénérationnel.

Afin d'examiner ces hypothèses, nous avons réalisé trois études de cas. Nous avons rencontré trois jeunes adultes se percevant comme emprunt à un processus de parentification. Au travers de deux entretiens semi-structurés, nous nous sommes intéressés au récit de vie de la personne parentifiée. Des questions relatives à la construction identitaire, aux mythes familiaux et individuels, et aux représentations du couple ont été abordées. Nous avons également examiné les facteurs de risque et de protection mis à l'œuvre ainsi que les ressources dont dispose la personne. Ces données ont ensuite été comparées aux théories et hypothèses actuelles afin de mettre en relation les différents facteurs.

Nous espérons que la réalisation de ce mémoire puisse contribuer à apporter de nouvelles données à la recherche actuelle. L'étude du processus de parentification, en lien avec les processus relationnels et individuels du jeune adulte parentifié, a de nombreux intérêts pour la pratique clinique. Au travers de sa construction identitaire, s'interroger sur la manière dont le jeune adulte parentifié fait couple permet d'ouvrir la question individuelle au système, et de dégager des pistes thérapeutiques en ce sens.

A. PARTIE THEORIQUE

1. Revue de la littérature

Dans cette revue de littérature, nous aborderons la parentification selon différents niveaux logiques. Nous tenterons de définir le processus complexe de parentification en utilisant des recherches et données antérieures. Nous approfondirons plus spécifiquement la littérature en lien avec les impacts de la parentification dans un couple.

1.1. Parentification : définitions

C'est en 1932 que Ferenczi fait une première référence à un processus de *nourrisson savant*. Il désigne par ce terme des enfants dont la maturation est trop rapide. Il associe ce processus à des mécanismes de défense survenus après des violences ou négligences parentales. Il appelle aussi ce phénomène *progression traumatique psychologique*. Minuchin (1967) utilise, quant à lui, le terme *enfant parental* pour désigner un enfant qui, par un contexte économique défavorisé, assume certaines responsabilités au sein du foyer familial.

En 1973, Boszomeniy-Nagy définit la parentification comme « une distorsion subjective des relations où l'un des deux partenaires, souvent un enfant, devient un parent pour l'autre » (Heck & Janne, 2014). Rejoint par Minuchin et Sparks, il avance que le processus prend place dans toute forme de relation dans laquelle le *parentifiant* éprouve le besoin d'une relation infantile. Pour ces auteurs, la parentification ne serait pas une pathologie en soi : elle peut même être bénéfique si elle n'est pas disproportionnée et si les besoins et compétences de l'enfant sont pris en compte.

Pour Jurkovic (1997), il existe deux fonctions à la parentification : la fonction émotionnelle (être un support moral pour le parent) et la fonction instrumentale (par exemple, donner des soins au parent). Il décrit ce processus comme adaptatif à la prise de responsabilité. Il prend donc en considération la durée et l'étendue de la prise de responsabilité, la juste reconnaissance de l'enfant et de son style interpersonnel. Il distingue quatre pôles de responsabilisation sur un continuum : *l'infantilisation* au niveau le plus faible, la *parentification destructrice*, au niveau le plus extrême et deux entités dites non-pathologiques : la *non-parentification* et la *parentification adaptée*.

Froma Walsh (1979), quant à elle, fait la distinction entre que l'enfant parentifié en tant que parent ou en tant qu'époux et propose un angle de vue intergénérationnel. Elle aborde le processus de parentification selon la relation générationnelle où il prend place : de l'enfant aux grands- parents, aux parents ou à la fratrie. Mika, Bergner et Baum (1987) font également ce type de distinction et proposent la parentification comme époux pour son parent, la parentification comme parent pour son parent et la parentification comme parent pour sa fratrie. Ces deux théories se divisent sur le concept d'enfant époux. Pour Walsh, la relation que l'enfant époux entretient avec ses parents est érotique avec l'un d'eux et conflictuelle avec l'autre. Mika, Bergner et Baum (1987), quant à eux, considèrent que dans cette relation, l'enfant est le confident et/ou le conseiller du parent.

Le Goff (2005) envisage la parentification comme un processus. En effet, il s'agit d'une réalité clinique complexe et global s'inscrivant dans l'entièreté des relation familiales. Ce regard sur ce phénomène permet d'éviter toute description réductrice : « l'enfant parentifié n'est pas toujours un « enfant adultifié » et ses (ou son) parents ne sont pas des « adultes immatures ». (Le Goff, 2005). Suite à cette définition, il propose de distinguer les facteurs destructifs et les facteurs constructifs dans la parentification de l'enfant. Cela signifie, qu'il existe, selon lui, une parentification constructive et une parentification destructrice.

En 2019, Stéphanie Haxhe définit également la parentification comme un processus hollistique basé sur la prise de responsabilité par l'enfant. La parentification prendrait racine sous l'influence de plusieurs facteurs (Haxhe, 2019). Selon elle, ce processus peut prendre place à des degrés différents. C'est pourquoi, il faut rester attentif afin de ne pas confondre la parentification avec des processus tels que l'adultisation, la responsabilisation, la parentalisation et la délégation. La spécificité de la parentification est que l'enfant ne joue pas au parent, il est le parent. Alors qu'il prend en charge des responsabilités qui dépassent ses compétences, ses besoins ne sont pas pris en compte et il ne reçoit pas de reconnaissance. Elle avance que chaque processus est interchangeable et/ou peut se combiner à un autre quand un certain seuil est dépassé. Stéphanie Haxhe dégage sept variables influençant ces changements et combinaisons telles que « la demande parentale, l'adéquation aux besoins de l'enfant, le type de responsabilité encourue, (...) » (Haxhe, 2019, p.115, Voir Annexe 2).

Dans son ouvrage, Haxhe Stéphanie (2019) propose également une piste pour évaluer le degré de parentification au sein du système et le type de processus en œuvre : « en définitive, c'est le rapport entre ce qui est demandé à l'enfant et l'attention portée à ses besoins propres, entre la

responsabilité relationnelle qui lui est confiée et ce qu'il est capable de donner, qui constitue le point de repère le plus fiable pour évaluer le degré d'une parentification et son impact sur l'évolution de l'enfant. » (Haxhe, 2019, p114).

1.2. Facteurs

1.2.1. Facteurs socio-culturels

En 1995, Le Goff rappelle l'importance du contexte socio-culturel et historique dans le processus de parentification. Selon lui, la parentification est « un processus relationnel interne à la vie familiale qui amène un enfant ou un adolescent à prendre des responsabilités (...) dans un contexte socioculturel et historique précis et qui l'induit à devenir un parent pour ses (ou son) parent(s). C'est un processus impliquant toujours plusieurs générations, qui plonge ses racines dans les générations des grands-parents et dont les conséquences peuvent s'étendre aux générations à venir » (p.45).

Bien qu'il n'existe pas de véritable consensus sur les facteurs induisant la parentification dans un système, Laurent Heck et Pascal Janne (2011), mettent en avant certains précurseurs dans leur revue de la littérature. L'influence des facteurs culturels en fait partie. En effet, Heck et Janne (2011) estime que l'étude du processus de parentification doit passer par la compréhension des normes culturelles. Par exemple, en Europe, il est historiquement admis de demander des services « d'adulte » aux enfants (Heck & Janne, 2011). Une multitude d'auteurs tels que Chase (1999) et Jurkovic (1997) s'accordent à dire que le concept d'enfant servant son parent est régi par un ensemble de normes socioculturelles. Friedman (1982) indique néanmoins que ces normes n'induisent pas forcément une dynamique familiale pathologique mais que la famille peut « se servir de la légitimité que lui donne sa culture » pour soutenir ce genre de dynamique.

Certains auteurs ont également mis en avant des facteurs se rapprochant de ceux proposés par Heck et Janne (2011). Selon Le Goff (1999), l'absence du père et donc d'un manque d'autorité de celui-ci, couplé à une vision patriarcale dans notre société, pourrait induire la parentification dans le système familial. D'autres auteurs, tel que Jurkovic (1997), estiment que la parentification entraverait plus fortement le développement d'une femme que celui d'un homme puisque les femmes auraient tendance à accorder plus d'importance aux relations familiales. Il précise que cela ne signifie pas que les hommes ne sont pas sujets à la

parentification mais plutôt que l'expression du phénomène est différente selon le genre. Selon lui, cette différence d'expression ne disparaît pas selon que les rôles hommes/femmes soient plus égalitaires. En effet, il avance que dans les sociétés post-modernes « cette égalisation se fait surtout en ajoutant des activités « masculines » aux femmes et non le contraire. » (p. 71). Il rajoute que « l'insatisfaction au travail, le stress, les divorces sont autant de facteurs qui peuvent aujourd'hui inciter les parents à parentifier leurs enfants pour obtenir du soutien ou pour combler leurs propres besoins. ».

1.2.2. Facteurs contextuels

Laurent Heck et Pascal Janne (2011) abordent également l'âge de l'enfant parentifié comme un facteur influençant la mise en place de la parentification. Ils citent Werner (1989) dans *Vous avez dit « parentification » ? Revue du concept et réactualisation selon les derniers résultats empiriques* (2011), qui a constaté que les garçons sont plus vulnérables à la parentification que les filles avant l'âge de 10 ans, le deviennent moins que les filles à 20 ans et redeviennent plus vulnérables dès l'âge de 30 ans.

L'abus sexuel, l'inceste et l'ambiance incestueuse sont également vecteurs de parentification au sein du système familial. En effet, Burkett (1991) propose que les mères ayant vécu un événement d'abus sexuel adopteraient une attitude de désinvestissement avec leurs propres enfants. Cette attitude pourrait favoriser l'entrée dans un processus de parentification. Dans la même lignée, les auteurs avancent que l'alcoolisme et autres toxicomanies des parents favoriseraient la mise en place de la parentification. Le divorce serait également un facteur précurseur au processus de parentification (Heck & Janne, 2011) : l'enfant est amené à prendre de nombreux rôles et pourrait potentiellement être amené à assumer plus de responsabilités dans une famille monoparentale.

Dans ce travail, nous tenterons de mettre en parallèle les facteurs mis en avant par Le Goff (1995) et ceux relevés par Heck et Janne (2011) avec le récit de vie des participants rencontrés. Nous envisageons le processus de parentification comme un processus qui entrave le développement de la maturité émotionnelle de l'enfant/l'individu tout en admettant que dans certains cas, la parentification peut avoir un impact positif sur le développement de l'enfant. Notre souhait, ici, est de nous axer sur les facteurs destructifs, tout en modulant selon le discours du sujet.

1.3. Impacts

À ce niveau, plus précisément, nous allons nous intéresser à l'impact du processus de parentification sur le comportement de l'individu parentifié de manière générale, puis lors de l'étape particulière de l'adolescence, et enfin dans sa vie de couple.

1.3.1 L'individu parentifié

La parentification se répercute sur l'individu de différentes manières. Ses effets peuvent se faire ressentir au cours du développement, ou plutôt à l'âge adulte.

L'un de ces impacts réside dans l'étude de la différenciation de soi. En 1978, Bowen va construire une approche systémique permettant de mieux appréhender comment se développe la différenciation du soi d'un individu au sein d'une structure familiale. Son étude porte sur la transmissibilité intergénérationnelle de certains phénomènes se produisant depuis la Première famille et s'observant dans les générations successives. De même, les enjeux relationnels liés aux systèmes familiaux bénéficient d'une attention particulière (Titelman, 1998). Ainsi, l'on admet que, le cadre familial, et surtout lorsqu'il est caractérisé par de la parentification, exerce un réel impact sur l'être psychique et relationnel de l'individu (Lindhal, Clements & Markman, 1997). Pour Bowen (1978), il existe deux forces antagonistes que l'on retrouve chez l'individu et dans son environnement familial : l'individuation, au sein de laquelle le sujet a tendance à se considérer tel un individu particulier, différent des autres et autonome ; et la convivialité qui est le strict opposé car ici, l'individu éprouve l'instinct grégaire, la nécessité d'être en contact avec les autres, et de faire corps avec le groupe.

L'une des ressources de la force d'individuation est la motivation intérieure dont l'individu fait part pour se suffire à lui-même ; pour devenir une entité indépendante qui désire réaliser ses potentialités. Comme l'on pouvait alors se douter, la ressource de la force de convivialité est toute autre. Cette force provient de l'instinct grégaire, c'est-à-dire le besoin de se trouver dans le rapport à autrui et donc d'intégrer une communauté et s'y considérer comme un membre à part entière. De fait, la convivialité peut être considérée comme quelque chose de primaire qui apparaît pendant les débuts de l'existence d'une personne. Néanmoins, cette pression originaires va muter. Et finalement, elle deviendra secondaire au fur et à mesure que la personne se développe. C'est une suite logique, seulement dans le cas où le sujet est supporté et conforté dans sa volonté de différenciation de son environnement et donc d'indépendance. Il ressort donc

que, chronologiquement, la personne humaine commence par vivre, tout d'abord, la phase de convivialité. Ce n'est que par la suite que le processus d'individuation se met en place.

Seulement, tel n'est pas le cas lorsqu'il y a inversion des rôles enfant-parent dans le système familial. La dépendance dont a parlé Le Goff (2005) prive l'individu des ressources nécessaires à la force d'individuation. Le sujet manifeste une attache excessive à ses parents qui l'empêchent de se singulariser correctement, de désirer cette singularité. A contrario, la parentification trouble également la situation de convivialité. La raison est que, l'individu parentifié qui manifeste un détachement tout aussi disproportionné que l'attachement de celui de la Première hypothèse, sera réticent à établir des relations. Il aura beaucoup de mal à établir des liens avec les autres.

Kerr (1985,1991) explique qu'à partir du moment où les forces de convivialité et d'individuation connaissent un déséquilibre, il peut apparaître chez l'individu des symptômes. Il serait toutefois fallacieux de penser que cela marque nécessairement une pathologie du système familial. En réalité, ces forces ne sont pas statiques mais plutôt dynamiques. Cela signifie qu'elles sont souvent en mouvement. Bowen (1978) présente bien le mouvement des deux forces au sein de la structure familiale. Pour lui, tout d'abord, d'importantes velléités d'individualité manifestées par une personne provoquent des besoins de rapprochement émotionnel dans le système familial. Ensuite, à rebours, de trop grands désirs de proximité ou de rapprochement finiront par entraîner chez le sujet des besoins d'indépendance plus importants. C'est là, d'une certaine manière, un résumé des enjeux de l'existence humaine, des choix et mouvements principaux que l'homme effectue : se fusionner ou se séparer, devenir ou demeurer. À l'analyse, aucun des deux besoins n'est à privilégier à l'autre. Aussi bien l'individuation que la convivialité sont fondamentales à la personne humaine. Logiquement, le balancement et l'équilibre entre ces deux forces sont alors caractéristique d'une bonne adaptation. C'est précisément en cela que la parentification peut se montrer très nocive car elle est susceptible de renforcer exagérément l'un ou l'autre pôle, la convivialité ou l'individuation, et de causer le déséquilibre.

Dans plusieurs groupes familiaux, l'individuation peut incarner un danger pour la cohésion de l'ensemble. De ce fait, si le sujet s'avère incapable d'atteindre cette phase secondaire et donc de se différencier de son cadre originare, il connaîtra la fusion. La fusion familiale externe peut engendrer une fusion intérieure des différents registres psychiques. Les conséquences sont susceptibles d'apparaître à tout moment et à tout âge. Ainsi, un individu qui présente des attitudes fusionnelles est enclin à développer de l'anxiété chronique. Cela peut se matérialiser

par des conflits d'adaptation dans ses relations (Papero, 1995). Un tel individu vit perpétuellement avec la peur que les liens qu'il a tissés avec les autres ne soient compromis. Le caractère fusionnel de ses relations ne va faire que renforcer l'instabilité et la vulnérabilité par rapport à d'autres facteurs d'anxiété (Bowen, 1978). La fusion des rapports se traduit afin de conserver des liaisons étroites et dépendantes qui vont alors protéger le noyau familial d'une potentielle déliquescence. Les liens qui garantissent la sécurité du noyau familial sont ainsi préservés. Dans la situation que nous dépeignons, le sujet se trouve par conséquent confronté à deux défis importants, soit rester fusionné à la structure familiale, qui peut procurer un sentiment de sécurité mais qui est également contraignante et envahissante ; soit se séparer du système familial dans le but de se libérer des liens qui l'empêchent de concrétiser ses virtuosités. Cela devient donc particulièrement difficile lorsqu'il s'agit d'un individu parentifié. Ce phénomène représente, en effet, un grand vecteur de fusion et de fait, de dépendance à l'autre.

Lorsque le sujet parentifié décide de se séparer de ces liens, il peut manifester la coupure émotionnelle. La coupure émotionnelle est une dynamique dans laquelle l'individu expérimentant un grand niveau d'anxiété par l'effet et la contrainte des émotions reliées aux rapports étroits avec sa famille, prend la décision de s'en distancer physiquement et/ou psychologiquement, de manière défensive et excessive. Ce comportement atteste l'emprise des émotions chez l'individu (Bowen, 1978). Néanmoins, le caractère défensif de la coupure émotionnelle et la nature illusoire de maîtrise qui en est subséquente, aboutissent au constat selon lequel une hausse d'anxiété chez un tel individu est moins perceptible. Quoique cette anxiété soit feutrée, elle est tout de même existante,

Bowen (1984) a pu souligner que : « La personne qui fuit sa famille d'origine est bien aussi dépendante émotionnellement d'elle que celle qui n'arrive jamais à la quitter... » (p.96). Ainsi, fusion et coupure émotionnelle prouvent une emprise émotionnelle exercée par la famille originelle. Les effets pervers et antinomiques de la parentification se rejoignent. C'est pourquoi le degré de fusion émotionnelle d'un individu lors de son développement va conditionner son degré de coupure émotionnelle quand il sera adulte. C'est dire que plus il est fusionnel dans ses liens familiaux, plus il a de chances de manifester une importante coupure. Ce *modus vivendi* adopté par le sujet se traduit par l'attachement irrésolu envers ses parents se justifiant par le niveau de déphasage avec son passé et par son engagement envers les membres de sa propre génération. Si la coupure émotionnelle avec les parents est profonde ou grande, il y a de grandes chances que la personne reproduise le même modèle relationnel dans ses rapports futurs (Bowen, 1978).

Il a déjà été dit que, les effets et les réactions à la parentification ne sont pas les mêmes. Il convient alors de s'intéresser à ceux qui résistent plutôt bien à ce dysfonctionnement : c'est tout l'intérêt de l'étude du concept de résilience. Pour bien appréhender cette notion de résilience, les analyses de la psychologue américaine Emmy Werner (1989, p. 76) peuvent s'avérer d'une grande utilité. Elle a étudié sur une période de 30 ans l'évolution de 700 enfants nés en 1955 dans une île de Hawaï. Ces enfants étaient considérés comme connaissant des probabilités élevées de développement de troubles du comportement à l'âge adulte. Parmi les 700 sujets considérés, 10% ont su déjouer les probabilités pour devenir des personnes entièrement adaptées dans leur société et dans leur existence, et ce, en l'absence d'un soutien psychologique.

À la base, la résilience est un concept qui tire ses origines des sciences physiques. Il s'agit plus précisément de la mesure de la résistance des matériaux. La résilience désigne ici la capacité pour une barre de métal à recouvrer son état initial après avoir subi un choc. La première personne qui a eu recours à ce concept dans la sphère psychologique est John Bowlby (1969, p. 7). Il l'utilisait pour désigner « les personnes qui ne se laissent pas abattre », tout simplement. Boris Cyrulnik (2001, p. 259), qui est l'un de ceux qui ont permis la vulgarisation du concept, en donne une idée encore plus précise dans son ouvrage intitulé *Les vilains petits canards*. Pour lui, la résilience est un « processus, un ensemble de phénomènes harmonisés où le sujet se faufile dans un contexte affectif, social et culturel (...). Le résilient (...) doit se bagarrer pour ne pas se laisser entraîner par la pente naturelle des traumatismes qui le font bourlinguer de coups en coups jusqu'au moment où une main tendue lui offrira une ressource externe, une relation affective, une institution spéciale ou culturelle qui lui permettra de s'en sortir... ». En clair, il est question de l'aptitude d'une personne à exister et à progresser de manière favorable en dépit des événements traumatisants ayant émaillé son passé.

Dans la plupart des cas, les cliniciens expliquent les symptômes des sujets adultes sur la base d'une analyse psychoaffective et relationnelle de leur passé. Pourtant, une attention particulière doit être portée sur les individus qui ne manifestent pas les troubles qui sont présents dans la famille d'origine. Il convient cependant de préciser que la résilience ne se réalise pas nécessairement en conformité avec les normes sociales. C'est le cas des enfants de rues dont la résilience se caractérise par certains actes de criminalité. Il n'en demeure cependant pas moins que ces forfaits constituent de véritables facteurs d'adaptation qui permettent à ces individus de s'accomplir ou de simplement se maintenir dans une société qui ne leur est pas favorable. Les services médicaux-sociaux et judiciaires cataloguent ces facteurs comme des caractéristiques

d'associalisation. En réalité, il est question de la manifestation d'une résilience au sein d'un environnement défavorable et hors de portée, pour ceux qui expriment ces troubles. Les symptômes rencontrés chez ces jeunes représentent par conséquent une certaine forme d'adaptation et un remède qu'ils développent.

Les différentes études sur la question se sont penchées sur les individus ayant pu, avec succès, profiter des opportunités dans un milieu empreint de difficultés et d'obstacles, et ce, quand bien même leurs congénères auraient fait face à des écueils conséquents. Ces personnes ont acquis des compétences pour affronter les circonstances désavantageuses. Il ne s'agit pas nécessairement de toutes circonstances mais seulement de celles pour lesquels les sujets avaient fait preuve de résilience. L'idée n'est pas d'encourager ou de favoriser les peines et les épreuves vécues au cours de l'enfance en établissant une relation de cause à effet. Il s'agit plutôt de déterminer les logiques par lesquelles certaines expériences relationnelles rendent les individus résilients comme la parentification. Il est par ailleurs intéressant d'analyser ce à quoi ces personnes deviennent résilientes.

En ce qui concerne les facteurs qui sont favorables à la résilience, non seulement la plupart des travaux mais aussi les expériences de vie du thérapeute et celles des patients, permettent d'observer que les personnes qui ont pu acquérir des aptitudes après avoir endurer des manques, des souffrances et un traumatisme psychologique important au cours de leur passé, sont des individus qui ont rencontré le long de leur existence un proche, une personne ou une situation différents et chaleureux qui les ont changés.

Les ressources fraternelles ou familiales peuvent également agir sur la résilience. Il est possible que face aux carences des parents, les enfants fassent bloc uni pour se soutenir mutuellement (Decherf, 2006). L'on identifie alors trois types de défaillances parentales. En général, il s'agit d'une insuffisance de protection de l'enfant, d'une sous-protection (due à des carences et absences parentales, des relations parentales conflictuelles, à une déficience mentale du parent) ou d'une surprotection (Decherf, Knera, Darchis, 2003). Il y a alors des oscillations entre adversité et solidarité au sein des liens fraternels. Dans le but de combler les vides laissés par les parents, la parentification va se produire à leur égard. Mais le phénomène va aussi avoir lieu à l'égard de la fratrie qui va constituer un modèle. L'on peut alors parler d'une compensation de la fonction parentale qui est assumée par la fratrie lorsqu'elle est désorganisée (Bourhaba, 2004). Le lien fraternel devient le cadre de repères et de soutien facilitant une forme d'indépendance par rapport aux parents. Il faut cependant que le mode relationnel qu'ils ont

construit ou favorisé soit propice à cette réciprocité (Vinay, 2011). C'est donc l'état psychique du parent qui va conditionner ses liens entre frères et sœurs.

Des conflits entre le jeune et le parent peuvent apparaître lorsque ce dernier, par ses actes, favorise la souffrance et la rivalité au sein de la fratrie. De même, lorsque la souffrance est vécue par le parent, les liens se resserrent plutôt entre enfants. Ainsi, les conflits sont perçus comme une menace par le parent (Caulier, 2004). Si solidarité, adversité et rivalité arrivent à cohabiter, la relation fraternelle peut se renforcer et être bénéfique à l'individuation de chacun. Il se peut dans ce cas, que la résilience camoufle la présence d'un processus de parentification.

Michel Maestre (2002) voit une relation entre résonance et résilience. Il pense que les émotions s'harmonisent entre résonance et résilience. Pour lui, si les analyses faites à partir de la résonance indique au thérapeute sa position dans la sphère des émotions, la construction d'un cadre thérapeutique favorable à la résilience relève aussi du ressort de l'univers des représentations affectives. Par conséquent, les interventions du thérapeute doivent être élaborées de telle manière qu'elles recherchent et questionnent la signification profonde de la narration. Les paroles qui sont dites dans le secret des consultations, représentent un langage codé que le spécialiste se doit de déchiffrer. Lorsque d'un côté la résonance, qui se trouve dans cette imbrication joue un rôle et a une utilité aussi bien pour la famille que pour le thérapeute, de l'autre côté, la résilience se construit sur la base du sens de ce qui peut naître de la relation, et de la sorte, fournir une grande aide aux patients.

Certes, il est fondamental de questionner la signification et la portée du langage tenu par un patient parlant au thérapeute ou à un autre des protagonistes de la famille. Néanmoins, il est également très important que le thérapeute se demande lui-même quel est le sens de ses propres paroles ainsi que celui de ses représentations. Si l'analyse que le spécialiste mène sur les familles en thérapie est empreint de condamnation, il devient alors difficile de proposer une aide thérapeutique permettant d'améliorer leur quotidien. Les représentations du thérapeute doivent l'amener à conduire les patients vers la résilience. Il est donc important, pour reprendre la métaphore de Boris Cyrulnik (2001, p. 218), qu'à partir du moment où « les flammèches de la résilience existent, il faut savoir les repérer et faire en sorte que le discours social ne les éteigne pas ou ne les oriente pas vers des formes dévoyées. ».

1.3.2 L'adolescence

Les incidences de la parentification sont assez singulières au cours de la phase de l'adolescence. Concernant le processus adolescent, il faut dire que c'est un processus de longue haleine par lequel l'individu va traverser une grosse période de changements, que ce soit sur le plan physiologique ou psychologique. Du point de vue psychodynamique, cela va imposer un travail intrapsychique important ainsi qu'une modulation de la relation avec chaque parent. Il est donc important de pouvoir comprendre les enjeux liés à ce processus afin de pouvoir discerner au mieux les impacts liés au processus de parentification. Que peuvent donner ces deux processus lorsqu'ils interagissent ensemble ? Cela nous paraît intéressant pour appréhender les impacts du processus de parentification sur le long terme, et donc à leur âge de jeune adulte.

Dans l'ouvrage *Actualités psychopathologiques de l'adolescence* (Yves Morhain & René Roussillon, 2009), Yves Morhain décrit les enjeux de l'adolescence dans son introduction. Selon lui, le temps de l'adolescence se caractérise par de nombreux remaniements identitaires et réaménagements narcissiques qui viennent bouleverser toutes les dimensions de l'existence du sujet et de ses relations aux autres, au lien social. Le passage adolescent est la transformation de la structure psychique et du rapport au manque et au désir. Evelyne Kestemberg dans son livre *L'adolescence à vif* (1999), aborde la reviviscence du conflit œdipien chez l'adolescent, ainsi que l'idéal du moi dans sa construction identitaire. Isée Bernateau, quant à elle, nous parle du processus de séparation et d'individuation dans son livre *L'adolescent et la séparation* (2010). En effet, comment l'adolescent va-t-il faire pour quitter la dépendance infantile au profit d'une position plus autonome ? C'est-à-dire devenir un adulte. Quels sont les doutes et les questionnements identitaires qui peuvent survenir chez un adolescent ?

Erikson (1971) a très bien évalué les besoins identitaires de l'adolescent avec sa « théorie intégrée du développement identitaire à l'adolescence ». Cette théorie sur l'identité d'Erikson est qualifiée d'« intégrée » car elle précise que le travail identitaire de l'adolescence se résume à l'«intégration» de son identité à Soi. Au cours de cette épisode de construction identitaire, l'adolescent se bâtit, il se dirige sans le savoir vers une forme de liaison, de continuité dans sa progression, entre son passé et son présent. Erik Erikson qualifie cela de « sentiment d'identité intérieure ». La construction identitaire est subordonnée à des transitions d'une stabilité vers une autre. Dans la théorie d'Erikson, cette construction se fait dès lors que trois processus se mettent en marche.

Le premier instigateur d'identité s'appelle l'« intégrité ». C'est la venue du sentiment de cohérence dans l'être, le comportement, l'action. En d'autres termes, le jeune individu prend appui sur des bases solides qui vont l'aider à se connaître et à appréhender son agir par la régularité de ses actes. Le deuxième instigateur c'est la « continuité ». C'est le commencement et la considération du facteur temps. L'adolescent se rend progressivement compte de la personne qu'il représente en faisant des retours dans son passé, en vivant son présent et en se projetant dans le futur. Cette aptitude de recul et de projection s'avère fondamentale car elle forge le sens critique, une compétence considérée comme étant adulte. Le dernier instigateur de l'identité c'est l'« interactivité ». C'est l'établissement d'un lien social avec certaines personnes. C'est donc une socialisation permettant à l'adolescent d'entrer en contact avec son environnement et de sortir de sa conscience pour s'élancer vers autrui et le cerner.

Cependant, le besoin de construction identitaire n'est pas isolé. Il se combine à d'autres comme le besoin de relations avec les pairs. En effet, tout le long de l'adolescence, les pairs du sujet deviennent un point de repères social fondamental. Plus encore, son groupe de pairs constitue un champ de prédilection qui va permettre à l'adolescent d'étendre et d'établir les divergences entre les modes de socialisation et d'individuation. C'est dire que, au cours de cet épisode de transition, les rapports aux pairs participent de manière positive ou de façon négative au développement psychosocial de l'adolescent (Vitaro, Boivin, & Bukowski, 2009). Beaucoup d'auteurs reconnaissent d'ailleurs que les relations avec les pairs occupent dans une grande mesure, une position décisive dans la construction de l'identité (Erikson, 1968 ; Gottesdiener, Kindelberger, Vilatte, & Vrignaud, 2010 ; Kirchler, Palmonari, & Pombeni, 1993).

Le jeune sujet est à la quête d'une identité à l'intérieur et par l'intermédiaire du groupe auquel il appartient. C'est l'« identité sociale » selon Tajfel (1972). L'identité sociale correspond à l'image de soi découlant des caractéristiques du groupe d'appartenance (Tajfel, 1972). Ainsi, l'appartenance et l'identification à un groupe de pairs sont en réalité quintessentiels à l'adolescent parce qu'elles constituent des réponses à des besoins de tous genres. Des besoins éducatifs, des besoins personnels et des besoins sociaux. C'est une excellente voie pour permettre à l'adolescent de se connaître, d'affirmer la personne en lui et donc de se bâtir une identité à la fois collective et individuelle.

Pour Collins & Steinberg (2006) les pairs remplissent la fonction d'un miroir. L'adolescent se reconnaît et s'identifie aux membres, même s'ils jouent également un rôle de soutien

émotionnel. Tout cela facilite au sujet la connaissance qu'il a de lui-même, la compréhension de ses différentes mutations psychologiques et physiologiques, et par conséquent de construire son identité. Par ailleurs, la recherche de soi au travers de la socialisation par les pairs montre encore sa nécessité dans le fait qu'au cours de la phase adolescente, l'individu se trouve dans un processus d'« autonomie relationnelle » qui se prononce avec une intensité croissante (Metton, 2006). Il en découle une importante liberté dans la sélection des pairs, des fréquentations et donc des attentes et des engagements à l'égard de chacun d'eux.

Le problème vient alors de ce que, la parentification empêche le processus adolescent de se réaliser. L'individuation qui est supposée se réaliser au cours de cette période est bloquée en raison du fait que l'adolescent doit également se préoccuper des besoins de ses ascendants. Or, l'individuation exige un important retour sur soi que le processus de parentification inhibe car les besoins des parents viennent concurrencer ceux de l'adolescent. Le poids des responsabilités supplémentaires pour l'adolescent qui font de lui un parent pour ses (ou son) parents (Le Goff, 1999) nuit à son épanouissement psychosocial. Par exemple, l'acquisition d'une identité sociale est susceptible d'être compromise à partir du moment où la parentification aura fait de lui un individu éprouvant des difficultés à tisser ou à entretenir des rapports sociaux.

Dans le modèle du «développement du self» (Chase, 1999), les besoins du sujet adolescent ne peuvent se satisfaire qu'avec un parent au self stable. Cela va lui permettre d'entériner ce sens du moi à son propre profit. Or, dans l'hypothèse inverse, l'ascendant risquerait d'être bien plus attentif à ses propres besoins plutôt qu'à ceux du jeune adolescent. La conséquence est qu'un tel cas aboutirait à une stimulation excessive de la personne et l'empêcherait alors de fixer les limites de son soi, qui agit sur la maîtrise et l'expression de ses émotions.

La satisfaction des besoins identitaires de l'adolescent peut aussi provenir de la sécurité familiale. Ce concept de base tire sa source de la théorie de l'attachement de Bowlby (1969). Selon lui, l'attachement est la résultante de comportements qui visent à établir et à conserver des liens avec une personne précise. L'un des rôles de cet attachement est alors d'assurer une forme de protection. C'est le cas de la mère ou de son substitut qui incarne alors une base de sécurité pour le jeune individu. Ainsi, dans sa théorie, Bowlby précise qu'un individu qui bénéficie d'une sécurité affective satisfaisante pourra libérer ses émotions, s'affirmer et s'exprimer bien plus sereinement. D'ailleurs, Zaouche-Gaudron (1995) permet même d'aller plus loin dans l'analyse car une de ses études démontre qu'une sécurité familiale forte permet

au sujet de s'adapter à son environnement. Il apparaît alors comme une sorte de paradoxe. En effet, un balancement dynamique va s'opérer entre les comportements d'attachement et les comportements d'exploration. Contrairement à ce que l'on pourrait penser, cette sécurité familiale ne va pas retenir l'adolescent. Mais plutôt, ses besoins de proximité ainsi comblés vont l'amener à s'éloigner de sa figure d'attachement pour découvrir le monde extérieur. Au lieu de créer de la dépendance, l'attachement va engendrer de l'individuation et donc l'autonomisation de la personne.

Le souci vient de ce que, avec la parentification, il y a un chamboulement qui se crée : soit le besoin de sécurité familiale est minoré, c'est-à-dire insuffisamment satisfait, soit l'attachement est inversé et c'est le parent qui recherche la proximité. Dans ce cas, il existe de grandes chances que l'individu parentifié manifeste des difficultés d'adaptation à son environnement. Concrètement, il pourrait avoir plus de mal que les autres à se faire des amis, à intégrer un groupe ; il pourrait être moins enclin à s'ouvrir au monde. La sécurité familiale avait pour but de conférer à l'individu le courage et l'assurance nécessaire pour qu'il puisse explorer le monde et s'individualiser. L'inversion des rôles entre l'adolescent et le parent pourrait donc agir sur cette sécurité et priver le jeune des ressources nécessaires pour l'ouverture à son milieu en le plongeant dans l'angoisse.

En conclusion, le processus adolescent est un phénomène aux enjeux fondamentaux pour l'individu. Ce dernier rencontre plusieurs besoins essentiels que sont les besoins identitaires, les besoins de relation avec les pairs et le besoin de sécurité familiale. Les deux premiers sont fortement liés car ils permettent au sujet de se construire une identité, un soi, un *self*. Le besoin de sécurité quant à lui, n'est pas non plus très isolé. Il ne serait pas d'ailleurs exagéré d'affirmer qu'il est complémentaire aux deux autres. Le fait est que la sécurité permet au jeune de mieux se projeter dans le monde au travers de l'estime personnelle et de la force qu'il aura acquises dans le cadre familial. Au demeurant, l'on voit que le processus de parentification est susceptible d'exercer une action profonde sur le processus adolescent en défavorisant la satisfaction de ces différents besoins. Excepté les cas de résilience, les ressources nécessaires à la socialisation et à l'individuation de l'adolescent risquent de faire défaut. Or, ces éléments sont indispensables à son développement. De fait, le rapport aux autres et à soi-même, ou en d'autres termes, l'évolution psychosociale et psychoaffective peut être négative et se prolonger jusque dans la vie de couple.

1.3.3 La représentation de couple

Plusieurs auteurs s'accordent sur le fait que la dépression est, entre autres, une des conséquences de la parentification. La dépression serait induite par une faible estime de soi basée sur les attentes parentales. Nous tenterons de découvrir si nos sujets sont, eux-aussi, enclins à une faible estime de soi et comment ce sentiment se répercute sur leur dynamique de couple.

Le Goff (2005), affirme que deux types de comportement relationnel peuvent survenir en conséquence à la parentification : une dépendance à autrui ou au contraire, un désinvestissement total. Dans la première situation, l'individu a peur d'être rejeté ou abandonné par son partenaire. Dans la deuxième, l'individu qui estime avoir déjà trop donné sans jamais recevoir, refuse de s'impliquer dans les relations.

Il distingue également deux pôles : l'*adulte-enfant* et l'*adulte-soignant*. L'*adulte-enfant* vit son enfance à l'âge adulte et cherche à combler les besoins qui ont été ignorés auparavant. Il y a donc un décalage entre le reste de la personnalité et l'enfant blessé en tant que *self*. L'*adulte-soignant*, quant à lui, a intériorisé en tant qu'enfant parentifié son rôle d'adulte et l'exerce encore à merveille. Il peut cependant vivre des situations familiales assez chaotiques. Nous tenterons d'utiliser ces axes comme indicateurs d'analyse pour les discours de nos sujets.

Le phénomène de dépendance développé plus haut, peut aussi se manifester par la volonté de sur-contrôler autrui. Selon Valteau, Bergner et Horton (1995), si l'individu parentifié adopte dans sa vie d'adulte « une définition de soi axée sur le soin de l'autre » (p.73) c'est parce que le rôle qui lui a été attribué par ses parents est ancré en lui.

Par ailleurs, comme on l'a évoqué, la parentification peut affecter les relations ou les représentations du couple. À travers les travaux de Mony Elkaïm (1989), une vision assez précise de l'impact des incidences à ce niveau est possible. L'on peut le comprendre au travers de son modèle de thérapie de couple qui aura été utilisé par de nombreux psychothérapeutes et enseigné par de nombreuses institutions en Europe, en Amérique du Nord et en Amérique du Sud. Mony Elkaïm décrit ce modèle comme une double contrainte réciproque impliquant les deux acteurs d'une relation de couple. Lors des discussions, il va également émerger de ce modèle une autre double contrainte réciproque reliant le thérapeute avec chacun des deux protagonistes du couple. Pour mieux comprendre sa logique, Elkaïm (2009) met sur pied une illustration de sa pensée. Il est question d'un couple où la femme se plaint que son mari est

constamment insatisfait par elle et par ce qu'elle fait. Elle constate alors un décalage entre ce qu'elle est et ce qu'elle désirerait être. Quant au mari, il observait que les exigences de sa compagne étaient tellement hautes qu'il ne pensait pas pouvoir être accepté d'elle à moins de s'améliorer grandement pour devenir le meilleur ou l'homme parfait. L'hypothèse d'Elkaïm est que les deux acteurs du couple sont pris dans une double contrainte réciproque. L'on se demande dans quelle mesure la femme s'est développée dans un cadre où, de manière répétitive, elle a été blâmée de ne pas être comme elle le devrait. L'on se demande encore si l'épouse n'est pas entraînée dans la fameuse double contrainte d'Elkaïm qui cette fois n'est pas réciproque mais interne : l'épouse est divisée entre d'une part, la volonté qu'elle a d'être à la hauteur des attentes placées en elle, et d'autre part la conviction réelle qu'elle ne peut pas véritablement y arriver parvenir.

Ces hypothèses recourent deux concepts fondamentaux de la théorie d'Elkaïm. Il s'agit du Programme Officiel (PO). C'est l'état que l'individu désire atteindre ; c'est sa volonté à être au niveau de ce que les autres attendent de lui. Par ailleurs, il s'agit aussi de la Construction du Monde ou encore Carte du Monde (CM). Cette notion renvoie à une conviction que le sujet s'est approprié à la suite d'événements répétitifs vécus au sein de sa famille d'origine. Il peut alors s'agir de convictions comme celle de penser que l'on ne sera jamais à la hauteur des espoirs suscités chez autrui, que l'on ne peut que décevoir. Le sujet souhaite que l'autre la considère d'une façon telle qu'il puisse se sentir à la hauteur. Par contre, lorsque l'autre le fait, le sujet a tellement peur que ça ne dure pas, qu'au final, il ne peut que disqualifier les tentatives du partenaire de le traiter comme il le souhaite, positivement. Ce paradoxe entre programme officiel et carte du monde peut donc très bien être la conséquence d'un processus de parentification. La faible estime de soi du parentifié tire donc son origine des actes d'inversion des rôles entre le jeune et ses parents, qui du fait de leur répétition, ont forgé chez la personne une carte du monde négative. Cela peut par exemple être dû au fait que l'enfant pense n'avoir jamais suffisamment pris soin de ses parents.

Le spécialiste peut alors réaliser plusieurs types d'intervention. Selon Mony Elkaïm, il en existe exactement trois. Le premier type d'intervention est celui qui nous intéresse le plus. Elle la qualifie d'intervention « scolaire ». À ce niveau, le thérapeute va retracer les éléments historiques de la famille d'origine de chacun. À partir de là, il pourra ainsi démontrer de quelle manière le comportement de chaque partenaire a ravivé une blessure mal cicatrisée de l'autre conjoint. Le thérapeute prouve par-là même que la réaction du partenaire qui au premier abord

semblait disproportionnée, ne l'est qu'en apparence et traduit plutôt un mal-être bien plus profond, issu de la parentification. Il faut savoir que ce sont les deux membres du couple qui constituent l'élément actif qui réveille la blessure mal guérie et provoque la réaction de l'autre. Mais le partenaire demeure juste un facteur de déclenchement. Il ne constitue donc pas la cause.

Dès lors, à chaque fois que l'un des partenaires reproche, à titre exemple, à l'autre membre de ne pas être satisfaisante, sans le savoir, il est en train d'amplifier chez l'autre la Construction du Monde qui s'étend au-delà de la difficulté du couple. La précision d'Elkaïm (1989) à partir de là est que le thérapeute propose aux deux partenaires de l'aider en relatant avec lui leurs expériences passées, par rapport au thème spécifique de leurs Cartes du Monde respectives. Cela a pour but de rendre plus malléable cette construction ou carte et leur permettre d'oublier ce qu'ils n'ont pas reçu dans leurs enfances, de passer à autre chose. C'est alors une méthode efficace pour résorber le défaut de confiance en soi que le protagoniste parentifié traîne depuis son enfance. De la sorte, le comportement de chaque membre est ainsi redéfini comme intensifiant chez l'autre un aspect de son histoire, source de ses diverses frustrations, complexes et émotions négatives. L'on voit alors très bien ce que et de quelles manières la parentification exerce un véritable impact sur les adultes.

C'est pourquoi, le psychothérapeute va devoir vérifier dans quelle mesure la famille d'origine de chaque partenaire a créé ou n'a pas créé des expériences répétitives qui pourraient expliquer les Cartes du Monde de chacun des protagonistes de la dyade. Dans L'hypothèse où cela se révèle être vrai, chacun des protagonistes va demander quelque chose qu'il ne croit pas réalisable à son ou sa partenaire. Cela permet de démontrer que le ou les membres sont concurremment geôliers et prisonniers. Il s'enferme de lui-même dans une spirale ; le membre souhaite une chose et son contraire.

Dans le même temps, le psychothérapeute n'est pas complètement étranger à la situation. En effet, si son passé, ses sentiments, sont inhérents à sa personne, ils ne sont par contre pas réductibles à sa seule personne. C'est dire que l'expérience du thérapeute n'a pas uniquement une fonction par rapport à son histoire mais aussi par rapport aux Constructions du Monde des deux protagonistes du couple. Ainsi, dans cas où le thérapeute est une personne qui a l'impression d'avoir été considérée au cours de son enfance comme quelqu'un qui n'était pas à la hauteur des attentes placées en lui, par exemple parce qu'il ne parvenait pas à fournir à ses parents l'aide qu'ils lui reclamaient, ou parce qu'il aurait dû occuper le premier rang, être la personne qui rendrait fiers ses parents (Elkaïm, Goldbeter-Merinfeld, 2009), un danger surgit.

Le thérapeute pourrait consolider les convictions viscérales des deux partenaires ainsi que leurs Constructions du Monde. Au même moment, les croyances personnelles qui l'habitent pourraient également se retrouver intensifiées par le même fait. Cela renvoie à un autre concept d'Elkaïm.

Elkaïm (Elkaïm, Goldbeter-Merinfeld, 2009) qualifie cela de résonance. Il s'agit de la « situation où le vécu du thérapeute comme celui des membres du couple a une fonction par rapport aux croyances profondes des membres du système thérapeutique » (p. 170). C'est une situation délicate car, lorsque la résonance survient, elle risque conduire tous les acteurs du système thérapeutique, c'est-à-dire le couple et le thérapeute, à amplifier les cartes des autres acteurs du système, et par la même occasion de conserver une stabilité douloureuse. Jurkovic (1997) ajoute que, n'ayant connu que des relations asymétriques, l'individu parentifié reproduira ce même schéma dans tout type de relation. Par exemple, dans une relation amoureuse, il aura tendance à infantiliser son conjoint. Alors que les angoisses liées à la prise en charge de responsabilité ressurgiront, il se sentira vite dépassé par les attentes de son partenaire. Nous nous interrogerons sur ces mécanismes et tenterons de les repérer dans les discours de nos sujets.

Andolfi (1979) introduit une vision très pertinente de la parentification en envisageant des rapports bien plus complexes dans les rapports de couple. Faisant écho à son prédécesseur Bowen (1978), Andolfi pense lui aussi que l'étude des rapports familiaux est plus proche de la réalité dans une triade que dans une dyade. Il est alors question d'un système dans lequel les éléments sont liés entre eux par une relation durable. Ainsi, les rapports de couple ne tiennent plus essentiellement au père et à la mère, mais intègrent également l'enfant, d'où la dynamique triadique. Mais la parentification n'est que l'une des dynamiques triadiques dysfonctionnelles. L'on en distingue deux autres. Tout d'abord l'on a l'*instigation*. Ici, un membre de la triade est indirectement coalisé à un autre. Le caractère indirect ou latent vient de ce que, les acteurs ne s'en rendent pas nécessairement compte et dès que la coalition est démasquée, le duo tombe dans le déni. Ensuite, l'on identifie l'*imbroglio*. Dans ce cas, un membre de la triade (le parent) donne l'illusion à un autre (l'enfant symptomatique) d'une relation privilégiée alors que les actions ne sont menées ici que pour communiquer un message à l'autre membre. Ainsi, le mérite d'Andolfi est d'avoir étudié l'autre dynamique triadique dysfonctionnelle qu'est la parentification. De manière concrète, elle s'analyse comme une inversion de rôles dans laquelle c'est l'enfant qui protège l'un des parents voire les deux. Les répercussions ne sont pas

identiques. Bien au contraire, l'on pourrait même aller jusqu'à les considérer comme étant ambivalentes. En effet, chez certains, cette inversion des rôles peut aboutir à d'importants troubles relationnels et même psychosomatiques. Alors qu'à l'inverse, chez d'autres, la parentification aboutit à des adultes compétents et équilibrés. Beaucoup de psychothérapeutes ont d'ailleurs vécu cette dynamique.

L'on voit donc que les triades relationnelles sont pour Andolfi le véritable socle de tous rapports. C'est dans ces interactions triangulaires que se construit le développement de l'individu. L'intérêt de ce point de vue est de démontrer que la parentification n'a pas que des effets pervers comme le pense d'ailleurs Nagy. Paradoxalement, ce dysfonctionnement peut être bénéfique à l'individu. Le tiers au conflit a alors le recul suffisant pour apprécier la situation et se montrer utile à la triade. C'est ainsi que l'enfant pourra agir d'une certaine manière pour calmer les esprits ou réconcilier les parents. Aussi, le dialogue interne peut-il être facilité. Toutefois, cela demeure une dynamique dysfonctionnelle aux conséquences variables. Le caractère aléatoire de ses effets ne permet cependant pas de recommander ou favoriser sciemment la parentification.

Ondina Greco (2013), dans son article *Des effets à long terme de la "parentification" de l'enfant*, analyse une vignette clinique liée à la parentification. C'est l'histoire d'un couple dont les partenaires, Lucie et Paul, ont tous deux été impliqués dans un processus de parentification. « La parentification de Lucie, introjectée pendant plusieurs années, et devenue pour elle presque une « deuxième nature », la poussera à choisir un partenaire ayant besoin d'aide, avec lequel elle pourra être comme la mère qui prend soin de l'autre à condition d'être reconnue comme indispensable. C'est pour cela qu'elle ne peut supporter l'abandon de Paul, déclarant ainsi qu'elle n'est pas à sa hauteur pour lui. Paul, de son côté, essaie d'exprimer enfin ses besoins de soin dans une relation conjugale avec une femme forte, compétente et capable de prendre soin. Mais lorsque la vie lui demande de prendre soin d'un enfant, il s'enfuit, car la peur d'être identique à son propre père, qui l'a abandonné, est insupportable ». Elle conclut en citant Winnicott (1965) : le développement d'un *Faux Self*¹ est souvent la conséquence de la

¹ Le terme self est la traduction anglaise du soi. Il est utilisé en psychologie selon plusieurs acceptions, pas toutes compatibles. En psychanalyse, il se réfère à la notion de Donald Woods Winnicott qui a notamment distingué le vrai self du faux :

- Le vrai self désigne l'image que le sujet se fait de lui-même et qui correspond effectivement à ce qu'il est et perçoit à travers une réaction adaptée.

parentification. Ce *Faux Self* peut s'écrouler lorsque l'individu parentifié doit, à son tour, faire face à des responsabilités de parent. Nous tenterons de percer à jour ce *Faux Self* lors des entretiens avec nos sujets.

Nous pouvons apercevoir que le phénomène de parentification est une problématique complexe qui recouvre un nombre de situations bien plus larges que ce que l'on pourrait imaginer. Dans ce travail, nous tenterons donc d'explorer diverses situations et hypothèses qui pourraient s'avérer fructueuses ou non au fur et à mesure des découvertes. Nous approfondirons chacun des discours et observations avec pour objectif de découvrir quels pourraient être les impacts du processus de parentification chez un jeune adulte dans son quotidien et dans son couple.

-
- Le faux self désigne une instance qui s'est constituée pour s'adapter à une situation plus ou moins anormale et contraignante. L'image qui est alors en cause est défensive et fonction de réactions inadaptées de l'environnement et est surtout représentative d'un rôle qu'on lui aurait imposé.

2. Méthodologie

2.1 Introduction

L'objectif de ce mémoire est d'explorer les impacts que peut engendrer le processus de parentification sur le processus de construction de vie du jeune adulte, ainsi que sur ses représentations du couple. Pour ce faire, nous avons rencontré trois sujets.

2.2 Questions de recherche et hypothèses

La question principale de cette recherche est : Quelles peuvent être les manifestations d'un processus de parentification chez un jeune adulte en couple ? Et qu'en est-il de leur perception concernant ce phénomène ?

Nous émettons l'hypothèse que le processus de parentification influe sur le fonctionnement qu'adopte le jeune adulte dans sa relation de couple.

Les hypothèses sous-jacentes sont les suivantes :

- Des conséquences négatives découlent du processus de parentification. Il existe des facteurs de risque et de protection.
- Le processus de parentification peut induire des effets sur le long terme.
- Le processus de parentification joue un rôle dans le processus d'individuation ainsi que dans le style relationnel qu'adopte l'individu parentifié.
- Le processus de parentification est un processus dynamique et multigénérationnel.

2.3 Échantillon

2.3.1 Critères de sélection

Pour mener à bien cette étude qualitative, nous avons ciblé des jeunes adultes qui, au moment de notre rencontre :

- étaient âgés entre 21 et 28 ans ;
- étaient en couple ;

- vivaient en ménage avec leur partenaire depuis minimum 6 mois, depuis leur majorité.

Nous avons délimité ces critères de recherche en fonction de ceux fixés par l’OMS qui situe l’adolescence entre 10 et 19 ans. L’âge de la période du jeune adulte débiterait donc à l’âge de 20 ans. Cependant, selon les statistiques européennes (Eurostat)² réalisées en 2019, l’âge moyen auquel un jeune adulte quitterait le nid familial en Belgique est d’environ 25 ans. De plus, l’autonomisation du jeune adulte vis-à-vis de sa famille d’origine correspond au cycle de vie *leaving home*. Par conséquent, nous avons décidé d’établir l’âge recherché entre 21 et 28 ans.

De plus, nous avons sélectionné des sujets qui vivaient en ménage avec leur partenaire depuis au moins 6 mois, afin qu’un équilibre au niveau de la dynamique de couple, au sein du même ménage, puisse être potentiellement installée.

2.3.2 Procédure de recrutement

Après avoir reçu l’aval du Comité Éthique de l’Université de Liège, nous avons commencé à recruter nos sujets. Au vu du contexte de la pandémie du Covid 19, nous avons décidé de passer par le réseau social Facebook (Voir Annexe 1.1).

Dès qu’un jeune adulte nous contactait, nous le remercions de s’intéresser à ce travail et nous lui demandions de remplir un questionnaire en ligne sur google form (Voir Annexe 1.2), axé sur les critères de sélection de l’étude. A la suite de ce questionnaire, nous savions si le sujet préférerait qu’on le rencontre en présentiel ou par visioconférence, et s’il correspondait à nos critères.

Une fois que le sujet était sélectionné, nous lui demandions de fixer un rendez-vous téléphonique afin de réaliser un premier débriefing, avant d’entamer le moindre entretien. Cela nous permettait de réexpliquer les modalités de l’étude, les droits des sujets, et cela leur donnait également l’occasion de poser toutes leurs questions avant de commencer.

Les divers consentements, ainsi que le formulaire d’information au volontaire, ont tous été approuvés et signés par les sujets avant le premier entretien (par mail, pour ceux dont la

² Ec .europa.eu/Eurostat « Young people leaving the parental household, 2019”

préférence était la visioconférence, et en présentiel pour les autres, avant le début de l'entretien).

Nous avons pu rencontrer 3 sujets sur 6 en présentiel, et l'autre moitié par visioconférence.

2.4 Les outils utilisés

2.4.1 The Parentification Scale (PS) (échelle de parentification) (Mika & al., 1987) (voir annexe 3.1)

La Parentification Scale (PS) évalue le degré de parentification de la personne à l'aide de 30 items. Chaque degré correspond à un type de rôle qu'a pu endosser l'individu parentifié durant son enfance/adolescence. Il y a quatre degrés de parentification dégagés dans cette échelle : rôle de parent envers son/ses frère(s)/sœur(s), rôle de parent envers son/ses parent(s), rôle de partenaire/époux envers son parent, prise de responsabilités adultes non spécifiques.

A chaque item, les participants doivent évaluer la pertinence d'une proposition sur une échelle de Likert allant de « très souvent » à « jamais ou ne s'applique pas ». Un item typique est le suivant : « Ma mère m'a fait part de ses problèmes ou préoccupations personnels comme si j'étais un autre adulte (1) avant l'âge de 14 ans, et (2) de 14 à 16 ans : (a) très souvent, (b) souvent, (c) occasionnellement, (d) rarement, (e) jamais ou ne s'applique pas ».

Un score compris entre 85 et 90 correspond à un degré de parentification cliniquement significatif. La consistance interne du PS a été évaluée à l'aide de la corrélation de Spearman. Le score r est de 0,98 ($p < 0,01$).

Le temps de passation de la PS est d'environ 15 minutes.

Dans le cadre de ce travail, cet outil a simplement été utilisé pour replonger le sujet au cœur de la problématique, et pour nous permettre de repérer certains aspects du processus de parentification. Les scores ou les statistiques n'ont donc été d'aucune utilité dans notre situation.

2.4.2 Grille d'analyse de S. Haxhe (2013) (Voir Annexe 2)

Dans cette grille, S. Haxhe propose sept critères pour pouvoir repérer le processus de parentification, et le distinguer d'autres processus similaires tels que la parentalisation, l'adultisation, la délégation et la responsabilisation. Les critères sont ceux-ci :

- 1- « *Besoins de l'enfant en tant qu'enfant (sécurité, protection, autonomie, soutien, écoute, etc.)* »
- 2- « *Demande (attente parentale)* »
- 3- « *Type de responsabilité* »
- 4- « *Adéquation aux compétences de l'enfant* »
- 5- « *Comment l'enfant est-il vu par ses parents* »
- 6- « *Reconnaissance des dons de l'enfant* »
- 7- « *Contexte* »

La parentification se différencie surtout par le premier critère, qui est la prise en compte des besoins de l'enfant. Dans les autres processus, les besoins de l'enfant sont tout au moins considérés, contrairement au processus de parentification dans lequel, les besoins de l'enfant sont réprimés au profit de ceux des parents. La « non-reconnaissance » des dons de l'enfant est également un critère crucial.

Nous avons utilisé cette grille d'analyse afin de pouvoir repérer les critères de parentification chez nos sujets.

2.4.3 Le Blason Familial (Les *objets flottants* de Caillé et Rey, 2004)

Les « objets flottants » sont des techniques d'entretien systémiques utilisées dans le cadre de thérapies familiales et de thérapie de couple. Le blason familial est un objet flottant qui va offrir un espace/temps où vont pouvoir se projeter, s'imprimer mais aussi se décaler tout un faisceau d'émotions (Caillé & Rey, 2004). Dans le cadre de ce travail, nous avons demandé aux sujets de réaliser le blason de leur famille et de leur couple. Cela nous permet d'explorer les représentations qu'entretient le sujet parentifié sur sa famille et sur son couple, le but étant de se situer au plus près de leur vie psychique.

Le blason est divisé en cinq parties : la case « devise » tout en haut du blason, la case « objet » en haut à droite du blason, la case « passé » en haut à gauche du blason, la case « présent » en bas à gauche et la case « avenir » en bas à droite.

Les consignes pour le blason familial sont les suivantes :

Dans la case « devise », l'individu doit noter une devise ou une maxime qui représente sa famille.

Dans la case « objet », l'individu doit proposer et, si possible, dessiner un objet emblématique susceptible de représenter sa famille.

Dans la case « passé », l'individu est invité à choisir, à sélectionner un personnage et/ou un événement qui appartiennent son histoire familiale.

Dans la case « présent », l'individu doit nommer les alliances, les ressources, les soutiens dont il dispose actuellement dans sa famille.

Dans la case « avenir », l'individu doit nommer les missions dont il se sent investi en tant que membre de sa famille, ainsi que les projets plus individualisés qu'il aimerait entreprendre.

Le temps de réalisation d'un blason est d'environ 10-15 minutes.

2.4.4 Le Blason du couple

Les consignes pour le blason du couple sont identiques à celles décrites plus haut, sauf que nous nous sommes axés sur le couple à la place de la famille.

2.4.5 Le Génogramme

Le génogramme est la représentation graphique d'une famille donnée, qui permet au thérapeute de dresser une carte précise de la structure familiale, de mettre en relation le présent avec les événements qui ont marqué l'histoire familiale, les mythes, les règles, et toute la charge émotionnelle transmise entre générations. Malgré sa présentation objective et sa capacité de concentrer un grand nombre d'informations, le génogramme reste un outil subjectif

d'interprétation, à partir duquel le thérapeute peut émettre des hypothèses, et les familles résinifier certaines expériences (Daure, 2006).

Dans le cadre de ce travail, le génogramme nous a permis de clarifier la structure familiale de chacun des sujets, et de repérer une hypothétique transmission transgénérationnelle du processus de parentification.

2.5 Procédure de passation

Au départ, pour le premier entretien, il était prévu de réaliser un entretien semi-structuré basé sur le questionnaire de la *parentification scale* (Mika & al, 1987). Or, dans la pratique, il s'est avéré que les sujets n'avaient nullement besoin d'être guidés. En effet, chacun a rempli la PS au début du premier entretien comme prévu, et juste après, voire même pendant la réalisation du questionnaire, ils ont commencé à nous raconter leur histoire d'enfant/d'adolescent parentifié. Nous avons simplement dû faire des relances et des reformulations à l'occasion.

Chaque entretien a donc été adapté en fonction des récits de chacun des sujets. Cette méthode nous a permis de nous situer au plus proche des représentations de ces jeunes adultes et de recueillir des données riches.

Lors du second entretien, nous avons d'abord fait passer le blason familial avec les consignes adéquates, puis nous laissons le sujet s'exprimer librement pour nous le raconter. A la suite de ce blason, nous avons réalisé un génogramme pour visualiser au mieux la structure familiale. Pour la seconde partie de cet entretien, nous avons fait de même avec le blason du couple afin d'investiguer les représentations du couple.

A cause de la pandémie du Covid-19, certains entretiens ont dû se dérouler par visioconférence via la plateforme Lifesize.

2.6 Méthode d'analyse qualitative

Afin de réaliser ces analyses de cas, nous avons entamé une démarche itérative commune à la recherche scientifique qualitative par le biais de quatre étapes : la problématisation, la collecte de matériau empirique, l'analyse du matériel collecté et la rédaction des résultats de l'analyse. Ces étapes ont été réalisées en parallèle, comme préconisé par C. Lejeune dans son Manuel d'analyse qualitative (2018). Cet ouvrage nous a guidé tout au long de la réalisation de ces analyses.

Nous avons utilisé la micro-analyse épisode par épisode, pour relever les thématiques abordées par le sujet. Ensuite, nous avons réalisé une analyse des thèmes en les replaçant dans leur contexte.

Subséquentement, nous avons effectué un résumé d'analyse basé sur la grille d'analyse de S. Haxhe (2013), ainsi que sur la Parentification Scale (1987). Le but étant de repérer les critères de la parentification chez nos sujets, ainsi que le contexte d'apparition de ce phénomène.

Ensuite, nous avons décrit les objets flottants et le génogramme, afin d'investiguer davantage les représentations de nos sujets concernant leur histoire familiale et leur relation de couple.

Pour terminer, nous avons repris tous les éléments sous la forme d'une méta-analyse systémique.

B. PARTIE PRATIQUE

1. Sujet 1 : C

1.1 Anamnèse

C. est une jeune femme âgée de 24 ans. Elle a vécu avec ses parents et son frère aîné jusqu'à la fin de son premier cycle de secondaire. En revanche, elle a décidé de partir à l'internat pour la suite de ses études. La situation à la maison devenait trop difficile à supporter pour elle. La relation entre ses parents devenait de plus en plus conflictuelle, dû entre autres, à des problèmes financiers. De plus, C. ne pouvait plus accepter l'attitude de son frère et les conséquences qui en découlaient au sein de la dynamique familiale.

Ensuite la jeune fille a décidé de prendre un kot lors de ses études supérieures d'infirmière. Une fois son diplôme en poche, elle a acheté une maison et l'a rénovée toute seule. Elle est retournée vivre six mois chez ses parents durant les travaux. Elle a rencontré son compagnon peu de temps après et vit avec lui depuis lors. C. a appris en janvier que son papa était atteint d'un cancer. Elle s'occupe beaucoup de lui, que ce soit à la maison ou au service oncologie de l'hôpital dans lequel elle travaille à temps plein.

1.2 Description du génogramme (Voir Annexe 3.2.1)

Le père de C. a 60 ans, et la maman de C. a 53 ans. Ils ont eu deux enfants dont C., âgée de 24 ans et son frère aîné, âgé de 28 ans. Les enfants, ayant tous deux, quittés le nid familial, vivent avec leurs partenaires respectifs.

Du côté de la famille maternelle, les grands-parents sont décédés. La grand-mère s'est suicidée par pendaison en 2001, car elle souffrait d'une maladie des artères très douloureuse. Évènement que C. et son frère ont appris il y a seulement 3 ans. Les parents ont préféré camoufler la cause du décès en racontant que c'était une chute dans les escaliers. Ils ne voulaient pas que leurs enfants puissent penser que le suicide puisse être une solution à la douleur, qu'elle soit physique ou psychologique. A l'époque, c'est le grand-père qui a retrouvé le corps sans vie de son épouse. Ce dernier est décédé en 2019 d'une rupture d'anévrisme. C. était très proche de lui.

C. a une tante, âgée de 58 ans et un oncle âgé de 50 ans. Sa tante, qui est également sa marraine, est atteinte d'un trouble maniaco-dépressif. C. s'entend bien avec elle, même si elles étaient plus proches avants. Cependant, la jeune fille ne voit plus son oncle depuis que la société de son père a été dissoute, au vu des conflits que ça a pu entraîner avec ses parents. De plus, sa mère ne parle plus du tout à son frère. Ce dernier est marié à une femme qui avait déjà des enfants.

Du côté de la famille paternelle, le grand-père est décédé en 2011 à la suite d'un œdème pulmonaire. Il était atteint de la maladie de Parkinson, et souffrait également d'un trouble maniaco-dépressif. D'ailleurs, C. nous confie que son père avait peur de devenir «fou » comme son propre père, jusqu'à ce qu'il soit atteint d'un cancer.

La grand-mère maternelle pleure souvent depuis qu'elle a appris pour la maladie de son fils. De plus, la relation entre C. et sa grand-mère s'est détériorée depuis lors. En effet, C. « a du mal à comprendre les gens qui n'ont pas la force de rebondir et qui se laissent abattre par la vie ». Elle trouve que c'est déprimant d'aller la voir, et qu'en plus sa grand-mère a tendance à se mêler des histoires qui « ne la regardent pas ».

C. a une tante, âgée de 63 ans, qui s'est mariée avec un homme, qui s'avère être également son parrain. Ils ont eu une fille ensemble, âgée de 35 ans. La jeune fille est proche de son parrain parce qu'il a toujours été un soutien, ainsi qu'un confident, durant des grosses étapes de sa vie. Ils se retrouvent deux à trois fois par an au restaurant pour discuter ensemble. Elle nous confie qu'il est le seul à l'avoir toujours soutenue par rapport à ses parents.

1.3 Résumé de l'échelle de Parentification (Voir Annexe 3.2.2)

Il n'y a pas de différence significative lorsqu'on établit un avant/après l'âge de 14 ans, comme préconisé par Mika & al dans la PS, car la période charnière de changement se situe, pour C., dès ses 12 ans. Cet âge correspond à son entrée à l'école secondaire. Cependant, on peut tout de même constater que le degré de parentification est élevé dans le rôle d'époux envers ses parents et dans le rôle de parent envers ses parents.

C. endosse un rôle d'épouse, surtout envers sa mère. En effet, on peut remarquer que la réponse à l'item 23 est « très souvent » alors qu'à l'item 27 ce n'est « jamais ». Le premier faisant

référence aux problèmes personnels de la mère partagés à sa fille comme si elle était un autre adulte, et le second faisant référence au père par rapport aux mêmes critères.

Concernant le rôle de parent envers ses parents, on peut observer que les occurrences sont élevées dans chacun des items. La situation s'est d'ailleurs accentuée depuis que son père est atteint du cancer. Le rôle de parent envers son frère n'est pas représentatif. En ce qui concerne les tâches non spécifiques, C. devait s'occuper de faire le ménage en règle générale, hormis le linge.

1.4 Éléments d'analyse sur les thématiques relevées lors du premier entretien

(Voir Annexe 3.2.3)

C. a vécu une période charnière vers l'âge de 12 ans, ce qui correspond à la période de son entrée à l'école secondaire. « Avant mes dix ans, je ne me rappelle pas leurs conflits. J'ai l'impression qu'on était vraiment uni. Et puis, avec l'entrée en secondaire, j'ai l'impression que c'est devenu vraiment compliqué entre deux. » nous confie-t-elle en parlant de ses parents. En effet, les conflits au sein du couple parental ont pris de l'ampleur, entre autres, dus aux soucis financiers survenus à la suite de la dissociation de l'entreprise du père. Ce dernier travaillait avec le frère de son épouse, c'est-à-dire l'oncle maternel de C. Lorsque la grand-mère maternelle est décédée, des conflits concernant l'héritage ont mené à cette scission d'entreprise et à des conflits intra-familiaux. La mère de C. a coupé toute relation avec son frère, et le père de C. a dû reconstruire sa propre entreprise. Cet événement a été une source de stress, mentale et financière, qui a impacté toute la famille nucléaire.

D'ailleurs, C. nous a fait part d'un paradoxe financier qui l'a contrariée. « On nous a beaucoup restreint pour ce qu'eux étaient autorisés à faire. », dit-elle. On peut déjà dénoter une certaine forme d'injustice face à la situation.

De plus, C. était introduite dans les conflits de ses parents par sa maman. « C'est ma mère surtout, j'étais très proche de ma maman, qui m'a souvent demandé : « papa t'as dit quelque chose ? Tu te rends compte, tu as vu ce qu'il a fait ? » », explique-t-elle. On pourrait penser que C. était impliqué dans un conflit de loyauté. Elle essayait tant bien que mal d'être une médiatrice impartiale des conflits. Elle explicite également que c'était surtout sa maman qui l'impliquait dans les disputes de couple, attirait à des sujets parfois plus intimes.

Ensuite, la dynamique relationnelle au sein du sous-système fraternel est conflictuelle. Les parents ont rencontré des difficultés à encadrer leur fils aîné. Ce dernier adoptait fréquemment des comportements à risque, et une attitude hostile à l'encontre de ses parents et de sa sœur. C. nous fait part d'un sentiment d'injustice et d'un manque d'équité qui s'est instauré naturellement au sein de la dynamique familiale concernant son frère. Les parents ne parvenaient plus à fixer des limites. Ils accordaient davantage d'attention à leur fils qu'ils estimaient être davantage en souffrance et donc en demande de soutien. C. cite ses parents : « Nous, on a toujours estimé que celui qui en avait besoin, c'était celui qui avait des problèmes et qui était en demande. »

De plus, C. a essayé de compenser l'attitude de son frère en s'autonomisant rapidement, afin de ne pas surcharger ses parents. « Je pense que j'ai pris beaucoup d'autonomie assez vite parce que mes parents nous laissaient régulièrement tout seuls et que mon frère faisait déjà tellement de conneries que j'essayais de filer droit et de ne pas en rajouter. », nous confie-t-elle. Or, elle n'a pas reçu ni la reconnaissance, ni l'attention qu'elle attendait. On pourrait penser que son sentiment d'injustice n'ait pu que s'accroître au fil du temps. Elle ajoute qu'elle n'attend plus rien de cette relation fraternelle. « Lui a tellement été irrespectueux, impoli et méchant envers moi et envers mes parents que je pense que j'ai fait une croix sur ma relation avec lui. »

C. a été confrontée à une seconde période charnière lors de sa 4^{ième} secondaire. Elle a fait face à divers évènements, dont le décès de son grand-père paternel. « Personne n'était présent pour personne ! Chacun vivait sa vie mais souffrait dans son coin. Mon frère, c'est cette année-là qu'il a craché la voiture de mes parents. Ma mère est devenue directrice cette année-là alors qu'elle était institutrice, donc elle consacrait tout son temps à son boulot et mon père tout son temps à son papa. Je me suis vraiment sentie délaissée... », explique-t-elle. Elle dit explicitement qu'elle a ressenti une forme d'abandon. C'est durant cette période qu'elle a décidé de partir à l'internat. Chose que ses parents n'ont jamais accepté. On peut imaginer que l'incompréhension des parents face à la situation ait pu renforcer la souffrance de C. On pourrait également penser que les attentes de chacun des membres n'aient pas été comblés, et que ça ait pu entraîner une réaction en chaîne d'incompréhension au sein de la dynamique familiale, et mener à des inégalités relationnelles. C. a eu besoin de partir de ce contexte. L'évitement, voire la coupure émotionnelle est donc aussi une des thématiques qu'on peut repérer chez la jeune fille. Cette prise de distance lui a permis de prendre davantage soin d'elle. Nous reviendrons plus tard sur cet aspect.

C. a voulu améliorer la situation en demandant à sa famille de se rendre en thérapie familiale mais, le résultat escompté n'a malheureusement pas eu lieu. « Ça n'a totalement pas aidé. En fait, eux sont toujours parti du principe qu'ils y allaient pour moi : parce que moi, je ne me sentais pas bien dans la famille. Mais pourquoi je ne me sentais pas bien ? Parce qu'eux n'ont jamais accepté ce qui se passait. », explique-t-elle. La thématique d'incompréhension, liée à une mauvaise communication, revient dans divers contextes. C. explique à plusieurs reprises que ses parents ont tendance à vite baisser les bras lorsqu'une la situation n'évolue pas assez rapidement à leur goût. De plus, durant cette période-là, C. a été suivie psychologiquement plusieurs années dû à un à une dépression. « Je n'avais plus vraiment goût à la vie et je ne comprenais pas pourquoi mes parents ne voulaient pas de moi... », nous confie-t-elle. La thérapie individuelle lui a permis de « s'épanouir à côté de ce cercle familial qui n'était pas toujours bon ».

L'angoisse et la peur sont des émotions fortement présentes chez la jeune fille depuis l'annonce du cancer de son père en janvier 2021. Depuis lors, C. s'occupe beaucoup de lui, que ce soit en tant que fille ou en tant qu'infirmière. Elle endosse ce rôle d'infirmière, aussi bien à l'hôpital que chez ses parents. On pourrait se poser la question de la limite entre le professionnel et le personnel, et se demander si C. a encore du temps pour prendre soin d'elle malgré le fait, que ce soit très important pour elle de « se sentir utile ». Cependant, la relation père-fille s'est améliorée car C. reçoit de l'attention et de la reconnaissance de son père pour le soin qu'elle lui procure, et le père tient à être plus présent pour sa fille. On peut imaginer que le sentiment de finitude que peut ressentir le père le pousserait à profiter de sa famille. Cette situation soulage C. A contrario, une certaine distance s'est créée entre C. et sa maman, même si elle estime que la situation globale avec ses parents s'est améliorée. Elle a enfin su leur dire ce qu'elle avait sur le cœur il y a environ un an et demi, afin de casser « cette dynamique qui ne lui convenait pas », bordée de culpabilité et de colère. « C'était vraiment un cercle vicieux : j'essayais de m'en éloigner, puis je culpabilisais, du coup j'y retournais. », nous confie-t-elle.

Depuis qu'elle a pris connaissance de la maladie de son papa, C. nous explique qu'elle s'est davantage rendue compte des ressources qu'elle pouvait avoir en dehors de sa famille, et qui lui amènent beaucoup de soutien. « Je pense que j'ai vraiment de la chance d'avoir mon copain, mes collègues et mes amis. Ce sont vraiment des personnes qui sont présentes pour moi et je m'en suis encore plus rendu compte... », explique-t-elle. De plus, les tensions entre son frère

et elle se sont mises en suspens naturellement. On pourrait penser que le cancer du père, qu'on peut assimiler à un trauma, a conduit à améliorer la résilience familiale.

Par la suite, C. revient sur le manque de reconnaissance, de fierté et de soutien qui l'ont blessée dans différents domaines, ainsi que sur le manque d'équité que ses parents instaurent entre son frère et elle. Elle exemplifie avec différents événements. Premièrement, sa mère n'était jamais motivée pour l'amener au sport et ne venait jamais la voir : « j'avais l'impression qu'ils n'étaient jamais vraiment fiers de moi... », nous confie-t-elle. Elle ajoute que lorsque son frère ramenait des résultats scolaires moyens et elle de bons résultats, on récompensait uniquement son frère. De plus, lorsqu'elle a décidé de travailler au service oncologie en tant qu'infirmière et de rénover sa maison, elle n'a pas été soutenue. Sa famille voyait ce service comme celui « de la mort », situation qui n'a fait que s'accroître depuis que son père en fait partie. Elle compare d'ailleurs sa situation à celle de son compagnon en explicitant que du côté de ce dernier, ses parents ont tout fait pour que chacun de leurs enfants aient la même chose. De plus, lorsque C. livrait sa tristesse à ses parents, ils lui répondaient sans réelle considération : « ça passera ».

Pour conclure, la jeune fille nous confie être en attente de reconnaissance auprès de « beaucoup de choses » dû à son vécu. « Je pense que, oui, c'est quelque chose que je cherche encore aujourd'hui et qui me manquera pendant encore un moment. », dit-elle.

1.5 Résumé des Critères de Parentification basé sur la grille d'analyse de S. Haxhe (L'enfant parentifié et sa famille, Erès 2013, p.115)

On pourrait penser que le couple parental s'étant mis d'accord sur un fonctionnement éducatif commun par rapport à leurs enfants, aient inconsciemment privé C. des besoins d'attention et de reconnaissance dont elle avait besoin. Une dynamique familiale s'est formée par le biais d'une rigidification de deux rôles antagonistes décrit par Boszermányi-Nagy (1973) : un rôle de *l'enfant problème* et celui de *l'enfant « parfait »*. Le premier rôle étant attribué au frère de C. et le second à C. Ce point sera abordé plus amplement dans la méta-analyse. De plus, elle subissait une pression constante d'être l'enfant qui réussit tout par lui-même, mais qui n'obtient aucune reconnaissance. Elle n'était pas vue comme une enfant.

Concernant le contexte familiale, il y avait de nombreuses tensions dans le couple conjugal, qui se répercutaient sur le bien-être des enfants. C. était souvent impliquée dans les conflits.

Lorsqu'elle a voulu quitter le nid familial pour se distancer des difficultés ressenties au sein de sa famille, elle était victime de culpabilisation. Ses parents se sentaient abandonnés. Situation qui a renforcé le manque de reconnaissance de C, ainsi que son sentiment de culpabilité.

1.6 Résumé du blason familial (Voir Annexe 3.2.4)

Par l'objet emblématique, C. représente deux expressions liées à une problématique commune, le mensonge. Elle explique éprouver des difficultés à dire qu'elle ne va pas bien ou que quelque chose ne se déroule pas comme prévu. Cette honte est, selon elle, à l'origine d'un mécanisme instauré par sa famille face à la pression sociale. Cette habitude de ne pas se livrer entraîne des mensonges entre les membres de la famille. Elle évoque également la culpabilité de ne pas être assez bien, de ne pas assez bien faire.

C. se dit être trop tournée vers le passé et ses anciennes blessures. Elle nous fait part de deux événements qui la hantent. Le premier est son déménagement dans une nouvelle maison alors qu'elle entrait en deuxième primaire. A cette époque, son père s'investissait de plus en plus dans son travail et la relation de C. à son frère devenait conflictuelle, alors que ce dernier entrait dans l'adolescence. Elle décrit alors son frère comme vicieux et usant le chantage. Le second événement a lieu lorsque C. approche de la 4^e secondaire. Il s'agit de la mort de son grand-père paternel. C'est à ce moment que C. avoue à ses parents qu'elle ne se sent pas bien dans sa peau. Sans réaction de son père qui pleurait la mort de son grand-père paternel, C. se tourne vers des professionnels de la santé pour demander de l'aide qu'elle ne trouvait pas chez elle.

Pour se ressourcer, C. entretient des activités telles que le jardinage. Cela lui permet de ne « penser à rien d'autre » et de « se sentir chez elle ». En effet, C. a découvert cette activité depuis qu'elle a son propre logement, qu'elle désigne comme son refuge. C. se ressource également avec les autres, autour d'un jeu ou d'un repas. En évoquant sa relation avec les autres, C. ajoute qu'elle considère son compagnon comme un pilier de vie. Quant à son père, elle le considère comme une ressource de réassurance, bien qu'il puisse nuire à son épanouissement.

Dans la case de l'avenir, C. évoque un rôle de soin à sa famille. « Ce n'est pas un rôle qui me plaît mais c'est le rôle que j'ai en tant qu'infirmière », dit-elle. C. se sent investie de la mission

de prendre soin des membres de sa famille, parfois au détriment de ses propres besoins. Elle déplore le fait de ne pas recevoir la reconnaissance qu'elle attend. En effet, ses parents se tournent plus facilement vers une forme de compensation financière qu'« affective ». Elle confie qu'elle aurait aimé que ses parents s'inquiétassent pour elle, mais elle révèle que désormais, elle n'est plus dans cette attente. Puisqu'elle réussit professionnellement et matériellement, ses parents soutiennent que tout va bien pour elle alors que ce n'est pas toujours le cas. A l'inverse, elle doit toujours se montrer disponible et joignable depuis l'apparition de la maladie de son père.

Pour finir, par sa devise, C. explique que lorsque des difficultés se font connaître dans sa famille, tous les membres sont dans l'évitement. Elle explique qu'il y a une forme de honte à dire que quelque chose ne va pas, ce qui entraîne des mensonges et des non-dits.

1.7 Résumé du blason du couple (Voir Annexe 3.2.5)

Par son objet emblématique, C. fait référence à la complicité qui existe entre elle et son partenaire et, au fait qu'elle peut tout partager avec lui. Elle ajoute que son partenaire l'aide souvent à lâcher prise. Elle explique que c'est le couple dont elle a toujours rêvé et qu'elle ne pensait pas pouvoir trouver.

Dans son passé, C. mentionne plusieurs événements relatifs à sa relation avec son partenaire. C. évoque d'abord une blessure qui lui a permis de prendre conscience de la bienveillance de son partenaire à son égard. Après seulement deux mois de relation avec C., il lui apportait l'attention qu'elle avait attendue pendant des années. Le second événement est sa mise en ménage avec son partenaire qui a provoqué des tensions car il s'est montré bien moins autonome qu'elle. Après quelques ajustements, elle estime avoir trouvé un équilibre dans le partage des tâches ménagères, encore plus depuis l'annonce du cancer de son père. Au niveau de la communication lors d'un conflit, C. estime que son partenaire est trop passif : il ne se confie pas et n'agit pas non plus pour arranger les choses. C. confie que son compagnon n'a pas l'habitude de prendre des initiatives, contrairement à elle qui a tendance à vouloir surcontrôler.

Dans le présent, elle considère son compagnon comme une grande ressource. Grâce à lui, elle a découvert ce qu'était le respect et la bienveillance dans une relation. Elle s'est rendu compte

qu'elle n'avait jamais respecté ses besoins et ses envies dans ses relations précédentes par peur de la solitude. Aujourd'hui, elle estime qu'elle se montre tolérante dans sa relation et qu'elle sait faire des compromis pour vivre bien avec les différences de l'autre, toujours dans le respect et la bienveillance.

Pour son avenir, C. se projette avoir rapidement des enfants et se marier avec son partenaire. Elle voudrait également organiser un grand voyage aux États-Unis mais préfère rester auprès de son père tant que celui-ci est toujours en vie. Elle espère également qu'il sera toujours présent pour célébrer son mariage.

Avec sa devise, C. revient sur la complicité qu'elle entretient avec son partenaire, et sur son désir de construire une vie à deux.

1.8 Méta-analyse systémique

1.8.1 Axe structural

En se basant sur les théories de S. Minuchin (1978), on note que les frontières entre les différents sous-systèmes semblent diffuses. Bien que la famille nucléaire ait su trouver un équilibre permettant une circulation adéquate des informations, C. a endossé un rôle de parent envers ses parents. La frontière entre C. et son frère est rigide. En effet, même si C. estime que ses parents n'ont pas su poser des limites adéquates avec son frère, c'est envers ce dernier qu'elle nourrit une grande frustration. Il n'y a pas de sentiment d'appartenance fraternel et la différenciation est extrême.

1.8.2 Axe interactionnel

Il y a une complémentarité rigide qui s'est créée entre C. et son frère. C. ayant un statut d'enfant parfait ou rôle neutre selon Boszermanyi-Nagy (1973), et son frère celui de l'enfant problème ou rôle du bouc émissaire. Cette rigidification des rôles amène des inégalités relationnelles de par les attentes parentales qui sont complètement différentes. C. voit constamment ses parents prendre soin de leur fils parce que « ce serait lui qui en aurait le plus besoin ». Cela induit une souffrance chez C., comme le prédit Stéphanie Haxhe (2019). Lorsque C. a voulu prendre de la distance avec ses parents, ces derniers l'ont vécu comme un abandon et l'ont fait culpabiliser de les abandonner. De plus, elle portait sur ses épaules la déception d'avoir quitté ce statut d'enfant parfait aux yeux de ses parents.

Face à la même éducation, on peut constater que C. et son frère se positionnent différemment. On pourrait penser que le frère rassemble ses parents autour d'une problématique commune : lui. Ce qui leur permettrait de mettre leur énergie dans le couple parental dans un objectif commun, plutôt que de se tourner vers les problèmes pouvant entraîner des conflits dans leur couple conjugal. Le groupe fraternel, ne s'étant pas mis d'accord sur la défaillance parentale, ne parvient pas à faire coexister fraternité et rivalité.

1.8.3 Axe représentationnel

Le mythe de l'apparence prédomine dans cette famille. Ils ne laissent pas transparaître des difficultés à l'extérieur du noyau familial, ce qui complique la possibilité pour C. de trouver une reconnaissance de sa souffrance auprès de tiers extérieurs, étant donné que tout a l'air rose de l'extérieur. De plus, il y a aussi un mythe du « tout va bien » alors que ce n'est pas le cas. Le père a trop de fierté pour faire part de ses ressentis, et la mère adopte une attitude ambivalente où finalement la demande d'aide se fait ressentir mais n'est pas dite explicitement. Ce qui crée un climat d'instabilité pour C.

On peut également remarquer qu'il y a des secrets de famille et des non-dits au sujet de la mort de la grand-mère maternelle de M. Selon, Anne Ancelin Shutzenberger (2004) « *le problème n'est pas le traumatisme, mais la manière dont nous l'élaborons* ou le gérons, et en particulier dont nous pouvons nous le raconter à nous-mêmes et à autrui qui sera capable de l'entendre, de l'écouter, et de nous aider à le nommer et donc à l'élaborer. Soulignons que le secret et le non-dit, créant un *impensé*, rend ce travail impossible. » (p.61). Les secrets faits aux enfants concernant la mort d'un grand parent peuvent se révéler nocif (Scutzenberger, 2004). C. s'est sentie trahie d'apprendre que ses parents lui avaient menti pendant de nombreuses années. Ce secret semble également avoir eu un impact sur la façon dont la famille communique.

1.9 Conclusion

1.9.1 La famille

Une résilience familiale sera favorisée si la famille parvient à soutenir celui ou celle qui est victime de circonstances difficiles, et à répartir harmonieusement ses investissements affectifs pour chacun de ses membres, malgré un environnement défavorable auquel l'ensemble est soumis (Delage, 2002). Chaque membre de la famille est d'accord pour dire que c'est le père

qui est le plus victime de circonstances difficiles. La rivalité fraternelle a été placée en suspens car tous deux veulent prendre soin de leur père, à leur manière. Il est possible que le processus fraternel puisse être renforcé progressivement de par cette dynamique interactive.

La volonté de C. d'aller consulter un thérapeute familial pour faire bouger les choses témoigne de son mal-être explicite, dont les parents n'ont pas tenu compte. A cause, entre autres, de leur mythe du « tout va bien », qui rejoint le fait qu'on ne peut pas « gérer » un problème si on n'en voit pas un. Preuve d'une aporie dans le système conjugal également, se voiler la face, peur de faire effondrer l'homéostasie du système qui soulage la tension à travers C.

1.9.2 Au travail

C. s'investit beaucoup dans son travail. Elle dit elle-même qu'elle se réfugie dans celui-ci. Son travail est à la fois une ressource et à la fois source de stress supplémentaire. Cette réalité s'est notamment accentuée depuis le cancer de son père. En effet, la limite entre sa vie professionnelle et personnelle est devenue floue, elle n'arrive plus à trouver du temps pour elle et différents rôles se superposent. De par le trauma de l'annonce du cancer, elle met également la rancœur de côté, pour ne pas laisser place à la culpabilisation qui pourrait la submerger.

1.9.3 Le couple

C. considère son partenaire comme sa plus grande ressource. Elle semble trouver chez lui l'attention et la reconnaissance qui lui ont fait défaut dans son enfance/adolescence. C considère ses anciennes relations comme toxiques. Avec son compagnon actuel un script correctif semble s'opérer. En effet, au travers de cette relation, C. est enfin respectée.

C. a une vision traditionnelle de la famille qui est partagé avec son compagnon ; ils envisagent de se marier et d'avoir des enfants ensemble. C. tient à ne pas reproduire les injustices qu'elle a vécu.

2. Analyse sujet 2 : L

2.1 Anamnèse

L. est une jeune femme, d'origine française, âgée de 24 ans. Ses parents se sont séparés lorsqu'elle avait un an. La jeune fille a vécu chez l'un et l'autre de façon alternée jusqu'à ses 15 ans. À la suite du déménagement du père dans une autre ville durant cette période, il était plus simple pour la jeune fille de rester vivre chez sa mère. Peu de temps après, sa mère lui a annoncé qu'elle fréquentait une femme, qui habitait dans un autre département. La jeune fille se retrouvait très souvent seule à cause des absences de plus en plus répétées de sa maman. La relation entre elles s'est détériorée progressivement pour diverses raisons, qui seront développées lors de l'analyse.

L. a dû déménager plusieurs fois, avec les conséquences qui s'en suivaient, telles que changer de lycée, s'adapter à un nouvel environnement, rencontrer de nouvelles personnes, etc.

Après l'obtention de son CESS, elle a emménagé dans un studio pour commencer des études de psychologie. Elle a fait une pause durant ses études avant de poursuivre son master. C'est durant cette période qu'elle a rencontré son compagnon actuel. L. a décidé par la suite de terminer ses études en Belgique. La jeune fille et son partenaire, âgé de 37 ans, ont donc emménagé ensemble en Belgique en septembre 2019. L. avait, entre autres, besoin de prendre une réelle distance avec sa mère.

2.2 Description du génogramme (Voir Annexe 3.3.1)

Le père de L. a 55 ans, et sa maman. a 53 ans. Ils ont eu un enfant ensemble, L., âgée de 24 ans. Les parents se sont séparés lorsque la jeune fille avait un an. Par la suite, le père a rencontré une autre femme, deux fois plus jeune que lui à l'époque. Ils ont eu une fille ensemble, âgée de 7 ans, qui est donc la demi-sœur de L.

Lors de son enfance, L. entretenait une relation fusionnelle avec sa mère. Cette relation a évolué en relation à la fois fusionnelle et conflictuelle pour finalement tendre vers une rupture désormais. A contrario, lors de son enfance, L. avait une relation assez distante avec son père mais depuis quelques années, une complicité se crée.

De plus, la jeune fille aimerait se rapprocher de sa demi-sœur et apprendre à mieux la connaître parce qu'elle n'a pas eu l'occasion de la rencontrer souvent endéans ces sept dernières années.

Du côté de la famille maternelle, les grands-parents sont tous deux décédés. Le grand-père est décédé en 2004 d'un cancer du foie, et la grand-mère en 2008 d'un cancer du sein. Ils ont eu trois enfants ensemble dont la mère de L, qui est la cadette, l'oncle de L., et la tante de L., qui est l'aînée. La jeune fille n'entretient pas de relation particulière avec son oncle et sa tante, ni avec les enfants de ces derniers, car elle les a peu côtoyés. Cependant, lorsque sa tante était atteinte d'un cancer, elle a annoncé à L. qu'en réalité elle était sa « demi-tante », car sa grand-mère était déjà enceinte avant de se marier avec son grand-père. L. était proche de son grand-père mais pas de sa grand-mère. Elle nous confie que cette dernière a toujours fait ressentir à sa mère qu'elle préférerait ses deux autres enfants. De plus, la mère de L. a subi un viol par son oncle. Évènement que L. n'a appris que récemment.

Du côté de la famille paternelle, le grand-père est décédé d'un cancer des poumons en 2014. La grand-mère, âgée de 86 ans, vit seule depuis lors. Ils ont eu deux garçons ensemble, dont le père de L., qui est l'aîné. La jeune fille nous confie que son père en aurait « peur » car elle serait une femme « rude ». D'ailleurs, le père a caché sa relation avec sa jeune compagne car il craignait la réaction de sa mère. Il a osé lui avouer cette relation lorsque sa compagne est tombée enceinte, huit ans après. La grand-mère l'a vécu comme une trahison. Elle discutait de son mal-être avec L., ce qui ne lui plaisait pas. De plus, la grand-mère a mis du temps à accepter la petite comme étant sa petite-fille. L'oncle de L. a toujours vécu seul. L. nous confie qu'il y a une théorie partagée par les membres de la famille à son sujet. Il serait homosexuel et ce serait pour cette raison, qu'il n'aurait jamais présenté personne à sa famille.

2.3 Résumé de l'échelle de parentification (Voir Annexe 3.3.2)

On peut d'ores et déjà supprimer le rôle de parent envers ses frère/sœurs car ce dernier n'est pas pertinent dans notre situation. Cependant, nous pouvons observer dans la Parentification Scale de L, que l'occurrence de plusieurs items, ayant attiré au rôle de parent envers ses parents et d'épouse envers ses parents, était déjà élevée avant l'âge de 14 ans et s'est perpétuée, voire accentuée, par la suite. Elle nous confie que tous les aspects sont en lien avec sa mère et non avec son père. On pourrait en déduire que le parent parentifiant est sa maman. D'ailleurs, l'item 23 et l'item 27 témoignent d'une nette différence de ce côté-là. De plus, la jeune fille nous a

révélé explicitement durant la réalisation de l'échelle, qu'elle considère que « Mon (mes) parent (s) » équivaut à « Ma mère ». Concernant le rôle de parent envers sa mère, L. a dû prendre soin de cette dernière. Que ce soit pour la consolée, pour être médiatrice des conflits dans le couple parental, ou s'occuper de sa mère lorsqu'elle était malade.

Dans le rôle d'époux envers sa mère, la jeune fille devait être une épaule soutenante pour écouter sa mère discuter de son père et pour prendre le parti de sa mère. De plus, L. a été mêlée aux problèmes financiers de sa maman, ainsi qu'à ses problèmes personnels, et à l'occasion, à ses secrets intimes.

Pour les prises de responsabilités adultes non spécifiques, on peut constater une différence significative avant/après l'âge de 14 ans. L. a dû endosser la plupart de ces tâches instrumentales étant donné que sa mère s'absentait souvent lorsqu'elle avait environ 15 ans.

2.4 Éléments d'analyse sur les thématiques relevées lors du premier entretien

(Voir Annexe 3.3.3)

Avant ses 15 ans, lorsque L. vivait en garde alternée chez sa mère et chez son père, elle nous confie que sa mère adoptait déjà des comportements « intrusifs ». « J'étais un peu sa confidente... Elle ne vivait qu'avec moi donc elle se confiait à moi mais parfois à propos de chose que tu n'as pas besoin d'entendre à cet âge-là. Tu n'es pas censée être la confidente de ta mère à cet âge-là. J'avais un peu l'impression que (...) les rôles étaient inversés. », nous explique-t-elle. Elle nous avoue également qu'elle « ne savait pas se passer de sa mère » durant son enfance. Elles entretenaient une relation que la jeune fille qualifie de « fusionnelle ». Elle ajoute que sa mère avait tendance à présenter ses partenaires de « manière pas toujours adaptée ». A rebours, elle entretenait une relation distante avec son père. Ce dernier lui imposait une pression importante au niveau des études pour compenser le fait que, lui-même, n'ait pas réussi à atteindre ses propres attentes académiques. On peut déjà constater que la jeune fille endossait des responsabilités assez lourdes émotionnellement pour son âge.

Lorsque le père de L. a déménagé à Paris, la jeune fille est restée vivre uniquement chez sa mère. C'est à partir de cette période que la relation mère-fille s'est dégradée pour plusieurs raisons. L'évènement déclencheur est lié à la nouvelle relation que sa mère entretenait avec une femme. L. nous confie n'avoir eu aucun problème avec le changement d'orientation sexuelle

de sa mère, malgré les craintes qu'avait cette dernière à l'annonce de son coming out. Par contre, L. s'est retrouvée de plus en plus souvent seule à la maison car sa mère s'absentait pour voir sa compagne qui habitait dans un autre département. Simultanément, la jeune fille fréquentait son premier petit copain, avec lequel elle envisageait d'avoir ses premières relations sexuelles. L. a été très déçue, et blessée par le comportement de sa mère. En effet, en fouillant dans le téléphone de cette dernière, L. est tombée sur des messages de critique, de jugement, voire de reniement, la concernant, lorsque sa mère s'adressait à sa partenaire. « Et donc dans la conversation avec sa copine, je lisais « mais tu te rends compte ? Elle m'a demandé si elle pouvait coucher avec Lucas, c'est une pute, c'est une trainée, etc. » et sa copine lui répond que je ne suis « pas franche du collier », que je suis égoïste, etc. (...) ma mère a écrit que je n'étais plus sa fille et que le seul qu'elle considérait comme son enfant c'était Thomas, le garçon de 3ans. », nous confie-elle. De plus, la jeune fille n'a jamais osé en discuter avec sa mère. L. ajoute que sa mère s'était retrouvée dans une relation malsaine avec cette femme. « En fait cette femme, Emilie, était déjà en couple avec une autre femme depuis des années et elles avaient un petit garçon de 3ans au moment où elles se sont rencontrées. Ma mère et Emilie se sont rencontrées alors qu'Emilie était en psychiatrie pour bipolarité, tentative de suicide et tout ce bordel donc c'était un peu une espèce de triangle amoureux un peu bizarre. », explique-t-elle. On peut observer, entre autres, qu'il y a un réel manque de transparence de la part de la mère, même si la jeune fille s'est introduite dans l'intimité de celle-ci, mais également de la part de L. qui n'a jamais fait part de cet épisode à sa mère en dehors des disputes. Il n'y a d'ailleurs jamais eu « réparation, ni excuse, rien de tout ça » concernant cet épisode douloureux pour la jeune fille.

Par la suite, la mère de L. ne revenait qu'une fois par semaine à la maison pour amener des courses et donner de l'argent à sa fille. De plus, L. subissait des remarques concernant les tâches ménagères alors qu'on ne lui avait jamais appris comment s'occuper d'une maison. « Du coup, c'était pas du tout agréable quand je la voyais, car elle me déposait juste des courses et me faisait des réflexions comme quoi je n'entretenais pas bien, qu'elle n'aimait en plus pas cet appart et qu'elle était obligée d'y revenir pour moi et qu'en gros, ça la saoulait. Elle me faisait à chaque fois culpabiliser. », nous confie-t-elle. On peut constater que les thématiques de l'absence, du mépris et de la culpabilisation sont présentes. La jeune fille nous confie qu'elle a vécu « ça très mal » et qu'elle a ressenti un réel sentiment d'abandon vis-à-vis de sa mère. Par la suite, L. a commencé à éprouver des difficultés à l'école, elle était en « décrochage scolaire ». De plus, elle a perdu du poids alors qu'elle avait justement tendance à être en surpoids depuis

son enfance. Elle ajoute que ses seules ressources étaient sa voisine et son petit copain de l'époque.

Durant cette période, L. devait mentir constamment à son père pour préserver sa mère car cette dernière, ne voulait pas qu'il sache qu'elle était avec une femme. Le poids des mensonges a certainement été difficile à vivre pour la jeune fille, et l'a placée dans une position où elle devait d'office prendre parti pour sa mère, c'est-à-dire dans un conflit de loyauté. En outre, elle n'a pas pu se confier à son père afin de chercher du soutien auprès de lui, ce qui a pu contribuer à la prise de distance entre eux.

Lorsque la relation entre sa mère et Emilie s'est terminée, la mère a appelé sa fille pour qu'elle la console. « Elle m'a téléphoné, en larmes... Moi j'étais censée consoler une femme qui a détruit ma vie... », nous confie-t-elle. On peut ressentir la colère, la tristesse et l'injustice dont a souffert la jeune fille.

Par la suite, les soucis d'alcool de la mère se sont accentués jusqu'au jour où la police a forcé la porte de la chambre de L. Sa mère s'était ouvert le crâne en faisant une chute due à une consommation excessive d'alcool. Elle est restée à l'hôpital plusieurs jours. Lorsqu'elle est rentrée, elle ne s'est pas excusée auprès de sa fille, et n'a fait que se plaindre. La victimisation de la mère témoigne encore du fait que c'était à la jeune fille de prendre soin de sa mère, et non l'inverse. La mère n'a plus touché à l'alcool pendant un certain temps puis elle a recommencé à boire avec modération.

La jeune fille nous a fait part d'un résumé quant à la façon dont elle entrevoyait son processus de parentification : « Et en fait c'est tout ce truc-là, pour moi, la parentification c'est ça. C'est pas quand j'étais petite par exemple faire le ménage ou quoique ce soit à la place de ma mère mais c'est plutôt : ma mère est dépendante de moi, et me met dans un rôle qui n'est pas le mien et me met dans une situation de loyauté compliquée où je dois mentir à mon père. » Elle ajoute que c'était « très compliqué de se créer » pour ces raisons-là mais également pour d'autres aspects. En effet, d'une part, sa mère empruntait fréquemment ses vêtements, ce qui la dérangeait énormément. On pourrait penser que L. avait besoin de se différencier de sa mère et que de par cette attitude, sa mère ajoutait un frein à cette différenciation inconsciemment. D'autre part, L. nous confie qu'elle a toujours eu des troubles alimentaires qui se sont pour la plupart, traduits par de l'hyperphagie boulimique. Elle pense que ce fonctionnement pourrait

venir de sa mère qui « a toujours manger de façon émotionnelle ». C'est seulement après avoir suivi plusieurs thérapies qu'elle parvient à faire le lien. Elle pense également avoir souffert de dysmorphophobie lorsqu'elle avait 20 ans. On pourrait penser que L. compenserait un vide qu'elle ressent, en mangeant de façon excessive, sa souffrance se reflétant au travers de son corps.

A l'âge de 21 ans, L. a emménagé toute seule. Sa mère tenait à s'occuper du linge et des courses. La jeune fille n'appréciait pas cette situation car elle trouvait que sa mère pouvait accéder facilement à son intimité. « Ah tiens c'est cool ma mère m'aide ! », sauf que quand tu y réfléchis ça veut dire qu'elle avait accès à tout ce que j'achetais niveau alimentation, tout ce que je pouvais porter au niveau de mes sous-vêtements par exemple ; elle avait un accès très intime finalement, à moi. », explique-t-elle. Elle avait également l'impression que dès que sa mère se rendait chez elle, elle « scrutait tout » à la recherche du moindre faux pas de sa fille pour lui faire un reproche. On peut observer que L. se sentait oppressée par sa mère. D'ailleurs, progressivement, elle lui a fait comprendre qu'elle préférait se débrouiller seule. « Elle l'a assez mal vécu », nous confie-t-elle en parlant de sa mère. Cette dernière disait à sa fille de compter sur elle s'il y avait le moindre souci financier mais en réalité quand elle le faisait, sa mère la faisait culpabiliser. « En gros c'était « ouais donc en fait si t'as besoin de moi c'est juste pour ma carte bleue si je comprends bien ? » », dit L. en citant sa mère. On pourrait également penser que la jeune fille ait été confrontée au phénomène de la *double contrainte*³ à plusieurs reprises. En effet, quand L. se débrouillait seule, sa mère lui faisait comprendre qu'elle se sentait abandonnée mais quand sa fille revenait vers elle pour demander de l'aide, elle la faisait culpabiliser. Situation instable oscillant en permanence entre amour et rejet.

L. a commencé à discuter avec sa psychologue du fait, qu'elle ressentait un réel besoin de se distancier de sa mère. Lorsque sa thérapeute lui a demandé pour quelles raisons cela n'était toujours pas fait, elle a répondu « parce que j'ai peur qu'elle se tue ». « Après il y a eu du coup un gros travail sur la culpabilité à faire avec d'ailleurs la psy qui m'a dit, que même si elle se tue ce ne sera pas de ma faute mais bon, voilà quoi ... », nous confie-t-elle. La charge mentale était lourde à porter pour la jeune fille.

³ La « double contrainte », aussi appelée « injonction paradoxale », est un concept apparu en 1956, théorisé par Gregory Bateson, qui désigne une situation de paradoxe imposé.

Par la suite, L. a rencontré son copain actuel. Ils ont emménagé tous deux en France avant que la jeune fille n'envisage de continuer ses études en Belgique. La tension entre la mère et la fille n'a fait que s'accroître jusqu'au jour où L. a réellement décidé de « couper les ponts » avec sa mère. La culpabilisation et le chantage affectif devenant trop difficile à supporter pour la jeune fille. Avant son départ en Belgique, la jeune fille a reçu un message de sa mère lui disant qu'elle allait se faire interner à l'hôpital psychiatrique et en levant le voile sur un événement traumatique. « Elle me lâche qu'elle a été violée étant plus jeune par son oncle » nous confie L. en parlant de sa mère. La jeune fille est convaincue que sa mère a vécu ce traumatisme, mais elle se pose la question de la temporalité de cette annonce. Était-ce anodin ou était-ce une dernière tentative pour garder sa fille auprès d'elle ? Dans tous les cas, L. avait pris la décision de s'éloigner et de venir en Belgique. On pourrait apparenter cette prise de distance à une coupure émotionnelle nécessaire pour L.

« Il y avait encore des trucs intrusifs à un moment dans le sens où elle voulait mon adresse postale, selon elle pour m'envoyer des trucs à manger etc. », nous dit la jeune fille. Étant donné qu'elle ne tenait pas à reprendre un réel contact avec sa mère, cette dernière s'est adressée au père. Situation que le père n'a pas comprise vu qu'il ne recevait jamais des nouvelles de son ex-compagne. C'est à ce moment-là qu'il a contacté sa fille pour comprendre ce qu'il se passait et qu'elle lui a tout expliqué. « Mon père est très pudique donc on ne parlera à mon avis jamais de ces choses-là en face à face mais je lui ai fait des longs messages pour lui dire tout ce que je t'ai expliqué avec le fait qu'elle sorte avec une femme mais que je devais pas le dire, le fait qu'elle m'abandonne pendant autant de mois, comment elle était avec moi, son épisode avec l'alcool (car quand elle l'a expliqué en fait sa blessure à la tête elle disait « je suis tombé » quoi, elle a pas dit que c'était parce qu'elle était alcoolisée) et donc tous ces non-dits ces trucs de loyauté, c'était terminé, c'était un soulagement ! Et mon père me disait « pourquoi tu m'as pas dit ? » « Pourquoi tu m'as pas raconté ? » parce qu'en plus mon père je lui ai toujours un peu reproché de pas vraiment prendre sa place » nous confie-t-elle. On peut remarquer que la jeune fille a été grandement soulagée d'expliquer à son père les événements douloureux de son passé avec sa mère. Cette annonce a levé le voile sur une multitude de quiproquos entre L. et son père, que nous expliciterons plus loin.

2.5 Résumé des critères de parentification, basé sur la grille d'analyse de S.

Haxhe (L'enfant parentifié et sa famille, Erès 2013, p.115)

On peut constater que les besoins affectifs de L. sont réprimés au profit de ceux de son parent parentifiant, c'est-à-dire sa mère. On pourrait penser que lorsque la mère de L. a entamé sa première relation amoureuse avec une autre femme, son besoin de découvrir et d'investir cette nouvelle relation ait pu la mener à mettre sa fille de côté, sans même s'en rendre compte.

De plus, L. était considérée comme la confidente de sa mère. Rôle qui n'était absolument pas réciproque. Elle était sursollicitée émotionnellement par rapport à l'adéquation de ses compétences.

Concernant le contexte familial, on peut repérer que la mère entretient une relation particulière avec le père. Elle ne lui parle pas, mais elle en parle négativement à sa fille. De plus, L. devait mentir constamment à son père, pour préserver sa mère. Elle était coincée dans un conflit de loyauté entre ses parents. On peut également repérer divers secrets de famille et des événements douloureux dans l'histoire trigénérationnelle que nous décrit L. tel que le viol de sa mère.

Pour terminer, L. devait endosser toutes ces responsabilités, sans obtenir aucune reconnaissance, dans un climat empreint de culpabilisation.

2.6 Résumé du blason familial (Voir Annexe 3.3.4)

Par son objet emblématique, L. fait référence à la valeur travail que ses parents lui ont inculquée. Elle ajoute que c'est surtout son père qui lui infligeait une certaine pression, contrairement à sa mère, plus laxiste. Elle s'estime aujourd'hui reconnaissante car, selon elle, elle ne serait pas là aujourd'hui sans l'éducation de son père.

L. nous fait part de deux événements qui l'ont marquée dans son passé : le déménagement de son père à Paris et la relation que sa mère entretenait avec sa première compagne. Pour le premier, L. explique qu'elle nourrit une frustration envers son père car celui-ci est parti sans prévenir, provoquant une distance à la fois physique, et ensuite relationnelle. Le poids des secrets de sa mère a grandement contribué à cet éloignement. En ce qui concerne le second événement, L. estime qu'il est à la fois à l'origine de la dégradation de la dyade mère-fille, et

des soucis d'alcool de sa mère. Elle aborde également l'accident de sa mère dû à une consommation excessive d'alcool ayant eu lieu en septembre 2014.

Dans le présent, L. affirme entretenir une alliance avec son père et à l'inverse, n'entretenir plus aucune relation avec sa mère depuis que les quiproquos au sein de la dynamique familiale ont été élucidés. L. confie avoir l'habitude de se réfugier dans la nourriture qu'elle qualifie de ressourçante. Elle peine à trouver des ressources dans ses relations avec les autres, notamment avec ses amis qui ne sont pas à son écoute. Elle dit également « sublimer » son mal-être dans les études ou le travail.

Dans l'avenir, L. souhaite se rapprocher géographiquement de son père et de sa demi-sœur. Elle a pour projet de s'installer à Nantes en tant que psychologue en troubles alimentaires.

On pourrait penser que L. étend son besoin de contrôle sur son corps au travers de son travail. On pourrait également avancer qu'elle souhaite réaliser une réparation du passé en rattrapant le temps perdu avec son père, et surtout au travers d'une nouvelle relation fraternelle avec sa demi-sœur.

Avec sa devise, L. revient sur la valeur travail qui est si importante pour son père. Ce dernier a toujours suivi de près le parcours académique de L., selon elle, pour compenser le parcours académique qu'il n'a jamais eu. Elle confie avoir été confrontée à des attentes trop lourdes de la part de son père. Elle trouva du réconfort chez sa mère à ce sujet. Aujourd'hui, son père ne lui met plus la pression et elle se sent reconnaissante que ce dernier accepte ses choix de vie, ce qui lui permet d'entretenir de bonnes relations avec lui. De plus, elle s'est rendue compte a posteriori que sa mère « diabolisait » son père et qu'au final, une coalition s'était créée entre elle et sa mère, contre son père.

2.7 Résumé du blason du couple (Voir Annexe 3.3.5)

En abordant le blason du couple, L. évoque directement ses doutes face à l'avenir de sa relation de couple. Elle confie que l'amour s'est transformé en attachement et qu'elle ne partage plus les mêmes valeurs que son partenaire. Elle déplore le fait qu'elle doive adopter un rôle de parent envers son partenaire, rôle qu'elle trouve de plus en plus lourd pour elle.

Comme objet emblématique, L. a représenté une peluche qui l'accompagne depuis son enfance. Cette peluche est devenue un « objet transitionnel de communication » pour leur couple, surtout pour son partenaire. Elle nous confie qu'il investit beaucoup sur la peluche depuis que la distance s'installe entre eux car celle-ci sent l'odeur de L. Elle revient sur le fait qu'elle réfléchisse sérieusement à mettre un terme à la relation mais elle avoue ne pas oser par peur que son partenaire le supporte mal. Elle dit se sentir également coupable et redevable car ce dernier est venu vivre en Belgique pour elle alors qu'il ne s'y plaît pas.

Dans le passé, L. fait référence à son déménagement en Belgique accompagnée de son compagnon. Elle considère cette période comme étant difficile : L. était mal dans sa peau à la suite d'une prise de poids accompagnée de troubles alimentaires. Cela correspond au moment où L. a commencé à ne plus entretenir de relation avec sa mère. Elle soutient que cette situation a contribué à créer de la distance entre elle et son partenaire.

Dans le présent, L. vit toujours des moments ressourçants avec son partenaire quand ils regardent la télévision ensemble après une longue journée. Elle confie que malgré toutes les difficultés, elle trouve en lui un réel soutien. Elle revient néanmoins sur la dépendance affective qu'entretient son partenaire envers elle. Un manque d'autonomisation qui lui rappelle des schémas relationnels vécu auparavant et la pousse à s'éloigner.

Dans la case de l'avenir, L. revient sur la notion de « dette » qu'elle ne saura jamais rembourser à son partenaire et qui peut être apparentée au concept d'éthique relationnelle de Boszormenyi-Nagy. « La thérapie contextuelle s'appuie sur la notion d'éthique relationnelle, à savoir la juste répartition des mérites, des bénéfices et des obligations dans les relations interpersonnelles. » (Goldbeter-Merinfeld, 2010, p. 5). Elle confie avoir l'impression de lui faire subir une vie qu'il n'a pas envie d'avoir et ne pas se sentir donc légitime de mettre un terme à la relation. Elle nous avoue se réfugier dans le travail pour éviter d'y penser.

Avec sa devise, L. revient sur la relation qu'elle entretient avec son compagnon en ajoutant que c'est quelqu'un de présent et fiable qui la soutient malgré tout.

2.8 Méta-analyse systémique

3.8.1 Axe structural

Nous pouvons constater que les frontières entre L. et sa mère étaient diffuses, surtout du côté de la mère imposait à sa fille un rôle de confidente. La relation qualifiée de fusionnelle qu'elles entretenaient ne permettait pas à L. d'avoir l'opportunité de se différencier. Du jour au lendemain, cette relation fusionnelle s'est arrêtée pour laisser de la place à un rejet extrême. L. l'a vécu comme un abandon et les frontières sont devenues rigides. La relation devenant de plus en plus conflictuelle, surtout lorsque la mère s'est aperçue que sa fille n'avait plus besoin d'elle pour s'en sortir, s'est dégradée jusqu'à un point de rupture. Il n'y a plus aucune communication interpersonnelle désormais dans la dyade mère/fille.

Du côté de la dyade père/fille, la relation était froide, due entre autres à l'incapacité du père à être présent émotionnellement, et à la distance géographique.

On peut également repérer une coalition illégitime⁴ (Caplow, 1984), de la mère et la fille, contre le père. Désormais, L. forme une alliance avec son père et elle ne voit plus sa mère.

3.8.2 Axe interactionnel

On peut remarquer que malgré les efforts de L. pour tenter de pallier ses besoins d'enfants non comblés au travers de sa relation de couple, elle se retrouve à nouveau dans une position dans laquelle elle doit endosser beaucoup de responsabilités. Finalement elle reproduit le même type de schéma relationnel qu'elle avait avec sa mère. Son partenaire est fort dépendant d'elle affectivement, mais il l'entretient financièrement. De plus, L. se sent envahie par la culpabilité. Néanmoins, elle témoigne la volonté de réussir à réaliser un script correctif dans une relation future.

⁴ Une coalition illégitime est une coalition entre deux membres de la famille appartenant à deux générations différentes (Caplow, 1984).

Depuis que les quiproquos se sont levés entre L. et son père, elle aimerait se forger sa propre représentation de son père, et non celle qu'il lui a été intégré par sa mère. Elle souhaiterait créer une vraie relation avec lui, et se rapprocher de sa demi-sœur. On pourrait penser qu'elle souhaite réaliser un script familial correctif au travers d'un nouveau noyau familial.

3.8.3 Axe représentationnel

Un mythe de la réussite académique est fortement présent dans cette dynamique familiale , surtout du côté du père. Le père, ayant échoué son propre parcours académique, voulait que sa fille réussisse. Or, ce fut une source de pression quotidienne pour la jeune fille

2.9 Conclusion

2.9.1 La famille

En se détachant de sa mère, L. voulait mettre un terme à sa souffrance. Or, nous avons pu constater qu'il y a de nombreux non-dits dans cette relation , qui risqueraient de revenir à la surface. Ce sont les risques inhérents à une *coupure émotionnelle*. Nous pensons que les stratégies d'évitement mis en place par L. puissent devenir difficiles à porter, sous le poids de la rancœur et des besoins de réparation qu'elle attend de sa mère. Cependant, nous pensons que L. pourrait trouver des ressources propices au sein de sa « nouvelle famille ».

2.9.2 Au travail

De par le choix de ses études, on peut constater que L. souhaite prendre soin des autres dans son avenir professionnel. Différents auteurs, dont Andolfi (2010) affirment que de nombreux enfants parentifiés deviennent thérapeutes

2.9.3 Le couple

L. adopte une attitude désengagée envers son partenaire depuis qu'elle a compris qu'elle endossait un rôle qui ne lui convient pas. Malgré un soutien de par sa présence, sa fiabilité et ses ressources financières, son partenaire l'opprime par sa dépendance affective. De plus, il ne partage pas des valeurs qui lui sont importantes.

3. Sujet 3 : M.

3.1 Anamnèse

M. est une jeune femme âgée de 25 ans. Lorsqu'elle avait 14 ans, ses parents lui ont annoncé qu'ils fréquentaient le milieu du libertinage, et que par conséquent, ils allaient s'absenter régulièrement. Elle a donc dû s'occuper quotidiennement de sa petite sœur, âgée de 9 ans à cette époque. Elle a également dû prendre soin d'elle-même toute seule, ainsi que du ménage de la maison.

M. travaille actuellement dans un supermarché en tant que chef responsable de rayon. Elle a obtenu un diplôme d'aide-soignante, mais n'a pas pu exercer comme tel car elle n'avait pas son permis. Outil indispensable selon elle pour la bonne gestion des déplacements.

Elle a quitté la maison familiale prématurément, à l'âge de 17 ans, parce que la situation était insoutenable. Ensuite, elle s'est mise en ménage avec son ex-compagnon durant 3 ans.

Elle vit désormais avec son compagnon, âgé de 37 ans, dans une maison qu'ils louent ensemble. Cela fait environ 4 ans qu'ils entretiennent cette relation amoureuse.

Récemment, M. a subi une intervention chirurgicale pour perdre du poids, tout comme ses parents.

3.2 Description du génogramme (Voir Annexe 3.4.1)

Les parents de M. ont tous les deux quarante-neuf ans. Ils entretiennent une relation à la fois complice, conflictuelle et froide avec leur fille aînée. Cette relation sera expliquée au fur et à mesure de cette analyse.

Du côté de la famille maternelle, la maman a un frère et une sœur. Sa grand-mère maternelle a 75 ans, elle est retournée vivre en Espagne il y a environ quinze ans. En revanche, elle n'a jamais connu son grand-père maternel car il est décédé il y a plus ou moins vingt-cinq ans. Ce décès a vraiment marqué sa maman qui était enceinte de M. à l'époque. D'un côté, elle était triste de perdre sa figure paternelle de référence, mais d'un autre côté il y avait une forme de

soulagement car ce dernier était alcoolique et très violent. La mère de M. ne voit plus sa sœur depuis plus de dix ans, et ça fait quatre ans que son frère est parti rejoindre sa maman en Espagne, avec sa femme et son fils, qui est aussi le filleul de M.

Du côté de la famille paternelle, les deux grands-parents ont tous les deux 74 ans et vivent en Belgique. Le papa de M. s'entend globalement bien avec ses parents même s'ils ne sont pas à l'abri du « c'est bon je veux plus les voir ! ». C'est une relation qui peut être harmonieuse ou conflictuelle. M. raconte qu'elle est proche de ses grands-parents paternels, mais moins qu'avant. Depuis qu'elle a pris son indépendance, elle les voit moins car ils estiment que c'est aux jeunes de prendre des nouvelles, alors qu'elle estime que cela doit être équitable. Elle estime que ce n'est pas toujours à elle d'avoir cette charge mentale de se dire « C'est à moi de sonner, c'est à moi d'aller là, c'est à moi de courir après ça ». Elle s'attendait à ce que ses grands-parents soient plus présents pour elle mais elle ne leur en veut pas. Elle dit que « c'est une autre génération tout simplement ». L'un des oncles de M. habite en France avec ses enfants, donc elle les voit très peu. Elle explique que son père s'entend bien avec lui grâce à la distance justement. L'autre frère de son père est son parrain. M. et lui étaient très liés lorsqu'elle était petite. Ils s'entendent toujours bien malgré le fait qu'ils se voient peu désormais, depuis que son parrain a eu ses enfants. Cependant, son père et lui ne se sont jamais entendus, ils se disputent sans cesse.

3.3 Résumé de l'Échelle de Parentification (Voir Annexe 3.4.2.)

On peut observer dans la Parentification Scale de M., qu'à partir de l'âge de 14 ans, l'occurrence de la plupart des items a augmentée, peu importe le degré de parentification.

Concernant le rôle d'époux envers ses parents, M. a été mêlée aux problèmes financiers de ses parents, ainsi qu'à leurs problèmes personnels et à leurs secrets intimes.

Dans le rôle de parent envers ses parents, M. a surtout été médiatrice des conflits entre ses parents. Ces derniers lui demandaient également son avis et ses conseils à propos de sujets et de décisions d'adulte.

Par rapport au rôle de parent envers sa petite sœur, elle a dû compenser l'absence des parents et s'occuper de sa sœur quotidiennement. Que ce soit pour la surveillée, pour être une source de soutien, imposer des règles, etc. M. avait peu l'occasion de s'occuper simplement d'elle-même.

Pour les prises de responsabilités adultes non spécifiques, M. devait faire la cuisine et la vaisselle pour elle et sa sœur.

3.4 Éléments d'analyse sur les thématiques relevées lors du premier entretien

(Voir Annexe 3.4.3)

M. a vécu une période charnière à l'âge de 14 ans, lorsque ses parents lui ont annoncé qu'ils fréquentaient le milieu libertin. « Ça, c'est venu tout chambouler et je ne comprenais pas », dit-elle. D'une part, elle fait référence à la question de la sexualité et aux représentations du couple parental, et d'autre part, aux responsabilités croissantes qui lui ont été imposées concernant sa petite sœur. A ses 15 ans, ses parents lui ont dit « Maintenant tu es assez grande, tu peux garder ta sœur, t'as quand même 15 ans. Si tu sais aller à une soirée de village, tu sais t'occuper de ta sœur. » On peut remarquer qu'il y a une forme de culpabilisation des parents envers M. A partir de ce moment-là, la fréquence des sorties des parents, et donc de leurs absences, a augmenté, laissant M. de plus en plus souvent à la maison pour prendre soin de sa petite sœur. Or, à cette âge-là, cela aurait été plus rationnel que M. commence à tisser des relations avec ses pairs en dehors du milieu scolaire. De plus, M. dit explicitement « Tu te dis que toi aussi t'as peut-être envie de découvrir ce que c'est la sexualité, ce que c'est de sortir. » Durant la période de l'adolescence, les adolescents sont confrontés, entre autres, à la sexualisation de leur corps. On pourrait penser que les agissements des parents ont mené M. vers un accès précoce à des envies, qui se seraient manifestées de façon naturelle en l'absence de ce contexte de libertinage.

Elle aborde la thématique du chantage concernant l'attitude de ses parents. Elle pense qu'ils la laissaient sortir à certains moments, pour justifier ensuite le fait qu'eux-mêmes, aient le droit de sortir et que par conséquent, c'était à elle de garder la cadette. De plus, pour elle, il y avait une incohérence entre ce qu'ils faisaient et ce qu'ils disaient. En effet, ses parents lui avaient fait part des problèmes d'argent, en lien avec la société de son père, pour justifier le fait qu'ils allaient devoir se restreindre financièrement. Or, ils sortaient beaucoup. Elle ne comprenait plus rien. « A mon jeune âge, à 14/15 ans, on me dit ça alors que derrière ils sont tout le temps en train de sortir etc. Je ne sais pas moi, garde ton argent, va travailler, afin que sais-je, mais pour moi, je ne comprenais plus. », dit-elle. On peut ressentir une certaine frustration par rapport à ce paradoxe, en plus de l'incompréhension qui règne à plusieurs niveaux.

Elle se décrit comme victime de la situation, elle subit les évènements et perd le sentiment de pouvoir influencer le cours des choses. Elle répète de nombreuses fois « c'était comme ça », « Pas le choix », « c'était leurs règles », « tu es obligée parce que tu es mineure ». Elle s'est sentie forcée dans de nombreuses situations comme le fait d'être impliqué dans l'intimité de ses parents, de côtoyer l'entourage du milieu libertin de ses parents, de rester à la maison pour prendre soin de sa sœur et du ménage, etc.

M. revient plusieurs fois sur le fait que ses parents l'ont laissé se débrouiller seule, sans prêter attention aux conséquences négatives qui auraient pu en découler sur elle et sa sœur. En effet, lorsqu'ils s'absentaient, parfois la nuit entière, ils ne se rendaient pas disponibles pour répondre aux besoins de leurs enfants. Par exemple, si M. sonnait à ses parents pour leur faire part d'un souci, ils lui répondaient « démerdez-vous ». La jeune fille nous confie avoir de la rancœur pour « plusieurs choses » à l'heure actuelle, maintenant qu'elle a du recul sur la situation.

Lorsque M. a décidé de quitter la maison familiale, à l'âge de 17 ans, elle a été blessée et déçue par la réaction de ses parents. Ces derniers pleuraient, non pas parce que leur fille s'en allait, mais parce qu'ils perdaient leur babysitteur. On pourrait penser qu'investir leur fille uniquement dans ce rôle de baby-sitter à ce moment-là, plutôt que dans son rôle d'enfant qui quitte le nid familial, ai pu impacter l'estime de M. « Waouh, là tu te prends une claque en pleine tronche », dit-elle juste avant de souligner que ses parents n'avaient qu'à embaucher une vraie baby-sitter. Elle ajoute que ce n'était pas à elle de gérer toutes ces responsabilités même si elle adore sa sœur et qu'elle a « tout fait pour elle ». La protection de sa petite sœur est une thématique qui revient souvent aussi. Que ce soit pour la protéger de ses parents, pour prendre soin d'elle, pour être une source de réconfort. De plus, elle nous confie avoir dû endosser un rôle d'éducatrice envers d'autres enfants confrontés à ce milieu qui ne comprenaient pas la situation.

Elle nous confie qu'il lui arrivait de sécher les cours et d'aller boire des verres toute seule, vu qu'elle n'était jamais surveillée. On pourrait penser que l'absence continue des parents, et le manque d'intérêt, de soutien de ses derniers envers elle, ont contribué à ce qu'elle adopte des comportements à risque. Ses parents l'ont appris et elle n'a absolument pas eu le soutien escompté. Elle nous livre ceci : « Quand tu es dans une détresse comme ça tu t'attends à avoir du soutien...bon bah voilà OK je l'ai fait, oui c'est mal, oui j'ai envie d'être aidée par vous et qu'en fait tes parents, le soir même, ils se barrent en boîte parce qu'ils ont leur soirée alors que

toi t'as besoin d'attention ». La souffrance de M. n'était pas considérée, alors même qu'elle essayait d'attirer leur attention. Les besoins des parents passaient encore avant ceux de M.

La communication entre M. et ses parents est assez rigide. « Je t'avoue qu'on n'a jamais eu de réel affrontement, réelle conversation ». La jeune fille a des difficultés à adopter une stratégie de résolution des conflits basé sur le dialogue parce qu'elle a l'impression que la situation restera inchangée. Elle ressent également une unidirectionnalité plus marquée au sein de la communication de l'intimité. En effet, ses parents l'introduisent souvent dans leurs histoires libertines alors qu'elle n'a pas pu compter sur eux lorsqu'elle avait besoin de discuter de ses problèmes intimes et personnels.

A l'extérieur de ce cadre-là, M. était sujette à des jugements face au regard des autres, surtout à l'école. M. dit explicitement « c'est un sujet tabou » en parlant du libertinage. On pourrait penser que de garder le poids de ces secrets de famille ai pu être difficile pour elle. Encore maintenant, ce n'est pas évident d'aborder cette thématique avec les gens qu'elle rencontre, comme au travail par exemple.

M. était en colère car ses parents lui mettaient une pression importante concernant la réussite des études sans se rendre compte de ce qu'elle pouvait ressentir à cette période-là. Elle nous a fait comprendre que, si elle avait eu des parents plus soutenant et présents, elle aurait pu s'en sortir autrement. On peut observer que M. a des regrets concernant son parcours scolaire et professionnel.

M. et ses parents ont tous les trois subis une opération chirurgicale pour perdre du poids. La jeune fille explique sa prise de poids par le fait qu'elle devait cuisiner seule en l'absence de ses parents, et qu'elle ne sait pas cuisiner. Ce schéma ce serait reproduit avec son ex-compagnon militaire, qui s'absentaient régulièrement pour partir en mission. La solitude et la mauvaise alimentation seraient les facteurs principaux. Nous pouvons émettre l'hypothèse que M. souffrait d'hyperphagie dû au mal-être induit par son vécu. Cette situation a dû dégrader l'image qu'elle entretenait sur son corps. On pourrait aussi se demander si cette attitude n'a pas été adoptée inconsciemment pour suivre l'exemple de ses parents, et ressentir un sentiment d'appartenance auprès d'eux. En effet, ses parents ont d'abord commencé à prendre du poids à force de sortir et de manger à l'extérieur.

3.5 Résumé des critères de Parentification basée sur grille d'analyse de S. Haxhe (L'enfant parentifié et sa famille, Erès 2013, p.115)

Le couple parental de M. se ressource dans le monde du libertinage. On pourrait penser qu'il était important pour eux de cultiver à nouveau leur relation de couple. M. n'avait pas l'occasion de mettre à bien ses propres besoins d'adolescente, car elle devait être à la maison pour s'occuper de sa sœur. En effet, l'adolescence est une période où le rôle du système comportemental d'exploration est au premier plan⁵. C'est durant cette période qu'ils vont découvrir de nouveaux rôles sociaux, de nouvelles relations, la sexualité ... C'est important d'avoir un équilibre entre attachement et exploration, c'est-à-dire une « base de sécurité » (Mary Ainsworth, 1978), pour y parvenir. Or, pour permettre à ses parents d'assouvir leurs besoins, elle doit mettre les siens de côté, contre son gré. De plus, elle était triangulée pour apaiser les conflits du couple parental.

Ensuite, M. n'obtient pas de reconnaissance pour ce qu'elle accomplit au sein de sa famille, ni de la part de ses parents, ni de la part de sa sœur même si cette dernière, a accepté de partager le fardeau de la défaillance parentale récemment.

Au niveau de l'histoire tri-générationnelle, on peut constater qu'il y'a une dynamique conflictuelle qui règne à diverses générations. Ce climat conflictuel a pu fragiliser les membres de la famille et s'est répercuté sur les générations futures.

Pour terminer, M. était souvent confrontée à de la culpabilisation et à du chantage de la part de ses parents. Cette forme de violence morale peut être toxique pour l'enfant et l'amener, d'une part, à penser qu'il n'arrivera jamais à satisfaire les attentes de ses parents, et d'autre part, à avoir une mésestime de lui-même. De plus, le fait d'apporter une disponibilité continue pour ses parents est une responsabilité lourde à porter.

⁵ Atger, Frédéric. « L'attachement à l'adolescence », *Dialogue*, vol. 175, no. 1, 2007, pp. 73-86.

3.6 Résumé du blason familial (Voir Annexe 3.4.4)

A travers, la représentation d'un ordinateur, M. évoque son autonomisation précoce provoquée par le manque d'investissement de ses parents dans son éducation et leurs absences fréquentes. Livrée à elle-même avec le sentiment de ne pas être soutenue, M. déplore le fait qu'elle ait dû développer son apprentissage de l'autonomie par ses propres moyens, notamment via la recherche d'information sur l'ordinateur. C'est également à travers cet ordinateur que les parents de M. effectuaient des rencontres sur des sites libertins. Il arrivait régulièrement à M. de trouver ce type de fenêtres de navigation ouvertes lorsqu'elle utilisait à son tour l'ordinateur. M. regrette d'avoir été introduite sans consentement de sa part dans l'intimité de ses parents.

Dans son passé, M. fait mention du libertinage de ses parents et à la manière dont leur intimité l'a affecté. Elle révèle qu'elle n'a pas pu vivre son adolescence au rythme qu'elle aurait souhaité. Projetée rapidement dans le monde adulte, M. se désole d'avoir dû endosser des responsabilités au détriment de ses propres besoins de développement et de construction identitaire.

Dans ses alliances et ressources présentes, M. fait référence à son partenaire qu'elle qualifie de pilier. Ce partenaire avec qui elle s'accorde régulièrement des moments ressourçants chez elle, dans son « cocoon » ou à Disney Land Paris, un endroit où elle se sent bien. Désormais, elle peut partager certaines responsabilités parentales avec sa sœur, même si cette dernière ne lui apporte pas la reconnaissance qu'elle attend.

Dans l'avenir, M. souhaite conserver son indépendance, ce qui signifie, à son sens, ne plus devoir compter sur ses parents. Elle révèle avoir rapidement désiré quitter la maison familiale. Elle se montre fière d'avoir réussi à quitter ses parents et de ne plus devoir subir leur emprise. Encore actuellement, M. explique qu'elle n'a pas fait part de ses besoins à ses parents par peur qu'ils puissent s'en servir pour entretenir un processus d'emprise sur elle. Elle déplore également le fait que ses parents la critiquent pour ce qu'elle entreprend, elle a l'impression de n'être jamais assez bien pour eux. Elle met alors en place des mécanismes pour éviter ce type de situations blessantes émanant du comportement de ses parents face à elle. Comportement dont elle évoque l'impact sur son quotidien de vie actuel : M. se dit avoir un besoin accru de contrôle qui se traduit par des tics de ménage, d'organisation. Dans ses relations avec les autres, elle exprime craindre l'abandon et avoir besoin de beaucoup de reconnaissance. Elle termine

par exprimer son envie d'élever ses enfants dans l'opposition de sa propre éducation. Elle dit souhaiter leur apporter réconfort et soutien, deux besoins que ses parents ne semblent pas avoir pu combler.

Sa devise, « *de l'amour à la haine* », évoque les nombreux conflits entre M. et ses parents. Conflits qu'elle évite à présent par son indépendance. Elle remarque également que cette prise de distance a permis d'améliorer sa relation avec ses parents qui se montrent de plus en plus ouvert émotionnellement avec elle.

3.7 Résumé du blason du couple (Voir Annexe 3.4.5)

Par l'objet emblématique de la bague de fiançailles, M. a voulu représenter l'union et l'amour entre elle et son partenaire, ainsi que de son désir de se marier avec ce dernier. Mariage qu'elle souhaite organiser en vase clos, sans famille ni témoin.

Dans le passé, M. aborde la difficulté de son partenaire à s'ouvrir à elle, à leur début de relation. Un manque de communication qui a débouché sur ce que M. qualifie de trahison. M. affirme avoir surmonté ces événements avec son partenaire, ce qui a même permis de renforcer leur relation et leur communication.

M. avoue se montrer parfois possessive envers son partenaire : elle évoque ce fait comme une conséquence de l'abandon ressenti avec ses parents. Elle se montre heureuse d'avoir réussi à instaurer un équilibre et une réciprocité dans son couple à travers lequel elle se sent en sécurité. M. souhaite que ses projets de couple avancent plus rapidement mais déplore nourrir une pression constante à ce sujet. La communication bienveillante et respectueuse qu'elle entretient avec son partenaire est maintenant une ressource pour M. qui y trouve une certaine sérénité. Dans ses ressources, elle nomme également son chien en mentionnant qu'il n'est pas toujours aussi simple de s'en occuper qu'elle ne le pensait. Elle explique alors qu'elle ne sait pas si elle se sent prête à avoir un enfant car c'est une grande responsabilité.

Dans son avenir proche, M. souhaite obtenir son permis de conduire, ce qui lui permettra de gagner en indépendance. Dans un futur plus lointain, M. désire acheter une maison avec son partenaire, se marier et ensuite avoir des enfants. Elle ajoute que ses amis ont d'ailleurs du mal

à comprendre cette vision, ils ne sont plus sur la même longueur d'ondes, ce qui l'attriste et provoque parfois un sentiment de solitude chez M.

Avec sa devise, M. représente les hauts et les bas survenus dans leur couple. Elle explique que même si ce n'est pas toujours facile, ils sont plus forts à deux. Le plus difficile est, selon elle, de jongler entre sa propre souffrance et celle de son partenaire, qui n'a pas eu une enfance facile lui non plus. Dans sa relation avec les autres et donc son partenaire, elle aborde sa méfiance, sa peur de ne pas recevoir de reconnaissance. M. nous reparle de l'évènement qu'elle qualifie de trahison au début de la relation avec son partenaire en expliquant le fait qu'elle ne lui ait pas accordé sa confiance rapidement. Malgré un début de relation tumultueuse, elle est heureuse de lui avoir accordé une seconde chance et d'avoir construit cette relation sécurisante avec son partenaire.

3.8 Méta-analyse systémique

3.8.1 Axe structural

Au vu de ce qui a été décrit plus haut, on pourrait penser que les frontières (Minuchin, 1978) du sous-système parental sont rigides au sein de la famille nucléaire. En revanche, au niveau du sous-système conjugal, les frontières sont trop diffuses. De plus, les rôles sont inversés dans plusieurs domaines entre M. et ses parents. Au niveau de la fratrie, les deux sœurs sont proches malgré les attentes parentales qui pourraient entraîner des conflits de jalousie et de rivalité. M. se retrouve mêlé à une triangulation (Bowen, 1975) avec le sous-système du couple parental. En effet, les parents de M. utilisent la jeune fille pour diminuer la tension due aux conflits de leur couple.

Au niveau hiérarchique, M. se décrit comme étant en position basse en permanence vis-vis de ses parents. Ils ordonnent et elle obéit.

3.8.2 Axe interactionnel

M. a une image du couple traditionnelle et idyllique contrairement à celle qu'elle perçoit du couple formé par ses parents. Elle aimerait rester avec son compagnon toute sa vie, se marier et potentiellement avoir des enfants. C'est important pour elle de pouvoir se ressourcer dans son couple et de pouvoir compter majoritairement sur son partenaire. On pourrait penser que le

mode de vie de ses parents l'a amené à ne pas vouloir reproduire le même schéma, c'est-à-dire à vouloir réaliser un script correctif.

M. hésite à avoir des enfants par peur de leur témoigner trop de soutien, en compensation à celui qu'elle n'a pas eu, et que cela les mène à ne pas savoir se débrouiller seul plus tard. Elle pense qu'avoir un enfant, doit être une décision mûrement réfléchie. Elle estime d'abord devoir travailler sur elle-même avant d'envisager d'avoir des enfants. On peut penser que son vécu d'enfant parentifié est un frein dans l'accomplissement de certains projets futurs. La volonté de vouloir réaliser un script correctif témoigne néanmoins des ressources et des capacités dont elle dispose pour influencer sa vie. Cet aspect rentre en opposition avec l'image d'enfant/d'adolescente qu'elle décrit comme étant victime de toutes les situations et de tous les choix de ses parents.

3.8.3 Axe représentationnel

Au vu de ce qui a été décrit dans les blasons et durant l'entretien, on pourrait penser qu'il y a un mythe « de suprématie des aînés » dans cette famille élargie. M. doit remplir les exigences de ses parents constamment. De plus, ses grands-parents paternels attendent de leur petite fille qu'elle fasse les démarches nécessaires pour maintenir le lien entre eux car c'est la plus jeune. Malgré le fait que M. ne soit pas d'accord avec cette façon d'appréhender les choses, elle continue à remplir ces exigences parentales, tout comme sa sœur désormais.

Selon Bowen, appartenance et séparation sont des positions émotionnelles nécessaires à la *différenciation de Soi*, qu'on pourrait apparenter au processus d'individuation. M. s'est retrouvé dans un schéma extrême, celui de la « *coupure émotionnelle* » car elle a adopté une réaction d'évitement intense en quittant brusquement sa famille pour fuir le contexte intolérable pour elle. Or, les questions non résolues sont toujours présentes et peuvent parfois se répercuter sur son couple. Par exemple, M. a toujours peur que son compagnon ne l'abandonne, comme elle s'est sentie abandonnée par ses parents. On pourrait penser que M. a intégré comme carte du monde inconsciente⁶ (Elkaïm 1989) le fait qu'elle est vouée à être abandonnée. Par conséquent, lors d'une dispute de couple, il est possible que M. puisse ressentir des angoisses à cette idée

⁶ Renvoie aux croyances et mythes fondateurs de l'individu qui ont été façonnés par son histoire familiale et expériences personnelles ; elle est le message inverse du *programme officiel* (Elkaïm, 1989)

d'abandon. Au contraire, lorsque son partenaire valide son programme officiel ⁷ en revenant vers elle lors d'un conflit, même si cela peut ébranler ses croyances, ça permet de retrouver un équilibre dans la dynamique de couple.

3.9 Conclusion

3.9.1 La famille

On peut remarquer que malgré l'indépendance qu'elle a su prendre, et malgré la distance qu'elle essaie de maintenir entre elle et ses parents, M. reste dans une position soumise aux besoins de ses parents ; au détriment des siens. De plus, il n'y a pas eu d'amélioration concernant la communication. Cependant, grâce à la prise de distance, les relations sont moins conflictuelles et la souffrance moins intense au quotidien. De plus, M. peut désormais partager ce fardeau avec sa sœur. Le groupe fraternel peut alors être considéré comme un facteur de résilience familiale.

3.9.2 Au travail

M. a fait un burn out récemment. Elle estime être trop gentille, ce qui encourageait son patron à l'exploiter. Elle prenait des anti-dépresseurs régulièrement « parce que c'était la seule chose qui me faisait tenir », dit-elle. On pourrait penser qu'il est difficile pour elle d'imposer ses limites, dû au schéma relationnel qu'elle entretenait avec ses parents, et donc de pouvoir affronter des situations délicates comme celle décrite avec son patron. La fuite est une stratégie qu'elle adopte plus communément au travail et avec sa famille, plutôt que la résolution de problème. La résilience dans ces domaines a été fragilisée.

3.9.3 Le couple

M. est très investie dans sa relation de couple. Elle considère son partenaire comme un « pilier ». Après un début de relation difficile, ils sont parvenus à trouver un juste équilibre dans leur dynamique relationnelle. A contrario de ses parents, les problèmes finissent par être verbalisés et majoritairement solutionnés. M. se projette sur le long terme avec son partenaire. On pourrait penser que M. guérit ses blessures d'adolescente parentifiée à travers sa relation de couple. Son partenaire compenserait les besoins du passé qui n'ont pas été comblés, c'est-à-

⁷ Equivaut à l'attente consciente et demande explicite de chaque personne à son partenaire au sein d'un couple.

dire du soutien, de la complicité, de l'amour, de la sécurité, de l'humour, de la liberté, etc. Cependant, M. admet être possessive car elle craint que son partenaire l'abandonne. On peut faire un parallélisme avec la théorie de Le Goff (1999) sur la codépendance de l'enfant parentifié devenu adulte. En effet, M. est dépendante affectivement de son partenaire.

4. Discussion des résultats par hypothèse

Au travers de ces trois analyses de cas, nous avons tenté de mettre en évidence les impacts que peut amener un processus de parentification chez de jeunes adultes, dans leur quotidien et dans leur couple.

4.1 Hypothèse 1 : Des conséquences négatives découlent du processus de parentification. Il existe des facteurs de risque et de protection.

Nos sujets, ayant évolué dans un climat peu sécurisant, font face à de la souffrance psychologique qui peut se traduire, entre autres, par une mésestime de soi-même et des angoisses d'abandon. Ils ont également vécu un épisode dépressif durant leur parcours de vie. D'ailleurs, le lien entre parentification dans l'enfance et dépression à l'âge adulte serait prouvé par plusieurs études (Hooper et al., 2011). De plus, M. et L. ont développé des troubles alimentaires. Il a déjà été prouvé que la parentification dans l'enfance peut mener à des séquelles négatifs à l'âge adulte, notamment en termes psychopathologiques, comme des traumatismes, une détresse psychologique, des troubles de l'humeur, alimentaires, dissociatifs, de personnalité ou encore des addictions (Hooper et al., 2011). Dans notre situation, les troubles alimentaires ont débuté à l'adolescence et se sont perpétués à l'âge adulte.

On peut également remarquer que le manque de reconnaissance de leur souffrance dans un contexte bordé de culpabilité, accentué par la sursollicitation émotionnelle, est une grande source de mal-être chez ces sujets parentifiés. Selon Boszormenyi-Nagy et Spark (1973), chaque enfant devrait être parentifié à certains moments, pour développer ses responsabilités. Mais cela ne doit pas se faire dans un climat de culpabilisation. Or, il est très présent chez nos sujets malgré le fait qu'effectivement, ils ont pu acquérir une maturation rapide au niveau de l'autonomie et de la prise de responsabilité.

Nous avons pu repérer certains facteurs de risques et de protection chez nos sujets. Dans les facteurs de risque, comme le prédit S. Haxhe (2019), nous pouvons mettre en évidence une aporie dans le couple conjugal et/ou parental qui conduit l'enfant/l'adolescent à être coincé dans un conflit de loyauté. Dans le cas de L., qui vivait dans une famille monoparentale avec sa mère, on peut observer que l'addiction à l'alcool de cette dernière, n'a fait qu'augmenter la force du processus de parentification. On peut aussi soulever de potentielles carences affectives chez les parents. Point que nous aborderons plus loin.

Concernant les facteurs de protection, nous avons observé qu'il était bénéfique pour ces individus de trouver du soutien à l'extérieur de leur famille nucléaire, que ce soit dans la famille élargie, auprès de leurs pairs, auprès de leur compagnon, auprès d'un tiers extérieur (tel qu'un thérapeute) ou en réalisant des activités ressourçantes à leurs yeux. Au travers de M. et L. , nous pouvons aussi remarquer que l'espace fraternel peut être une source de soutien, ou le devenir, tandis que chez C., il est source de tensions et de conflits.

Cependant, ces individus parentifiés ont réussi à développer globalement une résilience élevée. Les enfants qui vivent un processus de parentification peuvent alors avoir développé leur résilience, c'est-à-dire leur capacité à rebondir après avoir fait face à des situations menaçantes au cours de leur développement (Hooper, Marotta & Lanthier 2008). Chez le sujet M, on a pu déceler des difficultés d'adaptation dans la dimension du travail, ayant mené à un burn-out. D'ailleurs, M. est la seule à ne jamais avoir été suivie psychologiquement. Il pourrait être intéressant d'investiguer un lien entre les bénéfices d'une thérapie chez les individus parentifiés et la résilience.

4.2 Hypothèse 2 : Le processus de parentification peut induire des effets sur le long terme.

Ce qui différencie cette hypothèse de la précédente, c'est de pouvoir évaluer quels pourraient être les impacts persistants de la parentification tout du long de la vie de l'individu.

Tout d'abord, nos sujets souffrent et pensent qu'ils souffriront d'un manque de reconnaissance dans leurs relations toute leur vie. Ce manquement se traduit dans le poids des attentes qu'ils instaurent, plutôt inconsciemment, envers leur partenaire et envers leurs pairs. Ce phénomène

est en lien avec l'*éthique relationnelle*⁸ décrit par Boszormenyi-Nagy en 1994. Ces individus parentifiés compenseraient leurs besoins de reconnaissance, de justice et d'équité non résolus, au travers de ces relations

De plus, chez C. et M. , on peut constater qu'elles ont décidé de se porter vers des métiers attirés au « soin à l'autre », la première en tant qu'infirmière et la seconde en tant que psychologue. Le choix de la profession est aussi influencé, souvent pour un emploi dans le domaine de l'aide, comme travailleur social ou thérapeute (Borchet et al., 2018).

Subséquentement, Valleau et al. (1995) décrivent le phénomène de « caretaker syndrome ». Des études cliniques ont ainsi montré que la parentification pouvait mener à une vie adulte régie par le fait de prendre excessivement soin des autres, dans son métier et dans son couple, au point de négliger ses propres besoins et refuser le soutien qu'on pourrait proposer (Valleau et al., 1995). En effet, nous avons pu remarquer d'une part que tous nos sujets avaient affronté des relations, qu'ils qualifient de toxiques, avant de trouver leur partenaire actuel. On peut supposer qu'ils mettaient sans cesse leur besoins de côté, ce qui laissa la place à une emprise psychologique. D'autre part, le sujet C. prend excessivement soin des autres via son rôle d'infirmière , surtout depuis qu'elle s'occupe de son père, en plus de son travail.

De plus, nous pouvons mettre en évidence certains comportements adoptés par nos sujets, au sein de leur couple, qui font référence aux deux types de comportements relationnels abordés par Le Goff : une dépendance à autrui ou au contraire, un désinvestissement total (Le Goff, 2005). Les sujets M et C adoptent le premier comportement, contrairement à L. qui elle, adopte le second. Nous pensons que l'individu peut passer d'un comportement à un autre en fonction de la dynamique relationnelle du couple. Par exemple, L. était dépendante de son partenaire lorsqu'elle pensait qu'il endosserait majoritairement un rôle de soignant envers elle. À rebours, au fil du temps c'était à elle d'entreprendre ce rôle ; ce qui la pousse à se désinvestir progressivement de son partenaire. On peut supposer qu'elle estime avoir déjà trop donné sans jamais recevoir. Or, dans le cas d'une dépendance à autrui, l'individu parentifié a peur d'être abandonné par son partenaire. Ce comportement relationnel est fort présent chez M. , il peut

⁸ Boszormenyi-Nagy a mis en évidence que tous les êtres humains ont une attente de justice et de réciprocité dans les relations avec leurs proches et que cette attente détermine pour une bonne part l'attitude qu'ils vont ensuite avoir envers eux. Il parle alors d'éthique relationnelle (Ducommun-Nagy, C., 2012).

aussi se manifester par une volonté de surcontrôler autrui (Valleau, Bergner & Horton, 1995). Chez C, il est moins intense, mais elle a besoin de réassurance, nourrie par son partenaire.

Pour terminer, nous avons constaté que nos sujets aimeraient réaliser un script correctif au travers de leurs propres enfants, afin de leur apporter tout ce dont ils ont manqué. On pourrait penser que cette volonté, liée au processus de parentification, va conditionner leurs projets futurs, et que par conséquent, ce serait un effet sur le long terme de la parentification.

4.3 Hypothèse 3 : Le processus de parentification joue un rôle dans le processus d'individuation ainsi que dans le style relationnel qu'adopte l'individu parentifié.

On peut remarquer chez nos sujets qu'effectivement, le processus de parentification peut interférer au cours du développement adolescent et impacter le processus d'individuation. Normalement, il doit y avoir un équilibre entre les besoins d'autonomie de l'adolescent et ses besoins de sécurité affective. Or, l'individu parentifié, sursollicité émotionnellement, et parfois aussi instrumentalement, pour satisfaire les besoins de ses parents, a peu l'occasion de satisfaire les siens. D'ailleurs tous nos sujets ont vécu une *coupure émotionnelle*⁹ lorsque la situation à la maison devenait trop difficile à supporter, ce qui témoigne de l'anxiété qu'ont pu ressentir nos sujets parentifiés. Par ailleurs, plusieurs auteurs ont démontré que la formation de l'identité, grâce à l'exploration et l'engagement (Barnett & Parker, 1998), et le processus de séparation-individuation (Mayselless & Scharf, 2009) sont affectés par le processus de parentification. Beaucoup d'auteurs reconnaissent d'ailleurs que les relations avec les pairs occupent dans une grande mesure, une position décisive dans la construction de l'identité (Erikson, 1968 ; Gottesdiener, Kindelberger, Vilatte, & Vrignaud, 2010 ; Kirchler, Palmonari, & Pombeni, 1993). Pourtant, il est arrivé plus d'une fois que nos sujets, en particulier M., soient privés de ce besoin crucial.

Selon Valleau, Bergner, Horton (1995), la parentification dans l'enfance est l'un des déterminants du style relationnel de l'adulte. Parmi les adultes ayant été parentifiés dans l'enfance, beaucoup adoptent un rôle de soignant vis-à-vis des autres adultes et développent

⁹ La coupure émotionnelle est une dynamique dans laquelle l'individu expérimentant un grand niveau d'anxiété par l'effet et la contrainte des émotions reliées aux rapports étroits avec sa famille prend la décision de s'en distancer physiquement et/ou psychologiquement, de manière défensive et excessive. Ce comportement atteste l'emprise des émotions chez l'individu (Bowen, 1978).

une personnalité centrée sur le soin et la sollicitude. On retrouve là ce que Bowlby (1988) avait appelé « compulsion à donner ». On peut lier cette théorie à ce que nous avons développé plus haut dans les comportements adoptés en couple, comme celui de la co-dépendance ((Le Goff, 1999) par exemple.

4.4 Hypothèse 4 : Le processus de parentification est un processus dynamique et multigénérationnel.

Nous ne pouvons pas affirmer cette hypothèse de par notre approche centrée sur la perception unique du jeune adulte parentifié. Cependant, nous avons repéré certains aspects intéressants à mettre en lien avec des théories préexistantes. Selon Barnett et Parker (1998), la parentification peut apparaître dans des familles avec un parent émotionnellement distant à cause de ses problèmes personnels (mentaux, somatiques et/ou intellectuels), ou comprenant divers stressors, comme un divorce, des abus de substance ou encore l'inceste (Barnett & Parker, 1998). Il s'avère que du côté de L., sa mère fut victime d'un viol par son oncle durant son adolescence. L. affirme aussi que sa mère souffrait d'être la fille la moins « aimée » dans la fratrie par sa propre mère et qu'elle a développé une addiction à l'alcool. On peut supposer qu'elle souffrait de carences affectives. D'ailleurs, Boszormenyi-Nagy et Spark (1973) ont fait une hypothèse sur la transmission générationnelle du processus de parentification : le parent se sent avoir droit à des soins parentaux qu'il n'a pas reçus pendant son enfance. C'est une dette qu'il tente de se faire rembourser par son enfant, qui grandit alors avec un sentiment d'injustice quant aux soins qu'il reçoit, se sentant ainsi le droit de reporter ce sentiment d'injustice sur la génération suivante.

On peut également repérer la présence d'une ambiance conflictuelle, animée par la présence de secrets et de non-dits. Selon Ausloos (1996) et Tisseron (2003) , un secret familial sera pathogène sous certaines conditions. Cela dépendrait de la nature des secrets et du contexte relationnel dans lequel il apparaît. Chez C, on lui a caché le suicide de sa grand-mère. Selon Anne Ancelin Schutzenberger (2004), les secrets faits aux enfants sur la mort d'un parent ou grands-parents sont nocifs. On pourrait penser que cette atmosphère, touchant toutes les générations, puisse favoriser un environnement propice au développement de la parentification. Nous pensons donc que le processus de parentification est dynamique et multigénérationnel, mais nous n'avons pas les preuves suffisantes pour l'affirmer.

5. Forces et limites de cette recherche

Ce mémoire comporte plusieurs limites. Premièrement, notre échantillon n'est pas représentatif. Il nous est impossible de généraliser ce que nous avons trouvé. La nature de ce travail, c'est-à-dire une étude exploratoire, ainsi que la petite taille de l'échantillonnage justifie qu'une analyse statistique n'est point pertinente. De plus, il serait intéressant de réaliser une étude longitudinale afin de suivre ces jeunes adultes pendant plusieurs années. Cela nous permettrait de suivre l'évolution du processus de parentification et les modalités qui s'en suivent.

Nous pensons aussi qu'il serait intéressant, dans une perspective tri-générationnelle, de pouvoir rencontrer ces individus parentifiés lorsqu'ils seront parents, ainsi que leur(s) enfant(s), pour réévaluer la potentielle transmission générationnelle d'un script de parentification. En effet, malgré notre approche, tentant de prendre en considération l'histoire tri-générationnelle de nos jeunes adultes, nous nous sommes uniquement basés sur leur unique perception. Cependant, nous avons tenté de nous axer sur une approche assez novatrice, celle de l'approche systémique individuelle, faisant référence à la psychothérapie individuelle d'orientation systémique (PIOS). Nous pensons que cette approche systémique, axée sur l'individu parentifié, était pertinente dans notre cadre de recherche. D'ailleurs, nous pensons que cette approche pourrait être utile en règle générale pour ce type de cas. En effet, il n'est pas toujours évident de pouvoir rassembler tous les membres de la famille impliqués. De plus, comme le souligne Duruz (2011) en citant Neuburger : *il existe des situations où la manière dont le patient vit son problème requiert une thérapie systémique de couple ou de famille et non pas (pas encore ?) une psychanalyse ; ce sont les situations où le patient n'est pas sujet de sa demande, ne donne pas l'impression qu'il «y est pour quelque chose dans son histoire», c'est-à-dire qu'il n'est pas, à lui seul, celui qui porte le symptôme, exprime une souffrance et demande de l'aide.* Il nous paraît important de pouvoir appréhender ce phénomène complexe, même s'il n'est pas toujours évident de le repérer, afin d'apporter une aide adéquate à ces individus parentifiés. De plus, nous pensons qu'il serait favorable de travailler sur le sentiment d'abandon, la gestion de la culpabilité et sur l'impact du manque de reconnaissance acquis, pour tenter d'apaiser les souffrances.

Ensuite, nous avons exposé uniquement des cas féminins. Nous pensons que ce serait intéressant de pouvoir étudier de potentielles différences des manifestations du processus de parentification, qui pourraient être liées au genre.

Nous pensons qu'il serait également intéressant d'étudier d'une part, l'espace fraternel plus en profondeur, comme l'a fait S.Haxhe dans son ouvrage intitulé, *L'enfant parentifié et sa famille* (2019). D'autre part, d'étudier plus en profondeur la dynamique de couple de ces individus parentifiés en rencontrant également leur partenaire.

La dernière limite à aborder est celle du contexte de la pandémie du Covid-19. Nous avons dû nous adapter plus d'une fois, lors de la réalisation de ce travail, afin de compenser certaines complications. En effet, nous avons modifié notre méthode d'analyse qualitative de départ, pour nous tourner vers des analyses de cas. De plus, la récolte des données a été perturbée dans certaines situations, dues entre autres, à la mauvaise qualité des interactions par visioconférence. Les conditions de vie étaient également incertaines et donc potentiellement une source de stress chez nos sujets.

Conclusion Générale

Malgré des différences inter-individuelles, on peut remarquer que nos sujets manifestent des carences au niveau de leurs besoins de reconnaissance, qui transparaissent dans leurs relations interpersonnelles, et surtout dans leur dynamique de couple. En effet, ils peuvent adopter soit un comportement de dépendance à autrui, soit celui d'un désinvestissement total (Le Goff, 2005). De plus, ils tentent de combler leurs besoins d'enfant/d'adolescent au travers de leur relation de couple. Il s'avère également, que le processus de parentification semble s'installer plus facilement au sein d'une famille dysfonctionnelle ¹⁰ comme le prédit S.Haxhe (2013).

L'anxiété témoignée par nos sujets nous interpelle. Nous pensons qu'un accompagnement psychologique pourrait les aider à soulager leur souffrance , ou du moins à amener de la reconnaissance de leur souffrance.

Au niveau de leur perception, ils envisagent la parentification, à la fois comme un processus destructeur, et à la fois comme un processus de maturation. La résilience semble élevée, surtout si un suivi thérapeutique s'est opéré lors du parcours de l'adolescence. En dehors de L. qui a coupé tout contact avec sa mère, les autres sujets se rendent toujours disponibles et à l'écoute pour leurs parents , même s'ils n'en ressentent pas l'envie.

Nous avons tenté de ne pas stigmatiser le parent et d'adopter une vision circulaire. Nous espérons que ce travail, malgré la petite taille de l'échantillon, permettra d'orienter plus spécifiquement la recherche en lien avec le sujet, mais également de sensibiliser les acteurs de terrain à cette problématique relationnelle.

¹⁰ « Une famille dysfonctionnelle est un système qui a répondu à ces demandes internes ou externes de changements par une rigidification de son fonctionnement, qui devient stéréotypé. Les demandes de changement ont été contrées par une réification de la structure familiale. » (Minuchin, 1978, p. 129.)

BIBLIOGRAPHIE

- Anfolfi, M. (2015). *La thérapie familiale multigénérationnelle : Outils et ressources pour le thérapeute*. De Boeck Supérieur.
- Ancelin Schützenberger, A. (2004). Secrets, secrets de famille et transmissions invisibles. *Cahiers critiques de thérapie familiale et de pratiques de réseaux*, n°33, 35-54 <https://doi.org/10.3917/ctf.033.0035>
- Annet, S. (2009). Le script familial comme levier thérapeutique. *Thérapie Familiale*, 4(4), 523-539. <https://doi.org/10.3917/tf.094.0523>
- Barnett, B., Parker, G. (1998). The parentified child : early competence or childhood deprivation ? *Child & Adolescent Mental Health*, 3, 4, 146-155.
- Boszormenyi-Nagy, I., & Spark, G. (1973). *Invisible loyalties : Reciprocity in intergenerational family therapy*. Brunner Mazel Publishers.
- Bowlby, J. (2012). *Attachement et perte* (5e éd.). Presses universitaires de France.
- Brunschwig, H. (1997). La parentification. *Journal de pédiatrie et de puériculture*, 10(8), 486-489. [https://doi.org/10.1016/S0987-7983\(97\)80049-7](https://doi.org/10.1016/S0987-7983(97)80049-7)
- Byng-Hall, J. (2007). Soulager le fardeau des enfants parentifiés dans les familles présentant des modes d'attachement insécurisés . *Devenir*, 19, 201-222. <https://doi.org/10.3917/dev.073.0201>
- Cheval, P. (2017). Feelings : Un jeu créé par Vincent Bidault et Jean-Louis Roubira. *Les Cahiers Dynamiques*, 71(1), 121-127. <https://doi.org/10.3917/lcd.071.0121>
- Cyrułnik, B. & DELAGE, M. (2010). *Famille et résilience*. O. Jacob.
- Daure, I. (2019). *La thérapie systémique individuelle : une clinique actuelle*. Esf éd.
- Decherf, G. (2006). Défaillances de la contenance familiale. *Le Journal des psychologues*, 235, 58-61.
- Dessoy, E. (1993). Vers une organisation du milieu humain. De l'intérêt du concept de « milieu » en psychothérapie institutionnelle et en approche systémique. *Thérapie Familiale*, 14 (4), 311-330.
- Dessoy, E., Stassart, M., Courtois, A., Bernaerts, G., de Keyser, A., Nyssens, G., Haxhe, S. & Vande Velde, C. (2005). Parentification-infantilisation : le processus d'individuation de la mère d'Anne. *Thérapie Familiale*, 26, 37-53.
- Ducommun-Nagy, C. (2012). Comprendre les loyautés familiales à travers l'œuvre d'Ivan Boszormenyi-Nagy. *Enfances & Psy*, 56, 15-25. <https://doi.org/10.3917/ep.056.0015>

- Duruz, N. (2011). La psychothérapie individuelle d'orientation systémique : une thérapie sans famille ? *Thérapie familiale*, 32, 331-347.
- Elkaïm, M., & Goldbeter-Merinfeld, E. (2009). À propos des thérapies de couple. *Cahiers Critiques de Thérapie Familiale et de Pratiques de Réseaux*, 42 (1), 169-174.
- Greco, O. (2013), Des effets à long terme de la « parentification » de l'enfant. *Psicoanalysis*.
- Haxhe, S. (2008). La parentification : étude d'un processus. *Thérapie Familiale*, 1(1), 175-178. <https://doi.org/10.3917/tf.081.0175>
- Haxhe, S., De Saint Georges, M., Michard, P. & Heireman, M. (2016). Don et dette de vie à l'adolescence. *Adolescence*, 3(3), 597-606. <https://doi.org/10.3917/ado.097.0597>
- Haxhe, S. (2013). *L'enfant parentifié et sa famille*. Erès.
- Haynal, A. (2003). La révolution clinique du « nourrisson savant ». *Le Coq-héron*, 174(3), 71–79. <https://doi.org/10.3917/cohe.174.0071>
- Heck, L. & Janne, P. (2011). Vous avez dit « parentification » ? Revue du concept et réactualisation selon les derniers résultats empiriques. *Thérapie Familiale*, 32(2), 253–274. <https://doi.org/10.3917/tf.112.0253>
- Hooper, L. M. (2007). The Application of Attachment Theory and Family Systems Theory to the Phenomena of Parentification. *The Family Journal : Counseling and Therapy for Couples and Families*, 15, 217- 223. doi:10.1177/1066480707301290
- Hooper, L. M. (2008). Defining and Understanding Parentification : Implications for All Counselors. *Alabama Counseling Association Journal*, 34, 34-43. <https://eric.ed.gov/?id=EJ875392>
- Jiménez, T., Lehalle, H., Murgui, S. & Musitu, G. (2007). Le rôle de la communication familiale et de l'estime de soi dans la délinquance adolescente. *Revue internationale de psychologie sociale*, 2(2), 5-26.
- Jurkovic, G. (1997). *Lost childhoods : the plight of the parentified child*. Brunner Mazel Publishers.
- Lannegrand-Willems, L. (2012). Le développement de l'identité à l'adolescence : quels apports des domaines vocationnels et professionnels ? *Enfance*, 3 (3), 313-327.
- Le Goff, J. (1999). *L'enfant, parent de ses parents : parentification et thérapie familiale*. Editions L'Harmattan.
- Le Goff, J. (2005). Thérapeutique de la parentification : une vue d'ensemble. *Thérapie Familiale*, 26(3), 285–298. <https://doi.org/10.3917/tf.053.0259>

Lejeune, C. (2018). *Manuel d'analyse qualitative : analyser sans compter, ni classer*. De Boeck supérieur.

Maestre, M. (2002). Entre résilience et résonance à l'écoute des émotions. *Cahiers Critiques de Thérapie Familiale et de Pratiques de Réseaux*, 29(2), 167–182. <https://doi.org/10.3917/ctf.029.0167>

Paillé, P. (1994). L'analyse par théorisation ancrée. *Cahiers de recherche sociologique*, 23, 147-181. <https://doi.org/10.7202/1002253>

Pauzé, R., & PetitPas, J. (2013). Evaluation du fonctionnement familial : état des connaissances. *Thérapie Familiale*, 34(1), 11-37. <https://doi.org/10.3917/tf.131.0011>

De Parseval, C. (2007). De Ferenczi à Winnicott : le « nourrisson savant » et le faux self. *Le Coq-héron*, 189(2), 122–141. <https://doi.org/10.3917/cohe.189.0122>

Pinel-Jacquemin, S., & Savard, N. (2010). La Théorie de l'Attachement : Une approche conceptuelle au service de la Protection de l'Enfance, *Observatoire National de l'Enfance en Danger*.

Rey, Y., & Caillé, P. (2012). *Les Objets flottants - Méthodes d'entretiens systémiques*. Fabert.

Ringlet, G. (2015). *Parentification dans le contexte de la recomposition familiale*. Mémoire de Master, Université de Liège. <http://hdl.handle.net/2268.2/965>

Taillard, S. (2018). *La parentification, une stratégie adaptative ?*. Mémoire de Master, Université de Lausanne. https://serval.unil.ch/resource/serval:BIB_S_27835.P001/REF.pdf

Valleau, M., Bergenr, M., & Horton, C. (1995). Parentification and caretaker syndrome : An empirical investigation. *Family Therapy*, 22 (3), 157-164.

Vinay, A. (2017). *La famille aux différents âges de la vie : Approche clinique et développementale*, Dunod.

Vulliez-Coady, L., Pointurier, A., & Nezelof, S. (2012). La confusion des rôles parent- enfant : Revue de la littérature et aspects cliniques. *Neuropsychiatrie de l'Enfance et de l'Adolescence*, 60(7-8), 534–539. <https://doi.org/10.1016/j.neurenf.2012.07.002>

Zimmermann Kehlstadt, L. (2018). Des adultes encore parentifiés : La parentification, un concept clé en psychothérapies d'adultes. *Thérapie familiale*, 39(2), 127–147. <https://doi.org/10.3917/tf.182.0127>

ANNEXES

Annexe 1 : recrutement des sujets

1.1 Post de recrutement sur le réseau social Facebook

Bonjour,

Je m'appelle Julie De Boeck. Je suis étudiante en deuxième master à l'Université de Liège. Dans le cadre de mon mémoire de fin d'études, j'ai décidé d'approfondir la thématique de la parentification.

La parentification est souvent apparentée à l'inversion des rôles parents-enfants. Durant leur enfance et/ou leur adolescence, les personnes parentifiées ont dû endosser des responsabilités très lourdes au sein de leur famille, voire trop lourdes par rapport à leur âge, au détriment de leurs propres besoins d'enfant et/ou d'adolescent.

L'objectif de cette recherche est de comprendre et d'analyser les multiples impacts que peut amener ce phénomène chez un jeune adulte, ainsi que sur ses représentations du couple. Afin de réaliser cette étude, je souhaite rencontrer six jeunes adultes, âgés de 21 à 28 ans. Ces participants doivent être en couple et vivre en ménage avec leur partenaire depuis au moins 6 mois.

Si vous vous reconnaissez dans cette description et que vous souhaitez partager votre histoire, votre participation me sera très précieuse. Je souhaite vous rencontrer soit en présentiel (à votre domicile ou dans un local garantissant le respect des règles sanitaires actuelles), soit par visioconférence, à deux reprises, pour un entretien d'environ 1h30. Durant ces entretiens, je m'intéresserai aux multiples impacts que le processus de parentification peut engendrer sur le processus de construction de vie du jeune adulte, ainsi que sur ses représentations du couple.

Ces entrevues seront réalisées dans le respect de l'anonymat. Vous êtes libre de mettre un terme à votre participation à tout moment. Si vous désirez plus d'informations concernant cette recherche ou pour y participer, vous pouvez me contacter via les coordonnées suivantes : Adresse mail : Julie.Deboeck@student.uliege.be Tel : 0479/92.67.62. Merci.

1.2 Questionnaire de sélection sur Google Form

Bonjour,

Ce questionnaire a été créé dans le cadre de mon étude sur la parentification. L'objectif est de définir si votre profil correspond aux critères recherchés. Je vous remercie d'avance pour votre participation. Julie De Boeck.

- 1) Adresse e-mail
- 2) Votre nom & prénom
- 3) Quel âge avez-vous ?
- 4) Êtes-vous en couple ?
- 5) Depuis combien de temps ?
- 6) Vivez-vous en ménage avec votre partenaire ?
- 7) Depuis combien de temps
- 8) Via quel(s) parent (s)/ proche(s) pensez-vous avoir été parentifié(e) ?
- 9) Avez-vous eu l'impression de recevoir de la reconnaissance pour les actions accomplies par cette/ces personne(s) ?
 - Pas de reconnaissance du tout
 - Un peu de reconnaissance
 - De la reconnaissance
 - Beaucoup de reconnaissance
- 10) Préférez-vous me rencontrer
 - En visioconférence
 - En présentiel
 - Peu importe
- 11) Si vous préférez le présentiel, aimeriez-vous que l'on se rencontre
 - Chez vous
 - Dans un local prévu à cet effet
 - Peu importe
- 12) Si vous préférez chez vous, dans quelle ville habitez-vous ?

Merci pour vos réponses ! Je vous contacterai dans les prochains jours.

Julie De Boeck-Université de Liège.

Annexe 2 : Tableau réalisé par S.Haxhe dans l'enfant parentifié et sa famille (2019) p.115

	Parentification	Parentalisation	Adultisation	Délégation	Responsabilisation
Besoins de l'enfant en tant qu'enfant (sécurité, protection, autonomie, soutien, etc.).	Oubliés. Réprimés au profit des besoins du parent.	Pris en compte. Peuvent prendre une moindre place en fonction de la nécessité du contexte.	Besoin d'autonomie pris en compte. Les besoins de sécurité et de protection ont une moindre place.	Pris en compte (même si certains seront davantage sélectionnés en fonction de la mission confiée à l'enfant.	Pris en compte (même si ceux d'autonomie sont encouragés).
Demande Attente parentale	Que l'enfant soit un bon parent pour lui et prenne en charge ses besoins.	Que l'enfant apporte une aide, qu'il soit un auxiliaire parental.	Que l'enfant soit rapidement autonome et adulte.	Que l'enfant accomplisse une mission, un projet spécifique.	Que l'enfant soit responsable et fiable.
Type de responsabilité	Relationnelle, lourde.	Instrumentale, exécutive essentiellement.	Se prendre en charge, lui.	Mener à bien le projet parental.	Diverses.
Adéquation aux compétences de l'enfant	Non	Oui jusqu'à un certain degré . Peut parfois être trop lourd.	Pas vraiment. Maturation trop rapide (dépend de l'âge de l'enfant).	Oui, jusqu'à un certain degré.	Oui, jusqu'à un certain degré.
Comment l'enfant est-il vu par ses parents ?	Il n'est pas vu comme un enfant mais plutôt comme un bon parent (inconsciemment bien sûr)	L'enfant est vu comme un enfant.	L'enfant est vu comme enfant de ses parents mais aussi comme un petit adulte.	L'enfant est vu comme un enfant.	L'enfant est vu comme un enfant.
Reconnaissance des dons de l'enfant	Non puisque l'enfant n'est pas vu comme un enfant.	A priori, oui. Mais il se peut que l'enfant ne soit pas complètement reconnu dans ce qu'il apporte.	Dépend de la situation.	Oui, surtout s'il réussit.	A priori, oui.
Contexte	- Histoire trigénérationnelle - Facteurs de perte - Couple parental rarement dynamique - (Aporie parental/conjugal ?)		Contexte immédiat (pauvreté, guerre, famille nombreuse, divorce, etc.)	Histoire trigénérationnelle (mission, but, objectif)	Processus plus fréquent

Annexe 3 : Outils utilisés

3.1 Échelle de parentification de Mika & al (1987) , traduite en français par S.Haxhe

Questionnaire sur la prise de responsabilités adultes (Mika, Bergner et Baum)

Nom :
Age :

INSTRUCTIONS

Chaque item de ce questionnaire porte sur une responsabilité adulte légèrement différente. Pour chaque item, veuillez entourer celui qui décrit le mieux la fréquence avec laquelle vous avez pris cette responsabilité : (a) avant l'âge de 14 ans, et (b) de 14 à 16 ans.

1. J'ai gardé mes frères et sœurs (mon frère, ma sœur) plus jeunes.

Avant l'âge de 14 ans	de 14 à 16 ans
a. Très souvent	a. Très souvent
b. Souvent	b. Souvent
c. A l'occasion	c. A l'occasion
d. Rarement	d. Rarement
e. Jamais ou ne s'applique pas à moi	e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

2. Quand mes parents s'absentaient pour plus de 24 heures, j'étais la principale personne à assumer la responsabilité de mes frères et sœurs (mon frère, ma sœur).

Avant l'âge de 14 ans	de 14 à 16 ans
a. Très souvent	a. Très souvent
b. Souvent	b. Souvent
c. A l'occasion	c. A l'occasion
d. Rarement	d. Rarement
e. Jamais ou ne s'applique pas à moi	e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

3. J'ai nettoyé la maison pour ma famille

Avant l'âge de 14 ans	de 14 à 16 ans
a. Très souvent	a. Très souvent
b. Souvent	b. Souvent
c. A l'occasion	c. A l'occasion
d. Rarement	d. Rarement
e. Jamais ou ne s'applique pas à moi	e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

4. Je rétablissais la paix si des conflits survenaient entre mes parents

Avant l'âge de 14 ans	de 14 à 16 ans
a. Très souvent	a. Très souvent
b. Souvent	b. Souvent
c. A l'occasion	c. A l'occasion
d. Rarement	d. Rarement
e. Jamais ou ne s'applique pas à moi	e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

1

5. Lorsque mon (mes) parent(s) étai(en)t malades, j'étais la personne responsable pour prendre soin d'eux.

Avant l'âge de 14 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

de 14 à 16 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

6. J'étais le médiateur, l'intermédiaire, lorsqu'un conflit surgissait entre mes frères et sœurs.

Avant l'âge de 14 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

de 14 à 16 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

7. Mon (es) parent(s) me demandaient conseil lorsqu'il(s) devai(en)t prendre une décision concernant les mauvaises conduites de mes frères et sœurs (mon frère, ma sœur).

Avant l'âge de 14 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

de 14 à 16 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

8. Un de mes parents venait me voir pour discuter de l'autre parent.

Avant l'âge de 14 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

de 14 à 16 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

9. J'étais responsable de décider quelle action entreprendre lorsque mes frères et sœurs se conduisaient mal, et ce même si mes parents étaient présents.

Avant l'âge de 14 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

de 14 à 16 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

10. Mon (mes) parent(s) me demandai(en)t mon avis sur des sujets d'adulte.

Avant l'âge de 14 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

de 14 à 16 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

11. Lorsque mes parents se disputaient, je finissais par prendre parti pour l'un d'eux.

Avant l'âge de 14 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

de 14 à 16 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

12. J'étais une source de soutien émotionnel et de réconfort pour mes frères et sœurs (mon frère, ma sœur).

Avant l'âge de 14 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

de 14 à 16 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

13. J'avais la responsabilité d'habiller mes frères et sœurs (mon frère, ma sœur), ou de m'assurer qu'ils l'avaient bien fait.

Avant l'âge de 14 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

de 14 à 16 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

14. Mon (mes) parent(s) me laissaient beaucoup d'influence lorsqu'il(s) prenai(en)t des décisions importantes d'adultes.

Avant l'âge de 14 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

de 14 à 16 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

Mon (mes) parent(s) parlaient de leurs finances et difficultés financières avec moi.

Avant l'âge de 14 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

de 14 à 16 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

16. Je faisais la vaisselle pour les membres de ma famille

Avant l'âge de 14 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

de 14 à 16 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

17. Quand mes frères et sœurs (mon frère, ma sœur) avai(en)t des problèmes, je prenais beaucoup de responsabilités pour les résoudre.

Avant l'âge de 14 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

de 14 à 16 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

18. Je préparais le repas pour les membres de ma famille.

Avant l'âge de 14 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

de 14 à 16 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

19. J'établissais des règles, explicites ou implicites, pour mes frères et sœurs (mon frère, ma sœur).

Avant l'âge de 14 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

de 14 à 16 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

20. Mon (mes) parent(s) partageai(en)t des secrets intimes avec moi (concernant la sphère relationnelle et/ou sexuelle, par exemple).

Avant l'âge de 14 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

de 14 à 16 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

21. Quand un de mes frères et sœurs avait un souci personnel, il venait me demander conseil.

Avant l'âge de 14 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

de 14 à 16 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

22. J'étais le médiateur ou l'intermédiaire lorsqu'un conflit surgissait entre mes parents.

Avant l'âge de 14 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

de 14 à 16 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

23. Ma mère partageait ses soucis ou ses problèmes personnels avec moi comme si j'étais un autre adulte.

Avant l'âge de 14 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

de 14 à 16 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

24. Je faisais la lessive pour les membres de ma famille

Avant l'âge de 14 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

de 14 à 16 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

J'étais responsable de donner le bain à mes frères et sœurs.

Avant l'âge de 14 ans

de 14 à 16 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

26. Je consolais l'un de mes parents, ou les deux, lorsqu'ils étaient en détresse ;

Avant l'âge de 14 ans

de 14 à 16 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

27. Mon père partageait ses soucis ou problèmes personnels avec moi comme si j'étais un autre adulte.

Avant l'âge de 14 ans

de 14 à 16 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

28. Mes frères et sœurs (mon frère, ma sœur) venaient me trouver lorsqu'ils avaient des difficultés avec mon (mes) parent(s).

Avant l'âge de 14 ans

de 14 à 16 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

29. Je décidais de l'heure de coucher de mes frères et sœurs (mon frère, ma sœur), même lorsque mon (mes) parent(s) étai(en)t à la maison.

Avant l'âge de 14 ans

de 14 à 16 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

10. Un de mes parents (ou les deux) me demandait mon avis, plutôt que celui de l'autre parent, lorsqu'il prenait une décision importante.

Avant l'âge de 14 ans

- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

de 14 à 16 ans

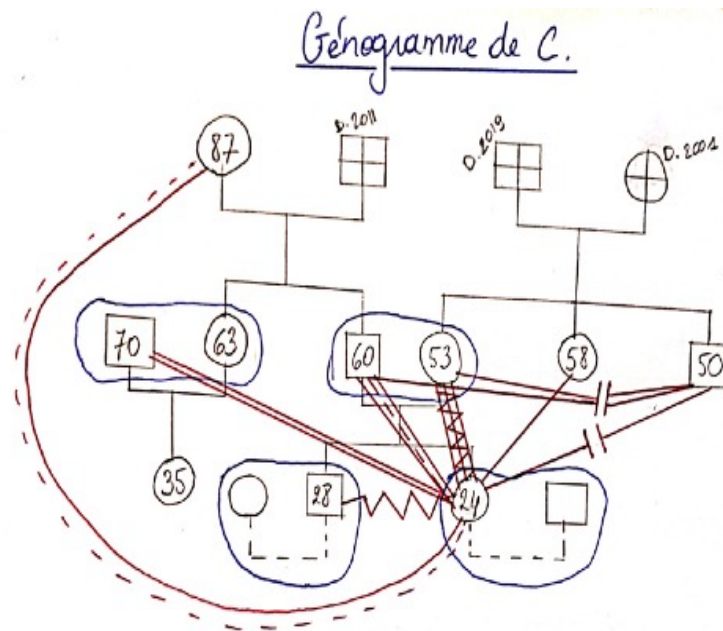
- a. Très souvent
- b. Souvent
- c. A l'occasion
- d. Rarement
- e. Jamais ou ne s'applique pas à moi

Signature

James H. Byrne, Ph.D.
Professor of Psychology

3.2 Outils utilisés avec le Sujet 1 : C.

3.2.1 Génogramme



- relation fusionnelle et conflictuelle
- proximité, complicité
- conflits, disputes
- proximité, froideur, tend vers la proximité
- proximité, froideur
- rupture
- bonne entente
- personnes vivant sous le même toit

3.2.2 Réponses de l'échelle de Parentification

	Avant l'âge de 14 ans	De 14 à 16 ans
1	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Jamais ou ne s'applique pas à moi
2	Souvent	Très souvent
3	À l'occasion	Souvent
4	Très souvent	Très souvent
5	À l'occasion	Très souvent
6	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Jamais ou ne s'applique pas à moi
7	Rarement	Rarement
8	Très souvent	Très souvent
9	Rarement	Rarement
10	Très souvent	Très souvent
11	Souvent	Souvent
12	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Jamais ou ne s'applique pas à moi
13	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Jamais ou ne s'applique pas à moi
14	Très souvent	Très souvent
15	Très souvent	Très souvent
16	Souvent	Souvent
17	Souvent	Très souvent
18	Souvent	Souvent
19	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Jamais ou ne s'applique pas à moi
20	Souvent	Souvent
21	Rarement	Rarement
22	Souvent	Souvent
23	Très souvent	Très souvent
24	Rarement	Rarement
25	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Jamais ou ne s'applique pas à moi
26	Souvent	Souvent
27	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Jamais ou ne s'applique pas à moi
28	Très souvent	Très souvent
29	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Jamais ou ne s'applique pas à moi
30	À l'occasion	À l'occasion

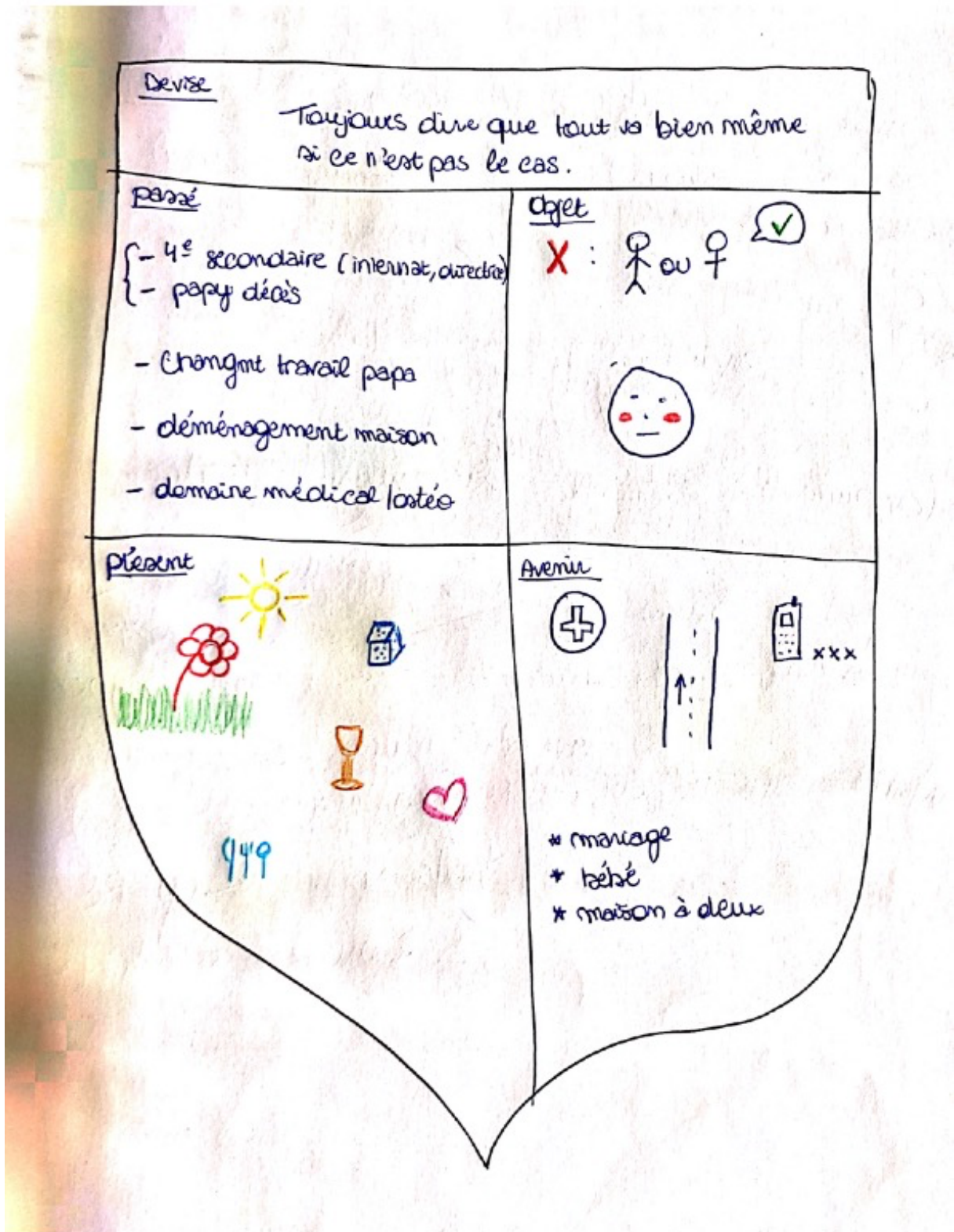
3.2.3 Analyse des thèmes

Analyse des thèmes de C.

Thèmes

- Moment charnière à l'entrée en secondaire (début des conflits au sein du couple parental et des problèmes financier)
- Conflit de loyauté (médiatrice des conflits)
- L'injustice (inégalités relationnelles)
- L'intimité (on l'a fait rentrer dans les conflits du couple conjugal)
- La contrainte, la restriction (face à la situation de ses parents et son frère, financière)
- La fratrie (la relation conflictuelle qu'elle entretient avec son frère, rivalité fraternelle)
- Le sentiment d'abandon (suite à la seconde période charnière)
- La fuite (coupure émotionnelle, entrée à l'internant en 4^e secondaire)
- Le rôle parental , la parentalité
- L'argent (problèmes financiers du côté de son père, paradoxe financier)
- Le besoin de distanciation et d'autonomie pour prendre soin d'elle
- Le script (correctif, relationnel, de couple)
- L'autonomie
- L'angoisse (peur de ce qui pourrait arriver à son papa)
- La peur
- La maladie (cancer de son papa)
- La déception (envers ses parents qui privilégient son frère et qui ne la comprennent pas)
- La rancœur (elle envers ses parents, ses parents envers elle pour les avoir « abandonnés »)
- La tristesse
- Les reproches
- Les attentes (parentales)
- La prise de responsabilités
- Le manque de réciprocité
- Le soin de soi
- L'estime de soi (mésestime)
- Le manque de soutien, d'attention
- Les ressources (son partenaire, ses amis, son travail)
- La famille
- La relation de couple
- La protection (des parents envers leur fils)
- L'instabilité (des attentes de la maman)
- Le soulagement
- L'impuissance
- Se sentir utile
- Le travail (infirmière)
- L'emprise (de ses anciens partenaires)
- La communication (pas fluide, depuis seulement un an et demi avec ses parents, avec son partenaire difficile lors des conflits)
- Les pairs (relation avec ses amis)

3.2.4 Blason familial



3.2.4.1 bis Description détaillée du blason familial de C.

Comme objet emblématique, elle a décidé de dessiner deux expressions liées à une problématique commune, le mensonge. Son premier dessin est une croix rouge pour « dire que ça ne va pas » pour « de toute façon dire que ça va ». Le second dessin représente la gêne, la honte. La honte de dire ce qui se passe mal au quotidien. Elle évoque également la culpabilité. Elle exemplifie la situation par différentes anecdotes, dont son séjour à l'internat, qui aurait été un évènement difficile à vivre pour ses parents. « Pour eux , c'était un peu la honte de ne pas avoir réussi à maintenir leur famille unie », dit-elle. Elle ajoute que ses parents ressentent une pression sociale assez élevée, ce qui conditionnerait en partie cette honte.

Au départ, C. voulait dessiner le chien de ses parents parce qu'il symboliserait une partie de leur fonctionnement. Ils ont essayé de l'éduquer et puis ils ont abandonné rapidement quand ils ont constaté que ça n'apportait pas l'effet escompté. Elle reprend également la relation que ses parents entretiennent avec son frère pour appuyer son justificatif. « Si ça ne fonctionne pas ben tant pis ... » conclut-elle.

En abordant la case du passé, elle nous confie « être trop tournée vers le passé », « trop tournée vers les choses qui l'ont blessée » et que par conséquent, c'était l'étape du blason la plus intuitive pour elle. C. a écrit plusieurs évènements marquants de son histoire reliés à deux périodes synonymes de changement à ses yeux. Elle a écrit « déménagement maison ». Cet évènement datant de sa seconde année primaire, aura été le début de nombreux changements dont le « changement de travail » du père. Elle raconte que son père s'est investi de plus en plus dans le travail, que son frère entrait dans l'adolescence et que leur relation est devenue fort conflictuelle à partir de ce moment-là. Il était devenu « vicieux » et lui faisait du « chantage ». La seconde période englobe les autres évènements : « 4e secondaire », « papy décès » et « domaine médical/ostéo ». Les deux premiers sont liés et sont d'ailleurs repris dans la même accolade. Elle nous rappelle que c'est à cette période que « tout a basculé », qu'elle a réussi à leur dire qu'elle « ne se sentait pas bien dans sa peau ». C'est à cette période qu'est survenu le décès de son grand-père paternel. Elle pense que son père ne s'est « toujours pas relevé de ce décès ».

De plus, C. s'est tourné vers le domaine médical « pour demander de l'aide, car elle n'en trouvait pas autre part ». Elle était allée voir un ostéopathe. Son approche l'a marqué, a posteriori, car il avait soulevé plusieurs dates qui ont fait sens plus tard. En effet, elle y a réfléchi, et s'est rendu compte que ces dates étaient liées à des événements significatifs dans son histoire.

Dans la case du présent, C. nous a fait part de diverses ressources. Elle a dessiné un soleil, une fleur, un dé, un verre de vin et des couverts. Elle explique qu'une météo ensoleillée lui permet de se sentir bien, tout comme la présence de la nature. Elle apprécie le jardinage et se plaît dans cette activité pour entretenir son potager. Cela lui permet de ne « penser à rien d'autre » et de se « sentir bien chez elle ». Elle ajoute qu'elle « adore » les couleurs multiples des fleurs. Elle a découvert cette activité ressourçante depuis qu'elle vit dans sa maison. Maison qu'elle considère comme étant son refuge.

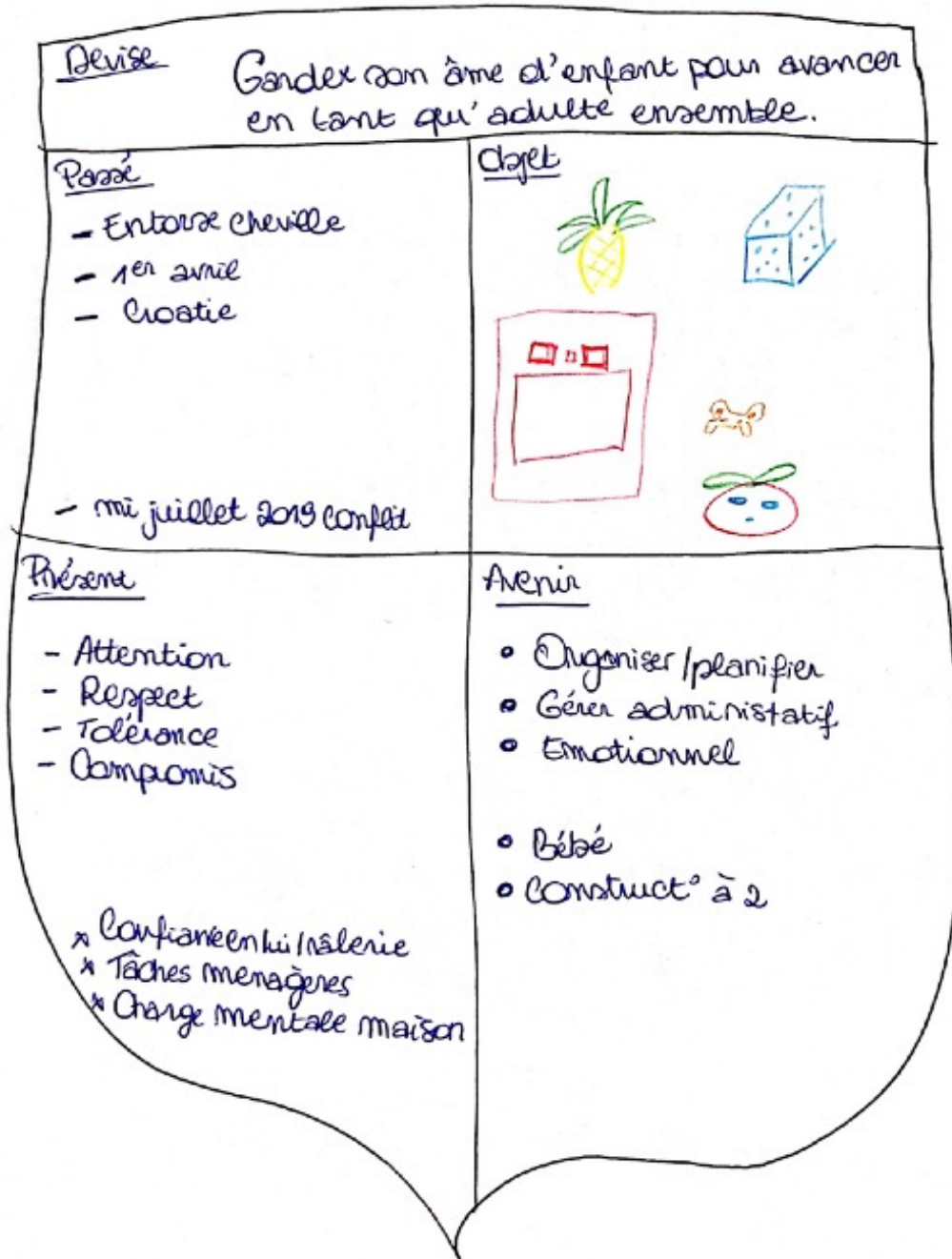
Le dé représente son attrait pour le jeu. Elle apprécie jouer à des jeux de société avec son compagnon et/ou avec ses amis. Elle aime également colorier des mandalas. Le verre de vin et les couverts sont liés au fait qu'elle « adore boire et manger », mais surtout au fait qu'elle aime pouvoir se retrouver autour d'une table avec des personnes auxquelles elle tient ; que ce soit pour boire un verre ou pour partager un repas. De plus, C. nous explique avoir dessiné un cœur pour son compagnon qu'elle considère comme un « grand pilier ». Elle ajoute que passer du temps avec lui lui fait « du bien ». Elle termine cette case en ajoutant que le fait de voir son père est une ressource dans le sens de la réassurance, mais pas dans celui de l'épanouissement.

Dans la case de l'avenir, C. nous a fait part de plusieurs missions personnelles. Elle spécifie tout d'abord que le rôle d'infirmière est également un rôle qu'elle endosse au sein de sa famille. « Ce n'est pas un rôle qui me plaît, mais c'est le rôle que j'ai », dit-elle. La croix dans un rond représente le soin qu'elle apporte à son entourage. Elle ajoute que son rôle d'infirmière arrange bien ses parents et que c'est la plus grande mission dont elle se sent investie. Elle nous confie que ça lui arrive régulièrement de mettre ses besoins entre parenthèses au profit de cette mission. Elle nous confie ne pas recevoir de la reconnaissance comme elle l'attend. En effet, ses parents se tournent plus facilement vers une forme de compensation financière et donc une reconnaissance davantage « matérielle » qu'« affective ». Elle nous confie qu'elle aurait aimé que ses parents s'inquiètent pour elle de temps à autre, mais que désormais, elle n'est plus dans cette attente. Elle cite ses parents : « C. tout va bien, elle a son travail, elle a sa maison, elle

fait tout bien ». Elle explique qu'il y a une forme d'hypocrisie de la part de ses parents, car ils racontent aux autres que tout va bien alors qu'en réalité ce n'est pas le cas. Elle a dessiné des petites croix près d'un téléphone parce qu'elle doit toujours se rendre disponible et être joignable. Elle parvenait à mieux prendre ses distances avant la maladie de son père. Elle termine cette case en abordant la « maison à deux », « mariage », « bébé » en spécifiant que ce sont surtout des projets de couple qu'elle développera au cours du second blason.

Comme devise, elle a écrit « Toujours dire que tout va bien même si ce n'est pas le cas ». Elle explique qu'il y a toujours un voile qui se dresse lorsque des difficultés surgissent dans la famille. Elle pense qu'ils « ont honte de dire que ça ne va pas » et que cette attitude entraîne des mensonges, et des non-dits. « Si ça ne fonctionne pas ben tant pis ... ».

3.2.5 Blason du couple



3.2.5.1 Description détaillée du blason du couple de C.

Dans la case du passé, elle a noté « trois évènements positifs et un évènement négatif ». Premièrement, elle s'est fait une « entorse de cheville » au début de sa relation de couple. Elle a été surprise du soin et de l'attention qu'a pu lui apporter son partenaire après « seulement deux mois de relation ». Elle ajoute que ce genre d'attitude est « le genre de truc qu'elle attendait depuis des années ».

La date du « 1^{er} avril » correspond à l'emménagement de son compagnon dans sa maison. Les parents de ce dernier ne s'attendaient pas à ce qu'il quitte le nid familial si tôt, car il n'avait jamais eu de réelle indépendance. C. nous confie qu'avant elle, son compagnon n'avait pas eu de longue relation et qu'il n'était pas autonome. Il vivait chez ses parents et ne s'occupait de rien. D'ailleurs, durant la « mi-juillet » de cette année-là, C. a eu une grosse dispute avec son partenaire. Elle explique qu'elle s'est mise en rage parce qu'il ne participait pas aux tâches ménagères ni aux travaux de la maison, et ce, malgré plusieurs demandes. Elle a clarifié la situation en lui spécifiant que « ce n'était pas à elle d'être tout le temps derrière lui » et qu'il devait y avoir un équilibre dans leur couple de ce côté-là. La remise au point a fonctionné. Le compagnon de C. s'occupe de la maison, et même davantage depuis l'annonce du cancer de son beau-papa.

C. ajoute qu'au niveau de la communication de leur couple, elle est fluide que de son côté lors d'un conflit. Son partenaire aurait tendance à ne rien dire et à râler quand un problème survient. Elle trouve la situation « pénible ». Il ne réagit que lorsqu'elle montre qu'elle se sent « vraiment mal » par rapport à la situation. Ils parviennent à en discuter mutuellement après coup. Elle raconte qu'en soi il n'y a pas de réelle dispute étant donné « qu'il ne s'énerve jamais » alors qu'elle est super contrariée. « J'ai limite envie d'un conflit pour que ça se règle », dit-elle. Elle nous confie que « ça arrive de moins en moins » parce qu'ils « se connaissent de mieux en mieux ».

La « Croatie » est la destination de leurs premières vacances décidées ensemble. Elle explique que d'habitude, son partenaire ne prend pas « beaucoup d'initiatives », elle organise et lui donne son avis. Or, pour ces vacances en Croatie, les responsabilités étaient partagées. Elle en a un super souvenir et trouve que c'était très « enrichissant » comme expérience de couple, car ils étaient tous deux livrés à eux-mêmes sur place.

Elle ajoute qu'en règle général « elle a dû mal à laisser faire les autres » tellement elle a eu l'habitude de prendre les initiatives. « J'aime bien avoir le contrôle, je crois », dit-elle .

Dans la case de l'objet emblématique, C. a dessiné plusieurs objets. Elle aborde en premier lieu « l'ananas ». Elle adore boire des smoothies , et un jour, son partenaire lui a offert un pyjama avec des motifs ananas sur lequel il était écrit « smoothie ». Depuis lors, c'est également devenu le surnom que lui donne son copain. C'est leur « petit délire ». « Ça représente la complicité qu'il y a entre nous qui est très importante », ajoute-t-elle.

Le « dé » fait de nouveaux liens au jeu, car ils jouent souvent ensemble. Le « lit » représente leur « lieu de confiance ». Elle explique que lorsqu'ils rentrent , ils se racontent rarement les difficultés de la journée, car ils ont besoin de « se poser ». Dès qu'ils montent se coucher, les révélations surgissent et ils se confient l'un à l'autre dans leur cocon intime.

Les deux derniers dessins représentent « son doudou » et « une console de jeux », car c'est important pour eux, « de garder une âme d'enfant ». Elle explique que c'est en partie grâce à son partenaire qu'elle a pu conserver cette âme d'enfant, « à ne pas toujours tout prendre au sérieux », « à tout vouloir gérer » et « à pouvoir lâcher prise comme un enfant insouciant ». Elle ajoute que « c'est vraiment le couple qu'elle aurait imaginé » et qu'elle pensait ne jamais trouver.

Dans la case du présent, elle estime que l'attitude générale de son compagnon est une grande ressource. « L'attention » qu'il lui porte est primordiale pour elle. Elle ne parle pas d'attention perpétuelle, mais plutôt de petites attentions réciproques qui vont faire plaisir à l'autre. Elle nous confie que « Le respect » est une valeur qui n'était pas présente au sein de ses anciennes relations. Elle a découvert ce qu'était le respect mutuel dans une relation de couple depuis qu'elle est avec son partenaire actuel. « Il est respectueux au niveau de mon corps, de mon esprit, il ne me pousse pas à faire des choses dont je n'ai pas envie », nous confie-t-elle. Elle raconte qu'elle avait tellement connu des relations malsaines de ce côté-là, qu'elle ne pensait pas que ce serait possible d'avoir une relation comme elle entretient maintenant. « Je ne pensais pas que quelqu'un pourrait m'apporter ça un jour ou que je le méritais », ajoute-t-elle. « Je me suis rendu compte qu'on ne respectait pas mes besoins ni mes envies, du côté de mes parents déjà, ainsi que dans mes relations amoureuses ». Ce sont ses copines qui lui ont ouvert les yeux petit à petit lors de sa dernière relation qu'elle caractérise de « destructrice ». Elle avait

conscience qu'il « valait mieux être seule que d'être accompagné par un mec comme ça », mais la solitude lui était insupportable.

« La tolérance » et « le compromis » vont de pair selon C. Elle estime que, si on sait être tolérant, on peut faire des compromis. Elle explique qu'ils sont tous deux dans la « même optique » et qu'il faut savoir faire « avec les différences de l'autre, qualités et défauts pour pouvoir vivre ensemble ». Elle ajoute qu'elle garde quand même une « charge mentale » importante concernant sa maison, car elle est à son nom, donc dès qu'il y a un souci, c'est elle qui le règle.

Elle revient sur les « râleries » de son compagnon en expliquant que c'est un problème de confiance en lui, qu'il n'avouera jamais. Elle explique qu'avant, selon les parents de son partenaire, ce dernier était renfermé sur lui-même et que maintenant, il y a eu une nette amélioration grâce à leur relation. C. doit également le rassurer régulièrement.

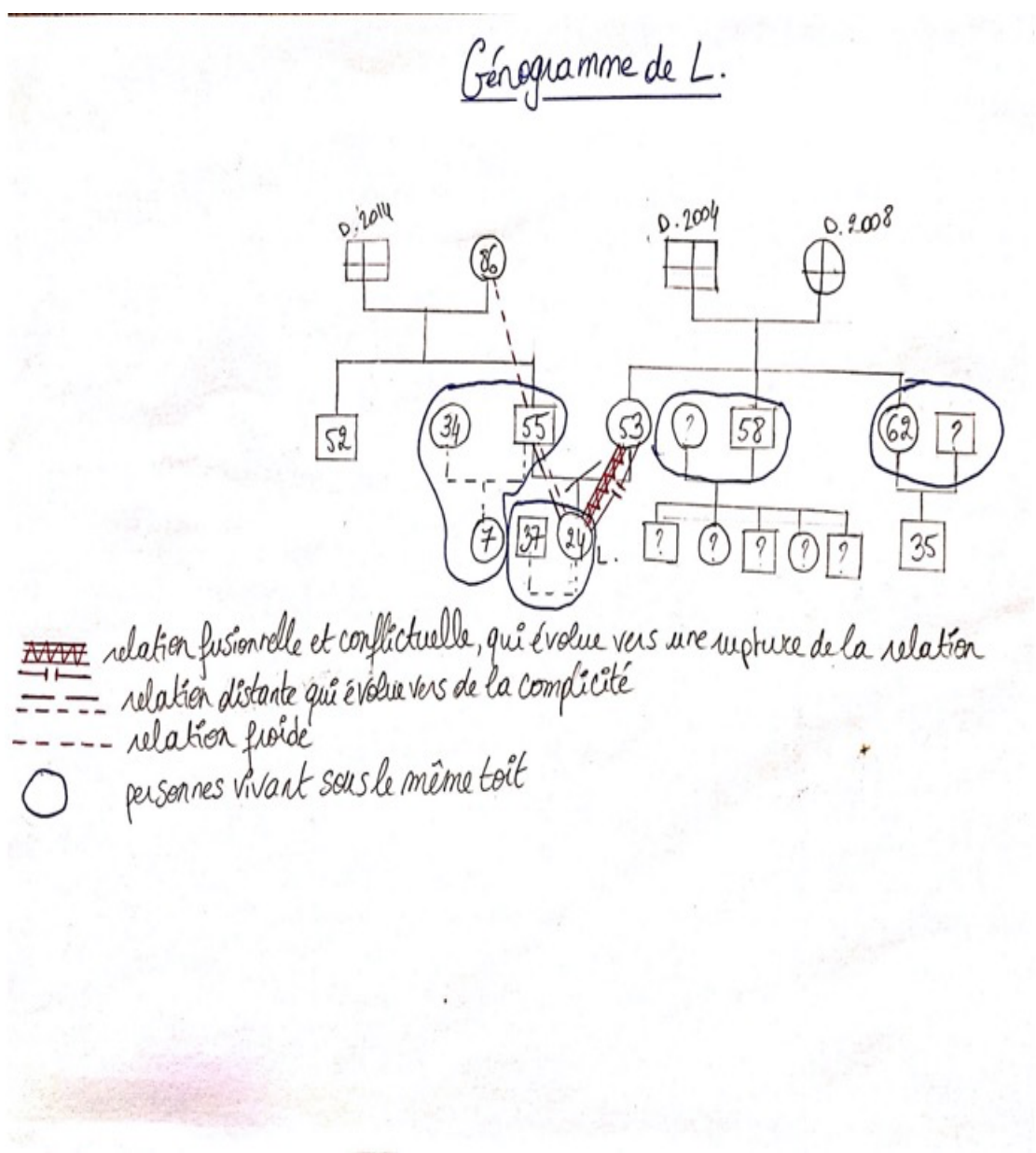
Dans la case de l'avenir, C. a écrit plusieurs missions. Elle aborde en premier lieu la mission « bébé ». C'est un projet qu'elle a « de plus en plus envie de réaliser ». Cependant, ils ont également envie de réaliser un grand voyage aux États-Unis qu'il faut pouvoir planifier et organiser. De plus, tant que son papa « est toujours là », C. préférerait rester auprès de lui.

Son partenaire et elle ont les mêmes projets d'avenir, excepté sur le mariage. En effet, C. aimerait se marier avant d'avoir des enfants, contrairement à son copain qui soutient l'idée de se marier après en avoir eu. Elle aimerait également que son papa soit là pour son mariage, et que la décision de se marier se réalise ensemble. Elle ajoute que « l'épidémie de la Covid et la maladie de papa viennent tout perturber ».

Pour la devise, C. a écrit « Garder son âme d'enfant pour avancer en tant qu'adulte ensemble ». Cette devise reprend la complicité qu'elle a avec son partenaire, et son désir de construire une vie à deux.

3.3 Outils utilisés avec le Sujet 2 : L.

3.3.1 Génogramme



Scanné avec CamScanner

3.3.2 Réponses de l'échelle de Parentification

	Avant l'âge de 14 ans	De 14 à 16 ans
1	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Jamais ou ne s'applique pas à moi
2	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Jamais ou ne s'applique pas à moi
3	Jamais ou ne s'applique pas à moi	À l'occasion
4	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Jamais ou ne s'applique pas à moi
5	Très souvent	Très souvent
6	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Jamais ou ne s'applique pas à moi
7	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Jamais ou ne s'applique pas à moi
8	Très souvent	Très souvent
9	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Jamais ou ne s'applique pas à moi
10	À l'occasion	Souvent
11	Souvent	Souvent
12	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Jamais ou ne s'applique pas à moi
13	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Jamais ou ne s'applique pas à moi
14	Rarement	Rarement
15	Souvent	Souvent
16	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Très souvent
17	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Jamais ou ne s'applique pas à moi
18	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Jamais ou ne s'applique pas à moi
19	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Jamais ou ne s'applique pas à moi
20	Jamais ou ne s'applique pas à moi	À l'occasion
21	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Jamais ou ne s'applique pas à moi
22	Souvent	Souvent
23	Très souvent	Très souvent
24	Jamais ou ne s'applique pas à moi	À l'occasion
25	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Jamais ou ne s'applique pas à moi
26	Très souvent	Très souvent
27	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Jamais ou ne s'applique pas à moi
28	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Jamais ou ne s'applique pas à moi
29	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Jamais ou ne s'applique pas à moi
30	À l'occasion	À l'occasion

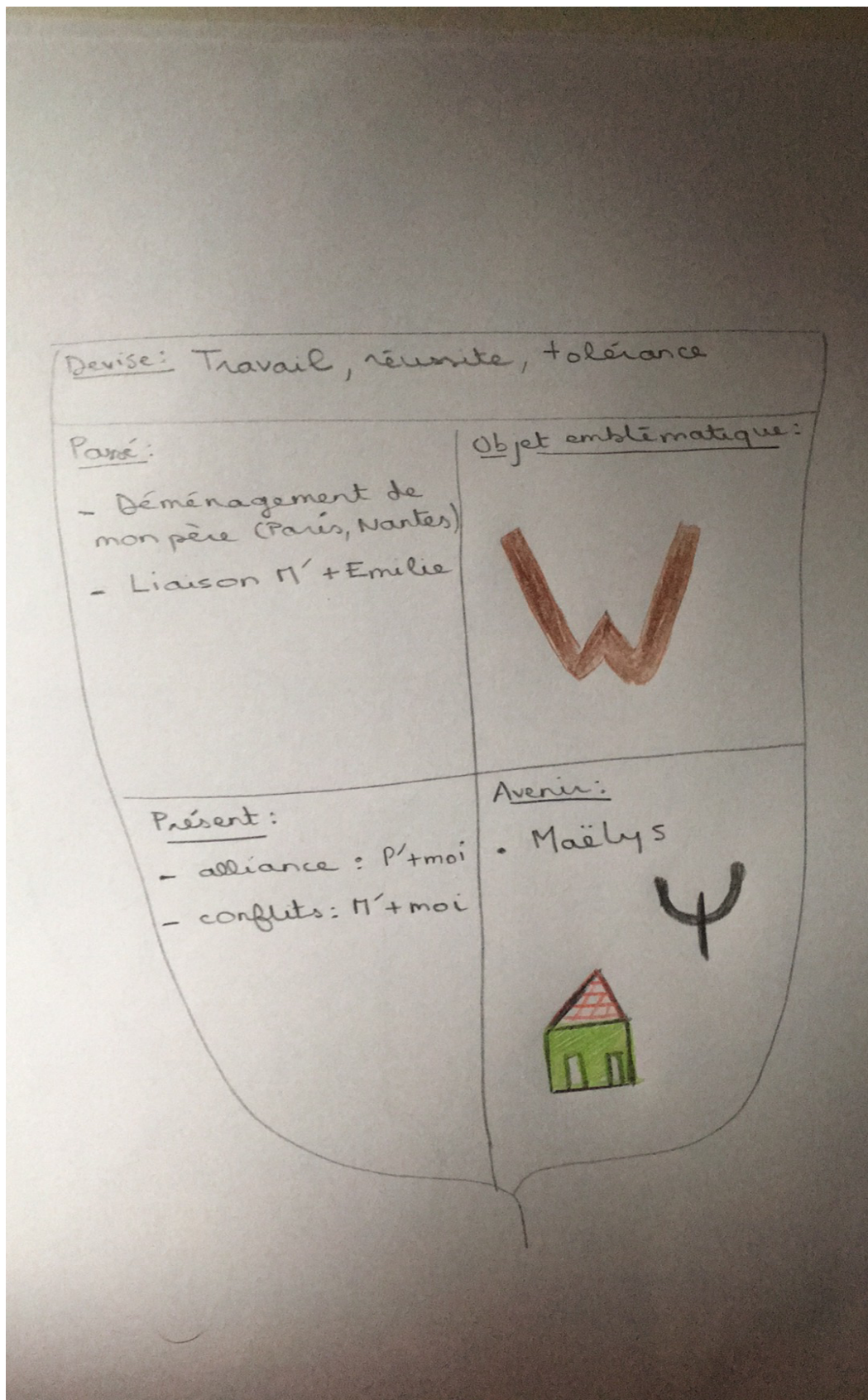
3.3.3 Analyse des thèmes

Analyse des thèmes de L.

Thèmes

- La monoparentalité (L a vécu seule avec sa maman lors de son adolescence)
- L'intrusion dans l'intimité (de la mère envers sa fille, divers exemples)
- La dépendance affective (relation fusionnelle avec sa mère durant son enfance , voire adolescence)
- L'alcool (sa mère a eu des soucis d'alcoolisme à la période de l'enfance et l'adolescence de sa fille)
- La mort (décès des grands-parents)
- Les secrets (de famille ou de la mère)
- L'homosexualité féminine (la mère a commencé à fréquenter des femmes lorsque L avait 15 ans)
- L'absence (mère de moins en moins présente à la maison)
- Le sentiment d'abandon (L s'est sentie délaissée , abandonnée par sa mère du jour au lendemain)
- La déception
- La trahison (après avoir lu les messages de sa mère, lié à de l'intrusion dans l'intimité mais du côté de L)
- Le jugement (de sa mère)
- Le manque de transparence, d'authenticité, voire le mensonge
- La souffrance psychologique
- La culpabilisation
- La dépression
- Le trouble alimentaire (hyperphagie)
- La relation de couple
- Le décrochage scolaire
- Le harcèlement moral à l'école
- Le conflit de loyauté (la mère demandait à L de mentir à son père et diabolisait son père)
- Le mépris, les reproches (de sa mère)
- La frustration, la colère
- La victimisation (de sa mère)
- L'indifférenciation (de sa mère qui veut ressembler à sa fille)
- La relation au corps (lié à l'hyperphagie, dysmorphophobie)
- Le mal-être
- Le suivi psychologique
- Le contrôle (de la mère)
- Le rejet (de sa fille envers sa mère)
- La double contrainte (mécanisme fort présent chez la mère)
- L'instabilité (L ne sait jamais comment se positionner face à l'attitude de sa mère)
- L'évitement , voire la coupure émotionnelle
- La pression psychologique
- La culpabilité
- La communication (unidirectionnelle du côté de la mère)
- L'annonce du viol (de sa mère par son frère , lié aux secrets de famille)
- Poser ses limites
- La rancœur
- Le deuil relationnel
- Le besoin de distanciation et d'autonomie pour prendre soin d'elle
- La confiance

3.3.4 Blason Familial



3.3.4.1 Description détaillée du blason familial de L.

Dans la case du passé, L. nous a fait part de deux événements qui l'ont marqué dans son passé : le déménagement de son père à Paris, et la relation que sa mère entretenait avec sa première compagne.

Concernant le déménagement du père, on peut dénoter que la jeune fille ressent une certaine frustration. « son déménagement c'était vraiment « allo salut, bah dans un mois je déménage » donc ça n'a pas su être « préparé » et ça a juste créé de l'éloignement et tous les non-dits avec ma mère, etc. », nous explique-t-elle. Elle ajoute que cette situation l'a contrainte à s'éloigner de son père et à se rapprocher de sa mère.

De plus, L. estime que c'est la liaison de sa mère qui est à l'origine de la dégradation de la dyade mère-fille et qui a accentué les soucis d'alcool de sa mère. Elle aborde également l'accident de sa mère dû à une consommation excessive d'alcool ayant eu lieu en septembre 2014.

Dans la case de l'objet, elle a dessiné un grand « W », car c'est la lettre qu'elle emploie pour écrire le mot « travail » en abrégé. Cette lettre correspond donc à la valeur du travail que ses parents lui ont inculquée dès son jeune âge. « Maintenant niveau pression c'est plutôt mon père qui me mettait beaucoup de pression niveau scolaire et ma mère, ça compensait, car elle était beaucoup plus laxiste », nous confie-t-elle. C'était plus simple pour la jeune fille d'aborder ses mauvais résultats avec sa mère. Désormais, elle est en partie reconnaissante de l'attitude de son père dans ce domaine-là, car, ça lui a permis de devenir une personne « organisée et acharnée ». Elle ajoute qu'elle n'est pas parvenue à trouver un objet emblématique qui représenterait sa famille nucléaire.

Dans la case du présent, L. a noté qu'elle formait une alliance avec son père et qu'il y avait des conflits avec sa mère, voire une rupture pour le moment. A contrario, elle explique qu'à l'époque c'était différent et que justement, elle formait une coalition avec sa mère contre son père. En grandissant, elle a réalisé qu'il y avait énormément de quiproquos au sein de la dynamique familiale. En ce qui concerne les ressources, « Dans les moments les plus difficiles et que donc elle n'était plus là , il y avait cette voisine, il y avait mon copain. Mais bon j'étais en dépression donc je ne sais pas si ça marchait vraiment, mais bon...

Sinon après c'était la bouffe, les troubles alimentaires. C'était ça ma ressource », nous confie-t-elle. Elle ajoute qu'elle avait des amis , qui n'étaient pas vraiment à l'écoute lorsqu'elle

ressentait le besoin de se confier. De plus, elle « sublimait » son mal-être dans les études ou le travail. On peut remarquer que la jeune fille a pleinement conscience des stratégies d'évitement qu'elle employait pour tenter de pallier à sa souffrance.

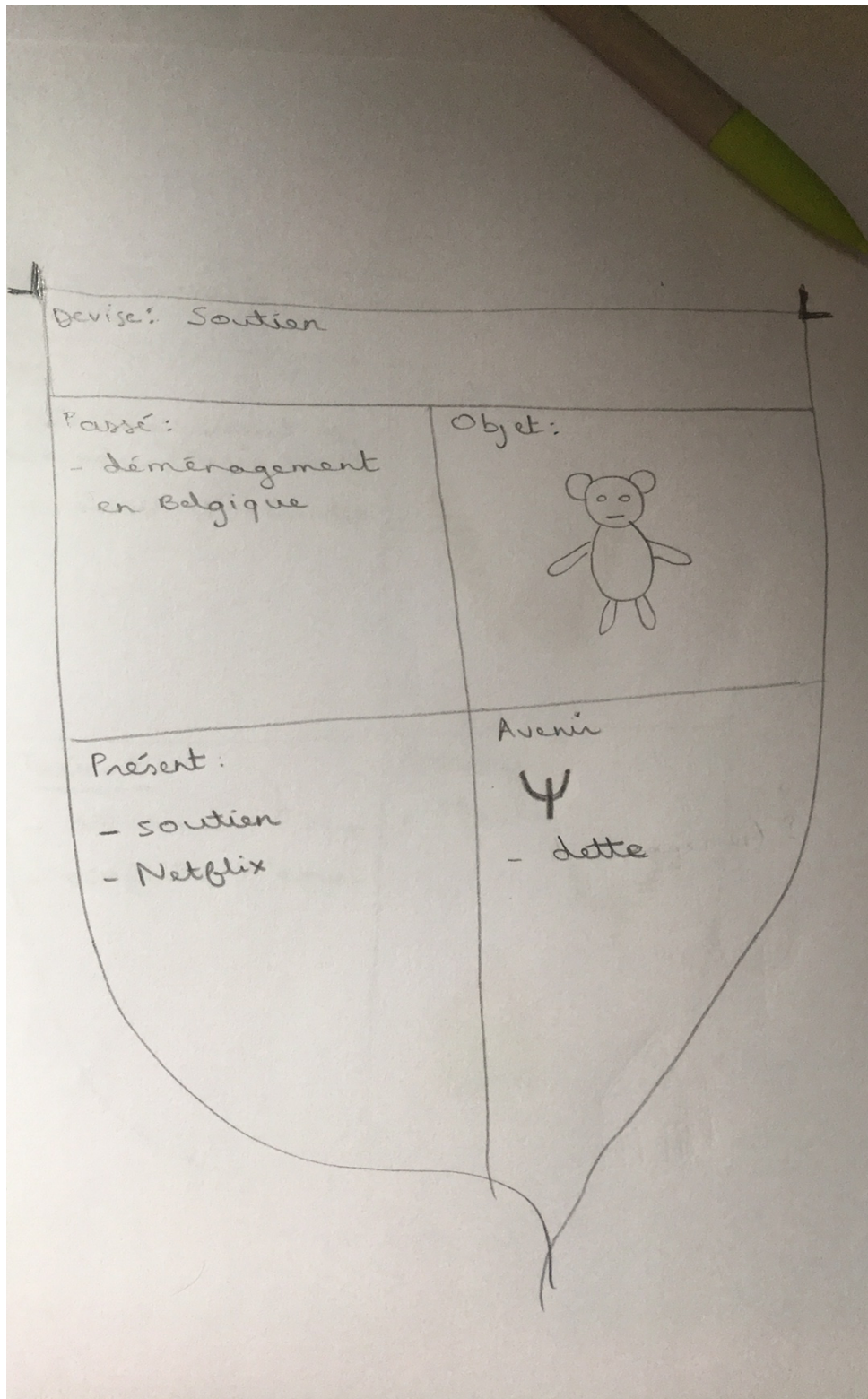
Dans la case de l'avenir, L. a écrit le prénom de sa « petite sœur ». Sa mission principale est de pouvoir s'installer en tant que psychologue à Nantes pour se rapprocher de sa petite sœur et de son père. Elle aimerait d'ailleurs y travailler dans le domaine des troubles alimentaires. On pourrait penser que L étende son besoin de contrôle sur son corps au travers de son travail. De plus, on pourrait également penser que la jeune fille souhaiterait réaliser une réparation par rapport à son passé, et rattraper le temps perdu avec sa figure paternelle.

Comme devise, elle a écrit « travail, réussite, tolérance ». Elle revient sur la valeur travail qui était très importante pour ses parents, surtout pour son père. Ce dernier plaçait une charge mentale à sa fille élevée par rapport aux études. Selon L, son père agissait de la sorte pour compenser l'échec de son propre parcours académique. « Et j'avais l'impression que son amour était conditionnel dans ce sens-là : il fallait que j'aie de bonnes notes » nous confie-t-elle. On pourrait penser que le poids des attentes du père était trop lourd pour la jeune fille. C'est d'ailleurs durant cette période qu'elle parvenait à trouver du réconfort auprès de sa mère, qu'elle qualifie de plus « tolérante ». Elle s'aperçoit a posteriori qu'elle et sa mère formaient une coalition contre son père. Elle ajoute que malgré la pression que pouvait lui mettre son père pour les études, et pour son poids, elle l'affectionnait énormément. Elle ajoute qu'il n'a jamais su parler de ses sentiments et qu'il préférait apporter une excuse matérielle. « Vu qu'il ne savait pas vraiment s'exprimer concernant ce qu'il ressentait, c'était un peu sa manière de dire qu'il était désolé de m'avoir engueulée. Mais dire des choses comme « je suis désolé » il ne sait pas faire », nous confie-t-elle.

L. revient sur le fait qu'elle a été forcée de prendre ses distances avec son père pour préserver sa mère. « Elle ne faisait pas en sorte non plus que je sois proche de lui » rajoute-t-elle en parlant de sa mère vis-à-vis de son père.

Elle conclut en spécifiant que désormais son père ne lui met plus la pression, qu'ils commencent à tisser une belle relation et, qu'elle avait été étonnée, qu'après « deux ans de coupure », il puisse valider ses choix de vie.

3.3.5 Blason du couple



3.3.5.1 bis Description du blason du couple de L.

Durant la description de son blason du couple, L. nous a confié qu'elle se questionnait quant à l'avenir de sa relation de couple. « je ressens plus de l'attachement maintenant que vraiment de l'amour quoi. Pour te le dire un peu crûment, j'ai l'impression qu'on est coloc maintenant quoi », dit-elle. De plus, elle s'est aperçue qu'il y avait un décalage au niveau de leurs valeurs qu'elle ne peut accepter. « Plein de valeurs et des trucs comme ça qui ne concordent pas avec les miennes », explique-t-elle. À ce stade-ci, elle nous confie que le fait de redevenir célibataire ne l'inquiète pas, que c'est « juste une variable qui va changer ». Lorsque nous lui avons demandé quelle serait sa relation idéale qui comblerait ses besoins, elle nous a répondu ceci : « il me faut quelqu'un qui sache me tenir, être capable de me dire merde, mais aussi de me rassurer ; parce que là j'ai l'impression d'être sa maman. C'est fatiguant et ce n'est vraiment pas ce que je veux être. Et surtout quelqu'un qui communique ses envies et ses besoins ». On peut constater que L. n'a plus envie d'endosser un rôle de parent, que ce soit envers sa mère ou envers son partenaire.

Comme devise, elle a écrit « Soutien ». Elle explique qu'elle peut compter sur son compagnon parce qu'il est « présent » et « fiable ».

Dans la case du passé, elle a noté « déménagement en Belgique ». Cet événement correspond à une période difficile pour la jeune fille. En effet, L. « se sentait mal dans sa peau », car elle avait pris du poids, dû entre autres, à la rupture avec sa mère. Elle estime que cette situation aurait contribué à créer une distance au sein de son couple. « Depuis la Belgique, ça ne va pas trop », nous confie-t-elle.

Dans la case de l'objet, L. a dessiné une peluche qu'elle détient depuis son enfance. Cette peluche, au départ victime de moqueries de la part de son conjoint, est devenue un « objet transitionnel de communication » pour leur couple, surtout pour lui. « Il investit beaucoup la peluche depuis quelque temps, encore plus depuis qu'il y a cette distance entre nous, parce que ça sent mon odeur », nous confie-t-elle en parlant de son copain. L. revient sur le fait qu'elle envisage de mettre un terme à sa relation, mais qu'elle n'ose pas, en grande partie par peur que son compagnon ne puisse supporter la séparation. Elle ressent également une dette envers ce dernier, car il serait venu en Belgique pour elle, et continue à y vivre alors qu'il ne s'y plaît pas. On peut remarquer que la culpabilité est un sentiment très présent chez la jeune fille.

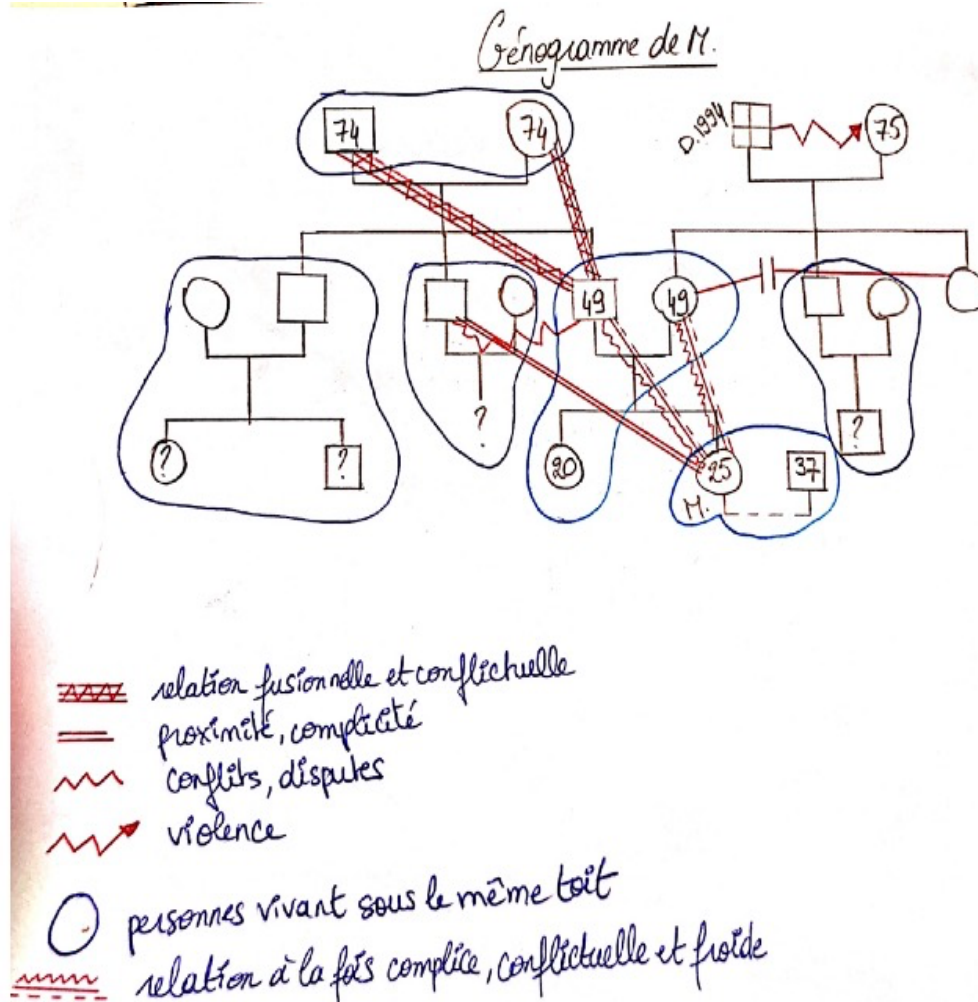
Dans la case du présent, après nous avoir confié qu'elle ne « savait même pas quoi mettre », elle a écrit « soutien » et « Netflix ». En effet, ils sont tous deux casaniers. Regarder la télévision ensemble était un moment ressourçant pour eux après le travail ou une journée à l'Université. De plus, malgré les difficultés au sein du couple, la jeune fille trouve en son compagnon un réel soutien quotidien. Cependant, elle revient sur la dépendance affective de son partenaire. Elle essaie de le pousser à faire des activités de son côté, pour son propre épanouissement à lui, mais il ne parvient pas à s'autonomiser. On peut remarquer que la dépendance est présente dans ce schéma relationnel, ce qui amène la jeune fille à prendre ses distances.

Dans la case de l'avenir, elle revient sur cette impression de « dette » qu'elle ne saura jamais rembourser à son partenaire. Cette notion de dette peut être apparentée au concept d'éthique relationnelle de Boszormenyi-Nagy. « La thérapie contextuelle s'appuie sur la notion d'éthique relationnelle, à savoir la juste répartition des mérites, des bénéfices et des obligations dans les relations interpersonnelles. » (Goldbeter-Merinfeld, 2010, p 5)

Elle a l'impression de lui faire « subir une vie qu'il n'a pas envie d'avoir en Belgique », ce qui rend la situation trop complexe à ses yeux pour mettre un terme à sa relation. Elle nous confie se réfugier dans le travail pour éviter d'y penser.

3.4 Outils utilisés avec le Sujet 3 : M.

3.4.1 Génogramme



3.4.2 Réponses de l'Échelle de parentification

	Avant l'âge de 14 ans	De 14 à 16 ans
1	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Souvent
2	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Souvent
3	À l'occasion	À l'occasion
4	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Rarement
5	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Jamais ou ne s'applique pas à moi
6	Rarement	Rarement
7	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Jamais ou ne s'applique pas à moi
8	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Rarement
9	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Jamais ou ne s'applique pas à moi
10	Jamais ou ne s'applique pas à moi	À l'occasion
11	Rarement	Rarement
12	À l'occasion	Très souvent
13	Jamais ou ne s'applique pas à moi	À l'occasion
14	Jamais ou ne s'applique pas à moi	À l'occasion
15	Rarement	Souvent
16	Rarement	Souvent
17	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Souvent
18	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Souvent
19	Jamais ou ne s'applique pas à moi	À l'occasion
20	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Très souvent
21	Rarement	Souvent
22	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Très souvent
23	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Souvent
24	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Rarement
25	À l'occasion	Souvent
26	Rarement	Souvent
27	Jamais ou ne s'applique pas à moi	À l'occasion
28	Jamais ou ne s'applique pas à moi	Rarement
29	Jamais ou ne s'applique pas à moi	À l'occasion
30	Jamais ou ne s'applique pas à moi	À l'occasion

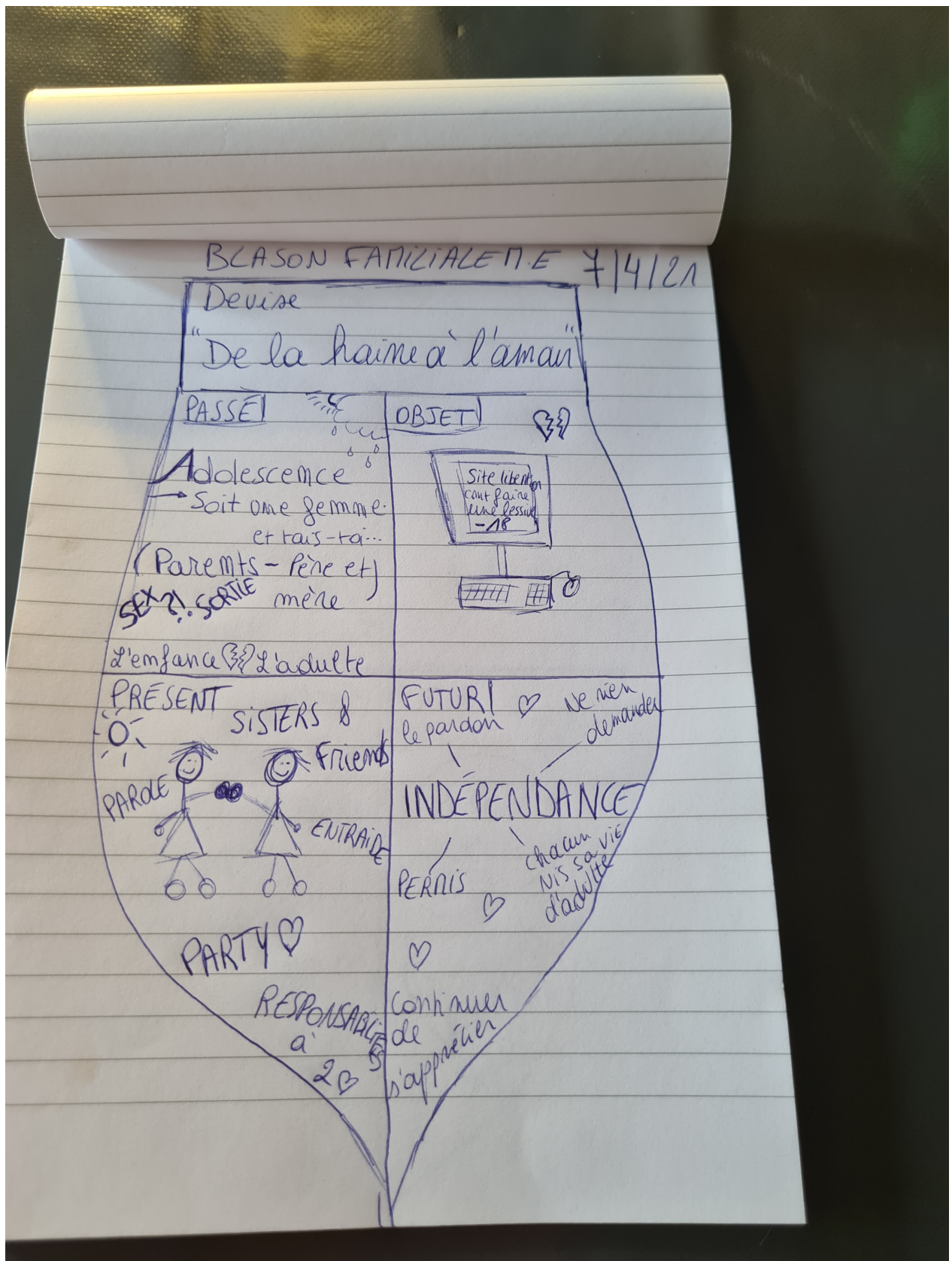
3.4.3 Analyse des thèmes

Analyse des thèmes de M.

Thèmes

- Moment charnière à l'âge de 14 ans
- La protection (de la petite sœur)
- La sexualité (découverte précoce, curiosité précoce)
- Le monde du libertinage
- L'incompréhension (générale face à la situation de ses parents)
- La remise en questions (par rapport à sa normalité)
- L'adolescence (période de construction compliquée)
- Le changement rapide (chamboulement et bouleversement par rapport au quotidien de vie dès l'annonce du libertinage des parents)
- L'intimité (on l'a fait rentrer dans des domaines intimes à son insu)
- La contrainte (face à la situation générale, elle répète souvent qu'elle n'a pas eu le choix)
- La découverte, l'exploration (du monde libertin à travers ses parents, de sa propre sexualité, de l'autonomisation, ...)
- La fratrie (la relation qu'elle entretient avec sa petite sœur)
- Le rôle parental (gros changement dans l'attitude générale des parents)
- Les sorties
- La liberté (sa propre liberté pour se détacher de ce contexte qu'elle cite de « particulier »)
- L'argent (problèmes financiers du côté de ses parents à l'époque)
- Le besoin de distanciation et d'autonomie pour prendre soin d'elle
- Le chantage (des parents)
- Le script (correctif, relationnel, de couple)
- L'angoisse (peur de ce qui aurait pu arriver)
- La peur
- La déception (« waouw, tu te prends une claque dans la tronche »)
- La rancœur
- Le regret
- La tristesse
- Les reproches
- Les attentes
- La prise de responsabilités (des parents , rejet)
- Le dépassement des limites (c'est « inacceptable »)
- Le regard des autres
- Le jugement
- Le manque de réciprocité
- Le soin de soi
- L'évitement
- Le manque de soutien
- Imposer des limites (Elle a des difficultés à en imposer)
- Le burn out
- La confiance (envers son partenaire)
- La famille
- Les troubles alimentaires (relation à son propre corps)

3.4.4 Blason familial



3.4.4.1 Description détaillée du blason familial de M.

Comme devise, elle a écrit « de la haine à l'amour ». Elle raconte que durant son adolescence, il y a eu beaucoup de conflits, de haine par rapport au contexte particulier de ses parents. Maintenant qu'elle devient adulte, qu'elle ne vit plus avec eux, elle aimerait retrouver une paix intérieure et ne plus être au cœur du conflit quand elle les voit. D'ailleurs, elle a l'impression que ses parents sont plus fiers d'elle actuellement qu'auparavant. Il leur arrive même de lui dire qu'ils l'aiment à l'occasion. Chose à laquelle elle n'a pas du tout été habituée. Elle pense que cette attitude parentale, plus ouverte émotionnellement, serait survenue suite à sa prise de distance et à son indépendance.

Dans la case du passé, elle a noté « père et mère » parce que c'est eux qui lui ont annoncé leur libertinage. Elle a ajouté à côté « sexe et sorties » pour faire référence aux activités de ses parents qui l'ont affectée. Elle explique qu'elle a dû devenir une petite femme, sans avoir le choix (« sois une femme et tais-toi »), plus tôt que les autres. On peut également remarquer qu'elle a dessiné un cœur brisé entre « enfance » et « adulte » pour signifier qu'il y a eu une réelle coupure à l'adolescence, suite à l'annonce de ses parents. Il n'y a pas eu de transition entre l'enfance et l'âge adulte parce qu'elle a dû endosser des responsabilités d'adulte dès l'âge de 14 ans.

Dans la case du présent, M. m'a raconté oralement qu'un de ses refuges était Disneyland Paris. C'est un endroit dans lequel elle se rend fréquemment, surtout avec son partenaire. Ce parc d'attractions est un univers magique qui lui permet de ne penser à rien d'autre qu'à elle-même. Elle considère son partenaire comme un pilier, comme une ressource, la plus grande à ses yeux. Elle ajoute qu'être là-bas lui permet de se changer les idées. Elle apprécie aussi rester dans sa bulle, chez elle. Elle se ressource « à fond » quand elle est chez elle, sans télévision ni ordinateur. Elle a besoin de prendre du temps toute seule, dans son « cocoon ».

Elle a dessiné sa sœur et elle se tenant la main. C'est un soulagement pour elle de pouvoir se reposer sur sa petite sœur, car désormais, elles s'entraident et se partagent les responsabilités parentales (« responsabilités à 2 »). Par contre, elle nous raconte que sa sœur fait passer souvent sa fierté avant tout, et qu'elle n'a pas obtenu de reconnaissance de la part de cette dernière, malgré le fait qu'elle comprenne mieux les enjeux du contexte familial.

Concernant l'objet emblématique, M. a dessiné un ordinateur avec écrit sur l'écran « site libertin, comment faire une lessive, -18 ans ». D'une part, elle confie que ses parents avaient tendance à laisser l'ordinateur allumé sur des sites de rencontre libertins, ce qui l'a marqué, car cette situation survenait régulièrement. Elle estime que ça aurait été la moindre des choses que ses parents fassent attention à ce qu'ils font, surtout lorsqu'il n'y a qu'un seul ordinateur pour toute la famille. D'autre part, elle nous a raconté des anecdotes quant à son apprentissage des tâches domestiques via l'ordinateur. Ses parents ne lui expliquaient pas comment repasser, comment cuisiner, comment faire la lessive, etc. Elle a donc utilisé internet comme outil d'apprentissage pour combler le manque d'investissement de ses parents. Elle dit ceci « À un moment donné, quand tes parents ils ne sont plus là, et que tu dois faire tout toute seule, ben tu te démerdes avec ce que tu as tout simplement ». Elle n'osait pas leur demander de l'aide, car elle ne se sentait pas écoutée. Elle nous rapporte que par contre, elle ne sait absolument pas cuisiner, mais que par chance, son partenaire, lui, adore. Elle enchérit en disant qu'il y a une super belle complémentarité dans son couple. On peut également observer de nouveau un cœur brisé, au-dessus de l'ordinateur. Cette situation l'a attristée, car elle ne se sentait pas soutenue et elle se retrouvait livrée à elle-même la plupart du temps.

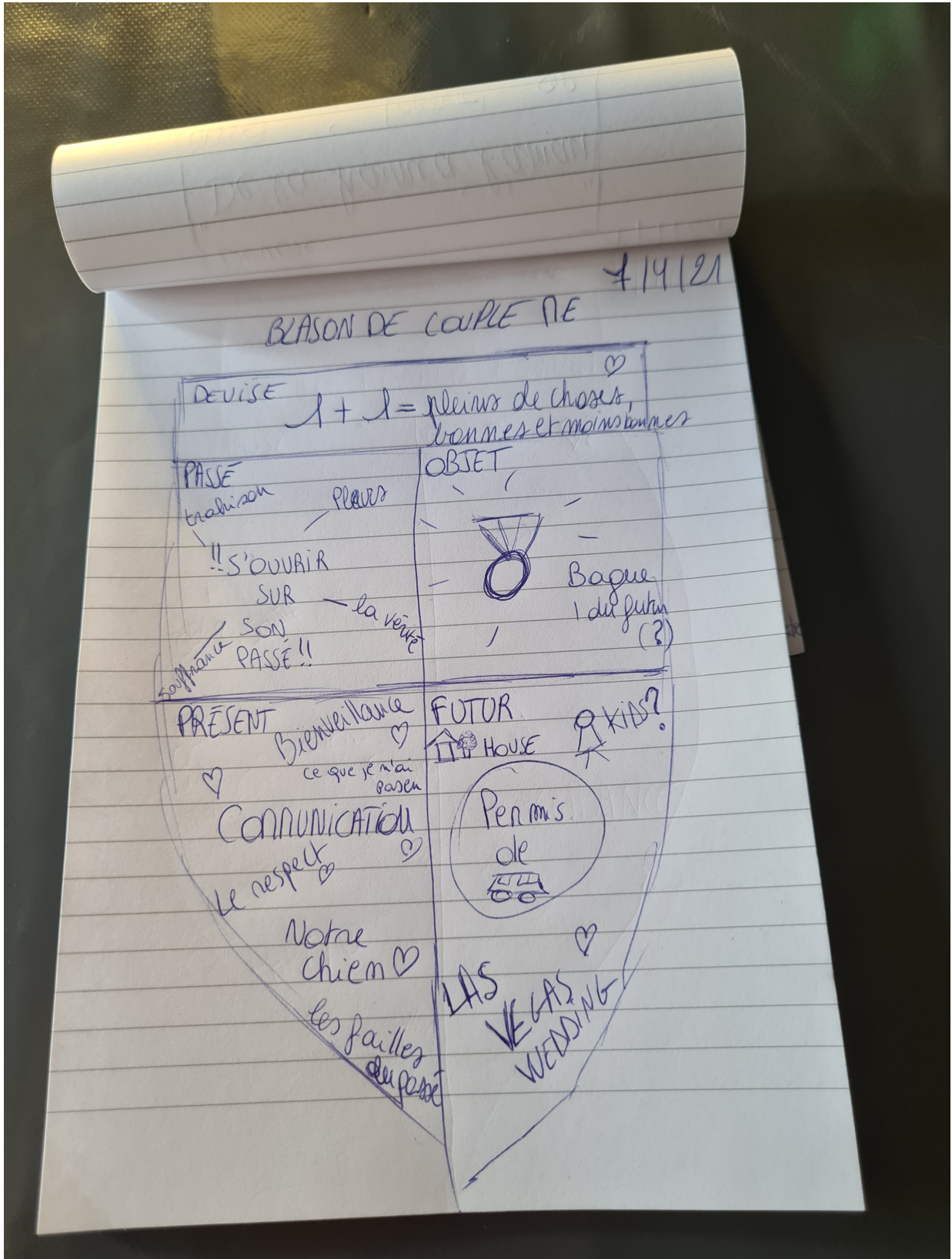
L'ordinateur représente à la fois une source d'intrusion dans l'intimité de ses parents, contre son gré, et à la fois une source d'informations pour se débrouiller seule dans la vie. Finalement, une métaphore qui représente à la fois « l'intrusion non consentie » dans l'intimité de ses parents, la solitude et l'autonomisation.

Dans la case de l'avenir, sa mission personnelle en tant que membre de sa famille c'est de conserver son indépendance à tout prix. Elle ne tient absolument pas à revenir chez ses parents. Elle insiste sur le fait que la première chose qu'elle a réellement désirée, plus que tout à l'époque, c'était de quitter la maison familiale. Elle aimerait obtenir son permis assez rapidement pour gagner davantage en indépendance. Elle assimile son indépendance à la tranquillité. De plus, elle est fière d'être partie de ce contexte et de ne plus être obligée de suivre toutes les directives de ses parents. Elle a pu sortir de ce rôle de baby-sitter qui permettait à ses parents d'avoir une emprise sur elle. Elle ajoute qu'à l'heure actuelle, il y a toujours un grand manque de réciprocité dans la relation qu'elle entretient avec ses parents, mais également entre ses parents et son propre couple. En effet, M. n'ose pas demander quoique ce soit à ses parents par peur qu'ils la fassent se sentir redevable de façon excessive. Elle a l'impression d'avoir une épée de Damoclès au-dessus de sa tête. Elle nous confie que la haine s'est éloignée par

rapport à l'amour, mais qu'elle n'est « jamais à l'abri d'un petit orage ». Par exemple, elle préfère aller manger chez eux que l'inverse parce que sinon , même si elle a beau faire du ménage et préparer un super repas, ses parents ont toujours des réflexions à faire. Cette attitude la blesse donc elle préfère éviter de se placer dans une situation qui pourrait la mener à ça. Elle pense qu'il y a divers impacts sur elle à cause de ses parents dans son quotidien de vie. Elle est devenue « maniaque » dans la vie de tous les jours, elle pense avoir des problèmes avec l'abandon , elle a toujours besoin que « les autres voient ce qu'elle fait pour eux », tout doit être organisé...

Elle a terminé son blason en abordant l'éducation hypothétique qu'elle donnerait à ses futurs enfants, si elle décide d'en avoir. Ses parents ne sont pas d'accord avec sa vision des choses, mais elle insiste sur le fait que ce sera son enfant et donc son éducation. Contrairement à ses parents, elle veut apporter du réconfort et du soutien continu à ses enfants.

3.4.5 Blason du couple



3.4.5.1 Description détaillée du blason du couple de M.

Comme devise elle a écrit « 1+1= plein de choses, bonnes et moins bonnes ». Elle explique qu'avec son partenaire, il y aura toujours des hauts et des bas, mais qu'ils resteront soudés quoi qu'il arrive. Quand ils sont ensemble, ils sont « plus forts que tout ». Au niveau des choses qu'elle qualifie de « moins bonnes », c'est par rapport à son partenaire qui lui-même a eu une enfance difficile. Parfois, c'est compliqué pour eux de jongler avec leur souffrance mutuelle. Elle aborde également la thématique de la méfiance envers les autres. En effet, elle appréhende que les gens ne soient pas reconnaissants envers elle, ce qui peut également impacter sa relation de couple. De plus, elle a mis du temps à s'ouvrir à son compagnon et à ne pas se sentir jugée, car au début de leur relation, il y a eu un évènement marquant et source de souffrance pour elle qu'elle qualifie de « trahison ». De fait, après trois mois de relation, son copain est parti en vacances soi-disant tout seul alors qu'en réalité, il était parti là-bas avec son ex-compagne. Il ne s'est rien passé, mais il n'a pas osé le dire à M. directement par peur de la perdre, et parce qu'il ne savait pas si leur relation était vraiment sérieuse. C'était des vacances prévues de longue date avec un certain budget, chose pour laquelle il aurait quand même préféré partir avec son ex-compagne chacun de leur côté. Cet épisode ne l'a absolument pas aidé à lui accorder sa confiance. Malgré leur début de relation tumultueuse, elle est heureuse de lui avoir accordé une seconde chance et d'avoir construit une belle relation.

Dans la case du passé, elle a écrit « s'ouvrir sur son passé ». Elle raconte que son compagnon avait de grosses difficultés pour parler de son passé, qu'il se « fermait comme une huître » et qu'il « ne voulait jamais en parler ». Elle réaborde la « trahison » du début de relation en explicitant que ce n'était vraiment pas une période facile, qu'il y a eu « des pleurs, de la souffrance » et qu'il y a même eu une rupture à ce moment-là. Elle explique que ça a été « un long parcours » et que maintenant ça va faire quatre ans qu'ils sont ensemble. Ce qui s'est passé à l'époque a renforcé leur relation. Ils ont pu lever le voile sur leur manque de communication et son partenaire a su la rassurer par la suite.

Elle raconte également être possessive à cause de son passé, à cause de « l'abandon » qu'elle a ressenti avec ses parents. Maintenant, elle trouve une source de protection basée sur la réciprocité dans son couple. Lorsqu'ils se disputent, elle a tendance à se refermer sur elle-même et à râler pendant que son compagnon s'isole dans son coin. Après trente minutes

maximum, son copain revient vers elle en lui demandant si elle a fini de râler et puis « c'est fini ».

Si elle avait l'opportunité de claquer des doigts afin d'avoir une relation idéale à ses yeux, elle ferait en sorte que leurs projets avancent plus rapidement. Le contexte du Covid et le travail n'ont pas été chose aisée à ses yeux dernièrement. Elle se met une pression au niveau du temps et des projets qui doivent être réalisés dans un certain laps de temps, mais elle ne veut plus penser comme ça parce « on ne sait jamais de quoi est fait demain ... ». Par projet de couple, elle entend le fait d'acheter une maison, de se marier et potentiellement d'avoir des enfants.

Concernant l'objet emblématique, elle a dessiné une bague de fiançailles. Elle considère les bagues comme des objets de valeur en règle générale. D'ailleurs, elle a offert une bague de valeur à son compagnon il y a deux ans. Pour elle, c'était un cadeau qu'elle lui offrait avec « toutes ses pensées, tout son amour, toute sa sincérité ». A contrario, son compagnon ne lui offrira une bague que le jour où il la demandera en mariage parce qu'il veut que cette bague soit la bague qui représente leur union et leur amour. Il ne tient pas à lui prendre une bague de fantaisie juste comme ça, car pour lui, ce serait gâcher l'importance qui se cache derrière un tel cadeau. Elle ajoute qu'elle a conscience que « tout le monde n'est pas mariage », que « chacun a sa vision du mariage », mais pour elle c'est important que si un jour elle décide de se marier, ce sera pour eux et pour personne d'autre. Leur rêve, ce serait de se marier à Las Vegas pour partager cette folie commune qui les représente. Ils aiment voyager et elle insiste sur le fait qu'elle n'a besoin de personne pour se marier. Ce n'est pas nécessaire pour elle d'être entourée par sa famille ou d'avoir des témoins.

Dans la case du présent, elle considère la communication entre son partenaire et elle comme une ressource. Pour arriver à ce stade de communication, ils ont fait preuve de respect, de bienveillance et ont su surmonter les failles du passé. La bienveillance, elle la retrouve désormais dans son couple, ce qui lui procure une paix intérieure. Elle cite également son chien comme ressource, car ils le considèrent comme leur bébé et ils doivent s'en occuper à deux. Elle ajoute que s'occuper d'un chien, ce n'est pas toujours aussi simple que ça et elle ne comprend pas les gens qui font des enfants trop vite. Selon elle, c'est un manque de réflexion qui peut avoir de graves répercussions, « un enfant ce n'est pas qu'un bébé, ce n'est pas que le petit enfant que tu vas amener à l'école. C'est un après... Après il va y avoir sa préadolescence, son adolescence jusqu'à quel âge ? Jusqu'à quel âge va-t-il rester ton enfant ? Tu ne sais pas !

Et c'est comme ça si tu décides d'avoir un enfant, tu dois assumer cette conséquence de se dire « ben j'ai fait un enfant, je sais quand il va arriver, mais je ne sais pas quand il partira. » ».

Dans la case du futur, elle a écrit/dessiné et entouré « permis de conduire ». Comme déjà mentionné lors du blason familial, c'est très important pour elle d'obtenir son permis de conduire afin de gagner en indépendance, que ce soit pour elle ou pour son compagnon qui fait le « taxi ». Comme autre mission, elle aimerait beaucoup acheter une maison avec son partenaire endéans les deux ans avant que ce dernier atteigne ses quarante ans. Évidemment, si l'aspect financier est au rendez-vous. Elle a également écrit « Las Vegas

Wedding » et « Kids ? » en référence à ce qu'elle a dit concernant le fait d'avoir des enfants et de se marier à Las Vegas. Elle termine en expliquant que quand elle était avec son ex-copain, ses amis venaient chez elle parce qu'elle était souvent seule. Or, désormais elle a vraiment un rythme de vie différent, et ses amis ont dû mal à accepter qu'elle soit moins disponible qu'avant, car ils sont possessifs. « Eux vivent toujours chez leurs parents, ils n'ont rien à payer dans leur quotidien, ne serait-ce même que leur voiture tu vois... » , elle ne sent plus sur la même longueur d'onde que ses amis et c'est un facteur qui la touche, même si elle sait rester seule.