



# L'ombre persistante du passé

Quand les traumatismes des ancêtres se répercutent sur les générations suivantes.

**Les traumatismes peuvent-ils se transmettre de génération en génération ? Les conclusions de la recherche en épigénétique confirment les modèles psychanalytiques.**

JOËL FREI

Né trois ans après la fin de la Seconde Guerre mondiale, le psychanalyste français Philippe Grimbert est fils unique. Maigre et maladif, le garçon n'est pas à la hauteur des attentes de ses parents, tous deux d'anciens athlètes. Il s'invente alors un frère aîné, chargé de faire leur bonheur à sa place.

Cette histoire que Philippe Grimbert rapporte pourrait s'arrêter là. Mais, dans son roman autobiographique intitulé *Un secret*, il écrit qu'après son quinzième anniversaire, les cartes ont été rebattues et ont modifié le cours de sa vie. Car il apprend à ce moment-là ce qu'il avait toujours «su» : il est issu d'une famille juive, qui a été persécutée par les nazis. Une voisine et amie juive rompt le silence imposé par les parents et lui révèle qu'il a eu un demi-frère, qui a été tué dans un camp de concentration. Un frère qui ressemblait beaucoup à son frère imaginaire. Le frère fantôme de Philippe Grimbert est-il en quelque sorte l'incarnation du traumatisme fa-

miliaire ? Selon le modèle psychodynamique de la transmission transgénérationnelle des traumatismes, les émotions qui n'ont pas été vécues consciemment par la première génération se transmettent à la deuxième. L'enfant intègre donc de manière inconsciente les expériences que ses parents ont refoulées et insuffisamment intégrées. D'après Vamik Volkan, professeur émérite de psychiatrie aux États-Unis, il devient ainsi le réceptacle de l'histoire non désirée de la génération précédente. Absorbant les souhaits et les attentes de ses parents, il est incité à y réagir. À lui donc de faire le deuil et de remédier à l'humiliation et à l'impuissance découlant de leur traumatisme.

Philippe Grimbert décrit clairement ce processus en se fondant sur sa propre histoire familiale. Avant même de découvrir ses origines juives et l'existence de son demi-frère tué, le timide garçon avait soudainement déclenché une bagarre avec un camarade de classe bien plus fort que lui qui, lors de la projection d'un documentaire sur l'Holocauste, s'était moqué des victimes juives. Portait-il ainsi inconsciemment le lourd fardeau de ses ancêtres ?

## L'empreinte épigénétique de l'Holocauste

Les résultats de recherche en épigénétique semblent venir corroborer la théorie de la transmission trans-

LES ENFANTS PLACÉS

## « La deuxième génération a connu des styles éducatifs plus sévères »

**Vous êtes coauteur d'une étude, dont les résultats indiquent que les valeurs psychopathologiques des descendants d'enfants placés ne dépassent pas largement celles du groupe de contrôle. Les troubles psychiques ne se transmettent-ils donc pas à la génération suivante ?**

En matière de transmission de déficits psychiques, il faut prendre en compte non seulement les troubles psychiques manifestes, mais aussi l'aptitude à faire face aux épreuves et la capacité de résilience. D'autres groupes de chercheurs ont indiqué que la deuxième génération peut subir des déficits à cet égard. Nous n'avons pas examiné cela. Il se peut qu'en Suisse, avec les niveaux de prospérité et d'éducation élevés, les effets sur la deuxième génération observés dans d'autres pays aient été atténués ou compensés.

**Quel rôle le style éducatif joue-t-il dans la transmission potentielle des traumatismes ?**

Dans l'étude, nous avons constaté que les représentants de la deuxième génération ont connu des styles éducatifs plus sévères de la part de leurs parents. C'est l'un des mécanismes de transmission : on part du principe que la génération suivante doit être « élevée plus sévèrement ». D'autres processus concernent les styles de communication, comme le fait d'éviter des contenus de conversation émotionnels. Cette observation a été confirmée.

**Où voyez-vous des recoupements entre vos recherches et les découvertes de l'épigénétique ?**

L'épigénétique va de pair avec la recherche sur les conséquences psychiques des troubles et des traumatismes sur la deuxième génération. Dans notre étude, nous avons opté non pas pour les marqueurs épigénétiques classiques, mais pour des biomarqueurs apparentés à ces derniers : les télomères, c'est-à-dire les extrémités des chromosomes. Chez les enfants placés plus âgés, nous avons obtenu un résultat surprenant : leurs télomères étaient plus longs que prévu, ce qui constitue en réalité un signe de résilience. Il se peut qu'avec l'âge, ces paramètres biologiques « se rétablissent » et compensent des altérations négatives existant depuis des décennies. /jof

Andreas Maercker est professeur de psychopathologie et d'interventions cliniques à l'Université de Zurich.

générationnelle des traumatismes, depuis longtemps énoncée en psychanalyse. L'épigénétique étudie la manière dont l'activité des gènes se régule : c'est-à-dire si un facteur héréditaire s'exprime ou reste silencieux (voir à ce sujet l'article en pages 14 à 17). Des essais sur des animaux ont révélé que les modifications épigénétiques causées par le stress peuvent se transmettre à la génération suivante. Sur l'être humain, les recherches en la matière demeurent insuffisantes pour en tirer des conclusions fermes.

Les premières études laissent toutefois penser qu'un tel mécanisme entre également en jeu chez l'être humain. Dans son étude avec des survivants de l'Holocauste et leurs descendants, la neuroscientifique américaine Rachel Yehuda a pu établir que le traumatisme parental provoquait une modification épigénétique aussi bien chez les parents que chez les enfants. Le gène FKBP5, qui influe sur la réaction au stress et qui est mis en relation avec la dépression, présente un degré de méthylation nettement supérieur chez les survivants de l'Holocauste que chez les personnes du groupe de contrôle. Une altération est également observable chez les descendants, mais en sens inverse : par rapport au groupe de contrôle, la méthylation de leurs gènes est moindre. Cette étude est controversée en raison de son faible nombre de participants. Néanmoins, selon la chercheuse, le résultat suggère que le traumatisme des parents influence considérablement la biologie des descendants.

Les conclusions de la recherche en psychologie semblent également indiquer que les expériences traumatiques vécues par les parents dans leur enfance ont une incidence majeure sur la santé psychique de leurs descendants. Les mécanismes psychologiques sous-jacents restent toutefois largement inconnus. Il se pourrait que les styles d'éducation et de communication soient responsables de cette transmission. C'est ce que révèle une étude menée en 2016 par l'Université de Zurich. Pour la première fois, un groupe de chercheurs a analysé de quelle façon l'enfance malheureuse des anciens enfants placés se répercute sur leur descendance (lire l'interview ci-contre).

### Se taire pour se protéger

Au cours de sa longue expérience en cabinet, la psychanalyste zurichoise Jeannette Fischer a travaillé avec de nombreuses victimes de placements forcés et leurs descendants. Dans ce cadre, elle s'est souvent heurtée à un mur : « Le silence est la principale stratégie de protection contre le traumatisme. Il signifie ne plus mettre de mots sur les événements vécus. Non seulement parce qu'ils étaient insupportables, mais aussi parce qu'il n'y avait personne pour les écouter. »

La plupart des anciens enfants placés se taisent ou racontent une histoire qu'ils reformulent tout au long de leur vie. Et il est impossible de les questionner sur les contenus émotionnels, car ils n'ont pas de registre correspondant. Ce mutisme relatif à l'expérience traumatique peut se transmettre à la génération suivante. Et Jeannette Fischer de raconter l'exemple d'une patiente, dont le père avait été placé de force. «Pendant deux ans, elle n'a pas dit un mot. Au cours de cette période, j'ai partagé par le mutisme tout ce que recouvrait cette absence de parole.» La patiente n'était ainsi plus seule dans son silence. Au bout deux ans, elle s'est mise à parler.

En 2013, la Conseillère fédérale Simonetta Sommaruga a présenté des excuses, au nom du gouvernement, aux anciens enfants placés. Jeannette Fischer a œuvré en faveur de ces excuses officielles de la Suisse. Un geste important, car nombre des anciens enfants placés se sentent coupables de leur situation. «Les excuses me tenaient énormément à cœur. Les personnes concernées sont ainsi libérées de la culpabilité.»

### Les sentiments de culpabilité persistent

Selon la psychanalyste, la culpabilité qui ronge encore beaucoup d'anciens enfants placés dérive de l'impuissance à laquelle ceux-ci étaient exposés, parce qu'instrumentalisés et privés de leurs droits. «La culpabilité était généralement une réaction positive, car les enfants se défaisaient de l'impuissance qui les paralysait.» Ainsi, plus d'un garçon placé s'est appuyé sur cette culpabilité pour s'améliorer, par exemple parce qu'il ne voulait plus être battu par le paysan pour avoir renversé du lait. «Le paysan restait certes méchant,

refoulement est bénéfique tant qu'il reste stable. Mais il ressort toujours dans les générations suivantes.»

### Quand les enfants placés deviennent parents

Lorsqu'un ancien enfant placé noue une relation étroite, les éléments refoulés deviennent instables. «Dès que l'on aspire à être aimé, on s'ouvre un peu à son partenaire. Et à ce moment, le souvenir de sa propre histoire, du sentiment de n'avoir pas été pris en compte ni aimé remonte à la surface», explique Jeannette Fischer.

Le documentaire *Lisa und Yvonne* (accessible sur <https://vimeo.com/375444413>) illustre parfaitement les problèmes qui surgissent lorsque d'anciens enfants placés deviennent parents. En tant que réalisatrice, Jeannette Fischer laisse mère et fille raconter comment elles ont réussi à créer un lien d'attachement malgré l'ombre du passé. Pour y parvenir, il faut beaucoup de réflexion et de travail relationnel des deux côtés. En effet, chez les anciens enfants placés, une «destruction structurelle de la confiance dans la relation» persiste souvent, ce qui confère à la problématique une dimension transgénérationnelle. «La structure relationnelle vécue dans l'enfance – qu'elle soit bonne ou mauvaise – est intériorisée puis transmise à l'enfant. On ne peut offrir à celui-ci que sa propre structure relationnelle. En d'autres termes, on lui lègue aussi son déficit relationnel et ses peurs.» Dans le film, Yvonne, la fille, décrit la «peur de l'abandon», véritable terreur qui la saisissait quand elle était enfant. À l'époque, au moment du coucher, il lui était impossible de concevoir que le monde tel qu'elle le connaissait continuerait à exister le lendemain. La confiance instinctive cédait la place à des sentiments «de vide, d'impuissance et de désespoir».

Jeannette Fischer définit la peur comme le «symptôme d'une rupture relationnelle dans laquelle la reconnaissance de l'autre en tant qu'être différent» est brisée et transformée en rapport de force. Elle précise que de telles ruptures se produisent quotidiennement: «La peur intervient dans un contexte de domination où l'un prend le pouvoir sur l'autre en le condamnant à l'impuissance.» Par conséquent, les traumatismes reposent sur les structures de pouvoir de la société. Mais on peut par exemple espérer mettre fin au «cycle de l'impuissance» grâce à une psychanalyse. «Avec les patients, nous sommes en mesure de créer un espace dans lequel une relation intersubjective stable peut se construire.» ♦

**«On ne peut offrir à l'enfant que sa propre structure relationnelle.»**

mais la culpabilité représentait un mécanisme de protection. Le problème n'est donc pas d'avoir ce sentiment, mais de ne plus pouvoir s'en débarrasser ultérieurement.»

Selon la psychanalyste, de nombreux anciens enfants placés refoulent leurs expériences traumatiques: pour fonctionner, ils enfouissent au plus profond de leur psyché le sentiment d'avoir été impuissants, totalement livrés à autrui, voire détruits. «Pour certains, ce