

L'année dernière, j'ai eu la grande chance de pouvoir accompagner deux mères et filles dans la résolution de leurs conflits. J'ai été touchée par la densité de leur relation. Cela m'a amené, en supervision, à réfléchir à ma propre relation avec ma mère. J'avais déjà eu l'occasion de pouvoir travailler sur celle-ci pendant de nombreuses années, mais de nouveaux questionnements émergeaient : « Que se jouait-il dans ces conflits ? Pourquoi est-il si intense ?

Les difficultés fille-mère une question d'adolescence ?

Ma propre relation avec ma mère s'est dégradée à partir de l'adolescence, c'était le cas aussi pour ces deux accompagnements. Les deux mères témoignaient de la même difficulté ; « *Je ne reconnais plus ma fille, nous étions si proches et maintenant je ne sais plus comment lui parler, c'est comme si la confiance avait disparu* ». Ces difficultés relationnelles ont eu de graves répercussions sur la santé mentale des deux jeunes filles. L'une s'est infligé des scarifications et l'autre a fait une tentative de suicide. C'est après une période d'hospitalisation et dans le but de renouer le lien qu'elles ont été orientées vers de la thérapie familiale.

Il ne fait peu de doute que les questions d'identité commencent à s'agiter, à se questionner avec l'adolescence. Les futures adultes que sont ces jeunes filles commencent à se dessiner. C'est aussi à l'adolescence qu'on s'émancipe de la relation enfant-parents.

Dans les deux cas présentés ici et nommés (nom d'emprunt) Julia et Juliette et Sophia et Pauline, les filles et les mères semblaient ne plus se connaître. Elles semblaient craindre leurs jugements respectifs. Ces différentes craintes ne permettaient pas de se parler, d'oser se dire. De fil en aiguille, une distance s'était créée et il semblait impossible de pouvoir « retrouver » la même connexion qu'avant ? Était-ce souhaitable, étais-ce possible ?

Dans les deux cas, la communication directe et frontale et les techniques de résolution de conflit classique ne me semblaient pas indiquées. Elles étaient chacune retranchées dans leurs positions et accompagnées par des psychologues et/ou psychiatres. J'ai choisi de travailler par le jeu et les histoires afin de créer pour chacune un nouveau recadrage.

Julia témoigne ; « *Cette thérapie nous a été très utile. Elle a permis de dénouer le nœud de la communication avec ma fille. Les cartes nous permettent de visualiser les pensées de l'autre et ouvrent le dialogue. J'ai beaucoup aimé les jeux proposés. Le choix des petits personnages m'a permis de comprendre beaucoup de choses concernant ma fille.* »

À travers l'espace proposé et les supports ludiques, chacune a pu plus facilement se mettre à la place de l'autre, chacune a pu aussi exprimer sa perception de leur relation. Au terme de ce premier travail, il n'était plus nécessaire pour Julia et Juliette de revenir sur le conflit initial, car en ayant modifié les points de vue de chacune le conflit avait disparu de lui-même.

Pour Sophia (mère) et Pauline (fille), la situation était un peu plus complexe. Pauline n'avait plus confiance en sa maman et d'une certaine façon la disqualifiait. Cette situation faisait souffrir Sophia. Pour cette maman et sa fille, la thérapie a pris plus de temps, il a fallu pouvoir renouer le dialogue, solder les comptes. La première partie de travail a consisté à communiquer leurs ressentis et besoins. Pour cela, j'ai de nouveau utilisé des figurines représentatives.

Les difficultés fille-mère une question d'identité ?

Sophia et Pauline sont rentrées complètement dans l'exercice. Pauline a utilisé le cadre libre de l'exercice pour représenter sa maman sous deux personnages différents et à la fois semblables. Un ours chaleureux Winnie et un ours Grizzli. Nous avons pu échanger sur perception. Pauline voyait sa maman comme une menace et comme réconfortante (protection versus intrusion). Les peurs, les fiertés, les abandons, les trahisons, autant d'émotions traversant la fille et mère ont trouvé un espace d'expression. Si pour Julia et Juliette cette partie avait suffi à mettre en mots les comportements incompris de chacune et de retrouver une nouvelle façon de faire, ce n'était pas le cas pour Sophia et Pauline.

Des blessures anciennes ne permettaient pas à Pauline d'accepter une nouvelle place pour sa maman. Nous avons par conséquent réalisé un deuxième objectif de travail. Il était question de revenir sur l'histoire de Sophia, comment elle était devenue maman, comment elle avait appris à être maman. Ce travail sous forme

créative a permis aussi de parler du papa de Pauline, absent de la vie de celle-ci. Au fur et à mesure des séances, Pauline a pris plus de place, elle s'est aussi rebellée, affirmée vis-à-vis de sa maman. Sophie et Pauline ont pu utiliser l'espace thérapeutique pour redessiner les futures places et rôles qu'elles allaient se donner dans leurs relations. Lors d'une séance la maman a exprimée, la volonté de régler un différend qu'elles vivaient à cet instant. Pauline exigeait de changer d'école et de section. Elle formulait cette demande de façon agressive, en sachant que sa maman s'y opposait. Elle utilisait le chantage comme moyen de pression. Ce que nous avons travaillé précédemment en séance a permis d'asseoir les positions et décisions de Sophia et à Pauline de les accepter. Parallèlement, le travail sur l'histoire a continué et pris fin. Au fur et à mesure, j'ai pu observer la transformation physique de la mère et la fille, elles ont pu retrouver une relation plus stable et sereine. Sophia a demandé pardon à sa fille pour des choix qu'elle avait posés et qui involontairement avaient porté préjudice à Pauline.

Pour Jean-Paul Mugnier ¹ au travers de cette tension et la violence des sentiments entre mères-fille se joue, se rejoue des questions identitaires. Il me semble que cette hypothèse peut correspondre à ce qui se jouait dans la relation entre Sophia et Pauline. Sophia ne souhaitait pas que sa fille prenne les mêmes chemins. À l'inverse Pauline voulait rester loyale à sa maman et en même temps lui en voulait beaucoup pour les déceptions qu'elle lui avait causées. Dans le cas présent, la similarité des choix chemin empruntés par la mère et la fille est à la fois source d'inconfort et de confort. Dans la relation Sophia-Pauline, la grand-mère, maman de Sophia, était aussi fortement présente avec les mêmes interactions. Il s'est certainement joué dans le couple Grand-mère/Sophia ce qui se jouait dans le couple Sophia/Pauline. Je n'ai pas pu travailler cela pendant la thérapie.

Pour Mugnier, la mère projette sur sa fille l'aversion qu'elle a vis-à-vis d'elle-même. Sophia estime avoir commis des erreurs dans sa jeunesse et souhaite éviter cela à Pauline. Sa peur l'amène à ne pas toujours être juste ou claire dans des décisions à la fois parfois trop restrictive ou permissive.

¹ Article écoute ma fille « La rivalité mimétique entre mère et fille, un processus relationnel générateur de violence » dans Cahiers critiques de thérapie familiale et de pratiques de réseaux 2003/1 (n o 30), pages 32 à 46

Les difficultés fille-mère un manque de tiers ?

Pour Mugnier, ces questions identitaires sont encore plus prégnantes lorsque les pères sont absents ou moins présents. C'est le cas pour les deux situations présentées ici. Pour Juliette, le papa est encore présent une semaine sur deux. Pour Pauline, elle n'a plus aucun contact avec son papa.

Dans ces relations où trop grande distance et confusion des identités se mêlent, la présence thérapeutique permet peut-être de remettre du tiers et de retrouver la juste présence.

Que retenir ?

Dans ma propre histoire, l'adolescence a été le déclencheur du conflit avec ma propre mère. Il ne fait pas de doute me concernant que nos projections identitaires respectives étaient l'élément amplificateur de nos différends. Sans doute, nous avons pu en résoudre une partie, car un tiers, en l'occurrence mon père, était présent dans notre relation. Globalement, si la tension relationnelle a pu redescendre, nous n'avons pas pu régler nos différends en profondeur. C'est sans doute pourquoi mon travail thérapeutique me tient tellement à cœur. Ces questions sont tellement délicates et fragiles qu'il me semble bienveillant et naturel de travailler le recadrage par des outils ludiques ou des outils métaphoriques. Nos identités étant à la fois nos piliers et nos fragilités. Une dernière conclusion me semble être que le conflit amenant à la consultation est souvent, voire systématiquement, la partie visible du nœud relationnel. Là aussi, la métaphore permet d'aller plus rapidement et plus délicatement sous la partie visible, là où les mots sont trop petits pour exprimer les paroles du cœur.

