

Article n°3 :

"Le Visage de la Honte" D'après un témoignage



Ou les blessures de la violence au cours d'une éducation.

« Notre famille était une famille que l'on pourrait considérer comme modèle.

Père et mère très aimants, parfaits intellectuels, bien « réglés » culturellement et socialement, sans rien pour assombrir l'horizon.

Je suis la plus âgée d'une fratrie de 5 sœurs, bénies par les sacrements de notre église catholique. La religion ayant été investie profondément en nous, comme dans quelques membres de notre famille faisant partie du clergé. – Mais mon témoignage pourrait être vécu dans toutes les confessions.

« Notre éducation a été bercée par des contes de fée à « métaphores correctes » et par des chansons de bon sens. Nos vacances en famille se sont passées tout le temps en voyage à la découverte de pays à plages au sable chaud, ou dans notre pittoresque maison secondaire aux pieds des alpes.

« Nous avons toutes été initiées à l'art et à la musique; toutes, nous avons eu des professeurs particuliers afin d'affermir nos connaissances, avec des incitations à l'ouverture à la communication et aux nouvelles technologies.

« Arrivées à l'âge adulte, nous avons toutes réussie professionnellement et aussitôt, nous nous sommes toutes éparpillées sur le globe – dans les cinq continents, comme pour aller loin de tous nos souvenirs, ou plus loin encore de ceux qui nous ont donné la vie ?

« Je ne peux pas parler ici au nom de mes sœurs, mais seulement en mon nom propre, chacune de nous ayant différentes sensibilités et un vécu peut être ressenti différemment en fonction des ressources de nos personnalités respectives. Pour ma part je me sens brisée!

« Avec une éducation très stricte, malgré tout j'ai aimé mes parents; j'ai suivi leurs directives et mes études d'une façon méthodique obtenant à la fin des diplômes qui me permettent aujourd'hui de faire face à la vie.

« MAIS ...La discipline.. toujours la discipline au centre de l'éducation d'un enfant – PAR PITIE - pas à n'importe quel prix!

Dans ma tête j'ai des souvenirs heureux, mais j'en ai d'autres plus lourds qui m'ont laissé des traces et qui pèsent sur ma « balance » (équilibre) de tous mes jours.

« Dans mon enfance j'ai été une fille joyeuses (je le suis encore maintenant, mais je me demande si je ne le suis pas par apprentissage), espiègle, toujours « en quête de.. » et insouciant. Ainsi pendant nos vacances, j'étais partante pour des découvertes et je me perdais en marches au bord de la mer ou dans des grottes qui me semblaient intéressantes.

Et c'est là que se situent certains souvenirs douloureux : A chacun de mes retours avec la naïveté de mon âge, j'amenais plein de galets de toutes les formes et surtout des coquillages, des « trésors » me disais je, « c'est pour partager avec mes sœurs »... mais la fessé m'attendait aussi au retour : les yeux rouges, certainement autant de colère que d'inquiétude, mon père se jetait sur moi avec de grosses ceintures pour me punir de mes actes. Voyant mes jambes marquées en parties par les coups, il ajoutait encore – « maintenant tu vas être belle pour te promener et, à chaque fois que tu referas la même chose je te punirai encore plus! ». Et c'est ainsi qu'il a répété pour toute action jugée par lui comme une faute, ce même genre de punition. Ma mère confuse et peinée me gardait dans ses bras pour me réconforter. Après, dans ma cachette qu'était pour moi la nuit et dans le fond de mon lit, je continuais avec mes pensées « les découvertes ». Mais peu à peu avec ces scènes à répétition, j'ai apprivoisé la spontanéité de mes élans pour découvrir la peinture et m'évader dans les paysages.

« Pendant toute ma vie d'enfant, d'adolescente et de jeune fille, les moyens disciplinaires de mon père sont passés par différentes approches mais toutes avec le seul mot d'ordre « la violence » : Des violences au corps et des humiliations; dans ce que je me rappelle de mon enfance, il a eu à mon égard des violences plus psychologiques avec destruction de mes jouets préférés, de mes vêtements, et des humiliations en public ou entre amis, là il semblait jouir de son attitude menaçante en public. A ces violences plus subtiles faites en privé comme au titre de « vieil adage », néanmoins blessant, s'ajoutait la menace de se transformer en scène publique. Ainsi mon éducation a été pendant tous ces périodes, ébranlée par l'humiliation.

Alors que par ailleurs , les bonnes observations trimestrielles de mes enseignants me donnaient droit à des cadeaux et à des grands sourires. Pour mes anniversaires je recevais quantité de cadeaux et de belles fêtes étaient organisées par la famille et les amis.

« Cependant en mon for intérieur, je ne comprenais pas le comment de cette discipline - de ce que j'interprète aujourd'hui comme « un clivage » - tout va bien, tu as droit à un prix, tout va mal, tu as droit non seulement à une punition mais surtout à la violence, « je te punis avec violence », sans jamais considérer que l'enfant peut ne pas connaître certaines notions du « mal » ou de danger.. En plus mon père me disait à chaque fois –« je t'aime » – quel paradoxe pour un enfant !

« Dans ce témoignage, Je ne veux pas me transformer en juge pour mes parents. Mais si je le porte maintenant, c'est pour les autres – ... - pour vous dire que ça fait mal, que lorsque vous frappez sur le corps ou sur l'esprit d'un enfant, vous laissez des traces parfois invisibles, qui le poursuivent toujours et qui peuvent en quelque sorte briser une vie. Quand vous êtes trop sévères, pour un enfant vous êtes sévère d'une façon incommensurable, alors que lui il cherche à se faire aimer, et à apprendre aussi sans doute, mais autrement. »

Approche Psychologique sommaire :

Ses difficultés :

Catherine est une jeune femme de 35 ans, haut responsable dans une entreprise transnationale.

Elle vient en consultation pour un manque d'assurance en soi et pour des « paniques masqués en face la hiérarchie ». « *J'ai eu tout dans ma vie cependant, je suis une personne nostalgique qui joue à être gaie pour oublier ses tristesses. Jamais, je n'ai le temps pour moi, ma journée finie je suis toujours chez des amis et après chez d'autres pour les aider à faire des choses dans leurs appartement, ou pour les accompagner dans leur peine. Tout le temps j'aide quelqu'un. N'importe comment, je n'ai pas le temps pour moi. N'importe comment, je suis incapable de refuser des choses et parfois c'est vraiment invraisemblable, ainsi, je me vois partir pour des kilomètres de randonnées alors qu'après, il m'est très difficile de marcher pendant des jours. J'ai besoin de faire plaisir à tout le monde.*

Je crois que je n'ai pas d'estime pour moi et avec tous ces « allers et retours », je me demande aussi si je ne me punie encore pour quelque chose, j'ai un esprit tourment ».

Ayant un poste à responsabilité, elle soigne ses présentations de façon méticuleuse. Néanmoins elle dit : « *Quand ma présentation a le moindre petit problème, j'ai honte, je fais des cauchemars, je rêve avec des gens qui me tenant pour responsable me cherchent pour me frapper et je fuis, je fuis et cela dure quelques jours ».*

-Là s'exprime la terreur en mémoire de la violence et des humiliations dont elle a été l'objet pendant son enfance et son

adolescence.

Par ailleurs elle affirme avoir de grandes difficultés de prise de décision, faisant prévaloir la critique des autres en dépit de ses propres convictions, avec toujours ce souci en tête que « *Tout mon travail doit être parfait* ».

Elle dit encore « *Pour ma hiérarchie je suis un des piliers de notre entreprise cependant, je tremble intérieurement à chaque entretien. Je n'arrive pas à exprimer mes pensées et je reformule les affirmations de mon directeur – situation qui dans l'échec me fait tord. J'ai peur de parler en public et d'être jugée, parfois je raconte des blagues quand il m'arrive de bafouiller les mots* ».

-Là s'exprime encore son manque de confiance en elle-même et la peur de mal faire et de la « punition » qui s'ensuivrait.

Mais plus grave encore, elle dit encore : « *Je n'ai pas fondé de famille et je n'ai pas de petit ami – peut être c'est mieux ainsi, avec tous les manques que j'ai, il aurait pu faire de moi son « pull- y- ball »* »

« Vous savez, j'ai encore trop mal, c'est lorsque j'étais petite et plus le temps passé, mon image se perdait dans le miroir, c'est ça, comme si tout mon moi avait disparu comme pour me procurer un autre visage, seulement que l'image de ce visage me fait peur – elle a le visage de la honte »

--Là s'exprime une prise de conscience de ses difficultés qui l'a amenée à demander de l'aide.

Ses valeurs :

1. L'évolution et les prises de conscience des dérives – état valorisé dans son processus de recherche de la perfection.
2. La réussite – vécue comme celle d'avoir évité l'échec, des erreurs, des faux pas.
3. La qualité – la perfection.
4. Une éthique supérieure – une certaine morale et de la rigueur.

Processus de pensée pour satisfaire ces valeurs :

1. Un certain goût pour l'information – qui va permettre d'avancer.
2. Un dialogue interne – assez critique et exigeant vis-à-vis d'elle-même, des autres, et de l'environnement. Une petite voix intérieure commente, juge, et condamne. Utilisant suivant les expressions « Je dois », « Je devrais » « Il faut » « Il faudra » « Il fallait » « Ils auraient dû »...etc

...Catherine est actuellement en cure psychanalytique et cela depuis un an. Elle en recueille déjà des effets bénéfiques.

Ruby Villar-Documet

Rendez.vous@rvd-psychologue.com