

Héritons-nous aussi de contenus symboliques ?

Le psychiatre Fabrice Berna cherche à comprendre comment soigner les possibles conséquences transgénérationnelles de traumatismes familiaux.

AURÉLIE FAESCH-DESPONT

L'idée selon laquelle nos ancêtres pourraient avoir une influence sur notre vie est largement présente dans le discours populaire. Et les récentes recherches en génétique et en épigénétique semblent venir valider ces croyances. Du moins en apparence. Mais si la biologie n'expliquait pas tout ? Avec les représentations systémiques transgénérationnelles, Fabrice Berna, professeur de psychiatrie aux Hôpitaux universitaires de Strasbourg (HUS) et chercheur à l'Institut national français de la santé et de la recherche médicale (Inserm), s'intéresse à la transmission des contenus symboliques de traumatismes familiaux passés.

L'épigénétique éclaire certains mécanismes de transmission de conditions pathologiques d'une génération à une autre. Explique-t-elle tout ?

À ma connaissance, non. Les recherches en épigénétique ont par exemple montré (chez l'animal, essentiellement) qu'un stress acquis au cours de la vie d'un individu pouvait se transmettre à sa descendance sous la forme d'une vulnérabilité et ce, sur plusieurs générations. Il s'agit là des stigmates biologiques consécutifs à un traumatisme familial. Les approches transgénérationnelles auxquelles je m'intéresse portent sur d'autres éléments hérités des générations précédentes : des schémas de pensée familiaux ou des secrets de famille, par exemple. Celles-ci permettent de questionner les contenus symboliques issus de traumatismes qui ont marqué la famille (des membres exclus, vic-

times d'un crime ou marqués par un destin tragique). L'analyse de l'histoire familiale peut révéler des répétitions inconscientes de schémas dysfonctionnels ou de troubles psychologiques. Ils semblent relier plusieurs membres d'un système familial qui, parfois, ne se sont même jamais rencontrés. Le psychiatre Ivan Boszormenyi-Nagy parlait de « loyautés invisibles ».

Comment ces deux modes de transmission, l'un biologique et l'autre psychologique, s'articulent-ils entre eux ?

Ils sont certainement complémentaires, mais ne sont pas équivalents. Et nous ignorons aujourd'hui comment ils interagissent. La transmission transgénérationnelle de contenus symboliques repose sur des modèles psychologiques, mais relève d'une hypothèse. Elle n'a pas été validée scientifiquement. D'ailleurs, je ne pense pas qu'elle pourra l'être un jour. La transmission biologique, au contraire, repose sur des travaux scientifiques très convaincants, qui ne disent toutefois rien des éléments symboliques qui sont transmis. Mais personne ne proposera une thérapie génique à un patient qui souffre d'une reproduction de schémas familiaux ! Nous avons donc besoin d'un autre modèle, d'ordre psychologique, pour penser ce type de transmission. Et c'est ça qui m'intéresse en tant que thérapeute. Les représentations systémiques transgénérationnelles permettent de répondre à ce type de demandes. Je pratique toutefois cette méthode avec beaucoup de recul, et avec curiosité.



« Cette femme ne s'autorisait pas à avoir une relation de couple satisfaisante par loyauté envers les femmes malheureuses de son système », explique le psychiatre Fabrice Berna.

En quoi consistent ces représentations systémiques transgénérationnelles ?

Cette approche reste encore très marginale dans le milieu de la thérapie classique, et en particulier académique. Mais je pense qu'elle peut être intéressante pour certains types de questionnements. Notamment pour des personnes qui s'interrogent sur des dynamiques d'échecs répétés ou de reproduction de schémas familiaux. Prenons l'exemple d'une femme qui vient me voir car, depuis dix ans, elle ne parvient pas à maintenir une relation de couple durable. Elle a eu différents conjoints. Mais la relation s'est à chaque fois terminée. Soit parce que son conjoint était déjà en couple avec une autre, soit parce qu'il a subitement dû déménager. Je propose d'examiner la dynamique familiale : est-ce lié à son vécu personnel ou y aurait-il aussi des événements similaires, voire répétés, qui ont marqué d'autres personnes de sa famille ? Le but est d'examiner s'il y a des liens symboliques dysfonctionnels avec des membres de son système familial et, si oui, lesquels. Le travail sur le génogramme peut faire resurgir une grand-tante qui, à la suite d'une liaison amoureuse avec un homme marié quand elle avait 17 ans, avait été placée chez des religieuses et est décédée un an après d'anorexie. Ou alors une grand-mère qui avait perdu son fiancé bien-aimé à la guerre, et qui avait dû épouser un homme qu'elle n'a jamais osé quitter. Ensuite, le travail de représentation systémique transgénérationnelle met ces personnages en scène. Il peut mener à la prise de conscience que la

problématique peut être en partie liée à des liens dysfonctionnels avec un membre de la famille (ici la grand-tante ou la grand-mère). Un peu comme si, inconsciemment, cette femme ne s'autorisait pas à avoir une relation de couple satisfaisante par loyauté envers les femmes malheureuses de son système. Dans certains cas, cette prise de conscience peut permettre à la personne de se libérer de sa problématique. Le but n'est pas de faire porter la responsabilité de ses difficultés à ses aïeux, mais d'aider la patiente à mieux comprendre sa réelle place dans sa famille. Ce qui lui permet d'adopter un regard différent sur son problème pour devenir plus responsable de sa vie. Il faut toujours considérer ce lien dysfonctionnel avec un aïeul comme « un » possible facteur à l'origine du problème parmi de nombreux autres. Ce n'est jamais l'unique cause.

Comment se passe la prise en charge ?

Je vois d'abord la personne en entretien individuel. Nous travaillons sur son génogramme. Je vérifie aussi l'absence d'antécédents de troubles psychiques sévères, car c'est pour moi une contre-indication. Ensuite, la séance de représentation se passe en groupe, avec une quinzaine de personnes extérieures à la problématique et au système familial. Ces personnes nous servent à mettre en scène la famille. C'est très intéressant de remarquer que, dans notre société de plus en plus individualiste, où les liens familiaux s'étiolent, ce type d'approche parle à beaucoup de gens. Pour des individus

assez seuls, qui vivent dans des familles brisées, cela a quelque chose d'apaisant de pouvoir faire l'expérience de son système familial grâce aux représentants. Après coup, je revois la personne pour un entretien de suivi. Et, s'il y a besoin, nous poursuivons avec une autre séance. Cette approche est d'autant plus pertinente qu'elle s'intègre dans un parcours psychothérapeutique déjà existant.

En quoi votre approche se distingue-t-elle des «constellations familiales», qui ont été l'objet de nombreuses critiques ?

Ce que j'appelle les «représentations systémiques transgénérationnelles» est une meilleure traduction du terme original «Familienaufstellungen» (traduit en français par «constellations familiales»). Une méthode influencée notamment par les travaux de la professeure Thea Schönfelder, pédopsychiatre à Hambourg, puis très popularisée par Bert Hellinger en Allemagne. En français, le terme est malheureusement assez connu, car il regroupe des approches très hétérogènes et parfois ésotériques ou chamaniques, dont je souhaite clairement me distancier. J'ai eu la chance de voir différentes personnes pratiquer ces méthodes dans le monde, dont certaines m'ont donné un bon exemple de ce que je ne souhaitais pas faire. D'autres ont été au contraire très inspirantes. Si les personnes qui la pratiquent sont mal formées et mal intentionnées, la méthode se prête malheureusement assez facilement à des dérives. Mais, par exemple en Allemagne, il existe aussi des approches bien plus cadrées, qui se déroulent en milieu académique. Je me reconnais mieux dans celles-ci. La technique en elle-même a ses particularités, mais tout dépend de la façon dont on la pratique et de l'éthique que l'on applique. Je suis un scientifique plutôt carré, mais je reste ouvert et curieux. C'est pour cette raison que j'ai décidé depuis deux ans de l'expérimenter dans un contexte clinique et de recherche aux Hôpitaux universitaires de Strasbourg. Je souhaite mieux comprendre la manière dont les personnes y répondent, les processus psychologiques qui sont mobilisés, ainsi que les effets bénéfiques et les effets indésirables de ces méthodes.

Les études scientifiques menées sur le sujet sont effectivement assez rares.

Oui. Et l'une des raisons est peut-être que Bert Hellinger lui-même a toujours été contre les approches scientifiques et évaluatives. C'était pour lui un sujet tabou, dont il ne voulait pas discuter. Beaucoup se sont alors distanciés de lui. Un essai randomisé contrôlé a été mené à l'Université de Heidelberg en Allemagne. Malgré de nombreuses limites méthodologiques, cette

étude fournit des éléments préliminaires de preuves sur l'efficacité des constellations familiales dans une population non clinique. Et l'efficacité a été montrée non seulement pour les personnes qui venaient présenter leur problématique, mais aussi pour celles qui venaient simplement jouer un rôle de représentant. Cela dit, les mécanismes par lesquels ces méthodes agissent restent mal compris, même après 30 ans de développements. Les échelles quantitatives classiquement utilisées dans les études semblent ici peu adaptées. C'est pourquoi j'ai décidé de me lancer dans des recherches qualitatives avec d'autres collègues, notamment des universitaires allemands. Nous allons essayer de comprendre ce qui fait que certaines personnes tirent profit de ces approches. Et peut-être que nous nous rendrons compte qu'il s'agit uniquement d'une technique de suggestion comme une autre, et qu'il n'y a rien de plus. Mais il est aujourd'hui important de consacrer des recherches à ce sujet. C'est d'ailleurs bien l'un des rôles de l'Université. ♦

L'INTERVENANT

Fabrice Berna est professeur de psychiatrie aux Hôpitaux universitaires de Strasbourg (HUS) et chercheur à l'Institut national de la santé et de la recherche médicale (Inserm). En parallèle à ses recherches sur la schizophrénie, il s'intéresse à la diversité des modèles explicatifs des maladies en psychiatrie. Son travail auprès des patients et de leurs familles l'a amené à s'interroger sur les modalités de transmission inter- ou transgénérationnelle de vulnérabilités biologiques et de contenus psychiques.

LITTÉRATURE

Hunger, C., Bornhäuser, A., Link, L., Schweitzer, J., & Weinhold, J. (2014). Improving experience in personal social systems through family constellation seminars: results of a randomized controlled trial. *Family Process*, 53(2), 288-306.

Hunger, C., Weinhold, J., Bornhäuser, A., Link, L., & Schweitzer, J. (2015). Mid- and long-term effects of family constellation seminars in a general population sample: 8- and 12-month follow-up. *Family Process*, 54(2), 344-358.

Weinhold, J., Hunger, C., Bornhäuser, A., Link, L., Rochon, J., Wild, B., & Schweitzer, J. (2013). Family constellation seminars improve psychological functioning in a general population sample: Results of a randomized controlled trial. *Journal of Counseling Psychology*, 60(4), 601-609.